

Literatura de la **obesidad**

REFLEXIÓN

PARA EL

**CAMBIO**

CAMBIO

PREMIO  
**BARUS**



Hospital Universitari  
Arnau de Vilanova Lleida



**FSEEN**

Fundación de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición



novonordisk®



# LITERATURA DE LA OBESIDAD: REFLEXIÓN PARA EL CAMBIO

Una iniciativa de:

PREMIO  
BAROS

Con la colaboración de



Hospital Universitari  
Arnau de Vilanova Lleida



FSEEN  
Fundación de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición



novo nordisk®



© 2022 Selene Editorial, S.L  
C/Jeréz, 21  
28231 Las Rozas (Madrid)  
Telf. 91 639 59 65  
[www.editorialselene.com](http://www.editorialselene.com)

Todos los derechos reservados. Esta obra esta protegida por el copyright. Ninguna parte del libro puede ser reproducida en ninguna forma y mediante ningún procedimiento, incluso el fotocopiado, o utilizada por cualquier sistema de almacenamiento o recuperación de información.

Diseño y maquetación: Carlos Zoreda

ISBN: 978-84-09-39377-0  
Impreso en León, España en 2022  
Imprime SORLES

## AGRADECIMIENTOS

No sería posible publicar esta recopilación de manuscritos y fotografías sin dar las gracias a mucha gente e instituciones.

Primero, a todos los concursantes a los que la temática de la obesidad les ha estimulado su creatividad.

A la Unidad de Obesidad del Hospital Universitario Vall d'Hebrón, que permitió que la idea cogiese forma durante las primeras 2 ediciones y posteriormente al Hospital Universitario Arnau de Vilanova de Lleida.

Al Grupo de Trabajo de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), por colaborar sin desánimo en la evaluación de los textos y fotografías. A la Fundación SEEN, por financiar los Premios desde su tercera edición. A los diversos jurados.

A Adrià Julià, de xarop.com, que permitió la expansión internacional de los premios con la creación de la página web <http://premiobaros.org/>.

A Pronokal S.A., el primer laboratorio que se prestó a colaborar con nosotros. A Novo Nordisk, y especialmente a Alejandra Atienza, por aceptar el enorme reto de cristalizar el esfuerzo acumulado entre todos en esta recopilación.

Y por supuesto, a todos los futuros lectores, a los que espero que las siguientes páginas no dejen indiferentes.

**Albert Lecube**  
**Coordinador Premio BAROS**

## PRÓLOGO

### **Porque humanizar la obesidad es una obligación**

Agradezco mucho la oportunidad de poder presentar este libro, que reúne una serie de textos breves relacionados con la obesidad, que han sido reconocidos en los Premios BAROS desde su creación. Estos premios, que a partir de su tercera edición fueron acogidos tanto por el Grupo de Trabajo en Obesidad de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (GOSEEN) como por la Fundación de la misma sociedad (FSEEN), se convocan desde el año 2011 siguiendo la idea original y el impulso del Dr. Albert Lecube.

La obesidad es la enfermedad metabólica más importante, tiene graves consecuencias clínicas, psicológicas, sociales y económicas y afecta la calidad de vida de las personas que la padecen. Los relatos y poemas que incluye este libro expresan tristeza, impotencia y rabia, pero también ilusión, determinación y ganas de luchar contra la obesidad, que, como la diabetes, es una enfermedad traicionera que no muestra todas sus caras. En muchos de ellos podemos percibir con claridad el estigma que sufren las personas que viven con esta enfermedad, presente en todos los entornos, incluido el sanitario, y que es consecuencia directa del desconocimiento, de no reconocer que la obesidad es una enfermedad crónica y compleja.

En estos tiempos que vivimos, en los que la tecnología ocupa un lugar tan relevante, debemos recordar que la humanización es obligatoria, no puede ser de otro modo. No podemos ponernos en la piel del otro, pero podemos estar más cerca. Y para que esto se lleve a cabo es necesario que ocurran dos cosas: que queramos hacerlo, de verdad, y que tengamos algo que aportar. Este libro nos acerca.

A lo largo de estos años, como miembro de GOSEEN y como presidente de FSEEN, he disfrutado ejerciendo como jurado de estos premios BAROS. Agradezco muchísimo la generosidad de todas las personas que han querido compartir sus ideas y sus sentimientos en relación con la obesidad, por medio de unos textos de extraordinaria belleza.

Mi enhorabuena, de nuevo, a los autores de estos relatos y a los promotores de esta iniciativa, especialmente al Dr Albert Lecube.

Disfruten de este libro, lo merece.

**Dra. Irene Bretón**  
**Presidenta de la Fundación de la**  
**Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición**

### **“Dame Gordura y te daré Hermosura”**

¡¡¡Hola!!!, ¿Eres Obesa? No, soy una persona que vive con Obesidad. No sólo soy mi envoltura, aunque estamos tan acostumbrados a que nos llamen, nos cataloguen, nos diagnostiquen, nos vistan, no nos dejen pasar a los sitios de ocio, sólo por nuestra envoltura, que a veces, hasta a nosotros mismos se nos olvida que somos personas. Gritamos desde nuestro interior para que nos escuchen porque nosotros también bailamos, vamos a la playa, nos sentamos en terrazas de bares, compramos ropa en tiendas... pero solo dentro, nunca al exterior, porque fuera nadie parece oír nuestras voces.

Cuando llegó a mí esta iniciativa BAROS me pareció fantástico. Por fin alguien que nos permite y nos anima a expresar nuestros sentimientos, nuestras verdades más profundas, esos pensamientos que tantas veces mantenemos ocultos. Ni nosotros mismos nos atrevemos a recordar por qué nos han o nos hemos acostumbrado a vivir escondidos bajo los kilos, a mentir y no expresar nuestros sentimientos, a asumir que el “gordo“ tiene que ser el feliz y el simpático del grupo.

Que alegría que alguien nos dé la oportunidad de expresar y mostrar a la sociedad esta lucha continua que durante años llevamos librando en soledad. Ahora atisbamos el cambio, ya no caminamos solos, hemos empezado a unirnos, a hacernos visibles y decir “tengo obesidad y soy consciente de esta problemática”.

Desde nuestra Asociación agradecemos la valentía de todos los que de una manera u otra forman parte de este libro. Han desnudado su alma y nos han dejado asomarnos a ellas y participar de sus sentimientos.

Les invito a todos a que nos conozcan y juntos hagamos visible nuestra lucha para que la Obesidad sea reconocida en nuestra sociedad y tratada como enfermedad.

**M<sup>a</sup> Victoria Buiza Fernández**  
**Presidenta de la Asociación Bariátrica Híspalis (ABH) Nacional,**  
**Asociación de pacientes bariátricos y con obesidad**

## RELATOS

- Pág 10. Adivina adivinador. Ana Julia Mignone
- Pág 12. La dieta ideal. Nélide Leal Rodríguez
- Pág 13. Esa chispa de luz. Manuel Merenciano Felipe
- Pág 26. La felicidad es cosa muy seria. Alicia Rodríguez Massó
- Pág 29 La Monstrua. María José Gutiérrez Lera
- Pág 34 Escritor. Rogelio Rodríguez Cáceres
- Pág 35 Hambre. María Dolores Albergo Gil
- Pág 42. Tentación. Raúl Oscar Ifran
- Pág 43. El gordo Beni. Miguel Ángel Carcelén Gandía
- Pág 50. Desamor sobre ruedas. Peregrina Varela Rodríguez.
- Pág 52. Abrazando el deambular de las estaciones desde mi ventana. Vanessa Cordero Duque
- Pág 60. Con los pies en la tierra. Santiago Exímene Hernampérez
- Pág 63. La ciudad del amor. Ana Sanchís Martín
- Pág 64. Página en blanco. Beatriz Pérez González
- Pág 72. Receta para la obesidad. Ana Julia Mignone
- Pág 73. Instrucciones para subir a una báscula. Adrián Pérez Avendaño
- Pág 74. Pliegues en una habitación. Gustavo Eduardo Green Sinigaglia
- Pág 75. Historia del gordito Gus. Héctor Daniel Olivera Campos
- Pág 85. Mi vecina. Anna Mignone
- Pág 87. Decepción. Armando Francisco Aravena Arellano
- Pág 91. Mi diario de injusticias. Ana Sanchís Martín
- Pág 92. Pena para adelgazar. Miguel Ángel Carcelén Gandía
- Pág 100. Diálogo de niñas. Juana María López Rojo
- Pág 101. Avatares. Miguel Ángel Rey Hellín
- Pág 108. Un gran amor. Bertony Louis
- Pág 109. Notas con sobrepeso. Diego Morcillo Sánchez
- Pág 113. Me comí a mí. Claudia Morales
- Pág 113. Un mal negocio. Ana Sanchís Martín
- Pág 115. Aritmética vs Semántica. Nélide Leal Rodríguez
- Pág 116. Olga, gorda y criminal. Sandra Cywis Glezer
- Pág 123. Monólogo de despedida. Isabel Gamarra García
- Pág 129. El triangle. Guillermo Manzanares Mestre
- Pág 134. Córrer contra la crisis. David Serra Asensio

## FOTOGRAFÍAS

Pág 10. Tú Decides. Esther Sáez López

Pág 11. Hombre burger. Maite Batlle Martret

Pág 12. Diferencia no solo externa. Alex Mesa Pineda

Pág 13. Utilidad adicional. Daniel Blanco Comet

Pág 25. Qué cansados! Juan Márquez Cervera

Pág 29. Sospechosos habituales. Diego García Criado

Pág 33. Este lunes empiezo. Enrique Balenzategui Arbizu

Pág 48. Tú eliges. Enric Sánchez

Pág 49. Alimentación Moderada III. Óscar Barrera Tévar

Pág 49. Tú puedes. Ángel Atanasio Rincón

Pág 50. No sabe mejor por ser más grande. Rafael Baitg Casterad

Pág 51. Eliminar la obesidad. Óscar Barrera Tévar

Pág 60. Báscula amiga. Ana María Fernández Gutiérrez

Pág 71. Tú conmigo no puedes. Juana María López Rojo

Pág 73. Evitando la tentación. Francisco Javier Domínguez García

Pág 85. Adelgazaré por mí. Ana María Fernández Gutiérrez

Pág 90. Una decisión de peso. Francisco Javier Domínguez García

Pág 92. Rechazo. Miquel Planells Saurina

Pág 99. Discriminación. Alberto Martínez Lorenzo

Pág 101. A pan y agua. Juan Manuel Maroto Romo

Pág 107. Cuanto más te cuides, más feliz. Paula Sierra Bonet

Pág 108. Puedes. ROME

Pág 109. Tallas. Miquel Planell Saurina

Pág 114. Cardiosaludablemente minimalista. Francisco Javier Domínguez García

Pág 134. Peligro. Juan Manuel Maroto Romo

Pág 139. No te la juegues con la alimentación. Javier Domínguez García

**Adivina adivinador.** Ana Julia Mignone.  
1<sup>er</sup> premio XI Edición (2021)

¿Qué es aquello que vuelve invisible todo lo demás que tienes para ofrecer?

La obesidad.

**Tú Decides.** Esther Sáez López. 1<sup>er</sup> premio en la III Edición  
BAROS (2013)



**Hombre burger.** Maite Batlle Martret.  
2º premio en la III Edición BAROS (2013)



**Una dieta equilibrada i saludable és  
la millor opció contra la obesitat**

**La dieta ideal.** Nélide Leal Rodríguez.  
3<sup>er</sup> premio en la VII Edición (2017)

Para saber mi nombre fue preciso volver a casa cada tarde escuchar a mamá, oír a mis hermanos sentir que de nuevo era yo alguien, y no aquella maraña de adjetivos que, en el colegio, en gimnasia y en el parque, porfiaban en ser mi única etiqueta. Se volvió mi vida una espiral: comer para eludir todo el dolor y engordar así mi propia, mi inmensa, también gorda indefensión. Comer para sentir que yo era digna, comer para refrendar ese castigo que nunca merecí. Pero aprendí a adelgazar esa parte de quien fui. Bocado a bocado un pedazo más de voluntad. Ahora tengo sobrepeso de autoestima y medidas perfectas de salud, de alegría y bienestar. Cinco ingestas diarias de seguridad.

Se volvió mi vida una espiral: comer para eludir todo el dolor y engordar así mi propia, mi inmensa, también gorda indefensión.

**Diferencia no solo externa.** Alex Mesa Pineda.  
3<sup>er</sup> premio en la III Edición BAROS (2013)



**Utilidad adicional.** Daniel Blanco Comet. 1<sup>er</sup> premio en la IV Edición BAROS (2014)



**Esa chispa de luz.** Manuel Merenciano Felipe.  
1er premio IV Edición (2014)

En realidad, no es que yo fuera una vehemente aficionada al deporte. Ni siquiera puede decirse que lo practicaba con la loable pretensión de mantener unos hábitos y estilos de vida saludables. Ni tampoco que, después de hacer ejercicio, acabar extenuada y darme mi acostumbrada ducha de agua caliente, sintiera mi cuerpo mucho más liviano o mi ánimo más relajado. Lo que verdaderamente anhelaba cuando adopté el compromiso de correr sin tregua durante dos horas diarias los trescientos sesenta y cinco días del año era adelgazar. Y aunque tras varios años de padecimientos no había logrado quemar ni un solo kilo, estaba segura de que, al menos, mis tenaces esfuerzos me servían para no engordar.

Y no es que yo sea una mujer exageradamente obesa, pero no me importa admitir que desde temprana edad me he distinguido por detentar una complexión más bien... oronda. «Una preciosa pompa de jabón», como solía decir mamá (buena entusiasta de los eufemismos) vanagloriándose del aventajado ensanchamiento que siempre evidenciaba respecto a las demás. Pero empecé pronto a sentirme insegura —o para qué me voy a andar yo también con sutilezas: avergonzada— viendo cómo el armonioso desarrollo que adquiriría el cuerpo de mis amigas no tenía nada que ver con el aumento generalizado que, sin ninguna gracia, acusaba el mío. Y la situación empeoró cuando Lucía y Raquel se convirtieron en el objetivo predilecto de los chicos al llegar a la pubescencia, mientras a mí, indolentemente, iban ignorándome, dejándome de lado.

Es cierto que durante algún tiempo me sirvieron de consuelo los argumentos que esgrimía mamá, quien explicaba cómo mis amigas, según ella más dadas a cultivar las formas de la carne que los trasfondos del espíritu, acabarían convertidas en mujeres de poco fundamento que no llegarían en la vida a ninguna parte, salvo, quizá, a esperar dócilmente, como necias, la aparición de un hombre bien situado que las sustentara durante el resto de su existencia a cambio de la debida supeditación.

Pero empecé pronto a sentirme insegura —o para qué me voy a andar yo también con sutilezas: avergonzada— viendo cómo el armonioso desarrollo que adquiriría el cuerpo de mis amigas no tenía nada que ver con el aumento generalizado que, sin ninguna gracia, acusaba el mío.

Sin embargo, yo era consciente de la ambigüedad de estas consideraciones, ya que Lucía y Raquel apenas prestaban atenciones al cuidado de su físico; simplemente se avenían con pasividad a los cambios propios de la edad dejando que su anatomía fuese adoptando la hermosa configuración que la madre naturaleza, en un derroche de generosidad, había querido concederles. Además, ambas fueron siempre brillantes en sus estudios universitarios; mucho más que yo, pues mis calificaciones resultaban, año tras año, más bien del montón. Así que los acontecimientos, en el caso de mis amigas, no parecían proclamar incompatibilidad alguna entre la belleza y el talento, aunque no por ello guardaba yo hacia ellas ninguna clase de inquina o de recelo.

Quizá todo esto me influyó para empezar a fumar. No es que el sabor del tabaco me resultara agradable ni que lo hiciera, como decían los libros de psicología de la adolescencia que por aquel entonces tanto me gustaba hojear, por emular una identidad grupal o para afianzar mi más que lábil personalidad frente a la abrumadora salvaguardia que, desde allá hasta donde soy capaz de recordar, había desplegado mamá sobre mí. Ni siquiera puede decirse que fumaba por un frívolo detalle de esnobismo, porque el consumo de tabaco hacía ya bastante tiempo que se había convertido en un vicio poco elegante.

Verdaderamente, lo que ambicionaba cuando comencé a fumar era adelgazar. Había oído en innumerables ocasiones que la gente engordaba en mayor o menor medida cuando abandonaba su adicción, por lo que la lógica me llevó a pensar que la nicotina, o tal vez el benceno o las nitrosaminas, me ayudarían a perder peso. Hube de superar una auténtica penuria hasta que logré acomodarme al ingrato sabor del humo. Constantemente padecía náuseas y me sentía asfixiada cada vez que prendía un cigarrillo, incluso sufrí una disfonía de la que aún hoy no he conseguido reponerme; pero acabé habituándome y pronto pasé de los diez o doce pitillos diarios a la cajetilla de veinte, y poco tiempo después ya consumía unos cuarenta con categórica regularidad.

Sin embargo, no podía atribuir al tabaco ninguna facultad adelgazante, dado que no conseguía eliminar ni un solo kilo, pero estaba segura de que por lo menos resultaba determinante para evitar el incremento de peso. Claro que... Lucía y Raquel no fumaban y mantenían aquellas siluetas tan gráciles.

Para comer, no es que me disgustara la carne, la leche o los huevos. De hecho, el cordero al horno y los huevos rellenos habían estado siempre entre mis platos preferidos; pero es una circunstancia bien conocida que estos alimentos contienen lípidos poco recomendables para mantener una bonita hechura. De modo que me hice vegetariana. Al principio no me supuso un gran sacrificio, pues compensaba la carencia de numerosos nutrientes merced a los generosos platos de legumbres, arroz o patatas que ingería; pero Raquel me recordó enseguida que se trataba de productos muy ricos en hidratos de carbono, cuyo exceso también se deposita en forma de grasas justamente en todas aquellas localizaciones más execrables para una mujer, sugiriéndome que normalizara

mi dieta y no me anduviera con tonterías. Yo pensé que a mi bien parecida amiga le resultaba muy fácil hablar así, con ese desdén tan comedido hacia las penitencias que nos hemos de imponer abnegadamente las menos agraciadas; no obstante, convencida siempre de la buena fe de sus consejos, determiné seguirlos en parte y suprimí también las féculas de mi alimentación. Ya llevaba varios años tomando únicamente verduras y algunas hortalizas, bien que últimamente estaba pensando excluir los tomates y las espinacas porque Lucía me había hecho saber que aportaban ciertas proteínas capaces de ser transformadas, a partir de las fatídicas rutas metabólicas del organismo, en repugnantes materiales sebáceos. Además, terminé descartando también la sal de las comidas, así como cualquier otro condimento o especia, pues consideré de vital importancia prevenir la retención de líquidos que pudieran acarrear.

No es que yo razonara que un régimen tan estricto era lo más idóneo para adelgazar, pues realmente no me había quitado ni un solo gramo de encima desde que lo adopté, pero me aterrorizaba la idea de seguir engordando si restablecía una alimentación más tradicional.

Llegó un momento en que dejé de dormir durante la noche. Y no es que fuera víctima de algún tipo de insomnio malsano ni que tuviera demasiadas preocupaciones o cosas que hacer hasta altas horas de la madrugada. Sencillamente, Raquel me había relatado cómo

Me aterrorizaba la idea de seguir engordando si restablecía una alimentación más tradicional.

una conocida suya había alcanzado un estado de delgadez extrema porque hacía años que era incapaz de conciliar el sueño. Los médicos habían estudiado la extraña enfermedad que aquejaba a la buena señora, y el pertinaz insomnio era juzgado como la causa fundamental del desmesurado adelgazamiento que la pobre mujer padecía. Yo, ante mi amiga, me mostré conmovida y solidaria con aquella infortunada, pero tomé buena nota de todo lo que había ocurrido.

De modo que, durante meses, hice todo lo que estuvo en mis manos para mantenerme desvelada. Trasnochaba hasta bien entrada la madrugada tumbada

frente al televisor, cuyos programas solían resultarme insufribles, excepción hecha de alguna que otra película romántica que pudiera dejarse ver a esas inusuales horas. «¡Qué maravillosas actrices..., y qué delgadas!», me decía un tanto descorazonada. Después, cuando iba adormeciéndome, abandonaba el sofá, me posaba enhiesta sobre una incómoda silla junto a la mesa del comedor, donde sería prácticamente imposible poder dar alguna cabezada, y mataba el tiempo leyendo exhaustivamente el periódico del día anterior.

Los primeros meses fueron de innegable mortificación intentando resistir toda la noche en vela, por lo que empecé a ayudarme con varias tazas de café y, si notaba que ya no podía sostenerme, vagaba durante un buen rato recorriendo una y otra vez el pasillo de mi casa, fumando y tratando de repasar en mi memoria todos los titulares que había leído en el diario, especialmente las aburridas informaciones correspondientes a las páginas de economía. De esta manera lograba permanecer concentrada y postergaba el incontenible deseo de echarme en la cama. Desde entonces, consumía ya unos cincuenta o sesenta cigarrillos diarios y, prácticamente, había perdido el sentido del gusto en la lengua y el paladar, cosa que, dada mi vacua subsistencia, tampoco me intranquilizaba demasiado.

Cualquiera podría inferir que a lo largo de la jornada siguiente sería imposible conservar íntegras mi atención y mi capacidad de trabajo; pero puedo asegurar que nunca nadie pudo percatarse de mi falta de descanso. Cosas de la adrenalina. Y es que he de suponer que yo libero esta hormona en cantidades considerables ante cualquier ocupación que sea compartida con los demás, especialmente si «los demás» comprende un mayor o menor número de individuos del sexo opuesto.

En la sucursal bancaria donde trabajaba había tan sólo tres hombres: dos administrativos, como yo, y un joven muy apuesto, recién llegado como nuevo interventor, al que las otras mujeres de la oficina, incluida la directora, contemplaban con una combinación de fascinación y deseo. Yo no esperaba de ningún hombre, y mucho menos del gallardo apoderado, palabra o gesto que llegara más allá de lo estrictamente profesional, pero el afán de un cumplido cortés, de una sonrisa maliciosa o de un guiño de complicidad me hacía mantenerme alerta e ilusionada, con lo que, ojeas aparte, nadie pudo

hacer insinuación alguna respecto al rendimiento en mis quehaceres. Hasta era considerada por todos si no la empleada más eficiente, sí, al menos, la más perseverante.

No es que creyera que el estado de vigilia permanente, al que yo misma había elegido someterme, me ayudaba a adelgazar, pues ya habían transcurrido varias semanas sin que consiguiera pegar ojo y no había disminuido ni un solo kilo, pero estaba segura de que, cuanto menos, me servía para no ganar peso. Y así, con el tiempo, llegué a acostumbrarme al insomnio, como me acostumbré a la tos persistente, a la dificultad respiratoria, a las cefaleas, a los dolores urentes de espalda, a las digestiones difíciles, a las varices de las piernas, a los trastornos menstruales y a un estado de debilidad que, poco a poco, parecía consumirme desde dentro. Pero la báscula nunca indicaba un solo gramo de menos, nunca bajaba del ochenta y cuatro; bien que, ¡menos mal! —me alentaba—, tampoco nunca los superaba.

Un esplendoroso día de mayo, Sergio, el interventor, se sentó frente a mí al otro lado de la mesa. Se dejó caer con firmeza sobre aquella silla metálica que nunca utilizaba nadie, salvo María o Nieves, quienes, de vez en cuando, si disponían de algún rato libre y la directora no andaba husmeando por los alrededores, aprovechaban ese lugar arrinconado, fuera de la vista del público, para retocar la laca de sus uñas mientras intentaban sonsacarme alguna confidencia referente a mi enigmática, y aparentemente fútil, vida privada.

Yo supe al instante que Sergio no iba a solicitarme ningún informe, ni que abriera cuenta corriente alguna o que buscara cualquier información sobre el mercado de valores, pues todo ello solía demandarlo aceleradamente y con aire autoritario cuando atravesaba la oficina dirigiéndose a toda prisa hacia su despacho, sin detenerse ni un momento ante el escritorio de cualquiera de sus subordinados.

Percibiendo un ligero vértigo, mi mirada se derrumbó entre mis manos y continué revisando débitos y haberes al tiempo que sentía cómo él me clavaba en el rostro aquellos ojos verdes y hondos que, según decían todas, hacían perder el sentido. Cuando empezó a hablar, deseé disponer del suficiente arrojo

para volar hacia el cuarto de baño utilizando cualquier pretexto, pero sabía perfectamente que las piernas no me responderían.

—Anabel, ¿tienes un momento? —dijo con una locución mucho más afectuosa de lo que era habitual en él.

No me quedó más remedio que alzar la vista, pues un gesto desconsiderado sería lo último que hubiera querido exhibir. Y me sorprendí al descubrir que, lejos del temor y la incertidumbre que me atenazaban cuando me encontraba ante la presencia de algún hombre, con Sergio no suponía ningún esfuerzo detenerse en el abismo de sus ojos, perderse en el torrente esmeralda de aquella mirada segura pero delicada.

—¡Dígame...! —exclamé en un tono imperativo que, por los nervios, no pude evitar, y del que enseguida me arrepentí.

—Prefiero que me tutees. Eres la única persona de la oficina que aún me habla de usted, conque acabarás obligándome a utilizar el mismo tratamiento contigo...

—De acuerdo. Dime... —conseguí replicar, advirtiendo una mueca complacida en su semblante.

—He oído en muchas ocasiones, cuando hablas con los compañeros, tus explicaciones sobre asuntos económicos, y he de reconocer que, más de una vez, me has dejado boquiabierto por tus conocimientos...

Yo le escuchaba sin prestar demasiada atención a lo que decía. Me reproché no haber aplicado esa mañana un mayor esmero a mi maquillaje, no haber elegido una vestimenta mejor entonada y seguir postergando la ya imprescindible visita a la peluquería. Cuando terminó, estuve a punto de comentarle que yo, en realidad, no era ninguna erudita en esos temas, al menos no mucho más allá de lo que una empleada de un banco pueda o deba saber, y que si aparentaba tener mayores aptitudes se debía a la memorización de las páginas de economía del diario que, prácticamente, llegaba a aprenderme al dedillo durante mis inacabables horas de noctambulismo. Pero descarté rápidamente esa posibilidad, y no por hacerme la listilla con mi jefe ni la interesante con el chico guapo de la oficina, sino por carecer del ánimo suficiente para descubrir

algo tan personal, tan secreto, que nadie en este mundo conocía. Además, ni mi pelo ni mi ropa ni mi aderezo parecían ese día los más apropiados para intentar intimar con nadie; por no hablar de mi irremediable sobrepeso, claro.

—Bueno..., mi trabajo me obliga a estar al día en esas cuestiones, pero tampoco te creas que soy una experta. La directora o la misma Nieves controlan mucho mejor la información bursátil.

—Me gustaría tener más tiempo para charlar contigo. Podríamos quedar algún día para comer o salir por ahí... —dijo, vacilante.

A advertí un acaloramiento interno que, como la erupción de un volcán, emanaba al exterior sonrojándome la cara. Sergio seguía observándome como embrujado, con las cejas comedidamente arqueadas en señal de espera y una media sonrisa que, sin duda, resultaría conmovedora para cualquier mujer.

—Gracias, otro día... —balbucí, y no pude añadir ni una sola palabra más porque me faltaba el aliento, aunque deseé poder expresarle que suspiraba por una sugerencia como esa desde hacía mucho tiempo, desde toda la vida, y que no tenía una razón justificada para rehusarla, pero una presión insalvable me tenía amordazada, un lazo en la garganta me imposibilitaba aceptar su proposición porque un solo ademán de consentimiento hubiera hecho que el nudo oprimiera un poco más, hasta llegar a ahogarme.

Él se entretuvo durante unos segundos, inmóvil, y, mientras se incorporaba, repitió absorto:

—Otro día...

Dio media vuelta con aspecto decepcionado y se marchó a pasos lentos hacia su despacho. No había pasado más de media hora cuando volvió a intentarlo.

—Sé que corres por las tardes un par de horas siguiendo el cauce del río. Yo comparto esa afición por el footing y... —murmuró entrecortado— también hago pesas. —Soltó inmediatamente una risita nerviosa.

No pude contener un sentimiento de ternura. Sergio se mostraba alterado, temeroso, débil, sin saber qué inventarse para impresionarme. Justamente a mí, cuando tenía otras mujeres mucho más resueltas —y mucho más delgadas— para elegir. Recobré entonces un efluvio de valor, una energía interior que me hizo sentirme turbada y fugazmente poderosa.

—Bien. Podemos quedar mañana y salir a pasear juntos. —Sergio dio un respingo de satisfacción—. Pero yo no hago pesas —agregué con una osadía que nunca hubiera imaginado que fuese capaz de exteriorizar.

Él resopló y tornó, triunfante, a su despacho.

La cita fue muy glosada en la oficina y no pude evitar ruborizarme nuevamente, esta vez ante la guasa, no exenta de envidia, que mis compañeras de trabajo testimoniaron.

Aquella noche no encendí la televisión ni tuve que leer y releer el diario, pues la excitación que arrastraba desde que me marché del banco era más que suficiente para mantenerme despejada. Pasé las horas reflexionando, alborozada, en el impacto que supondría Sergio para Lucía y Raquel cuando se lo presentara. Mi novio, ni más ni menos que todo un interventor. Inteligente, sereno, entrañable... y con una presencia que ya quisieran ambas para cualquiera de la larga lista de tarambanas con los que habían tonteado. Claro que... tal vez me estaba precipitando demasiado y, a lo mejor, no llegábamos mucho más allá de una simple amistad. ¿Y para qué quería yo una amistad, ni simple ni complicada? No había estado tantos años esperando a que un hombre me invitara a salir para que la cosa quedase al final en una banal cuestión de confraternidad.

Pasé al cuarto de baño y permanecí un buen rato contemplándome en el espejo. Volví a pesarme —era la tercera vez que lo hacía desde que había regresado— y la báscula indicó los ochenta y cuatro kilos de siempre. Entonces empecé a sentir pánico. Era extraño que un tipo con las cualidades de Sergio hubiese reparado en una mujer como yo, con un puesto de

Pasé al cuarto de baño y permanecí un buen rato contemplándome en el espejo. Volví a pesarme —era la tercera vez que lo hacía desde que había regresado— y la báscula indicó los ochenta y cuatro kilos de siempre. Entonces empecé a sentir pánico.

trabajo de poca monta, una cara vulgar y una figura que claramente tendía a la obesidad. Una pompa de jabón. Una inmensa pompa de jabón. Una gorda. Había algo que no terminaba de encajar en aquella historia que simulaba desarrollarse como el guión de alguna de esas películas sensibleras que tanto me gustaban. Esperaba que Sergio no pretendiera burlarse de mí, eso sí que no se lo consentiría.

A lo largo de aquella noche, mi complacencia inicial comenzó a transfigurarse en duda. Pensé que la invitación podía obedecer a la intentona de superar alguna

apuesta, con lo que la duda fue cambiando a preocupación. Seguí haciendo cábalas y llegué a la conclusión de que, tal vez, la jugada incluyera llevarme a la cama, con lo que la preocupación se permutó por la sospecha y, en un tris, la sospecha por el desasosiego. Y terminé imaginando que, quizá, se trataba de una trama ideada en conjunto por todos los compañeros de la oficina con el único propósito de reírse de mí. Así que el desasosiego iba convirtiéndose en rencor cuando, por primera vez desde hacía meses, me quedé dormida sobre aquella fastidiosa silla.

Por la mañana llegué con retraso al trabajo. Sergio me estaba aguardando impaciente para recordarme que habíamos quedado en salir esa misma tarde. Estuve muy atenta a las reacciones de los demás y presentí las risitas de mis compañeras, que fueron reiterativas a lo largo de toda la jornada, y también me pareció observar que María y Nieves cruzaban alguna que otra mirada de connivencia con Sergio. Estuve a punto de aplazar el encuentro, pero algo en mi interior, una chispa efímera de sentido común, me hizo ver que debía perseverar, aplacarme, que no debía atormentarme y perder esta oportunidad simplemente por mis conjeturas neuróticas.

Aquella tarde callejamos y charlamos juntos hasta el anochecer. Yo, que me había vestido con un chándal y unas zapatillas deportivas de marca cara, apenas pude disfrutar de la cita, de la primera cita con treinta y cinco años sobre mis hombros, porque en todo momento estuve pendiente de descubrir cualquier rasgo, frase o acción que desenmascararan la traición de Sergio, que probaran que sólo pretendía mofarse de mí, de mi envidia, para que pudieran pasárselo en grande todos los empleados de la oficina. Por otra parte, me torturaba intentando convencerme de que mis suspicacias empezaban a raer la frontera de la histeria, y que la histeria sólo era una válvula de escape ante la irresolución, ante el temor al fracaso, especialmente porque Sergio se estaba mostrando paciente, tolerante y encantador, pese al carácter agrio y distante que yo me había empeñado en representar.

Una tenue llovizna fue calándonos poco a poco. Aparentamos desentendernos de ella y durante un largo rato seguimos deambulando pausadamente, en silencio, intercambiándonos gestos de agrado y miradas de soslayo. Empapados ya, Sergio se decidió a hablar:

—¿Qué te parece si nos acercamos a mi casa? Vivo a escasos trescientos metros. —Señaló con la cabeza hacia las viviendas que aparecían sobre la margen del río—. Podemos tomar algo y secarnos un poco —farfulló entre dientes, sin poder ocultar lo agitado que se encontraba—. Te aseguro que la invitación es absolutamente bienintencionada —tuvo que añadir al detectar la ojeada envenenada que yo le había arrojado.

—A ver si, por bienintencionada, se convierte en excesivamente aburrida —dije ante el estupor de Sergio. Lo dije porque era una frase hecha que había oído pronunciar en cierta ocasión a Lucía, y llevaba muchos años ensayándola, esperando la ocasión para, también yo, poder espetársela a algún hombre, y no porque realmente estuviera convencida de que acceder a semejante ofrecimiento fuera lo más acertado teniendo en cuenta la sucesión de reparos que tanto me alarmaban.

Sin detentar el valor suficiente para echarme atrás, acompañé a Sergio hasta su apartamento. Allí no pudo cumplirse ninguno de los tópicos de las películas románticas con los que yo siempre había fantaseado, porque no había una cálida chimenea ante la que acomodarse, ni Sergio disponía de prendas adecuadas para que pudiera cambiarme, ni tampoco me invitó a ponerme una camisa o un pijama suyo porque ambos sabíamos que me hubiera negado rotundamente. Y, por supuesto, lejos del talle esbelto y tentador que lucían las protagonistas de aquellas historias del celuloide, allí no había más presencia femenina que el desmedido volumen del mío. Así que, mientras él se introducía en la alcoba para mudarse de ropa, yo, con la mía inundada, pasé al cuarto de baño.

Me llamó la atención lo ordenado que estaba todo. «¡Para que luego hablen de la anarquía en la que se desenvuelven los hombres cuando viven solos!», pensé. Lo único que parecía no estar colocado en su lugar pertinente era la abultada pesa de acero depositada sobre la encimera de mármol, junto al lavabo.

Me miré en el espejo. Con el pelo húmedo y desaliñado, el maquillaje corrido y mi cuerpo obeso, no parecía precisamente una sílfide como para que Sergio se interesara por mí. Si hubiera conocido a Raquel o a Lucía..., sin duda hubiera preferido a alguna de ellas.

Vi la báscula justo enfrente del bidé. No pude resistirlo y me puse encima, aunque bien sabía que marcaría los ochenta y cuatro kilos de siempre. Sin

embargo, permanecí atónita sobre ella. La aguja marcaba cuarenta y seis. Bajé y volví a subir mientras notaba el pulso palpitando vigorosamente a ambos lados de mi cabeza. Cuarenta y seis. Me sentí desfallecida, desorientada. La báscula debía indicar ochenta y cuatro. Llevaba muchos años pesando lo mismo, siempre ochenta y cuatro, nunca un kilo de menos, aunque, afortunadamente y gracias a los rigurosos métodos adelgazantes que utilizaba, tampoco uno de más.

Oí a Sergio preguntar por mí. A continuación se escucharon unos golpes en la puerta, pero no respondí. Él entró preocupado y me encontró temblando ligeramente sobre la báscula.

—¿Qué pasa, Anabel?

La respuesta se hizo esperar un poco.

—Tu báscula... está estropeada. Yo peso ochenta y cuatro y aquí indica cuarenta y seis —grité enojada.

—¿Ochenta y cuatro? —Modificó su expresión adusta y rió sonoramente—. Eso es imposible.

Prendió mi mano con afecto al verme tan confundida. Tomó una toalla y enjugó delicadamente las gotas de sudor que iban abriéndose camino entre los surcos que la zozobra escariaba sobre la piel de mis mejillas.

Entonces lo vi todo claro. Esa chispa de luz que siempre aparecía en los momentos de mayor apuro me hizo saber que lo que decía Sergio formaba parte de la trama, de esa maquinación urdida para ridiculizarme ante todos. Sin duda, habría manipulado la báscula porque tenía previsto que iríamos a su casa, y también sabía que me pesaría cuando la viera en el cuarto de baño; todas las gordas se pesan cuando encuentran una báscula tan a mano.

Experimenté una indómita sensación de angustia, y un odio profundo contra él. Aferré la pesa y le asesté un golpe seco en la cara con el cilindro de acero.

Vi la báscula justo enfrente del bidé. No pude resistirlo y me puse encima, aunque bien sabía que marcaría los ochenta y cuatro kilos de siempre. Sin embargo, permanecí atónita sobre ella. La aguja marcaba cuarenta y seis.

Sergio se tambaleó y acabó desplomándose ante mis pies sin que brotara de sus labios ni un minúsculo quejido. Su cabeza, hendida, descansó sobre la superficie de la báscula. Nueve kilos, marcó la aguja.

Me marché de allí como alma que lleva el diablo. De camino, pasé junto a la farmacia de guardia. Con la excusa de comprar una caja de aspirinas, aproveché para pesarme en la máquina electrónica. El número cuarenta y seis 9 parpadeó en la pantalla reflejando un tenue fulgor. Miré de reojo a la dependienta, que, me pareció, sonreía con una insinuación visiblemente burlona.

Llegué corriendo a mi casa. Entré precipitadamente en el cuarto de baño y me pesé. Ochenta y cuatro kilos, manifestó mi báscula. Respiré aliviada, encendí un pitillo y me dispuse a preparar la soja para la ensalada.

**¡Qué cansados!** Juan Márquez Cervera.  
3<sup>er</sup> premio en la IV Edición BAROS (2014)



**La felicidad es cosa muy seria.** Alicia Rodríguez Massó.  
1<sup>er</sup> premio en la VII Edición (2017)

Helga era gorda a secas. Ni rellenita, ni entrada en carnes, ni subida de peso. No había aplicarle ningún atenuante pues era de una gordura rotunda, contundente y buscada, fruto de muchos años de dedicación. Su inmenso volumen ya se adivinaba desde que estaba en la prominente barriga de su madre pues necesitó cuatro días de parto para abrirse camino a este mundo. La familia precisó contratar a dos carpinteros que se afanaron durante meses para construir una cuna reforzada que aguantase tan formidable criatura.

Fue una niña muy feliz a la que sus compañeros de colegio apodaron cariñosamente “doblete” pues siempre necesitó dos sillas y dos pupitres para poder sentarse. Cuando terminó sus estudios, consiguió un trabajo como vendedora a domicilio en la ciudad. Esta ocupación le obligaba a realizar frecuentes caminatas y le fascinaba la sensación que le producía desplazarse por calles abarrotadas comprobando cómo con su avance desplazaba a la humanidad igual que la proa de un trasatlántico aparta el agua a su paso.

Su existencia tranquila y plácida cambió de repente el día que necesitó el servicio de un taxi para acudir a un domicilio en las afueras.

Nunca pudo explicarse muy bien cómo sucedió. Entró en el vehículo con cierta dificultad y, como solía ser habitual, necesitó un buen rato para acomodarse en el asiento. Tras dar al conductor las señas de su destino, decidió disfrutar del paseo. Sin embargo, el trayecto fue corto pues quedaron atrapados en un tremendo atasco durante horas. Entonces Helga, al igual que un mago mete la mano en su chistera, abrió su bolso y comenzó a sacar comida sin fin.

Engulló de forma mecánica al ritmo que marcaba el claxon in crescendo de los coches que les rodeaban y con un apetito voraz un sándwich de jamón que le había sobrado del día anterior, una porción de pizza que acababa de comprar, una bolsa de patatillas, una manzana, un paquete de galletas y unos bombones chorreantes de licor. Ella aseguró siempre que lo hizo más por entretenimiento que por hambre. Cuando al fin el coche se pudo liberar de la tela de araña de

vehículos que lo habían atrapado y comenzó a moverse, Helga cerró el bolso y se removió en su asiento intentando poner orden en su lucha contra las costuras de un vestido que se empeñaba en mermar de forma obstinada.

El taxi llegó a su destino y una vez estacionado al borde de la acera, un conductor más intimidado que curioso ante tal volumen encajado en su asiento trasero, se giró anunciando el importe de la carrera. Helga pagó con una sonrisa de agradecimiento, se despidió educadamente y abrió la puerta disponiéndose a bajar. Entonces algo inaudito sucedió. Fue incapaz de salir del coche.

De nada sirvieron todos sus esfuerzos combinados con los de un chófer sudoroso tirando de sus brazos o empujando por el lado contrario. Los kilos que había engordado durante el trayecto la habían anclado al coche con tal firmeza como una plataforma lo está al lecho marino.

Los improprios del conductor quejándose por la pérdida de horas de trabajo que le acarrearía el problema comenzaron a atraer las miradas de los curiosos que pasaban por allí, formándose un grupo de personas expectantes y portadoras de ideas para la liberación.

Alguien propuso arrancar el lateral del coche, a lo que el taxista se opuso vehementemente, otros sugirieron emplear barras como palanca, tirar con cuerdas o incluso dar la vuelta al coche y agitarlo, pero nada funcionó. Helga estaba atrapada sin remedio. Finalmente, llegó a un acuerdo con el taxista y se decidió que el hombre seguiría utilizando el coche para el transporte de sus viajeros, llevando detrás a una Helga feliz por recorrer la ciudad y conocer gente nueva.

De nada sirvieron todos sus esfuerzos combinados con los de un chófer sudoroso tirando de sus brazos o empujando por el lado contrario. Los kilos que había engordado durante el trayecto la habían anclado al coche con tal firmeza como una plataforma lo está al lecho marino.

Tanto éxito tuvo la idea que en tan solo unas semanas el taxi había generado tanto dinero como en los últimos cinco años juntos pues se corrió la voz y todo

el mundo quería conocer a la mujer atascada, así que se rifaban un viaje a su lado. El chófer emocionado llegó a pedir en matrimonio a Helga, propuesta que amablemente ella rechazó muy azorada porque no se reunían las condiciones necesarias, principalmente de movilidad, y no le parecía adecuado celebrar un evento tan importante como era una boda en un taxi.

Un día Helga se cansó de tanto viajar y llegó a la conclusión de que la única manera de salir de allí era adelgazando. Así que, por primera y única vez en su vida, hizo una dieta. Unos viajeros fieles y felices de ayudarla le proporcionaron todo tipo de alimentos bajos en calorías, desde unos táperes repletos de lechugas, acelgas y espinacas hasta unas milagrosas frutas tropicales quema grasas casi desconocidas. Perdió tanto peso y tan rápido que cuando se puso por fin en pie tras varios meses sentada estaba irreconocible. La ropa colgaba de manera desgarbada sobre su delgado cuerpo como si hubiese robado aquellas prendas o las hubiese heredado de una hermana mayor y una media melena con flequillo que antes enmarcaba un rostro redondo y arrebolado, ocultaba ahora uno alargado y tranquilo.

Retomó su trabajo de vendedora y continuó recorriendo las calles, aunque a veces se sentía naufragar entre las multitudes de peatones que aplastaban todo lo que se encontraba a su paso igual que una manada de tiburones. Entonces comenzó a entender lo que era ser realmente feliz. Ahora sí que podía ir a todas las tiendas de ropa que quisiera e incluso era capaz de doblarse para atar los cordones de sus zapatos, había perdido junto con sus quilos el tremendo cansancio que siempre la acompañaba.

Helga comprendió que así se podía vivir mejor y decidió no volver a engordar. La felicidad era cosa muy seria para ella.

**Sospechosos habituales.** Diego García Criado.  
2º premio en la IV Edición BAROS (2014)



**La Monstrua.** María José Gutiérrez Lera.  
3er premio en la IV Edición (2014)

*Este cuento está basado en la historia de Eugenia Martínez Vallejo, llamada la Monstrua, una niña con obesidad que vivió en la corte española durante el reinado de Carlos II de Austria, de sobrenombre el Hechizado.*

En una aldea cerca de Madrid, allá por mitades del siglo XVII, nació una niña muy gorda. Su madre era también muy gorda, pero tenía nueve hijos, y las señoras que tienen nueve hijos, a veces, son así. Su padre también era gordo, pero él disfrutaba comiendo

En una aldea cerca de Madrid, allá por mitades del siglo XVII, nació una niña muy gorda. Su madre era también muy gorda, pero tenía nueve hijos, y las señoras que tienen nueve hijos, a veces, son así.

mucha y jugosa carne de cordero y rebosantes fuentes de garbanzos, todo acompañado de enormes, descomunales, hogazas de pan. Y los señores que comen así suelen excederse de peso.

Pero lo de la niña era algo que se salía de la norma. Desde los primeros meses tuvo que dormir en un colchón en el suelo porque desbordaba la cuna de sus hermanos. Su madre pronto hubo de darle leche de los animales porque con el pecho no tenía bastante, y había que hacerle ropa nueva casi cada semana. Cuando cumplió cinco años, la madre estaba hastiada de verla por allí, siempre sentada y torpona como un sapo, porque con sus dimensiones apenas sí se podía mover. Entonces se hizo con una pieza de terciopelo, le cosió un traje, la arregló, se la dio a un ama y la puso en el camino de Madrid.  
- ¡Hala, a la corte! -gritó. Y la niña gorda nunca más volvió a la aldea.

\*\*\*\*\*

Cuando llegó a la corte de manos del ama, Eugenia causó sensación. Damas y caballeros la acogieron con jolgorio y entusiasmo. Estaban cansados de contemplar enanos, mujeres barbudas, hombres sin miembro viril, bobos, deformes y otras novedades dignas de admiración, pero una niña tan, tan gorda como aquella no la habían conocido ni esperaban conocerla nunca.

La pequeña Eugenia se sintió sorprendida y luego feliz de ser el blanco de todas las miradas. Se regodeó en el placer infantil, que descubría por primera vez en su vida, de ser la principal ocupación de los mayores.

Pero cuando un ayuda de cámara anunció con tres bastonazos en el suelo la aparición del rey, cuerpos y rostros se volvieron hacia la puerta y Eugenia se quedó sola y abandonada en mitad del salón reluciente y tuvo un poco de miedo. Luego se enfadó al ver cómo los cortesanos se inclinaban y las damas se agachaban, la rodilla hasta el mármol, al paso de un horrible joven que avanzaba renqueante por el pasillo, poco ocultas por una capa de terciopelo negro sus formas mal calculadas. Le dieron celos y tristeza, aunque el mohín de su rostro cambió al cruzar una mirada curiosa con aquel hombre que la observaba a ella de la misma manera. Y entre los dos circuló una sutil corriente de simpatía.

\*\*\*\*\*

La pequeña Eugenia fue feliz en la corte. Los caballeros le reían las gracias y las señoras la mimaban, la obsequiaban con trozos de dulces y frutas y le permitían jugar con sus animales de compañía. Tenía hermosos vestidos de raso y terciopelo y el ama y una doncella para ella sola. Todo cuanto quería se lo daban, iba a donde decidía y su única obligación era residir allí. En palacio no hacía frío, no faltaba comida, a menudo había música y ella era importante. Sin hermanos con los que competir ni hermanas con las que ser comparada, Eugenia tenía su lugar. Sin embargo, quien mejor la trataba era el rey, que tenía hacia ella continuas atenciones. Con los demás podía mostrarse despreciativo, hiriente o remilgado, coger repentinas simpatías o antipatías y hacerlos blanco de descabalados caprichos, pero hacia ella era todo respeto y ternura. Eugenia aprendió pronto que se le debía pleitesía, y, como no podía agacharse a su paso, como hacían los demás, debido a su desmesurada envergadura, siempre lo saludaba cariñosamente con la mano.

Pasó el tiempo y Eugenia crecía en volumen, porque de altura poco aumentó. Tampoco era muy inteligente, porque todo en ella se desarrollaba lento y pesado, pero sí una niña dulce, de fácil carcajada. Conforme pasaban los años su cercanía hacia el rey se estrechó cada día más. Él iba a buscarla muchas veces y se acostumbró a tomarla de la mano y llevarla consigo en el trabajo y en el ocio. Ella soportaba estoicamente largas sesiones de consejo, horas de peluquería y pruebas de sastrería y calzado, y el rey charlaba con Eugenia como con un amigo. Muchas tardes de sin quehacer la llevaba a su despacho y la hacía sentar a su lado entre cojines de plumas diseñados especialmente para su gordura. Y de tanto en tanto, en días de tedio y tristura que abundaban, se inclinaba hacia la niña y murmuraba:

- Tú me comprendes, ¿verdad, Eugenia?

Y ella siempre respondía:

-Sí, majestad, yo os comprendo.

Sentada en aquellos almohadones, Eugenia vio desfilar día tras día por la cámara real a procesiones de sabios, médicos, cirujanos, boticarios, alquimistas, curanderos, herbolarios, exorcistas, hechiceros, magos, astrólogos, entendidos, extranjeros, visionarios, iluminados, habladores y cuentistas que con sus ungüentos, rezos y palabrerías pretendían curar al rey de sus congénitas

malformaciones y devolverle su cada día más maltrecha salud. El rey soportaba todo aquello con apatía y resignación, y al marchar cada uno de aquellos -a menudo- charlatanes, se inclinaba hacia Eugenia y le susurraba:

-Pero tú me comprendes, ¿verdad?

Y ella siempre respondía:

- Sí, yo os comprendo, majestad.

Un día, el rey mandó llamar a su pintor de cámara para que hiciera un retrato de Eugenia. Halagada, la niña se mostró de acuerdo y posó con gracia para aquel virtuoso, una vez vestida de primoroso terciopelo rojo, como una princesa, y otra disfrazada de dios Baco, lo que le pareció muy divertido. El rey admiró las obras, que se colgaron en palacio, y los dos, Eugenia y él, pasaban a menudo a contemplarlas satisfechos, ella porque la habían inmortalizado y, obesa y todo, se veía hermosa; y él porque representaban a la niña Eugenia.

\*\*\*\*\*

Eugenia vivió catorce años y luego su mecanismo se atrofió. La grasa impidió el correcto desarrollo de sus funciones y se apagó como una gruesa vela consumida en las mismas habitaciones del rey.

El día en que el corazón de Eugenia se paró se declaró el luto en la corte y dice la leyenda que el rey lloró mientras dictaba al notario estas palabras:

- Por expreso deseo y decisión nuestra, ordenamos que la niña Eugenia Martínez Vallejo, llamada la Monstrua, sea enterrada en nuestro mismo panteón, pared con pared de nuestra propia tumba, con total y absoluta preminencia sobre cualquier persona, hombre, mujer o niño, que haya habitado, habite ahora o haya de habitar en el futuro esta o cualquier otra corte cristiana, ocupando en caso necesario nuestro mismo lecho. Y todo aquel que incumpliera esta orden y mandato durante nuestra vida o después de nuestra muerte quedará bajo nuestra autoridad o la de cualquiera de nuestros sucesores, que lo harán castigar como merece. Por decreto real fecho y firmo, a tal de tal del maldito año en que vivimos.

\*\*\*\*\*

El rey apenas sobrevivió un año a la muerte de Eugenia. Fue llevado a su panteón con todos los honores y su decreto se cumplió, porque no hubo más remedio. En efecto, dicen quienes fueron testigos que aquella fue la ocasión en que con más fuerza y seriedad durante toda su vida ejerció la autoridad aquel desafortunado Carlos, Rey de las Españas.

**Este lunes empiezo.** Enrique Balenzategui Arbizu.  
1<sup>er</sup> premio en la V Edición BAROS (2015)



**Escritor.** Rogelio Rodríguez Cáceres.  
2º premio en la IV Edición (2014)

Sé que soy desagradable de mirar.  
Sé que, cuando devoro, parece que nada  
vaya a quedar para los demás.  
Sé que mi sudor incomoda.  
Sé que cuando me agacho, resulto ridículo.  
Sé que soy demasiado tranquilo.

Hasta ayer, pensaba ser así por mi obesidad,  
pero hoy comprendo que es a causa de ti.

Sé que no soy agradable de mirar,  
porque toda la belleza está en ti;  
sé que, al contemplarte, parece que  
vaya a devorarte con la mirada y  
a no dejar nada para los demás;  
sé que mi sudor incomoda  
a los envidiosos que no tuvieron  
que luchar como yo para llegar a ti;  
sé que cuando me agacho, resulto ridículo,  
porque hoy ya no se pide la mano arrodillado,  
y sé que soy demasiado tranquilo,  
porque quiero esperarte, acompañarte y amarte hasta el final.

**Hambre.** María Dolores Albero Gil.  
1<sup>er</sup> premio en la V Edición (año 2015)

Después de tanto tiempo, hoy me he reencontrado con Merche, que sigue pareciendo una sardina prensada, y así se lo he dicho, luego de que ella me haya llamado “ballenita”.

Ya de crías -medio en serio, medio en broma-, nos decíamos cosas así, porque ella siempre ha estado como un hilo y yo a su lado parecía “la gorda”, pero entonces sólo era una cuestión de comparaciones. Aun así, no me gustaba nada que, en las diversas ocasiones que estábamos juntas, alguien que se refiriera a nosotras por algún motivo, dijera: “No, la otra, la gordita”. Porque yo no quería ser esa, pero el caso es que lo era, ya que Merche y las demás amigas parecían de Biafra, como me decían en casa cuando me empeñaba en hacer régimen:

- Ni hablar –se me plantaban mis padres, muy enojados-, ¿es que quieres enfermarse? Será que es más bonito estar en los huesos, como los pobres niños de Biafra...

Ahora Biafra ha pasado a llamarse Somalia y únicamente los que éramos niños en los años setenta recordamos aquella espeluznante hambruna. Los veíamos en la “tele” y eran un espectáculo dantesco, pero yo no quería estar como ellos, sólo un poquito más flaca de cómo era. Tanto era mi complejo y mi insistencia, que mi madre me acabó llevando al médico, y don Santiago opinó que estaba en una edad en la que las hormonas se hallaban en ebullición e iba a ser complicado y poco conveniente perder peso.

- Vamos a dejar que la niña desarrolle y luego ya veremos...

Total, que desarrollé, que decía don Santiago, y me puse más gorda, cosa que también consideró normal, “hasta que no pase un tiempo en que todo se recoleque... vamos a darle un plazo; no vayamos a empezar la casa por el tejado”. Al parecer, para él todo era cuestión de tiempo; ese empeño en darme largas me abrumaba, porque no parecía tener en cuenta que cuando las chicas entran en la edad “del pavo” lo último que quieren es estar sobraditas de peso.

Como, seguramente, el dichoso médico y mis padres seguirían encontrando nuevos inconvenientes, me decidí a dejar de comer por mí misma, pero era

muy duro y, a la mínima, caía en la ansiedad y me comía en una noche lo que desprecié en una semana. Porque las noches eran tremendas, me entraba un hambre voraz, sobre todo desde que en el instituto todo me iba mal, pues en la segunda evaluación había suspendido unas cuantas y el chico que me gustaba ni me decía “hola”. No podía dejar de pensar que la culpa la tenían mis kilos, porque Merche no era en absoluto guapa, pero los chicos la seguían y la miraban con los ojos haciéndoles chiribitas.

Como, seguramente, el dichoso médico y mis padres seguirían encontrando nuevos inconvenientes, me decidí a dejar de comer por mí misma, pero era muy duro y, a la mínima, caía en la ansiedad y me comía en una noche lo que desprecié en una semana.

Una vez fuimos a un casting para un pequeñísimo papel en una película que iba a filmar el tío de un conocido y a Merche la contrataron al primer parpadeo, mientras que a mí me excluyeron sin darme siquiera la oportunidad de hablar. Ese día volví a casa tan enrabiada que me comí de golpe todo lo que había en la nevera y, de postre, dos tabletas de chocolate. Pese a mis sentimientos de culpa, seguí así los días sucesivos, hasta que no pude atarme el pantalón y me tuve que vestir como una vieja, con una falda hasta los pies y un jersey enorme que en mi cuerpo parecía pequeño, porque marcaba bien los blandos michelines.

La angustia de engordar me hacía comer más y la ingesta compulsiva y exagerada me aumentaba de talla a cada poco. Era una situación caótica a la que no sabía cómo enfrentarme, y menos cuando me martilleaba el miedo a no salir del círculo vicioso, porque la gente de mi familia es, más bien, gruesa y ya se sabe que la herencia genética es de gran peso. Y más en el peso, nunca mejor dicho.

Ese día volví a casa tan enrabiada que me comí de golpe todo lo que había en la nevera y, de postre, dos tabletas de chocolate.

El día en que el chico que me gustaba se ennovió con Merche, no quise otra cosa que morirme, y a lo mejor por eso, cuando todos dormían, me levanté y me di el atracón padre, dispuesta a suicidarme con comida, que era el único placer que conocía en la vida. De un modo compulsivo, vacié el frigorífico y me llené hasta caer redonda y rodar por las baldosas como una peonza. Lo de rodar fue adrede, claro está, nadie rueda espontáneamente, pero yo era ya una bola lo suficientemente grotesca como para poder lograrlo, así que primero probé en la casa y, cuando me sentí como el balón gigante de sebo que se deslizaba sin obstáculo, abrí la puerta y me despeñé por las escaleras, hasta llegar al primer rellano, donde choqué con el macetero de terracota que se estrelló contra el cristal de la claraboya. El ruido fue monumental y todos los vecinos salieron en pijama a ver qué pasaba. Temieron el estallido de una bomba, que por aquellos tiempos no hubiera sido extraño.

- ¡La gorda tenía que ser! –fue la exclamación unánime, hundiéndome más en la miseria.

Había salido ilesa de mi episodio por el Despeñaperros, pero me sentía un poco atolondrada y muy dolorida.

Alguien comentó que me habría roto todos los huesos, pero enseguida hubo algún gracioso con el chiste de que dónde tenía yo los huesos, sino bien camufladitos en chichas. Mis padres vinieron a socorrerme angustiados y, al día siguiente, magullada y maltrecha, volvimos a la consulta de don Santiago, que me mandaría a un psicólogo.

Mamá se opuso y, entonces, el doctor aquel tuvo la idea más brillante de su vida, diciéndole que no sólo tenía que ir yo, sino las dos juntas, porque los hijos siempre pagan los platos rotos de sus padres, y donde hay una hija problemática es casi seguro que la madre aún lo es más. Ella se enojó de un modo virulento, le recriminó que nos estuviera perdiendo el respeto y juró no volver al consultorio. En esa reacción don Santiago lo vio más que claro, y, pese a la dureza de sus palabras, nos retuvo con una pregunta que a mamá no le hizo ninguna gracia:

- Vamos a ver, Teresa, ¿usted es feliz?

- No hemos venido aquí por mí, sino por la niña... -trazó de zafarse.

- Contésteme, por favor, es sumamente importante.

Mamá refunfuñó algo para sí misma, se retorció las manos y tomó asiento de nuevo:

- Pues sí... -fruncía los labios-. Qué quiere que le diga... Soy feliz como todos... Nadie es feliz...

- Hable por usted, los otros no importan ahora.

- Qué sé yo, don Santiago, una no se plantea esas cosas... Acuérdense de mi desgracia; ¿no cree que ya tuve bastante?

La “desgracia” a la que aludía mamá era su parto doble, en el que sólo yo había sobrevivido. Mi gemelo era un niño, que era lo que deseaba mi padre, y tal vez ella también, aunque nunca lo expresara. Probablemente me odiaron en esos inicios de mi llegada al mundo, al preferir que el superviviente hubiera sido Alfredo, para el que tenían preparado incluso el nombre. Para mí no había ni eso, ni nombre, porque en un pueblo de cuarenta habitantes ninguna mujer embarazada sabía si lo que llevaba en sus entrañas era una personita o dos, pero lo lógico era esperar sólo una.

No se sabía si por causas del destino o por un ineficaz trabajo de la matrona, además de perder a Alfredito, mamá había quedado imposibilitada para volver a dar a luz, así que la ilusión de acunar a un niño varón era imposible y, tal vez inconscientemente, se había generado en mis padres una extraña e ilógica animadversión hacia mí, cosa que sólo la psicología podría desentrañar. Y de ahí que don Santiago nos mandara al psicólogo.

- No hacemos nada poniendo dietas, si no atajamos el mal de fondo. Lo que ha hecho Martita no ha sido una chiquillada, tiene su importancia y se la vamos a dar. Ella no come por comer, come para tapar vacíos en su alma. Es decir, algo le falta, y ese “algo” se lo contará al psicólogo, y el psicólogo le ayudará.

- Oía a don Santiago y yo no acertaba tampoco a saber a qué se refería. No tenía conciencia de que me faltara nada, porque en la portada del libro de mi vida todo parecía normal: unos padres que me querían, me educaban, me daban lo necesario, y hasta algún capricho. Si en algo me regañaban consideraba que para eso eran mis padres, para trazar mis líneas de conducta. Pero un día, ya de mayor, supe que no sólo de pan vive el hombre, y entonces lo comprendí todo de golpe.

La dinámica era: su forma de quererme era neurótica, narcisista, en realidad no sabían querer, sino exigir. Tal vez era el modo de educar en aquel tiempo, pero ellos sólo atendían a sus demandas y cuando yo necesitaba algo que se saliera del orden diario, me increpaban, me hacían sentir culpable y se echaban las manos a la cabeza lamentándose de haber tenido tan mala suerte en la vida. Era su conducta habitual: quejarse y culpabilizar.

Yo me sentía inmensamente desgraciada y era verdad lo que don Santiago había dicho, que estaba llena de agujeros en el alma, agujeros que daban frío y miedo y que yo trataba de tapar con comida, ese placer que sí estaba al alcance de mi mano. ¡Pero a qué precio! Al margen del placer inmediato, no había ni una sola cosa que fuera positiva: me amenazaban enfermedades en tromba (diabetes, desgastes articulares, problemas cardiovasculares...), me había quedado sin amigas, porque ellas “ligaban” sin tregua y ya se habían emparejado todas, dejándome totalmente al margen de sus vidas. Tampoco encontrar un empleo era sencillo, dada la importancia que se le prestaba al aspecto físico, algo que me dejaban bien claro en cuantas oficinas iba a repartir mi currículum. Y qué decir de enamorar a un hombre. Y de la ropa... Nunca había nada de mi gusto que tuviera mi talla, y aun cuando conseguía entrar en alguna prenda, era como por embudo, pareciendo finalmente una grotesca morcilla.

De esa forma, no era fácil estar contenta ni tener autoestima, ¿quién dijo que los gordos somos felices? Circula esa leyenda, pero no es otra cosa que eso, una leyenda. Los gordos somos las personas más tristes del mundo, porque el mundo nos rechaza de un modo cruel. Y aunque dicen que la moda ha dado lugar a esta tiranía, yo creo que es intrínseco al ser humano porque, cuando vamos al pueblo -ese pueblo que tenía cuarenta habitantes cuando yo nací,

No es sólo la moda, hay un “chip” en la cabeza de la gente que hace que la gordura cause mofa y rechazo, y yo sé muy bien lo que digo, aunque haya quien me recuerde que Rubens pintaba gordas. Sí, y también Botero, pero... ¿y eso qué importa? Al fin y al cabo, son artistas y reproducen la realidad, quizá para demostrarse a sí mismos lo buenos que son en lo suyo, que hasta crean arte con lo que nadie quiere mirar. Un desafío.

en donde ya no quedarán ni veinte- nadie conoce a las afamadas y flaquísimas modelos y actrices de hoy día, pero todos me miran mal, incluso los viejos. No es sólo la moda, hay un “chip” en la cabeza de la gente que hace que la gordura cause mofa y rechazo, y yo sé muy bien lo que digo, aunque haya quien me recuerde que Rubens pintaba gordas. Sí, y también Botero, pero... ¿y eso qué importa? Al fin y al cabo, son artistas y reproducen la realidad, quizá para demostrarse a sí mismos lo buenos que son en lo suyo, que hasta crean arte con lo que nadie quiere mirar. Un desafío.

Y es que, además, en el Barroco, la gente podría ser así y estar estupenda, quién sabe -las curvas pueden ser bellas si están dentro de un canon, soy la primera en admitirlo; bastante más atractivo que los huesos de las anoréxicas-. Pero lo mío ya no son curvas, son montañas onduladas que no sé cómo quitarme de encima, porque fracaso en todas las dietas y mi vida es un yo-yo muy penoso, pues cuando he logrado adelgazar treinta kilos, vuelvo a caer en la ansiedad y los recupero en menos de un mes.

Acabé yendo al psicólogo, y no una sola vez, sino muchas. Pero la fuerza de voluntad es mía y mis problemas también. Cuando la autoestima no existe, una es pasto de todos los males, y, así, ni me di cuenta de que el hombre que me rondaba sólo se quería aprovechar de mí. “Por fin me quiere alguien, y es guapo, y de mi edad, ¡la vida es bella!” –me dije, por completo incrédula. Y fue cuando adelgacé casi cuarenta kilos, porque había llegado a sobrepasar los cien y aun con cuarenta menos, me sobraban. Nunca me he visto tan guapa, tan bien plantada ni tan feliz. Pero luego de un año creyendo que Cupido había sido bueno conmigo y que la vida me premiaba al fin, sucedió que me quedé embarazada y todo lo que había adelgazado en cuatro meses, lo arruiné en un momento. Me puse más gorda que antes y mi supuesto hombre salva vidas (¿o salva gordas?) huyó de mi lado sin decir ni mu.

De pronto, me vi con un niño que alimentar, en la calle, sin trabajo y sin nada, a merced de la caridad del Estado de Bienestar, hasta que cesó la ayuda. Tuve que volver a casa de mis padres, gorda, desesperada (y deshonrada, según ellos).

Así la situación sólo empeora. Necesito volver a hacer un régimen, pero si el psicólogo tiene razón, y sé que la tiene, lo primero que necesito es quererme y plantarme cara. Eso es duro, casi imposible. Si no me he querido en tantos años, ¿cómo voy a quererme ahora, en que todo me falla? El padre de mi hijo desapareció sin decirme nada, pero antes ya había ido dejando las miguitas, como Pulgarcito. Miguitas venenosas que hacían camino para su huida, y eran de la índole de: “no pensarás que me voy a casar con una gorda...”.

Yo le quería y una tiende a pensar que los otros sienten igual. Al fin, él era el único hombre que permanecía a mi lado de algún modo, el único que me había invitado a salir, a convivir... También fue el que me lastimó hondo el corazón y el que me sembró este hijo que ahora complica mi vida un poco más, porque me llena de responsabilidades. Y cuantas más responsabilidades y más problemas tengo, más como. Es verdad lo que opinaba don Santiago: son agujeros en mi alma. Agujeros que no puedo llenar. Y que luchando por ello, me los he multiplicado.

Es un tópico decir que debo pelear por mi hijo. ¿Cómo, si no supe ni hacerlo por mí misma? Pero sólo puedo contarle aquí, en estos folios, y en la consulta del psicólogo, si es que vuelvo, que para ello necesito dinero, y no lo tengo. A mis padres les digo que soy muy feliz con el bebé y que Armando volverá un día. A Merche, esta tarde, le he dicho lo mismo. Pero la única verdad es que la vida me ahoga y sólo tengo hambre, hambre, hambre...

**Tentación.** Raúl Oscar Ifran.  
2º premio en la V Edición (2015)

La tentación de Adán fue una serpiente,  
adopta el diablo formas muy curiosas:  
ricos potajes, sopas muy gustosas,  
las papas crepitando entre los dientes.

Me siento cual Jesús en el desierto  
ante esta mesa llena de placeres;  
una voz dice “come lo que quieres”  
y otra repite “come y estás muerto”.

Vivo con esta íntima lucha mía,  
lo que puedo no siempre es lo que quiero:  
si cada vez mejor huele el puchero  
toda vez que es mayor mi anatomía.

Oh, Dios, modera tanto sufrimiento  
de esta guerra entre el pan y la silueta,  
permíteme gozar cada receta  
sin el regusto del remordimiento.

Si soy tu imagen y tu semejanza  
debes amar el gorgotear del guiso,  
Oh, Dios, no me condenes por la panza,  
¿No entran los gordos en tu paraíso?

**El gordo Beni.** Miguel Ángel Carcelén Gandía.  
3<sup>er</sup> premio en la V Edición (2015)

- ¿Te acuerdas del gordo Beni?

El gordo Beni. La infancia. El pueblo. La salida de la escuela, dejar la cartera en casa, coger dos onzas de chocolate y un trozo de pan, o un bocadillo de pringue, y salir a jugar a la plaza, a la era de Bruno, al descampado de San Antón.

- ¿Que si te acuerdas del gordo Beni? –insiste su mujer, queriéndolo sacar de su ensoñación.

Tendría que decirle que sí, por supuesto, e interesarse por lo que le ha dicho el endocrino, pero no puede sustraerse a los recuerdos que se le amontonan y amalgaman. El gordo Beni. Nunca Benilde Susaeta Vega, siempre el gordo Beni, salvo en clase, cuando el maestro pasaba lista.

- Don Antonio, que digo yo que, si no podía llamarme Beni Susaeta Vega, es que Benilde no me gusta y, además, es nombre de nena.

Y don Antonio, ya sin mirarlo, recitaba la sempiterna respuesta:

- Benilde es de los pocos nombres castellanos que sirven para ambos géneros, junto con Trinidad, Reyes, Cruz, Rosario, Tránsito y Pilar. Deberías estar orgulloso de él, no avergonzado.

Y entre dientes mascullaba: “Pues para eso casi prefiero que me llamen el gordo Beni, la verdad”.

Estaba gordo, gordo y hermoso, que decían los abuelos cuando lo veían corretear por los pretiles de la puerta de la iglesia con los mofletes arrebolados detrás del bocadillo de algún alma caritativa que le hiciera la gracia de calmar sus hambres. Siempre comiendo, ¿cómo no iba a estar gordo?, pensábamos. Mucho después, muchísimo, supimos que

Estaba gordo, gordo y hermoso, que decían los abuelos cuando lo veían corretear por los pretiles de la puerta de la iglesia con los mofletes arrebolados detrás del bocadillo de algún alma caritativa que le hiciera la gracia de calmar sus hambres. Siempre comiendo, ¿cómo no iba a estar gordo?, pensábamos. Mucho después, muchísimo, supimos que sus ansias de comida le venían del ayuno al que lo sometían sus padres.

sus ansias de comida le venían del ayuno al que lo sometían sus padres. A doña Amada le iban con el cuento de que su hijo se pasaba el día comiéndose el almuerzo de unos y otros y por eso las más de las veces lo acostaba sin cenar. Y de desayuno, poco, a ver si de una vez bajaba barriga. Y el gordo Beni con más hambre que un galgo en vísperas de día de caza: lo que no le daban en casa lo buscaba fuera, sobras con las que se atragantaba para poder hacer mayor acopio; un círculo vicioso del que se sentía prisionero y que lo dejaba a merced de nuestra crueldad de niños:

- Si le quitas la boina a Sérvulo sin que se dé cuenta te doy una galleta.

Y allá que se iba el gordo Beni a recibir el garrotazo del anciano.

- Si el domingo tocas la campanilla en el Evangelio y no en la consagración te doy un buen trozo de tocino vetoso.

Y en mitad de la misa el cura le arreaba un sopapo considerable por no estar atento a la liturgia.

- Te has quedado como alelado –dice su mujer mientras se quita el abrigo.

Por aquel entonces no era su mujer, claro, con diez años todavía no habían comenzado la etapa de los enamoramientos infantiles. En aquella época era la pecosa, la hija de la Rosario de la Caridad, la que le daba rosquillas de sartén al gordo Beni sin pedirle a cambio ninguna gracieta. Sin embargo, no hubo de pasar mucho tiempo para que comenzaran a germinar las primeras miradas huidizas entre chiquillos y chiquillas (entre guachos y guachas, como decía Sérvulo), los primeros sonrojos, los mensajes en papel de estraza con “le gustas a Sonia” o “me ha dicho Cifuentes que Pedro quiere ser tu novio”. Quien más, quien menos, todos recibíamos notas de este tipo, hasta Jaime, que era pelirrojo y bizco, aunque lo de los ojos apenas se le notaba por las gafas especiales que le habían comprado. No obstante, Beni el gordo quedó fuera de este juego. Nadie se interesó por él, si acaso para que hiciera de recadero entre unos y otras a cambio de medio bocadillo de foie-gras del que no le gustaba a casi nadie y que él devoraba con suma delectación. En una ocasión sí recibió algo parecido a una declaración de amor: “Eres muy amable y estudioso y eso me gusta”. Bastó para que el muchacho se sintiera la persona más importante del mundo. Aquello difería en mucho de lo que estaba acostumbrado a oír: “Benilde, en ciencias eres un portento, pero si pusieras el mismo interés en matemáticas que en comer otro gallo te cantarían”, aplaudía y recriminaba el

maestro; “Hijo, anda, haz el favor de parar ya, que da grima verte rebañar así el plato”, se quejaba su madre; “Se nos va el jornal en alimentarte, pero ¡buenos brazos estás sacando para el campo, sí!”, se congratulaba su padre, quien decía que al acabar la EGB se olvidase de los estudios.

No hubo más notas amorosas, ni invitaciones al almendro de la era de Bruno, donde se citaban las parejas que querían ir más en serio, ni le dejaron volver a participar en las cruces cuando el juego se transformó en mixto y durante unos minutos la chavalería se rozaba las manos y los brazos en espera de ser rescatada. De niños se le toleraba porque era buen portero y tenía muy buena puntería, mas luego ya no importó tanto eso y no encajó en pandilla alguna, era el gordo Beni, ¿quién lo iba a pretender y para qué juntarse con él? Añoró entonces los días en los que era blanco de las mofas de sus compañeros, mejor eso que parecer invisible, como sucedía a las puertas de la adolescencia.

- El gordo Beni, del pueblo... ¡Chico, parece que te ha dado un aire! –prosigue su esposa-. ¿Sabes?, una vez le envié una nota medio de amor. Cosas de críos, pero es que me daba tanta pena el pobre...

Y más pena dio cuando se supo que su padre había volcado con el tractor y le habían pasado por encima las vertederas. Muerte instantánea, al menos, sin dolor. No hay bien que por mal no venga, le susurró su tía en el velatorio. Se irían con ella a la capital y podría seguir estudiando en el instituto. “¿No estás contento?”. ¡Qué preguntas! ¿Cómo iba a estar contento si se acababa de morir la única persona en el mundo que lo quería tal como era o, mejor dicho, que lo quería precisamente por ser grande y gordo, el único que valoraba su corpachón de coloso custodio de un corazón de niño?

A la romería del Cristo lo invitaron las tres pandillas del pueblo. Por lástima, ¿por qué si no? Sería una especie de despedida. Una carga compartida resulta más llevadera, debieron maquinar. Comió y bebió con todos, y sobrellevó con exquisita paciencia las forzadas palmadas en la espalda que le dedicaban quienes semanas antes habían decidido prescindir de él en tanto no mejorara su imagen. Y al llegar la sobremesa las parejas se perdieron por las orillas del río, o por los pinares de detrás de la ermita, o se tumbaron a dormir bajo las carrascas. Y allí se quedó él, solo una vez más, sobre una manta de felpa a cuadros en la

que hileras de hormigas daban cuenta de las migajas del festín. Había perdido el apetito desde lo del accidente de su padre, sin embargo, su cuerpo no se daba por enterado y continuaba ensanchándose. Su madre no le había hecho la repetida recomendación antes de salir de casa: “No hagas el animal con la comida, contente un poco, hijo”. Ante sí se extendía una tentadora colección de tarteras con tortillas de patatas, pimientos asados, chuletas, ensaladilla..., y decidió marcharse antes de que los romeros vieran la estampa que componía allá en el claro. Caminó hacia la ribera y escuchó unos gritos. Jaime agarraba a Pedro que, tumbado sobre una rama que se adentraba en el cauce asía por los brazos a Carmina, con el agua hasta el pecho. No tardó mucho en quebrarse la rama. Ya eran tres los que estaban en el agua, y aunque la corriente no era fuerte, algo los atraía hacia el fondo. Pili, Andrea y Marcos miraban desde la orilla, paralizados. Marcos se lamentaba a gritos: “¡No sé nadar, no sé nadar!”, y las muchachas por fin se decidieron, entre las dos, a alargar un palo hasta donde de vez en cuando emergían los brazos y las cabezas de sus compañeros. Carmina logró agarrarlo, pero la madera, medio podrida, no pudo aguantar su peso y se partió. Benilde Susaeta Vega, el gordo Beni, huérfano reciente, tardó en reaccionar. Nadie la ofreció unas empanadillas de atún con tomate si se lanzaba al rescate, nadie le prometió media torrija si ayudaba a los chavales, por eso anduvo falto de reflejos (la costumbre de toda una vida pesaba demasiado). Su salto hacia el agua sonó como una explosión, un chapoteo inmenso que hizo más doloroso el relativo silencio de los instantes siguientes. Para sorpresa de todos, la torpeza que demostraba en su medio habitual devino en increíble agilidad bajo el agua. La fuerza del remolino que estaba ahogando a los tres adolescentes poco podía contra su cuerpo poderoso. Asíó primero a Pedro, por el pecho, de una brazada, como si fuera un saco de mazorcas, y lo dejó en la orilla. Se volvió a zambullir y en su segundo viaje trajo a la chica, con medio río en sus pulmones, pero viva todavía. Le costó encontrar a Jaime y cuando lo hizo algo le impedía sacarlo a la superficie, tenía los pies enredados en ramas del fondo. El chico braceaba y se agarraba a Benilde, impidiéndole liberarlo. Desde la orilla sólo veían sombras difusas en lo hondo y alguna que otra burbuja que arrastraba la corriente. Al poco apareció Jaime boqueando, escupiendo agua, llorando, desesperado por alcanzar tierra. Lo socorrieron e hicieron lo imposible por tranquilizarlo. Quien no emergió fue el gordo Beni.

Esperaron y esperaron. Nada.

- Sí, un mensaje amoroso, bueno, ni siquiera eso..., para que no se sintiera tan patito feo... Pero ¿te acuerdas de él o no?

- Sí, ¿cómo no me voy a acordar?, mujer, si fue el que sacó del río a mi hermano. A mi hermano y a otros dos...

En parte le duelen aquellos recuerdos, lo mal que se portó con el gordo Beni y el generoso pago que recibió a cambio. No tuvo oportunidad de agradecerle lo mucho que había hecho por su familia. Por eso decide cambiar de tema:

- ...Pero, dime, ¿qué te ha dicho el endocrino?

- Pues lo que era de esperar, que no abuse de los hidratos de carbono saturados y que incluya en la dieta más proteínas de calidad, que de otra forma me olvide de evitar la flaccidez. Ejercicio moderado y mucho líquido, ¿te suena? Que por lo demás no me tengo que preocupar, todo dentro de la normalidad, que estas jugarretas de las hormonas son fáciles de controlar si se detectan a tiempo.

- ¡Estupendo!

- Me lo ha explicado todo detalladamente. Dice que hay personas que por desarreglos hormonales engordan sin medida comiendo apenas lo justo.

Ahora lo entendía:

- ¿Por eso te has acordado del gordo Beni? –afirma más que pregunta el marido.

- Al principio no, pero me ha venido a la cabeza cuando me ha confesado que él, sin ir más lejos, padeció de obesidad durante la infancia hasta que se puso, con quince años, en manos de un endocrino.

El gordo Beni. Lo encontraron medio kilómetro río abajo, tumbado en la orilla. Creyeron al verlo que había muerto, pero sólo estaba exhausto. Al día siguiente marcharon con su tía a vivir a la capital. La madre creyó que todas las desgracias del pueblo los perseguían y no quiso quedarse

Decidió que en la próxima cita acompañaría a su mujer para disculparse y agradecer, con lustros de retraso, lo mucho que había significado para ellos su presencia en el mundo.

siquiera a la merienda que le prepararon los familiares de los chicos rescatados.

- Y al firmarme la receta y ver su nombre me ha dado un vuelco el corazón. ¡Qué pequeño es el mundo! Don Benilde Susaeta. Me he dado a conocer y

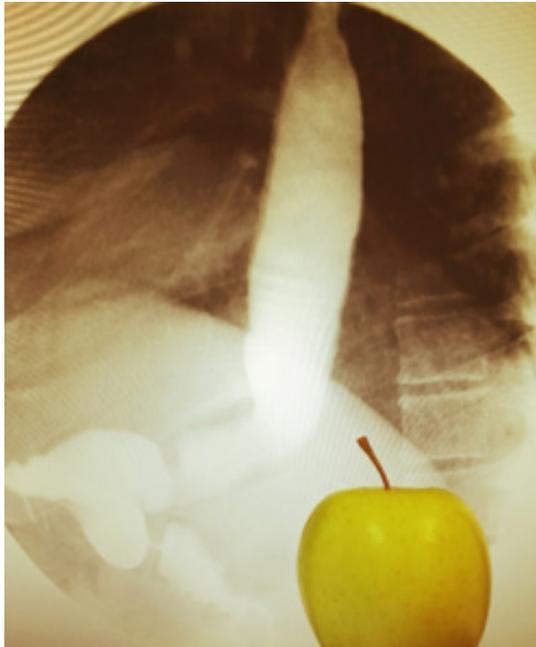
ha estado un cuarto de hora preguntándome por la gente del pueblo. Si me lo cuentan no me lo creo. Parece diez años más joven que nosotros, y de gordura, nada.

Le habían perdido la pista, ya nunca regresó por el pueblo, pero la vida los había vuelto a cruzar.

- ¿Y sabes qué me ha dicho cuando nos despedíamos? Que no lo llamara don Benilde, que sus amigos seguían llamándolo Beni el gordo.

Decidió que en la próxima cita acompañaría a su mujer para disculparse y agradecer, con lustros de retraso, lo mucho que había significado para ellos su presencia en el mundo.

**Tú elijes.** Enric Sánchez  
2º premio en la VI Edición BAROS (2016)



**Alimentación Moderada III.** Óscar Barrera Tévar.  
3<sup>er</sup> premio en la VI Edición BAROS (2016)



**Tú puedes.** Ángel Atanasio Rincón.  
2<sup>o</sup> premio en la VII Edición BAROS (2017)



**No sabe mejor por ser más grande.** Rafael Baitg Casterad.  
3<sup>er</sup> premio en la V Edición BAROS (2015)



**Desamor sobre ruedas.** Peregrina Varela Rodríguez.  
Participante en la V Edición (2015)

Admirando a ese compañero de viaje,  
me sentía afortunada y hermosa.  
Me senté a su lado y se ha apartado.  
Si supiera lo que sufro sin su amor.  
Le sonreí a pesar de todo.  
Me importaba y se lo demostraba.  
Pero él se ha levantado lentamente,

y con cara de lo absurdo de la vida,  
apartando todas mis carnes cariñosas,  
se fue al fondo del autobús sin despedirse,  
de la vida mía.  
Dejándome fría, atónita y depresiva.  
Con el bocadillo en una mano,  
y el pañuelo en la otra  
Para llorar.

**Eliminar la obesidad.** Óscar Barrera Tévar.  
1<sup>er</sup> premio en la VII Edición BAROS (2017)



**Abrazando el deambular de las estaciones desde mi ventana.** Vanessa Cordero Duque.  
1<sup>er</sup> premio en la VI Edición (2016)

**PRIMAVERA**

Frente a mí un gorrión indaga sobre el árbol que mira de frente a la universidad, esa universidad donde yo respiraré un día el mismo aire que el chico de la cazadora roja y las botas amarillas. El tiempo pasa demasiado lento entre estas cuatro paredes celestes, antes eran blancas, pero me recordaban demasiado a los días de hospital, a las miradas de lástima de las enfermeras y de los demás pacientes, no, no quería recordarlo, quería que mis paredes latieran del azul de la respiración adolescente que yacía a mi alrededor, cerca, pero a la vez tan lejos de mí.

Acababa de cumplir diecisiete años y mi cuerpo solo podía transitar de la habitación al salón, y el esfuerzo era agotador. Parecía que sobre mí había caído el ruido de mil bosques, la presión de los violines que a solas me gustaba escuchar, parecía la torpeza más agria que podía habitar en un cuerpo de mujer. En cambio, mi mente volaba a todos esos lugares que mi cuerpo me negaba, ella me llevaba a sentir la lluvia entre mis párpados, la caricia de la acera mojada en mis sandalias nuevas que ya no me apretaban, mi mente me llevaba a un campo de girasoles donde no tenía miedo de caer, con ella recibía aplausos mi timidez, y de su mano alcanzaba la alegría que hoy no acierto a abrazar.

Yo quería, pero mi cuerpo se negaba.  
Era más grande que mi cansancio, más pesado que mis secretos y más lento que todos los milagros lastimados de música y versos con los que trataba de engañar a mi cruda realidad.

Era primavera, mi pecho respiraba ansiedades y los latidos de mis espejos me decían que se habían cansado de no querer dibujar en ellos mi entera figura. Yo quería, pero mi cuerpo se negaba. Era más grande que mi cansancio, más pesado que mis secretos y más lento que todos los milagros lastimados de música y versos con los que trataba de engañar a mi cruda realidad. El horizonte se empezaba a llenar de polen, de flores y nardos, de sonrisas y azucenas, de piel

y escalofríos, pero yo, yo seguí encerrada en mis noventa metros cuadrados de soledad y vergüenza. Pero sabía que un día podría caminar por la misma calle que el chico de la boca de sol y los cabellos de luna y tempestad.

Por la mañana cuando llegaba a la universidad parecía que llovía en su mirada, siempre iba solo, con sus auriculares y su mochila de cuero marrón al hombro. A veces mis dedos, sin ni siquiera darme yo cuenta, acariciaban el cristal de mi ventana simulando rozar sus mejillas, era lo más cerca que podía estar de él, solo su presencia ordenaba un poco mi rutina y hacía pastar auroras deshojadas de esperanza en mi corazón. Era el túnel de color de mis versos y la sábana que tapaba mis ansiedades y complejos.

Me alegraba pensar que él no podía verme, es más, que él nunca querría verme, ¿quién querría cruzarse con alguien que es cuatro veces más grande que tú? Yo jamás podría lucir esas faldas que llevaban las chicas en una estación tan bonita, ni esas camisetas ajustadas con las que presumían de tener un pecho perfecto, yo era un monstruo para mí, para todos, y seguro que también lo sería para él, si me pudiera ver.

Pero eso sí es cierto, nadie le escribiría jamás los versos que le escribía yo. Cuando por las noches mis carnes me asfixiaban y no me dejaban dormir yo le dedicaba a él la madrugada, mis insomnios y la travesura de mis pensamientos de mujer. Yo movía el mundo y lo colocaba a mi antojo, con sus labios pronunciando mi nombre, arrojando mi piel, presumiendo de mi mano delante de sus amigos, riéndonos de la vida, de mi talla XXXL, y dejando juntos atrás esta maldita ventana que era mi único vínculo con el mundo exterior.

La primavera se terminaría marchando y con ella el chico de las islas escondidas en el más bello silencio.

## **VERANO**

No había estación más triste ni larga para mí. Frente a mi ventana la soledad encendía la hoguera y el ruido se perdía entre las voces de la gente que discutía acerca de qué lugar de playa elegir. Mi habitación estaba pintada de celeste, y yo me imaginaba las olas, el azul del cielo, y la arena entremezclándose traviesa entre mis dedos. Tan solo había visto la playa una vez en mi vida hacía cuatro años, cuando aún mis 87 kilogramos no sé habían transformado en los 120 de ahora, me recuerdo con el miedo sobre la piel, con las miradas sobre

mis anchos hombros que parecían un frontón sobre los cuales practicaban los demás sus risas y murmullos varios. Me cuesta olvidar lo que me costó encontrar un bañador de mi talla ¡qué injusto que la ropa bonita esté ajustada solamente a unas medidas determinadas! ¡Qué impotencia que en mi DNI tuviera diecisiete años y en mi manera de vestir pareciera que tuviera 60! Me cuesta aceptar lo asustada que me sentía, trataba de cubrirme a cada instante con la toalla, de mezclarme con el agua para que nadie viera la profundidad de mi tristeza ni la impotencia de mi castigado mutismo. Fue una experiencia agridulce, sentí como una losa de ojos hacían delirar a mi ansiedad, y a la vez la libertad hizo temblar los pudores de la belleza que yo nunca podría tener.

Me imaginaba al chico, sin su cazadora roja y sus botas amarillas, con un bañador de cuadros, cubriéndose el dorso con los rayos de un sol enamorado de él, bebiéndose la sal del mar entre sus cabellos y estrangulando los días junto a alguna sirena que no necesitara esconderse bajo las aguas, ni tuviera que ir a veinticinco tiendas a buscarse un bañador de su talla. Estoy segura que sería una diosa, con su vientre plano, su sonrisa recorriendo cada rincón de su ser, corriendo de un lado a otro por la orilla del mar, con ganas de comerse el mundo y no deseando que éste se la comiera a ella, como me pasaba a mí. Para mí el mundo solo era un deseo sin esperanza, la ternura de unas nubes que estaban en contra mía, un llanto tenue entre los sonidos de mi ventana, el verso palpado sobre la negra fiebre de mi soledad agitaba.

El aumento de las temperaturas le pedían a mi cuerpo deshacerse de la camiseta de manga larga con la que procuraba, inútilmente, cubrir las montañas de mis brazos y el campo descontrolado de mi vientre, y era absurdo ya que nadie me vería, ni siquiera mis padres, pero mi mayor enemiga era mi mente, la voz de mi conciencia, la que me decía que el chico de la cazadora roja nunca me llevaría al baile, que nunca podría llevar una mochila a las clases de Psicología, lo que siempre deseé estudiar, para acompañar y enseñar a ver los colores de la vida a personas como yo, a quienes no lograban sentir la música del mundo, a quienes el mundo se les había vuelto un lugar frito de vacíos en la sartén de la incompreensión y el materialismo.

Desde mi ventana veía siempre los mismos árboles, las mismas formas del Universo, la tierra lozana de la universidad, los autobuses apoderándose de las piernas de tantos estudiantes, los zapatos deslizándose por la calle, unos más rápidos, otros más lentos, pero todos con el ansia descontrolada de vivir

a las puertas de una ciudad tan desconocida para mí. Desde mi ventana la vida pasaba lenta. Vivía arrodillada de espaldas a la realidad, una realidad que no me aceptaba, algo comprensible, porque ni yo misma podía llegar a hacerlo. El otoño ya comenzaba a ser espectador de mis labios rojos y mis pestañas dibujadas, de mi colgante blanco con flores y de los escalofríos que llevaban un nombre que aún no conocía. Las hojas decoraban el suelo haciendo del paisaje un habitáculo lleno de energías renovadas para mí.

## OTOÑO

Los atardeceres comenzaban a teñirse de un naranja melocotón que calentaba mis ojos y despreciaba mi llanto. Por primera vez en mucho tiempo comenzaba a sentir la necesidad de desnudar la vida fuera de la ventana. Me gustaba como la brisa de los primeros vientos de septiembre movía mi pelo fino y revuelto cuando me atrevía a abrir un poco esa ventana que era mi único vínculo con el exterior. De mis bohemios sentimientos también comenzaban a caer las hojas sobre la crudeza de un amor invisible, místico, ausente. Me gustaba la paz del otoño, ansiaba volver a escuchar a través de mi ventana las risas, la alegría y el sonido de las páginas de los libros de los jóvenes que volverían a llenar las aulas y su tiempo de una vida que se me había secado entre los océanos de esperas e inercias del verano. Volvería el azahar de la sombra de la figura del chico que nunca me miraría, que nunca imaginaría la blancura de la que llenaba mis mañanas con solo verlo cinco minutos, soñaría una vez más con su voz acercándose a mis pisadas, y pensaría en la utopía de que no mirara esos 120 kilogramos que se habían convertido en el infierno de una cárcel a la que llamaba casa. Apenas podía bajar las escaleras que me llevaban al salón, no podía atarme los cordones de los zapatos, ni mirarme al espejo sin llorar, me daba pánico pesarme y ver que ni uno de esos fantasmas de grasa se habían despegado de mi cuerpo, por mucho que yo hacía caso de los doctores y tratamientos nada parecía funcionar, y cada día me sentía un poco más sola, bastante más triste y menos fuerte.

Entonces sucedió, era el 24 de septiembre cuando lo volví a ver, desde mi ventana, como siempre, se había cortado el pelo y ahora llevaba el flequillo hacia el lado derecho de su frente y la risa parecía brillarle como si fuera un desorden de mil estrellas. Todo parecía haberse desvanecido a mi alrededor, el eco absurdo de mis complejos fue mordido por su camiseta blanca, y en sus

manos sentí como tiritaba la fuerza de voluntad que creía haber perdido. Vi cómo se le caía al suelo un libro y al girarse a recogerlo miró hacia mi ventana y me vio...juro que sentí detenerse todos los relojes, se me llenaron los ojos de sílabas y letras para regalarle y olvidé los pliegues que se formaban en cada parte de mi cuerpo. Me sonrió y sentí deshacerse el mundo, me volví pequeña, me puse pálida, y prisionera del miedo me escondí tras las cortinas. No había manera de ganarle al sentimiento que se había descifrado esa mañana en los gestos ásperos de mis dudas. En solo un segundo me había hecho sentir que podía resolver todos los crucigramas que llevaban la palabra valentía. La ventana era un lugar seguro, nadie me podía dañar a través de ella, pero yo me sentía huérfana de la belleza que se respiraba fuera, en jardines y veredas, en los abanicos de otras gargantas, yo quería descorrer su voz y leerles a los espejos mis olvidos y tempestades. Quería vivir más allá de la ventana y, sobre todo, por encima de esta enfermedad llamada obesidad mórbida que me estaba llevando a la intimidad del desamparo más amargo e inútil.

El aislamiento solo me había llevado al hábito del miedo, a la agonía de la soledad y a la desidia de una vida tras un cristal.

## **INVIERNO**

Con los pies temblorosos comencé a dar pequeños pasos a diario, aún no salía de casa, subía y bajaba las escaleras de acuerdo al ritmo que la doctora me había sugerido, poco a poco, sin agotarme, pero eso sí, con el verbo superación tatuado suplicante en mi frente y en mi sangre. El primer día me costó, y cuando llegué al último escalón me derrumbé y no pude dejar de llorar durante una hora. Era una manera de derrotar al veneno vegetal del miedo. La vida tenía treinta y cinco pétalos de oportunidades esperando para entregármelas cuando tuviera el coraje de cruzar la puerta de casa, y yo iba a formar con ellas un ramo de infinitos deseos que jamás volverían a ser prisioneros del olor a olvido hacia mí misma.

Las nubes fueron testigos del interrogatorio que la lluvia fría le hacía a mi voluntad. Siempre me había gustado el invierno pues me permitía cubrirme los escombros de mis rodillas, los montes angostos de mis pechos, las arenas movedizas de mis brazos, los barcos sin rumbo en los que se habían convertido mis pies; el invierno se desahogaba conmigo y me hacía extranjera de mi afán podrido de maldecir mi cuerpo a todas horas. Si es cierto que el espejo

me seguía embriagando, goteando oscuridad por cada uno de mis rincones, incendiando los botones de mi camisa preferida, la cual ya no lograba abrocharme, pero estaba dispuesta a hacerle frente a los diablos del cristal que no reflejaba mi verdadera esencia, la que había quedado aplastada por enormes volcanes causados por la ansiedad y la depresión de los últimos años de mi vida. Yo no era el reflejo que el espejo me gritaba, yo era la risa saltarina y curiosa y no el cuerpo aletargado que vivía tapado con una manta, yo era un pozo de deseos mirando los vestidos que luciría los domingos cuando tuviera las amigas que un día conocería, yo era el lápiz rojo de labios que compraría en esos grandes almacenes al que iban todos los grupos de amigos los sábados por la tarde, eso era, yo era mucho más que todo aquello que a simple vista se veía, y quería demostrárselo, enseñárselo al mundo, y sobre todo aprendérmelo de memoria yo.

Después de 29 días subiendo y bajando escaleras cuatro veces al día, olvidándome del chocolate para calmar mis nervios y tristezas, sudando la motivación que me ofrecían los pensamientos que me llevaban a imaginarme como una chica más de mi edad, compartiendo confidencias, risas y gestos, yendo al cine, al teatro, y correteando por las ilusiones azules que se habían resentido por culpa de una enfermedad que no merecía tenerme a mí como verdugo. Después de todo eso decidí que era el momento de dar un paso más y dejar la ventana atrás para enfrentarme a una realidad que me estaba llamando a gritos. Y podría, por fin, ir a la universidad, llenar mis pulmones y riñones de nuevos aprendizajes, y formarme para ser una buena psicóloga, a ser posible, la mejor. Quería ayudar a los demás a aprender a ser felices, pero para ello primero tenía que serlo yo. Y quizás, en esos caminos de ida y vuelta hacia la universidad me cruzaría algún día con el chico que, sin imaginarlo, y con solo una sonrisa me había

Después de 29 días subiendo y bajando escaleras cuatro veces al día, olvidándome del chocolate para calmar mis nervios y tristezas, sudando la motivación que me ofrecían los pensamientos que me llevaban a imaginarme como una chica más de mi edad, compartiendo confidencias, risas y gestos, yendo al cine, al teatro, y correteando por las ilusiones azules que se habían resentido por culpa de una enfermedad que no merecía tenerme a mí como verdugo.

dibujado un aluvión de versos llenos de luminosidad y color en mi cuaderno tiznado de tinieblas y sombras.

El primer día solo salí a la puerta de mi casa. Aún recuerdo cómo aterrizaba en mis mejillas el aire frío de los primeros días de enero, cómo jugaban mis manos con las gotas de lluvia, miré al cielo, suspiré mis antiguas culpas y lloré... Lloré, porque por primera vez fui consciente de todo lo que me había perdido, del roce de mis pies con el suelo compartido con los demás transeúntes, de la velocidad de mis latidos respirando el aire como hacía tanto que no lo hacía, y sí, me sentía extraña, y sin quererlo, mis dedos se aventuraron a abrir el cristal de una ventana que ya no estaba delante de mí. Solamente había espacio, libertad, ruido, vida... Mis sentimientos habían sido tan gigantes que necesité volver a mi casa para digerir, para escribir la honda huella que había dejado en el fogón de mi corazón mi vuelta al mundo exterior, al otro extremo del mundo, a la verdad donde mis sentidos volvieron a renacer para nunca más morir entre cuatro paredes.

Un pasito más, lograr sentarme en uno de los bancos que estaban en frente de la universidad, llenarme de valor para decirle un “Hola” a quien pasara por mi lado, mirar a los ojos a los demás, mirarme orgullosa a mí misma...

Así fue como cada día me levantaba, con ganas de salir a caminar, el primer día solo unos metros, después medio kilómetro, para al cabo de unas semanas llegar a dos kilómetros diarios. El tiempo se me pasaba rápido pues me paraba a observar las maravillas de la naturaleza que durante tanto tiempo me había negado a disfrutar, el olor a tierra mojada, los pies empapados jugando con los charcos, la sonrisa de un niño pequeño, la paz que transmitían los patos del parque, en definitiva, la belleza de un mundo que siempre había estado a mi alcance, dispuesto a entregarme lo mejor de él, y que yo, por mi cobardía y vergüenza había estado esquivando y alejando de mí.

Y, de repente, llegó la mañana en la que me sentí fuerte para entrar en la universidad y preguntar todas las dudas que tenía para poder acceder a ella, y así formar parte de ese universo de compañeros, enseñanzas y alas hacia un futuro deseado. Me costó entrar, cruzarme con tantos jóvenes, algunos sonrientes, otros agobiados o cabizbajos, pero todos llenos de vida, todos dispuestos a abanicar la vida con las ilusiones que vivían intactas en los cordeles de su pecho. Y no, no fue lo que me temía, nadie soltó carcajadas al verme, ni me miraron de arriba a abajo, ni escuché susurros en voz baja, ni golpecitos de

codo de unos a otros. Pude sentirme como una más, incluso al cruzarme con esos grupos de chicos y chicas más de uno me saludó y sonrió. Temblé, y borré de un golpe los rostros imaginados en los años perdidos de mi vida, escarbé y enterré.

Quería vivir como nadie, quería vivir como nunca.

Mi obsesión por mi aspecto físico, por mis kilos de más y por un espejo loco que repudiaba mis rasgos me había llevado a perderme a mí misma, a vivir proyectando una sombra de odio hacia mi propia imagen que me arrastraba a la mente de los demás imaginando que todo el mundo que estaba ahí fuera me odiaba tanto como yo. Supe que el alma manda, que las emociones duermen bajo una mirada verdadera, que no hay nada más bello que un corazón al descubierto, con sus ráfagas de viento y su cielo lleno de luceros. Todos somos más que unos números en la báscula y una ropa a medida,

Mi obsesión por mi aspecto físico, por mis kilos de más y por un espejo loco que repudiaba mis rasgos me había llevado a perderme a mí misma, a vivir proyectando una sombra de odio hacia mi propia imagen que me arrastraba a la mente de los demás imaginando que todo el mundo que estaba ahí fuera me odiaba tanto como yo.

somos el sujeto y el predicado de nuestro propio destino, y el espejo, el espejo ya no me asusta, siempre está ahí pero ya encontré las armas para callarlo, para huir de su ciego mirar, para sonreírle, aunque él me muestra su peor cara.

### **UN AÑO DESPUÉS**

Ahora, un año después, desde mi ventana veo pasar al chico de la ternura desmedida, con los versos que le regalé (tras dos meses sentados uno al lado del otro en la clase de Expresión y Comunicación) entre sus labios, y la sonrisa mostrando desnudos sus blancos dientes. Entonces sucede, levanta su brazo izquierdo, y espera pacientemente a que yo baje para caminar juntos hasta la puerta de la universidad.

**Báscula amiga.** Ana María Fernández Gutiérrez.  
3<sup>er</sup> premio en la VII Edición BAROS (2017)



**Con los pies en la tierra.** Santiago Exímene Hernampérez.  
2<sup>o</sup> premio en la VI Edición (2016)

—Oh, vaya, es enorme —dijo el niño.

Eran palabras de un amigo de Carlos, mi nieto. No supe si sentirme halagado o escupirle desde las alturas y después culpar a una nube inadvertida. No había en su tono de voz ningún desprecio, más bien admiración y algo de sorpresa, pero me incomodaba ser catalogado de enorme por un crío de doce años con aspecto de desayunar una docena de rosquillas cada día. No sé, quizá me había levantado sensible esa mañana, y la brisa que me arrastraba de un lado para otro tampoco ayudaba.

—Es mi abuelo —respondió Carlos.

Lo dijo con pena. Quise adivinar en su tono de voz también cierto orgullo. No fue fácil. Y entonces, como si en ese momento mi nieto me hubiera recordado, miró hacia el cielo y tiró con suavidad del cordel que me mantenía unido a su muñeca. Yo me inflé de orgullo y les mostré mi mejor sonrisa, todo ello tras comprobar una vez más que el cordel permanecía asegurado a mi antebrazo. No tenía ganas de

No supe si sentirme halagado o escupirle desde las alturas y después culpar a una nube inadvertida. No había en su tono de voz ningún desprecio, más bien admiración y algo de sorpresa, pero me incomodaba ser catalogado de enorme por un crío de doce años con aspecto de desayunar una docena de rosquillas cada día

dejar me llevar por la brisa que me mecía, perderme en el cielo azul y acabar en el cementerio de los abuelos; no al menos esa tarde sin rastro de nubes.

—¿Cuánto ha llegado a pesar? —preguntó aquel niño malcriado.

—¿Antes de...? Más de ciento cincuenta kilos —respondió Carlos sin titubear.

—Mi padre siempre dice que mi abuelo es un peso enorme para la familia. Pero claro, él todavía tiene los pies en la tierra.

De nuevo sentí ganas de agredir a aquel insolente —y de reprender a Carlos por su impertinencia—, pero cuando tu cuerpo flota a más de tres metros del suelo y lo único que te une al mundo es un cordel que tu nieto sostiene con descuido, la violencia es, como bien dicen, el último recurso. Es mejor tomarse las cosas a la ligera. Así que me limité a ampliar mi sonrisa y a contemplarlos como si su conversación no fuera conmigo. Como probablemente así era.

No hablaron mucho más. El crío desagradable llegaba tarde a una cita con su novia —lo que hizo que me sintiera mucho, mucho más viejo— y mi nieto tenía sus propias responsabilidades familiares. Al fin y al cabo no se nos permitía pasear por los alrededores de la residencia más que unos minutos, después debíamos volver al interior.

Me dejé arrastrar hasta el triste edificio en el que mi mujer y mi hijo —jóvenes deportistas de la nueva escuela; siempre en forma, siempre activos— me habían confinado, sin al menos darme una oportunidad para discrepar. Para discutirlo a gritos incluso. Porque, como bien dicen, en boca cerrada no entran moscas, y no sería decoroso hablar de todos los insectos curiosos con los que uno

colisiona en las alturas. Tras saludar a la señora Ramiro, que flotaba indolente en el jardín unida por el dichoso cordel a su cuidadora, Carlos entró en la residencia y me condujo hasta mi habitación. Una vez dentro, me liberó. Yo me dejé llevar y floté, libre, hasta el techo del cuarto. Me quedé allí, tumbado sobre la cama que habían atornillado al techo, mientras mi nieto me miraba con curiosidad. O con pena, vaya usted a saber.

—Suéltalo —le dije.

Él sonrió.

—Te echamos de menos en casa, abuelo.

Así son los niños: sinceros, directos. Sin corazón.

—Bueno, tu madre siempre decía que yo era un poco pesado, ¿no?

—Ya. Mamá a veces es así. Abuelo, ¿no estabas mejor antes, en casa, con nosotros? Aunque tuvieras que andar.

Una buena pregunta. Pensé sobre ello. Recordé el sobrepeso, las rodillas, el cansancio, la tristeza, las miradas, las burlas, el silencio, el rechazo, la soledad. Recordé también lo mucho que querían a Carlos, y lo importante que eran ellos para él.

—No sabría decirte. De verdad que no —respondí.

Carlos meneó la cabeza. Me recordó a su padre, y el deseo de abrazarlo se confundió con el rechazo que me provocaba pensar en mi hijo. Quería culpar a mi nuera de mi situación, eso lo haría todo más fácil, pero sabía que no estaba siendo justo. En el fondo el único culpable era el tiempo. Nos hacemos viejos. Llega un momento en el que si nos pinchan ya no sangramos. Estallamos.

—No sé, abuelo. No sé. Desde que la abuela... No sé. Ahora ya no puedes salir a la calle, pasear tú solo si te apetece. Ahora dependes de los demás. De mí. Antes...

Se interrumpió, meneó la cabeza de nuevo.

—Papá y mamá deberían venir más por aquí. Deberían verte —dijo.

Después agitó la mano en un apresurado gesto de despedida y se marchó.

Me quedé allí, en el techo, solo, pensando en lo que me había dicho. En su mente infantil inventaba un pasado glorioso para mí, uno en el que yo era dueño de mi vida, uno en el que era independiente y autosuficiente y, si quería, si lo elegía, podía estar solo.

Como ahora.

Ah, qué hermosa es la inocencia, pensé, y qué pronto se desinflan esas hermosas ideas.

**La ciudad del amor.** Ana Sanchís Martín.  
2º premio en la VII Edición (2017)

La ciudad del amor está en mi nevera,  
cada noche antes de dormir voy a verla,  
allí sacio mi sed de caricias  
y lleno los vacíos de las ausencias.

Me embriago de afectos provenientes de sabores,  
ellos abrazan mi paladar y mi alma,  
mi cuerpo atesora todo ese amor y lo guarda,  
protegiéndome de posibles futuras escaseces.

La ciudad del amor está en mi despensa,  
cada mañana al despertar voy a verla,  
empieza el ritual orgásmico  
¿alguien sabe cómo pararlo?

Presa en mi cárcel acolchada  
de deseos y pulsiones incontroladas,  
vivo entre el cielo y el infierno,  
el cielo es la comida, el infierno mi cuerpo.

En la ciudad del amor estoy presa  
entre botones y cremalleras prietas,  
y solo lo que mi aflicción me alivia  
es lo que a la vez me condena.

**Página en blanco.** Beatriz Pérez González.  
3<sup>er</sup> premio en la VI Edición (2016)

*Plaza Collado*

*Zona residencial.*

*07:00 a.m. Jueves 3- septiembre 2016*

Paola había adoptado una postura cómoda delante del escritorio donde se sentaba cada mañana para escribir en su diario. Una vieja costumbre que había cogido a los catorce años. Desde que su cuerpo comenzó a cambiar poderosamente. Y aunque hacía tiempo que las páginas estaban en blanco, esa mañana, la mañana que le ofrecía su última oportunidad, se sentía con ganas de entablar conversación consigo misma a través del diario. Tres horas exactas la separaban de la operación de reducción de estómago y su mente ya estaba eufórica. Tomó unas bocanadas de aire e intentó concentrarse en la escritura. Se preguntó cómo transcurriría su existencia una vez realizada la operación y no encontró nada, ninguna respuesta que le hiciese saltar por los aires de alegría. Tanto tiempo esperando a que llegase el dichoso momento, después de un sinfín de tratamientos que no le habían resultado nada efectivos, más bien todo lo contrario, que no se veía capaz de diseñar su futuro una vez que cruzase la delgada y delicada línea del quirófano.

Llevaba una temporada de abstinencia, sin hacer su terapia de rutina con el diario. Exactamente desde que la llamaron del hospital para la intervención. Es que no conseguía abstraerse. Nada. Ni poco ni mucho, y eso que era la única forma que había encontrado para redimirse. Como el que acude al psicólogo para que lo absuelva después de soltarle sus penas. Ella prefería escribirlas tranquilamente en un papel, sin la tensión que le suponía el sentirse observada y estudiada por alguien, y así se liberaba un poco. Tampoco es que la evasión fuera una ganga, pero fue la única forma que encontró de enmendarse. Había garabateado deprisa y corriendo, y con todo el nervio que supone la penosa espera antes de pasar por una mesa de operaciones “tareas a realizar después del quirófano” en la tercera hoja del diario cuando le comunicaron el día de la cita, y acto seguido páginas y más páginas en blanco.

Una sensación rara y fugaz le atravesó el cuerpo al colocarse un poco mejor en la silla. Ya sabía lo que era, las ganas de comprar compulsivamente. Era

eso. No le hizo falta estrujarse mucho la mollera cuando se puso a escribir en mayúsculas y ocupando toda la hoja la palabra “compras”. Una idea tan banal y sencilla, así como azarosa era la que le salía de la mente en esos momentos. Luego aprovechando ese ímpetu imprevisible se dedicó a floretear cada letra mientras pensaba en qué tipo de ropa se gastaría los ahorros que tanto tiempo había guardado. Sí. Otra censura más que añadir en su haber. El castigarse sin hacer shopping desde la época de Maricastaña. Pasó la página y el bolígrafo volvió a guiar su mano para calcar por segunda vez la palabra “compras,” si cabe ocupando un poco más de espacio que la anterior, en una mayúscula más robusta y elaborada, y así en todas las hojas hasta que la mano se le cansó de escribir.

Por mucho que lo intentó no le vino a la cabeza cuando fue la última vez que tuvo la desfachatez de entrar en una tienda de ropa. Ni siquiera en la que tenía más a mano, la que se encontraba a tres calles de su casa, coincidiéndole sin quererlo en el trayecto diario de la compra de víveres. Ni se molestaba en andar un poco más allá de su zona habitual. Tres zancadas nada más la separaban de toda una avenida dedicada al mercadeo de la ropa y calzado, y abarrotada de transeúntes llenos de bolsas husmeando en los escaparates como si les fuese la vida en ello. Total ¿para qué? No tenía ganas de contaminarse con las modas que sabía que no se podía permitir, hundiéndose así un poco más en el hoyo que se agrandaba a pasos agigantados. Pero esa tienda, la que era tan asquerosamente pulcra y tentativa a la vez, parecía que la absorbía. Disminuía el paso y se quedaba con la mirada absorta en los modelos que exhibía el escaparate, sabiendo claramente que no le entraban ni por asombro. Ya no digamos en una boutique sólo apta para las más selectas. Sí. Entrar en esa tienda, la que tenía más cerca y más manía al mismo tiempo, y por primera vez pisando fuerte y segura, para exhortarle a la dependienta que siempre la miraba con cara de hastío cada vez que se embobaba con los modelos del escaparate, como diciendo a dónde irá la morsa ésa, que le bajase el jersey del maniquí, el más llamativo y caro, porque le venía que ni pintado.

Dejarse llevar por la tarea más modesta como ir de compras. Tenía veintidós años y era una costumbre muy arraigada en las chicas de su edad, ir de compras y probarse el último grito de una falda o un vaquero. Ella, lo único que ejercía a golpe de tambor era su mente. Entre las cuatro paredes del apartamento estudiando como una posesa la carrera de pedagogía en la modalidad a

distancia porque tenía la idea de ser un mono de feria cada vez que salía de casa. Una disculpa como otra cualquiera para arrastrarse de forma obsesiva al confinamiento del apartamento que le habían alquilado sus padres mientras realizaba la carrera, todavía sin saber muy bien para qué, porque la facultad más bien era virtual y sólo acudía a los exámenes, ya que los tutoriales también los hacía por Internet para coincidir lo mínimo con el resto de los estudiantes que habían optado por esa modalidad. No era la vida que habían elegido para ella. Le vino así y punto. Tampoco era momento para morderse las uñas y flagelarse hasta encontrar un por qué de llegar a esa situación límite.

Ahora estaba plétórica. El color negro de su pupila fue ganando terreno al azul del iris con los primeros pensamientos. Cinco blusas, tres vaqueros, ropa interior a discreción y un blazer. Tenía ganas de un blazer. Ornamental, de época, alto de hechura para realzar más la figura. Sólo quería un cuerpo normal, nada más. Vamos, blazer como para adornar una flor, pero al mismo tiempo que desprendiese una luz arrebatadora. Se dio cuenta de su delirio en las ansias descomunales de ser una chica normal y corriente. Y todo por un blazer. Una simple chaqueta ajustada que estaría en el armario de cualquier joven menos en el de ella. La chaqueta que cambiaría su vida. Incluso que fuese el arma ideal para enamorar. El enamorarse y tontear con los chicos era la otra tarea pendiente de Paola. Imposible sustraerse al hechizo de sentirse deseada. De poseer un cuerpo mínimamente normal. Luego vendría el trabajo exigente y minucioso. Mantenerse y no volver a coger los más de cuarenta kilos que le sobraban. Titubeó un segundo en su pensamiento. No quiso mortificarse en la incapacidad de conseguirlo. De tener la fuerza y la confianza suficiente en creer en sí misma. Que lo lograría. Ahora que le llegó la última oportunidad de subirse al tren en forma de operación.

Tino Casal le vino a la cabeza y comenzó a tararear Embrujada. La música ochentera y de finales de los setenta, sobre todo, había sido un descubrimiento tan efectivo como purificador. Ritmos repetitivos y pegadizos con una fuerte base instrumental. Como un martillito de goma dándole a todas horas el compás al cerebro. Imaginarse Donna Summer o Gloria Gaynor en medio de la pista con traje de cuero ajustado acampanándose exageradamente en la pantorrilla y de un brillante elevado a la máxima potencia, más las luces de neón como telón de fondo, dándolo todo.

*Hace tiempo que vive en un cuento,  
del cual no quiere salir.  
Encantada duerme con la almohada  
y se olvidó de reír.  
Dicen que es bruja,  
con tacón de aguja,  
aliada de Lucifer,  
cuentan que era estrella  
pero la botella,  
acabó con ella hasta enloquecer.  
Stop mi hada,  
estrella invitada,  
víctima del desamor,  
sube al coche  
reina de la noche,  
y olvida tu mal humor.*

Apartó la mirada al pasado y se dispuso a recoger la carpeta con los retales de su historia clínica. Dietas inacabadas, ejercicios insatisfechos, dolores de cabeza en vano, pastillas milagrosas y sudores a mansalva. Todo estaba bien dispuesto, por orden cronológico de fallidos que en el fondo resultaban más que morbosos, en la carpeta marrón que colocó debajo del brazo. En la esquina superior izquierda la pegatina donde se leía en letras de imprenta sus datos personales y el nombre del cirujano que le iba a realizar la operación, Doctor Pietro Meier. Se conmovió un poco al recordar a Pietro, el niño que se sentaba en parvulario delante de su pupitre y que con el tiempo acabó siendo como su segunda piel, paño de lágrimas o uña y carne que se despegó para siempre justo cuando cumplió catorce años y sus padres lo trasladaron de ciudad sin saber todavía el por qué y ella que ya comenzaba a caer en picado, no pudo evitar que el golpe contra el asfalto fuese rotundo.

Ya estaba en el pasillo cuando torció en el último momento hacia el baño. Era hora de pasar página a su antiguo yo. Comenzar una nueva etapa. La era de la felicidad que le tocaba por narices. En el armario encima del lavabo que hacía al mismo tiempo de espejo, sacó una barra de labios reseca que hacía

tiempo pedía clemencia, para retocárselos un poco. Aprovechó la ocasión para dar unas pinceladas de maquillaje en los ojos aun advirtiéndolo que al llegar al quirófano la iban a dejar más limpia que una patena. Quería darse esa primera oportunidad de sentirse bien. Y una última a la cosmética olvidada antes de tirarla a la basura por falta de uso. “Me alegro de que hayas vuelto” se dijo. Después en otro arrebato de valentía volvió a girar la mirada hacia el estudio. Sabía lo que tenía que hacer. Quemar los cuadernos de bitácora de su antigua vida para liberarse de una vez por todas. Una despedida digna. No iba a escribir más sobre vestidas malas que le tocó torear, alargando así una agonía que bien podía ser evitable, aunque los recuerdos que ya consideraba tóxicos y del pasado le iban a ser difíciles de borrar. Aún quedaban varias páginas en blanco. Ya no importaba, lo primero que haría después de la operación sería comprar un nuevo cuaderno. Dejar la chatarra para los quincalleros y centrarse en pulir el diamante. Suspiró profundamente y cerró la puerta del apartamento con toda la fuerza que le vino.

*Clínica Santa Fe.*

*Condado de Brianza*

*10:05am. Jueves 3-septiembre 2016*

Mientras Paola se queda atrapada en el sopor embriagador de la anestesia Pietro aprovecha para bajar el volumen de la minicadena escondida en un lugar secreto de la sala de operaciones. Exclusivamente es dueño y señor de su escondite, para evitar que alguien ajeno tenga la tentación de manipularla

*Voi che sapete che cosa è amor,  
Donne, vedete, s'io l'ho nel cor.  
Quello ch'io provo vi ridirò,  
è per me nuovo, capir nol so.  
Sento un affetto pien di desir;  
ch'ora è diletto, ch'ora è martir.<sup>1</sup>*

---

<sup>1</sup> “Vosotras que sabéis lo que es el amor, decidme, mujeres si es lo que siento en mi corazón. Os diré lo que siento, para mí es nuevo y no lo puedo entender. Siento un afecto lleno de deseo, que tan pronto es placer como un martirio”- Voi che sapete, Le Nozze di Figaro, Mozart.

Kate Lindsey y Patricia Petibum reducen el tono de sus cuerdas vocales todo lo que se le puede permitir a una mezzosoprano y una soprano cuando lo que hacen le sale del alma. No era la mejor adaptación de Las Bodas de Fígaro, le había quedado más que claro cuando la comparó con la primera adaptación. Poseer el original, el de mayo de 1786, con el elenco extraordinario formado por Luisa Laschi y María Mandini no estaba ya en manos de Pietro. Era lo que había. Y había funcionado. Paola se había quedado dormida plácidamente sin los sobresaltos y nervios típicos de no saber si vas a despertar.

La manía de escuchar opereta en cada subida y bajada de bisturí era una excentricidad como la de llevar el pijama y gorro quirúrgicos llenos de ositos o de color rosa

La manía de escuchar opereta en cada subida y bajada de bisturí era una excentricidad como la de llevar el pijama y gorro quirúrgicos llenos de ositos o de color rosa chillón como hacían otros compañeros, por ejemplo. Con tal de no salirse del camino cada uno sigue la ruta como quiere.

chillón como hacían otros compañeros, por ejemplo. Con tal de no salirse del camino cada uno sigue la ruta como quiere. La flauta mágica, también de Mozart, para las cirugías de colón, o La Traviata de Verdi, para la cirugía plástica eran intocables e intransferibles. Todo tenía un porqué. La Traviata cuando se estrenó en 1853 la soprano Fanny Salvini había sido abucheada hasta la saciedad por ser considerada demasiado vieja para interpretar a una cortesana, con tan solo treinta y ocho años de edad, además de poseer sobrepeso. Imposible que encajase con el papel dramático de Violetta Valery y aun así lo consiguió y encontró el aplauso final. Eso era justo lo que buscaba Pietro, no importaba como entrara un paciente en la sala de operaciones, lo que importaba era el final.

Cuando Mozart estrenó La flauta mágica, tenía treinta y cinco años de edad. Solamente le quedaban dos meses de vida que disfrutar y muchos apuros económicos en su haber. El hecho de ser la última ópera escenificada en vida del compositor, los múltiples problemas que tuvo en su estreno después de que sus opositores intentaran boicotearla por dilucidar más oscuros que claros en la trama y aun así se logró llevar a escena con más o menos acogida, se le hacía imposible a Pietro no utilizarlo como enseña en los vericuetos del abdomen. En este caso podía más en morbo que otra cosa, pero la cuestión era

que funcionaba bastante bien con el bistori y la flauta de fondo.

¡Madre mía, qué joven es la paciente, si es casi una niña! se intenta justificar a sí mismo con una voz que casi resultó chillona.

No le falta verdad. Si bien lleva más de quince años dedicándose a realizar reducciones de estómago a través de gastroplastias, derivaciones gástricas o colocando bandas gástricas, la

franja de edad se estaba acortando en los últimos tiempos de forma espectacular encima de la mesa de operaciones. Algo estaba cambiando desde luego, que sus pacientes cada vez fuesen más jóvenes debía tener un motivo de consistencia. Aunque la reducción de estómago sea una operación considerada segura, pueden presentarse complicaciones. Muchas, tal como ocurre en cualquier cirugía mayor, pudiendo incluso desembocar en una fatalidad. Infecciones de la herida,

abscesos, fugas en las líneas de sutura, perforación del intestino, obstrucción intestinal, úlceras marginales, problemas pulmonares o hasta incluso coágulos de sangre en las piernas. No. Nunca le gustó lidiar con pacientes tan jóvenes. Aunque la biología juega a favor de ellos, su vocecita le dice que la relajación en esos casos es mínima.

Para colmo es un día de lluvia. A Pietro no le gusta nada la lluvia. Y cuando es una lluvia infinita, de esa que llueve lo de ayer y todo lo que queda por venir, no le gusta.

Llueve a cántaros.

Y cuando llueve las operaciones se trastocan, pura casualidad, pura coincidencia o lo que sea, pero siempre sucede algo, un detalle imperceptible que hace que se complique la operación más nimia. Aunque no hay nunca un trabajo simple para un cirujano.

Y después de esa simpleza, una complicación hace que no haya más un después de ese después.

Si bien lleva más de quince años dedicándose a realizar reducciones de estómago a través de gastroplastias, derivaciones gástricas o colocando bandas gástricas, la franja de edad se estaba acortando en los últimos tiempos de forma espectacular encima de la mesa de operaciones. Algo estaba cambiando desde luego, que sus pacientes cada vez fuesen más jóvenes debía tener un motivo de consistencia.

**Tú conmigo no puedes.** Juana María López Rojo.  
2º premio en la VIII Edición BAROS (2018).



**Receta para la obesidad.** Ana Julia Mignone.  
2º premio en la VIII Edición (2018)

Ingredientes:

Kilos de sueños frustrados.

Kilos de burlas.

Kilos de presión familiar.

Kilos de tristeza.

Kilos de falta de voluntad.

Kilos de soledad.

Kilos de opiniones en las redes sociales.

Kilos de intentos fallidos.

Kilos de llanto en los vestidores de los negocios.

Kilos de prendas que no cierran.

Kilos de logros que parecen inalcanzables.

Kilos de visitas a médicos.

Kilos de amores no correspondidos.

Kilos de arrepentimiento.

Kilos de deseo.

Kilos de lágrimas retenidas.

Kilos de odio al espejo.

Kilos de decepción arriba de la báscula.

Kilos y más kilos de comida; para olvidar, para superar, para acompañar.

Junte todos los ingredientes y póngalos adentro de un cuerpo.

Deje levar con el paso del tiempo y tendrá la obesidad lista.

**Evitando la tentación.** Francisco Javier Domínguez García.  
3<sup>er</sup> premio en la VIII Edición BAROS (2018)



**Instrucciones para subir a una báscula.**

Adrián Pérez Avendaño. 1<sup>er</sup> premio de la VIII Edición (2018)

Una vez haya realizado todas las tareas del hogar que tuviera pendientes: bañar a los niños, tender la colada, recoger los utensilios de la cena, etc. diríjase tranquilamente a su baño (no importa el tamaño del mismo, si usted puede entrar en él, una báscula también). Encienda la luz, si es que es de noche, cierre la puerta a su espalda, desnúdese y ponga sus pies descalzos en paralelo frente al aparato. Ni muy lejos ni muy cerca (sabrás la distancia adecuada cuando realice la operación). Después, eleve el pie derecho un palmo y apóyelo sobre la superficie de la báscula. Repita la misma operación con el otro pie. Una vez arriba, y sin moverse, cierre los ojos y piense en algo bello: el vuelo de los estorninos, los fiordos noruegos a atardecer, el Concierto nº2 en C menor

de Rachmaninoff... Piense en este tipo de imágenes hasta que encuentre la paz interior. A continuación, acceda a abrir los ojos (ambos al mismo tiempo) y dirija su mirada hacia abajo, justo en el lugar donde se encuentra la esfera numérica en cuyo centro, la aguja (normalmente de color rojo) marcará, con un ligero temblor, una cifra concreta. Esto, en el supuesto de que se trate de una báscula analógica porque si la suya es digital es probable que a estas alturas la pantalla está apagada y no sepa usted cuál es su peso. Si sucede así, le recomendamos reduzca el tiempo previo de búsqueda de imágenes bellas a unos pocos segundos. Sea como sea, supongamos que tiene ante sí, es decir, debajo de sí, la cifra que indica el peso que acumula en todo su ser, esto es, huesos, músculos, órganos, vísceras, fluidos, grasa... Si usted está feliz con el resultado, sonría conteniendo un grito y después, como si nada, vaya a celebrarlo con su gente, que a estas horas le estará echando de menos. Si no está demasiado satisfecho o satisfecha con el resultado, ponga remedio a partir del día siguiente de la forma que más le convenga o apetezca. Eso sí, tenga la seguridad de una cosa: usted puede lograr lo que se proponga. Y ahora vaya y siéntese a ver la tele con su pareja, sus padres, sus hijos, su perro. Y si no tiene a nadie, mejor, más sitio en el sofá para usted. Hoy se lo ha ganado, le pese a quien le pese.

**Pliegues en una habitación.** Gustavo Eduardo Green  
Sinigaglia. 3<sup>er</sup> premio de la VIII Edición (2018)

Había sorna en la mirada del recepcionista del hotel cuando le entregó la llave de la habitación.

Es cama de una plaza, le aclaró.

Rodríguez estaba acostumbrado a esas situaciones.

Vista la estrechez de la habitación, con ayuda del botones sacó la cama y la reemplazó por una mesa.

Cenó en la intimidad, sentado en un sillón sin apoyabrazos.

Puso en hora el reloj despertador y con gran habilidad dobló su oreja derecha en cuatro partes.

Acható su nariz (al ras de la cara) empujándola delicadamente con el dedo índice de su mano diestra.

Con paciencia ocultó dentro del ombligo sus partes pudendas.  
Cruzó las manos sobre el pecho y tomó el hombro izquierdo con la mano derecha, y el hombro derecho con la mano izquierda, los enfrentó en un pliegue perfecto.  
Plisó su cabeza como un pañuelo, con elegancia.  
Hundió en su mano los dedos, uno por uno, y en seis partes frunció su brazo derecho.  
Dobló su cintura, en pliegues continuos.  
Con gran equilibrio redujo una de las piernas en sucesivos dobleces hasta llegar al tronco.  
Comprimió los voluminosos glúteos.  
En un calculado movimiento se asió con la mano de la manija del cajón y, con serenidad, contrajo -como un fuelle- su otra pierna.  
Exhaló, vaciando los pulmones.  
Sus dedos índice y pulgar jalaron de la oreja izquierda hasta ubicar su humanidad en el lugar pertinente.  
De esta manera, finiquitada la operación, el gordo Rodríguez pudo descansar en el cajón de la mesita de luz de un dormitorio sin cama.

**Historia del gordito Gus. Héctor Daniel Olivera Campos.**  
Participante en la VIII Edición (2018)

Por fin mañana me envían al spa; es por eso por lo que en el campo de adelgazamiento me han dado el día libre, lo cual es de agradecer, porque estar sacando piedra de una cantera sin descanso es una tarea agotadora a la que no estaba acostumbrado. Siguiendo el consejo de mi antiguo monitor de reeducación nutricional he decidido tomar una libreta y anotar mis sentimientos. Federico -que así se llamaba mi monitor- siempre nos decía que vencer la obesidad era una cuestión de fuerza interior y por lo tanto debíamos estar monitorizando de forma permanente nuestras frustraciones, aspiraciones y demás emociones. Federico insistía en que escribir sobre lo que sentíamos nos ayudaba a autoevaluarnos y a sacar el delgado que todo gordo lleva dentro. Pero la principal razón por la que me he puesto a escribir este cuaderno es porque me siento afortunado. Después del spa sé que vendrá la merecida libertad.

Me veo a mí mismo en un futuro próximo, feliz y delgado, releendo estos escritos, y aunque no sentiré nostalgia, seguro que podré bromear sobre todo lo que los obesos hemos soportado en este país. Gracias a Dios siempre he sido una persona optimista y no me he suicidado ni he emigrado al extranjero como han hecho otros

Siempre nos decía que vencer la obesidad era una cuestión de fuerza interior y por lo tanto debíamos estar monitorizando de forma permanente nuestras frustraciones, aspiraciones y demás emociones.

gordos que conozco. Durante todo este tiempo siempre he pensado que con firmeza y perseverancia se pueden superar las adversidades que la vida te pone por delante. Desde que empezó la “Gran Dieta” no me he permitido ninguna consideración que no fuera positiva, ni siquiera cuando el Estado me declaró obeso irrecuperable. Supongo que quien lea esto pensará que soy el típico gordito, optimista, chistoso y bonachón, y puede que encaje en el tópico; pero no se confundan, cada gordo es distinto, cada gordo es de un padre y una madre. Cómo dice mi amigo Gervasio: es por culpa de los estereotipos que estamos tantos obesos aquí internados, gentes que me eran desconocidas y que ahora son mis compañeros de barracón, todos arrojados a la misma suerte, cada uno con su uniforme a rayas. Dicen que todos somos iguales; pero no es verdad, fuera del sobrepeso no tenemos mucho en común. Reconozco que soy optimista y de buen fondo, pero también hay gorditos pesimistas y resentidos; sin ir más lejos, mi amigo Gervasio es uno de ellos. A Gervasio le fastidia que se piense que los obesos han de ser necesariamente bonachones como Papá Noel; pontifica que es como si tuviéramos que compensar mediante la bondad, la minusvalía estética y social que supone nuestro exceso de grasa. “Hemos de ser buenos para que los delgados nos perdonen la vida”, afirma. Tampoco es cierto que los gordos estemos comiendo todo el día a todas horas, aunque supongo que pensarán que les engaño. Otro tópico referido a los gordos que me molesta muchísimo es ese que afirma que tenemos el pene pequeño, y yo, no es que quiera presumir, pero créanme si les digo que la naturaleza fue pródiga con un servidor.

Escribo y me doy cuenta de que divago. Me he propuesto hacer un balance de mis últimos años y me lío, y nombro a mi amigo Gervasio a cada instante,

al que detesto un poquito por ser tan pesimista, pero al que admiro por su inteligencia y por las atenciones que ha tenido conmigo (y porque me siento atraído por él). Puede ser que esté afectado con su traslado hace dos días al spa. Fue la primera vez que observé como Gervasio perdía el temple, duele admitir que se comportó como un loco, estaba desesperado, fuera de sí, a gritos me narraba historias truculentas: que lo iban a matar, que nos matarían a todos, y luego harían botones con nuestros huesos, cueros y pantallas de lámparas con nuestras pieles, pisapapeles con nuestros cráneos y sobre todo jabón con nuestra grasa. ¿Quién puede creerse semejantes cuentos? Me extraña que Gervasio se los trague, él es una persona inteligente. Yo le replicaba que esas cosas no pasan en la culta Europa, si estuviéramos en África, todavía, pero los europeos no somos unos salvajes. Yo le decía bromeando para animarle: “Calla cabrón, que te lo vas a pasar de muerte. Que me han dicho que las instalaciones son magníficas, las duchas, lo mejor”; y no le mentía, que lo sé de buena tinta, que nos pasaron un catálogo con fotos del spa, que es por dentro como un hotel de cinco estrellas. Aunque admito que no me gustó la entrada al recinto, que la encontré un poco tétrica con un letrero que rezaba: “El trabajo os hará libres y delgados”.

Bueno, será mejor que me centre. Le he prometido a Gervasio que pondré por escrito sus ideas, él lleva meses dándome la tabarra, así que las conozco bien; insiste en sus presagios fúnebres y me ha hecho jurar que si yo sobrevivo y él no, daré testimonio de todo lo que ha acontecido estos últimos años. Bien, espero no ponerme muy serio (lo que sigue es simplemente para complacer a Gervasio. Espero que tras leer esto, lo nuestro tenga futuro):

Como es sabido, todo empezó con el reventón de la burbuja inmobiliaria, tras lo cual vino el colapso financiero internacional, el corralito bancario, la suspensión de pagos por parte del Estado, y por último la quiebra de la Seguridad Social. Así, un mal día, ocurrió que las personas que no pudieron costearse un seguro médico privado quedaron desamparadas. Mucha gente murió por no poderse sufragar una vulgar operación de apendicitis y muchas más se arruinaron, teniendo que vender sus casas o endeudarse de por vida para pagar tratamientos médicos diversos que poco antes eran gratuitos. La gente quedó traumatizada por lo que estaba pasando y comenzaron a hacerle caso a cualquier demagogo que les prometía enderezar el país. Hace nueve años ganó las elecciones el partido nacional-realista -conocido popularmente

como nacional-dietista y, más aún, por su abreviación “nadis”-, liderado por el profesor Dunkan. El nuevo Gobierno buscó un culpable de la insolvencia de la Seguridad Social y denunció que los gordos teníamos la culpa. Según los expertos, las enfermedades relacionadas con la obesidad habían provocado unos costes financieros que volvieron insostenible el sistema. El nuevo Gobierno anunció medidas drásticas. Así, cuando poco a poco se restauró el sistema de la Seguridad Social, los obesos fuimos excluidos. Nuestra expulsión de la Sanidad Pública no fue inmediata; primero empezaron relegándonos en las listas de espera (no se operaba a nadie hasta que no adelgazase), y al final se nos dejó a todos fuera por insolidarios. No era justo –argumentaron- que la sociedad se gastase millonadas en curar y tratar a unos zampabollos que por no cuidarse y satisfacer su gula desenfrenada se autoprovocaban todo tipo de enfermedades (se publicaron estudios en los que gráficamente se mostraba el número de plazas de guardería que podrían crearse para niños de familias sanas y delgadas si se dejaba de financiar con dinero público la insulina de un/a obeso/a). Al contrario que Gervasio –siempre tan cenizo-, que ve en estas medidas el inicio de la discriminación que sufriríamos luego, yo comprendí la posición del Gobierno. Las autoridades sanitarias pusieron en marcha una campaña en los medios de comunicación que me hicieron tomar conciencia sobre el daño que me hacía a mí mismo y a la sociedad. Gracias al Gobierno ahora sé que todo/a gordo/a es una bomba de relojería andante, un orondo auto asesino, un saco de enfermedades en potencia: hipertensión arterial, diabetes mellitus, enfermedades isquémicas cardíacas, apnea del sueño, narcosis, enfermedades osteoarticulares, várices, litiasis de la vesícula biliar, problemas de fertilidad, hipercolesterolemia, factor de riesgo en el cáncer, enfermedad por reflujo gastroesofágico, etc., etc. Para Gervasio, haber excluido a los obesos de la Seguridad Social siendo mucho, siendo intolerable, ya hubiera sido suficiente, ¿si los tratamientos para nuestras dolencias ya no corrían a cuenta del erario público, por qué se nos debía de seguir considerando personas lesivas? Y, sin embargo, la presión contra los obesos se recrudeció, los “nadis” hicieron de nosotros –en opinión de Gervasio- el chivo expiatorio de todos los males que aquejaban a la sociedad. En revistas gratuitas como “Silueta, Salud y Belleza” o en “Guerra a la grasa”, se definía los obesos como gente indolente, conformista, perezosa, pasiva, sedentaria, adicta a siestas desmesuradas, carentes de espíritu, negados al esfuerzo, irresponsables, torpes, desganados y

moralmente reprobables porque vivían parasitando de los esfuerzos del resto de la sociedad. También alertaban que los gordos eran llorones, victimistas y manipuladores; unos falsarios que atribuían su obesidad a problemas con la tiroides y el metabolismo. Tampoco un obeso podía ser un referente social de prestigio. Se potenció la “invisibilidad” de los obesos, a la vez que se potenciaba la “visibilidad” de grupos étnicos y de otros colectivos como minorías religiosas, gays, transexuales y calvos. Quedó vetada la aparición en televisión de los gordos, incluso de los cocineros. Se dijo que los gordos eran los máximos responsables del cambio climático porque consumían más comida per cápita, lo que suponía más deforestación y más energía empleada en el cultivo y en el transporte de dichos alimentos; además se empleaba más combustibles fósiles en el transporte de gordos que en el de personas delgadas (hasta se analizó el efecto en la atmósfera del gas metano producido por las flatulencias del ganado vacuno en relación con la demanda de carne por parte los obesos). Se prohibieron las grasas trans, las máquinas de snacks en los edificios públicos y la publicidad de hamburguesas. Y se autorizó que chicas esqueléticas desfilaran en las pasarelas de moda, eximiéndose a las marcas de ropa de respetar las numeraciones del tallaje de las prendas.

Gervasio –redacto este escrito con notas que mi amigo ha dejado escritas en un cuaderno negro- cree que lo descrito en el párrafo anterior fue una “primera ola”, que prepararía todo lo que vino después. Supongo que yo no soy tan perspicaz como Gervi, porque para mí todas aquellas señales me pasaron poco menos que desapercibidas. Me he pasado toda la vida escuchando como me menospreciaban por estar gordo, soportando insultos a chorro, así que todo aquello no me sonaba a nuevo. Me dolían, no las palabras, sino, las realidades; como cuando entraba en las discotecas de ambiente -antes de que se nos prohibiera la entrada en los lugares de ocio a los obesos-, y en el cuarto oscuro, mi compañero de magreo me levantaba la camiseta y tras palparme las lornas huía de mí en un arrebato de asco, como si tuviera el ébola, llamándome foca (uno aprovechó además para robarme la cartera). Soy un “oso” gordo y peludo que no podía salir del foso de los osos, contemplado con infinito desprecio desde las alturas por las maricas de gimnasio y ropas caras. ¿Qué podía importarme a mí que el Gobierno –al igual que había hecho antes con los maltratadores de mujeres- pagase anuncios por televisión incitando a que se generara en la sociedad actitudes de rechazo y vacío hacia los obesos con la

intención de presionarles para que cambiaran? Yo me reía –el humor ha sido mi gran compañero y mi mejor arma- del Gobierno y de las fibradas moñas de piscina, y decía cantando: donde hay carne, hay alegría, viva la chicha. Sé que algún día llegará para mí la felicidad bajo la forma de un gran amor, y veo a Gervasio elevándose, cual Ícaro, hacia el sol de ese amor que ha de redimirme. Gervasio dice que aquellas primeras campañas prepararon a la opinión pública para la llegada de las normas antiobesidad. Siendo la primera medida, la de establecer que las personas a partir de un determinado peso pagarían el doble por los billetes de avión, tren y autocar. Poco después se decretó que los gordos perdieran sus ayudas sociales, pues la sociedad no debía ayudar a quién no estaba dispuesto a ayudarse a sí mismo. Otras reformas legales determinaron que la obesidad del cónyuge fuese causa automática de divorcio, o que un sebo que recurriera a los servicios de una prostituta (relaciones sexuales consentidas entre personas adultas) se equiparase al maltrato a la mujer. En atención a los menores, a los padres de niños obesos se les retiró la custodia y patria potestad de sus hijos. También se despidió de sus puestos de trabajo y se les prohibió ejercer a los médicos, enfermeras y al resto del personal sanitario con problemas de sobrepeso, pues eran un mal ejemplo para los pacientes. Más tarde, otro decreto purgó a los gordos de la función pública. Declararon que la especial vocación y relación de servicio que suponía el desempeño de los funcionarios era incompatible con la indolencia inherente a los obesos (sonó un poco a chiste). Una circular del Ministerio de Educación estableció el protocolo a seguir con los alumnos obesos: los niños gordos debían llevar podómetros de manera obligatoria; una vez que subían del recreo, el maestro controlaba los pasos dados por el gordito y si eran menos de los ordenados, al niño se le humillaba ante sus compañeros y se le castigaba (incluso físicamente). Al final a los infantes gordos se les segregó del sistema educativo al considerarse que un niño obeso era una mala influencia para sus compañeros, siendo amontonados en barracones prefabricados sin calefacción, a cargo de maestros que habían sido destinados allí en el cumplimiento de sanciones diversas. Los maestros, profesores y catedráticos obesos también fueron expulsados de la docencia. Por último, se creó el delito de enaltecimiento de la obesidad: cualquier obra artística u opinión expresada por cualquier medio que alentara, justificara o disculpara la obesidad, sería penada con cárcel. Lo primero que prohibieron fue la “Guía Michelin”. La película “Las mujeres de verdad tienen curvas” fue la primera cinta en censurarse. Los cuadros de Botero y algunos otros de

Rubens se retiraron de los museos. Y llegó una navidad en que Papá Noel había desaparecido.

Poco después de lo que les cuento, una “segunda ola” de campañas antiobesidad se abatió sobre el país. Las televisiones comenzaron a emitir documentales alertando sobre la lacra de la obesidad. Tuvieron mucho éxito los reportajes “El eterno obeso”, “Vidas sin esperanza” (sobre personas de más de ciento cincuenta kilogramos de peso), “Los protocolos del gordinflón” (en el que se desvelaba un plan internacional de los obesos –“los peces gordos”- para controlar el mundo), y la telenovela dirigida a las chicas “Con grasa no hay paraíso”. Personalmente me gustó mucho “Olympia”, un viejo documental hecho por los nazis en blanco y negro sobre las olimpiadas de Berlín de 1936. En los programas de televisión se hacía especialmente escarnio de las chicas y mujeres obesas. Una mujer vieja o fea era una desgracia, pero una gorda era imperdonable. A las chicas entradas en carnes se les comparaba con vacas, focas y cerdas. Se les decía a las chicas jóvenes que no podrían gustar a ningún chico y menos aún se podían gustar a sí mismas, que eran merecedoras de asco y compasión, aunque no a partes iguales, y que no se respetaban a sí mismas por no cuidarse, por lo cual tampoco se merecían que se les tuviese respeto. El principal valor de una mujer era estar atractiva y deseable en todo momento y eso consistía invariablemente por tener una espléndida figura. Se puso de moda concursos televisivos tipo reality-show en los que las chicas eran recluidas en casas televigiladas las veinticuatro horas del día, de la que sólo salían para ser pesadas en los platós a merced de un público enfervorecido que aplaudía cuando adelgazaban o las insultaban hasta hacerlas llorar cuando ganaban peso. Tampoco faltaban en aquellos programas, su presentador cínico, un jurado despiadado que denigraba a las concursantes con sus comentarios malévolos, y la humillación televisada en directo de los progenitores de la gordita invitados al evento. Afamados psicólogos explicaban que provocar sentimientos de culpa y vergüenza en los obesos eran procedimientos saludables, síntomas de que no se tenía la conciencia abotargada. En otro concurso televisivo dedicado a los escolares, los niños competían por colegios, con sus orgullosos directores de escuela al frente, premiándose al que adivinara el número de calorías de los diversos alimentos que iban apareciendo en un panel.

Yo –como ya he dicho- era de los que pasaba de todo, ponerme a dieta me provoca muy mal humor, y mi humor ha sido siempre lo único a lo que podido agarrarme para no sucumbir. Pero claro, muchos y muchas no resistieron

la presión, así que la demanda de operaciones quirúrgicas de reducción de estómago se disparó. El que cientos de personas se dejaran la vida en las salas de quirófano -que brotaron como hongos- a manos de carniceros, no amedrentaban el ansia por volverse delgado y vivir una vida normal en la que pudieran ser aceptados. Asimismo, se produjo una epidemia de casos de anorexia y de suicidios, sobre todo entre las chicas jóvenes, aunque eso no pareció preocupar a la sociedad, pues se aceptaba como un daño colateral, un pequeño peaje a pagar con tal de eliminar el flagelo de la obesidad.

Llegó un momento en que la Administración decidió que ya se nos había perdonado suficientemente la vida a los gordos. Así que, a partir de un uno de enero, por todos conocido, el Gobierno nos declaró a todos los gordos que quedábamos en el país como “Obesos irrecuperables”, siendo obligatorio a partir de esa fecha que luciéramos cosida a la ropa o en forma de brazalete la letra “O” rotulada en color amarillo, si no queríamos ser arrestados. A mí de lo de la “O” me pareció una gilipollez del Gobierno, pues ya veía la gente que estábamos gordos.

Llegó un momento en que la Administración decidió que ya se nos había perdonado suficientemente la vida a los gordos. Así que, a partir de un uno de enero, por todos conocido, el Gobierno nos declaró a todos los gordos que quedábamos en el país como “Obesos irrecuperables”, siendo obligatorio a partir de esa fecha que luciéramos cosida a la ropa o en forma de brazalete la letra “O” rotulada en color amarillo, si no queríamos ser arrestados

Con rapidez se extendió la segregación: comenzaron con los restaurantes en donde se crearon zonas reservadas para obesos (generalmente junto a los baños), y siguieron con los autobuses, los grandes almacenes (se prohibió que se vendieran tallas grandes en la misma tienda que la ropa para gente normal), los lugares de ocio, los parques, etc. Luego vino la eutanasia activa para las personas hiperobesas (programa de muertes por compasión, le llamaron), como yo no era hiperobeso no protesté, no hice nada. Más tarde se llevaron a los catalogados como individuos con obesidad mórbida, pero como yo no era de esos, tampoco hice nada. Un día de primavera vinieron a por mí y nadie hizo nada para evitarlo. Unos militares me sacaron de noche de mi casa y me montaron en la parte trasera de un camión junto a otros obesos del

barrio apresados en la misma redada. Primero nos condujeron a un estadio de fútbol, allí un señor con uniforme nos largó un discurso tranquilizador diciéndonos que no nos iba a pasar nada malo, pero que como nosotros no nos autoayudábamos, el Estado se iba a encargar de transformarnos en personas delgadas. A mí me gustó el discurso, me pareció convincente, y aunque reconozco que desde que empezó todo este baile, los gordos hemos soportado innumerables incomodidades, no tengo la menor duda que todo lo que hacen las autoridades es en beneficio nuestro. ¿Por qué iban a querer hacernos daño? los gordos llevamos siglos conviviendo en armonía con la gente delgada, no representamos ninguna amenaza para el Estado y ni siquiera nos hemos sublevado a pesar de todas las medidas adoptadas en nuestra contra. Los presagios de Gervasio son infundados.

Una semana después de mi detención, a mí y a otros gordos nos sacaron del estadio y nos internaron en un Área Urbana de Diferenciación Residencial para Personas Anatómicamente Malsanas, un barrio degradado de la ciudad al que se había amurallado con el propósito de recluirmos, conocido popularmente como gordigheto. A muchos les deprimió ir a parar a aquel arrabal que por algún motivo que nunca acabé de entender apestaba día y noche a humedad y meados. Por mí parte diré que le encontré el lado positivo a nuestra reclusión; como desde que murió mamá me había quedado sólo en casa, ahora volvía a tener una existencia rodeada de gente, ya que, debido al hacinamiento general, compartía habitación con seis gordos más; y aunque no negaré que se producían conflictos, principalmente en todo lo referente a la comida y al uso del único retrete del edificio; no es menos cierto que fue grato descubrir por primera vez eso que llaman camaradería. En el gordigheto conocí a Gervasio. Jamás olvidaré el día en que le contemplé por primera vez, subido al único banco del parque del gordigheto que quedaba entero y dirigiéndose a las masas (en realidad éramos pocos, pero abultábamos mucho) con un enardecido discurso de rebelión, orgullo y dignidad, mientras caprichosas ráfagas de viento agitaban sus rizos morenos. Quizás Gervasio no me corresponda a esta declaración de amor que le hago —aunque sé que él entiende como una perra-, y puede que tampoco le guste saber que si le seguí no fue por sus ideas políticas y su radicalismo que no comparto, sino por un ideal mucho más grande, me uní a él por ese amor que no osa decir su nombre. Y a punto estuve de hacerme terrorista por amor. El último 26 de noviembre, día de la persona obesa, Gervasio reunió a sus partidarios y juntos realizamos aquella mañana una

pequeña manifestación por la calle principal del gordigheto, proclamando la jornada como el Día del Orgullo Obeso. Por la tarde, en una reunión clandestina fundamos el FLOPO (Frente de Liberación Obeso y Popular) bajo el lema: “Muerte a los escuálidos”. Entre los planes de nuestra organización estaban matar al ministro de sanidad y poner bombas en los gimnasios (cualquier persona en chándal era nuestro enemigo), pero la realidad es que no pasamos de las discusiones teóricas y de lanzar alguna que otra octavilla. A la primavera siguiente, en una nueva deportación masiva –a la que denominaron “operación bikini”-, a Gervi y a mí, nos sacaron del gordigheto y nos trasladaron al campo de adelgazamiento en un tren mercancías que apestaba a boñiga de vaca. El FLOPO quedó desarticulado.

Con todo lo que ha pasado, hay una cosa que no comprendo: ya no estoy gordo -pues ni en el gordigheto ni el campamento abundó nunca la comida- y sin embargo no me dejan libre por obeso. Dicen que un obeso es como un alcohólico, una vez obeso, siempre obeso, y que si me dejaran libre me liaría a comer como un Carpanta y en muy poco tiempo estaría hecho de nuevo un cachalote, que ese es el conocido efecto de las “dietas acordeón”. Me han dicho que no me pueden devolver a la sociedad hasta que no me apliquen lo que ellos llaman “solución final” al problema de la obesidad, un método que aplican en el spa por el que te estabilizan para siempre en tu peso ideal. A tal fin, esta mañana me han tatuado en el brazo un numerito que dicen que es como esas pulseritas que te ponen cuando entras en los complejos vacacionales. Parece que con enseñar el numerito en el spa ya tienes derecho ilimitado y gratuito a todos los servicios.

Bueno, amigo Gervasio, con esto creo que ya está todo dicho, como tú me pediste, este cuaderno se lo daré por la noche a Fritz -un guarda del campo al que tenemos sobornado para que nos introduzca de contrabando churros, paté a la pimienta y lenguas de gato (me refiero a las chocolatinas)- para que lo saque al exterior, y así el mundo pueda saber de nuestra heroica resistencia. Aunque no puedo acabar sin dejar constancia de un detalle extraño que ha ocurrido en el campamento esta mañana: Han descendido de los vagones para transporte de ganado, un grupo de tipos delgados con una letra “F” de color tabaco cosida a la ropa. Con disimulo me he acercado a uno de ellos y le he preguntado en voz baja: -¿“F” de qué? ¿Francmasones, funambulistas, funerarios, funcionarios? -No, ¡joder! “F” de fumadores –me ha respondido con malas formas.

**Adelgazaré por mí.** Ana María Fernández Gutiérrez.  
1<sup>er</sup> premio en la VIII Edición BAROS (2018)



**Mi vecina.** Julia Ana Mignone.  
Participante en la VIII Edición (2018)

Siempre la observo. A ella. Mi vecina, la que vive en el edificio de enfrente. Crecimos juntas. Siempre en el anonimato, sin conocernos, pero juntas. La observo siempre desde mi ventana mientras desayuno, mientras almuerzo, mientras ceno. Ya conozco sus hobbies, sus horarios de salida, sus horas de sueño y hasta sus comidas favoritas.

A veces me da lástima, otras veces me alegro por ella.

Desde hace años empezó a engordar, se le notaba... ¡y mucho! Incluso desde la ventana de enfrente. Podía ver como su familia le recordaba todo el tiempo, sin piedad, su condición. Y ella, triste y sin ánimos, ahogaba sus penas en comida tratando de hacer oídos sordos. Siempre que esto pasaba me daban ganas de

abrazarla porque sí; porque sentía su necesidad de apoyo y su incomprensión. Tiempo después, me di cuenta de que sus amigas la habían abandonado. Tenía tres amigas que yo había observado reiteradamente como iban a jugar, a charlar y a estudiar con el paso de los años. Hasta que un día empecé a tomar consciencia de ya no iban. Ya no jugaban, ya no charlaban, ya no estudiaban... No sé qué era lo que había pasado, pero sí sé que a ella le afectó. Empezó a comer, cada vez más, sin frenar. Comía frente a su familia, comía a escondidas, comía a la madrugada, comía en el baño. Comía. Podía ver como usaba la comida para tapar la soledad que la rodeaba; Podía ver cómo, cuando estaba aburrida y triste, abría la heladera y sonreía.

Por supuesto que también tuvo un amor de secundaria. Un chico simpático y alegre que iba a visitarla todos los días. Podía ver, ante su posible olvido de cerrar las cortinas, como cuando él la besaba y la abrazaba en su cuarto ella se alejaba y se reclinaba, con vergüenza y pudor. Y como, cuando él se iba enojado, ella lloraba por horas mientras devoraba cual comida

Y ella, triste y sin ánimos, ahogaba sus penas en comida tratando de hacer oídos sordos. Siempre que esto pasaba me daban ganas de abrazarla porque sí; porque sentía su necesidad de apoyo y su incomprensión.

se le cruzara por delante. Lamentablemente, la relación no duró más de un año. Digo lamentablemente porque las pocas sonrisas que ella esbozaba desaparecieron con ese chico, la última vez que cruzó esa puerta.

Con la presión de su familia, la soledad y el corazón roto, podía ver como se encerraba en su cuarto todo el día, refugiada en comida y libros. Tirada en la cama, sin ánimos, sin energía, sin motivación. Si bien hubo algunos días en donde ella se calzaba el conjunto deportivo y salía a hacer deporte, note como no podía hacer de eso una rutina, porque con el correr de los días estaba más y más gorda. Cada día ella se observaba y se detestaba; Cada día intentaba aceptarse y desbordaba en llanto; Cada día se frustraba y nuevamente recaía en la comida, su fiel amiga y compañera. Yo lo observaba, lo observaba desde mi ventana sin poder hacer nada. ¡No me juzguen!... pensé varias veces en hablar con ella, para que pudiera ser feliz con algo que no fuese la comida. Sin embargo, no me animé. No sé si fue mi vergüenza de enfrentarla o mi miedo de terminar de destruirla.

En fin, solo quería contarles sobre ella, mi vecina... sobre ella, la que vive en los espejos de mi casa; la que me esquivaba la mirada cada vez que la observo.

**Decepción.** Armando Francisco Aravena Arellano.  
1<sup>er</sup> premio de la IX Edición (2019)

La vio de inmediato. En cuanto ella se apareció en el oscuro rectángulo de la puerta del avión. El cortaviento amarillo y el brazo en alto saludando a la distancia, fue suficiente para provocarle una exaltación increíble, que apenas era capaz de controlar. Más aun cuando después, la mujer - tal como habían acordado - mantuvo a la vista el emblemático maletín metálico mientras iba descendiendo por la escalinata. No pudo esperar más, desesperado bajo hasta el primer piso para irse a instalar en un costado de la puerta del acceso de pasajeros. Allí, con una emoción que apenas podía contener, pegó su nariz a los vidrios y la volvió a encontrar a unos cien metros de distancia. Lo primero que le llamó la atención fue la forma en que poco a poco la mujer iba siendo dejada atrás por el grupo de personas que presurosas caminaban hasta la entrada. Había algo en su caminar que para él le fue imposible dejar de percibir. Era su enorme sobrepeso lo que impedía caminar como el resto del grupo. Fijó entonces toda su atención en el rostro de la mujer. Pese a que a cada instante era tapado por personas que se cruzaban por delante, lo que vio, lo dejó perplejo. No supo si era lo poco agraciado de los gestos o lo deslucido de sus facciones lo que le estaba provocando esa extraña sensación de malestar y desencanto. En cuanto la mujer más se acercaba mayor era su desazón. Fue separando instintivamente su rostro del grueso vidrio y comenzó a retroceder para ocultarse dentro del grupo. Su boca entreabierta daba cuenta del impacto que la situación le iba provocando.

Allí, con una emoción que apenas podía contener, pegó su nariz a los vidrios y la volvió a encontrar a unos cien metros de distancia. Lo primero que le llamó la atención fue la forma en que poco a poco la mujer iba siendo dejada atrás por el grupo de personas que presurosas caminaban hasta la entrada.

Ahora que la tenía más próxima su imagen le provocaba una enorme desazón, produciéndole una irritación que apenas podía resistir.

– Imbécil, ¿cómo pude creerle? – masculló enrabiado, acercándose al basurero para encajar el ramo de rosas rojas que había escondido todo el rato tras su espalda - ¿por qué estas cosas me tienen que ocurrir siempre a mí?

Dos o tres personas del grupo lo quedaron mirando, sin embargo, la entrada de los primeros pasajeros del vuelo lo obligó a seguir con sus propias preocupaciones. Decepcionado, casi destruido, se sacó su sombrero y lo puso sobre un asiento para posar sobre él toda su humanidad. Desde allí esperó que tras pasar por la aduana apareciera ella en el amplio hall.

La mujer se asomó a la puerta - como un animal enorme, pensó él - cuando el resto de los pasajeros ya casi había desaparecido. Un inmenso y sostenido suspiro la anunció en el espacio semivacío. El esfuerzo por andar un poco más rápido había marcado con mayor intensidad sus duros rasgos impidiéndole ocultar su verdadera edad. Su enorme contextura también se hizo evidente, pues apenas cabía dentro de un cortaviento, varias tallas menores.

Él dudó si encararla o solazarse contemplando la desazón que la mujer comenzaba a sentir al no encontrar a quien debía esperarla. Pareció disfrutar de verla ir y venir con dificultad de un lado a otro hasta caer, casi bufando, desfalleciente en uno de los sillones. Desde su lugar él la siguió mirando con disimulo. Quiso ponerse de pie y retirarse, sin embargo, decidió esperar lo que iba a ocurrir.

– En ese instante comenzó a recordar la pregunta que Raúl su amigo le hiciera, un día que vio la foto de ella sobre su escritorio.

– Una amiga. Es venezolana, la conocí a través del correo.

– ¿Electrónico?

– No, cartas. Ambos trabajamos en bibliotecas públicas, por lo que hemos intercambiado enormes intertextos románticos en general que luego los fuimos personalizando.

– ¡Qué romántico! – dijo casi burlándose.

Si, ha sido algo maravilloso, muy fino, muy sincero, hubiese querido decir, sin embargo, un censurador sentido del ridículo tan propio de la amistad entre hombres, lo obligó a quedarse callado contemplando la sonrisa de su amigo.

– Nunca creí que uno pudiera llegar a sentirse cercano de alguien con sólo intercambiar correspondencia - dijo después de un rato.

– ¿Cómo fue que la conociste?

– Una revista internacional editada por la Asociación de Amigos de la

Biblioteca del Mundo.

– ¿A dónde te escribía?

– Contraté una casilla

– ¿Y por qué venezolana?

– Para que tú sepas Venezuela produce las mujeres más bellas del continente. Posee cinco Miss Universo y cuatro Miss Mundo; ellos han instalado una industria de mujeres bellas, ¿qué menos me podía tocar a mí? - dijo pleno de orgullo.

– En realidad es bellísima - dijo Raúl cogiendo la foto - te felicito.

– Gracias, cuando venga te la voy a presentar.

– Te voy a cobrar la palabra.

– ¿Ha visto Ud. un señor con sombrero negro... – la pregunta de la mujer lo sacó bruscamente de sus recuerdos - ... y un ramo de flores?

Él la quedó mirando un instante sin decidirse a insultarla o a burlarse.

– ¿What? – respondió tan sólo.

– Le pregunto si acaso Ud. vio a un señor con sombrero negro...

Él la quedó mirando, simulando la turbación propia de quien no entiende el idioma en que se le habla.

La mujer se disculpó y por enésima vez dio un recorrido ciego por el lugar. Después, desesperada se paró delante del hombre para que éste quizás mirándola pudiera comprender.

– ¿Un hombre con sombrero y flores? – hizo los gestos para ayudarse.

Él la volvió a castigar con su mirada indiferente.

– I don't speak Spanish – dijo tratando de contener la risa.

La mujer desesperada sacó un sobre de su cartera que rompió antes de tirarlo a la basura. Después, tomó sus cosas y comenzó a caminar hacia la salida.

Él permaneció sentado hasta que la vio alejarse en un taxi del lugar. Luego se acercó curioso hasta el basurero. Una extraña e inquietante preocupación le produjo el hecho de ver aquel pedazo de sobre con su nombre en la cubierta. Desesperado, comenzó a meter los brazos para tratar de sacar todos los pedazos de papel. Las espinas del ramo de rosas no lograron hacerlo desistir. Tampoco el guardia que, con su impertinente mirada de extrañeza, no le quitó la vista hasta que él completó la recolección y se instaló en un mesón a reconstituir la breve nota que contenía el sobre:

“Lo siento Emilio, ha sido imposible abordar el avión previsto para la combinación. Por ahora debo permanecer en Lima. Pero gracias a Dios, en

el aeropuerto he conseguido con esta dama que se presente ante ti con las señales acordadas. Me siento tan profundamente decepcionada como tú lo puedas estar, pero confío que muy pronto nos podamos reconocer. Ha sido tan increíblemente difícil conseguir pasajes en estas horas de fin del milenio, que los detalles de la línea y el vuelo se los diré a ella para que te los trasmita. Adiós, o hasta muy pronto.

Tu Andrea de siempre”

P.D. En el maletín he puesto algunas fotos, tus cartas y otras cosas que son mi tesoro personal y más querido, recíbelas como un anticipo de mi presencia y de mi confianza en ti.

**Una decisión de peso.** Francisco Javier Domínguez García.  
1<sup>er</sup> premio en la IX Edición BAROS (2019)



**Mi diario de injusticias.** Ana Sanchís Martín.  
2º premio de la IX Edición (2019)

Miércoles 12 junio:

Salgo con mi compañera, como igual que ella, pero yo me quedo con hambre y ella no.

Jueves 13 junio:

Yo peso 150 kilos haciendo dieta y ella 50 sin hacerla.

La gente se la come con los ojos y a mí me juzgan por comer.

Viernes 14 junio:

La gente se la come con los ojos y a mí me juzgan por comer.

Sábado 15 junio:

Ella vacila de hacer ejercicio cuando apenas se esfuerza y yo me ahogo con solo darme la vuelta.

Domingo 16 junio:

A mí me trauma ir de compras y ella con dos trapitos está mona.

Lunes 17 junio:

Soy simpática y ella una borde, pero yo no tengo amigos y ella mil seguidores.

**Rechazo.** Miquel Planells Saurina.  
2º premio en la IX Edición BAROS (2019)



**Pena para adelgazar.** Miguel Ángel Carcelén Gandía.  
3º premio de la IX Edición (2019)

Dicen que fue en el tiempo de las cerezas primeras, en la época de los nimbos algodonosos y los vencejos tardíos cuando vieron pasearse a Nico por los alrededores de la plaza con gesto cabizbajo.

Otros nacieron con pecas en el rostro o naricillas de ratón, y si no fue así el tiempo se encargó de ir otorgándoselas. Nico, sin embargo, nació algo falto y regordete, y el tiempo, sin embargo, no tuvo a bien ir remediándolo, sino, más bien, todo lo contrario, en lo referente a la obesidad.

- ¿Y qué le vamos a hacer, marido? Bien que nos lo advirtió el cura antes de casarnos, que aun con dispensa de Roma y todo, los casamientos entre primos

traen hijos tontos o gordos. Y a nosotros nos ha tocado el lote completo. Y tú, que nada, que nada, que eso eran cosas del siglo pasado. Pues ahí lo tienes. Tantas prisas y ahora no hay día que no se te caiga de la boca la monserga del crío a medio hacer y a punto de reventar.

Y Nico, en su cortedad de luces, espiando la conversación entre sus padres entendía que como no estaba hecho del todo, aún tendría su brazo izquierdo posibilidad de crecer e igualarse con el derecho.

- ¿Dónde está el trozo de brazo que te falta, Nico?, ¿lo ha echado tu madre al puchero?

Nico se reía. Porque Nico tenía una sonrisa encantadora -apenas bobalicona-, quince años, pelo ralo, varios michelines cada uno con su nombre (torniquete, perdiguero, mollita...), dientes grandes, una

- Papa, ¿por qué en la iglesia no hay santos gordos?

cicatriz rencorosa en la rodilla, dos pares de pantalones idénticos, una novia impedida y una bondad natural que ya la hubiese querido para sí cualquier santo agrio de los que adornaban el retablo del templo del pueblo.

- Papa, ¿por qué los santos están siempre tan serios?

- ¿Lo ves, María?, ¿lo ves como el chiquillo no pregunta nada más que sandeces? ¿Y dices que si lo hubiésemos llevado desde pequeño a un colegio especial ahora no se le notaría tanto lo suyo? ¡Vamos, anda! En la inclusa debería haber terminado... Más tonto fui yo por consentir que nos casáramos en la ermita, si ya lo decía la gente, que iban a hacer un pantano ahí y eso no podía traer nada más que malos agüeros. Todos los que se casaron allí han tenido hijos gordos, echa la cuenta.

- Papa, ¿por qué en la iglesia no hay santos gordos?

- ¡No te digo...!, ¡si es que, si es que...!

Nico también tenía un padre amargado y una madre cuyo único deseo consistía en morir después que su hijo para poder cuidar de él hasta el final, y antes que el marido para gozar en el cielo de, al menos, un tiempo sin sus palizas ni su humor de ogro. Suponía la buena mujer que en el cielo le sería igual de difícil sisarle al esposo unas pesetejas con las que conseguir algo de sustancia que alegrase el guiso soso de todos los días. “La ventaja de vivir en el fondo –decía para sí cuando la desesperación a punto estaba de vencerla- es que ya nadie te puede hundir más.”

- Nene, vete a por tabaco al bar, y que no te engañen; te tienen que devolver dos monedas gordas y dos pequeñas, ¿estamos? –rugía el padre-. Y anda ligero, o te la cargas.

En el bar los parroquianos se divertían a su costa con la broma de siempre:

- Nico, ¿qué pesa más, un kilo de paja o un kilo de hierro?

El tiempo le había enseñado que debía contestar un kilo de paja, porque era la respuesta que arrancaba risotadas de los abuelos y obraba la maravilla de que lo invitaran a un plato de aceitunas, de altramuces o, con menor frecuencia, de tocino vetoso, manjares que luego, a escondidas, compartía con su madre. Gracias a aquellos regalos, en parte interesados, Nico aplacaba las hambres, lo que no conseguían hacer los pucheros tísicos que preparaba su madre con los ridículos recursos de que disponía. Sin embargo, por culpa también de esos mismos regalos en forma de comida poco sana, Nico aumentaba su gordura.

A Nico le gustaba hacer reír, le encantaba confundir su risa franca con la alegría de la gente. Era un modo de ir expulsando de su cerebro los gritos del padre y el llanto de la madre. No le apetecía recordar los golpes que se oían en la habitación contigua después de que su madre, invariablemente con cara de resignación, le dijera: “Anda, cielo, vete a echar la siesta”. No le gustaba dormir la siesta a las once de la mañana o a las ocho de la tarde, cuando dictase la borrachera de su padre. Tampoco le gustaba la sopa de pan con que se despachaban todos los santos de los días debido a lo mal que andaban las cosas en el campo, según su padre, y a lo mucho que costaba el aguardiente, según su madre. Ni la sopa de pan ni el chusco pétreo que la acompañaba. “El pan nuestro de cada día dánoslo de hoy”, rezaba el chiquillo equivocando la frase, pero sabiendo muy bien lo que se decía.

- Vengo a por el tabaco de mi padre, Antón. ¿Hay por ahí tirillas de tabaco? –preguntaba con su lengua de trapo.

- Al fondo del mostrador te he guardado unas cuantas, criatura –malamente vocalizaba el tabernero.

Nico coleccionaba, entre otras muchas cosas, atardeceres, palabras bonitas como libélula, sándalo, colibrí, hipocampo, verderón..., aunque no alcanzase a entender su significado..., coleccionaba sonrisas, alas de mariposa, camisas de culebra, vilanos y tirillas de tabaco.

- ¿Cuántas tienes ya?

- Un montón, Antón, pero me falta otro montón, Antón –y sonreía de lo bien que sonaba lo que acababa de decir.

El estanquero le había hablado de una promoción en la que al reunir un kilo de tirillas de tabaco regalaban una silla de ruedas.

- Pero, Nico –le advirtió-, un kilo de tirillas son muchos montones de tirillas, tenlo presente.

Él las prensaba y las escondía en la funda del colchón, y se alegraba al comprobar cada cierto tiempo cómo aumentaba su grosor o, al menos, en esa ilusión se mantenía.

- Un kilo de tirillas de tabaco pesa lo mismo, lo mismo, lo mismo que un kilo de paja –se animaba al hacer el nocturno recuento de su más preciada posesión-; pero también pesa lo mismo, lo mismo, lo mismo que un kilo de hierro –y enseguida desterraba ese pensamiento para no desalentarse.

- Toma, criatura, cómete estos torreznos, a ver si coges fuerza en ese brazo, que más que brazo parece una lagartija de lo esmirriado que está. Hay que ver, con lo fortachón que estás y qué brazo de palillo te gastas.

- Pues yo quiero ser una lagartija, Antón, una lagartija. A las lagartijas les crece la cola si se la cortan y yo quiero que me crezca el brazo.

Y los abuelos, entonces, ya no se reían con la ocurrencia del chiquillo. Más bien amagaban un gesto de pena, y se preguntaban, por un momento, cómo aquel mocetón podía estar tan gordo pasando tanta hambre como sabían que pasaba.

A Zulema también le había confesado en algunas ocasiones:

- De mayor quiero ser una lagartija, para que se me iguallen los brazos.

(Para sus adentros pensaba que preferiría que a la niña le crecieran las piernas antes que a él el brazo; aún sin saberlo ese sentimiento se acercaba muchísimo a la definición del amor).

Y Zulema, que a todos los efectos ejercía de novia oficial de Nico, se sonreía. Sus doce años daban para entender que un niño, cuando se hacía mayor, se convertía en un ser con más futuro que pasado, nunca en una lagartija.

- Pues a mí me gustaría ser una rana, para poder dar grandes zancadas-, decía ella entrando en la dinámica fantasiosa de Nico y olvidando adrede que un niño es un proyecto de hombre, y un hombre es lo que queda de un niño.

Zulema hablaba y se miraba las piernas raquílicas, inservibles.

El chiquillo soñaba con el día en el que pudiera llevarla en su flamante silla de ruedas a la orilla de la charca de la huerta de su padre. Allí, de atardecida, las ranas componían mediocres serenatas que a Nico se le antojaban hermosísimas. Cada vez faltaba menos para el gran momento, el colchón iba

engordando y la idea que alguna vez le rondó por la cabeza de cortarse una pierna para regalársela a Zulema hacía tiempo que había caducado: algo tan desproporcionado no sentaría bien a un cuerpo tan delicado como el de la chiquilla. La otra alternativa, la de pedirle un deseo a la luna en la noche de san Juan, se presentaba demasiado complicada: “Tienes que aguardar hasta la medianoche, ni un minuto antes ni un minuto después –narraba su madre para atontarle las hambres desde muy pequeño-, y mirando fijamente a la luna pensar con mucha fuerza en lo que te gustaría que se cumpliera. Eso sí, si está relacionado con otra persona debe estar cerca de ti, de lo contrario no se cumple.”

Él no sabía cuándo llegaba la noche de san Juan, ni entendía los relojes para saber a qué hora exacta debía formular el deseo, ni tenía posibilidad de estar con Zulema al oscurecer, así que mejor seguir coleccionando tirillas.

- Nico, le estás quitando el trabajo a los barrenderos –se burlaban de él, sin mucha malicia, los desocupados de la plaza al verlo afanarse en la recogida de cintas de tabaco.

Nico era parte del paisaje municipal, como las cigüeñas de la torre, el reloj del ayuntamiento o el depósito de agua.

- Es que no hay pueblo sin tonto ni estación de tren sin monja-, sentenciaba el alcalde siempre que se cruzaba con el chaval para dar salida a la antipatía que sentía por su padre, sólo porque se le había adelantado como pretendiente de María en sus años mozos. Nico se reía, siempre se reía, y eso exasperaba todavía más al munícipe principal.

“Y pensar que podría ser yo el padre de ese gordinflón, ¡válgame el cielo! Si es que Dios sabe hacer bien las cosas...”

“Y pensar que podría ser yo el padre de ese gordinflón, ¡válgame el cielo! Si es que Dios sabe hacer bien las cosas...”

- Mañana toca cavar cepas, así que se acueste pronto el crío y deje de entretener a la tullida del vecino, que tendrá que madrugar –casi escupía el padre a su mujer.

Si Nico nunca llegó a aprovechar las facilidades que le dieron para que estudiase en la capital en un centro de disminuidos se debió más al interés del padre en sacar partido a la fortaleza de su cuerpo en las labores del campo que a la desidia de los servicios sociales del ayuntamiento. El mal viaje de una

azada dejaba constancia en la rodilla de Nico de lo muy temprano que había sido su bautizo en la viña. Y los arañazos de los sarmientos en sus michelines reforzaba la idea.

La mala suerte, que es el nombre que damos a la providencia retorcida, quiso que al día siguiente el aprendiz de agricultor se entretuviese más de la cuenta en la plaza recogiendo tirillas y llegase al majuelo, casi arrastrando su pesado cuerpo, sudoroso y resoplando, cuando el padre ya había desgranado cuantas letanías de maldiciones se sabía. Esa tarde se emborrachó como en las grandes ocasiones y Nico durmió la siesta durante muchas horas. Como castigo a su tardanza se le prohibió visitar a Zulema. Probó entonces el muchacho por primera vez en su vida el sabor salobre de las lágrimas, y la madre se maravillaba al verlo llorar y reír a un tiempo, como cuando llueve y hace sol, ya que la sonrisa en él había pasado a ser naturaleza y ni la tristeza más profunda conseguía desdibujársela.

Dicen que fue en el tiempo de las cerezas primeras, en la época de los nimbos algodonosos y los vencejos tardíos cuando vieron pasearse a Nico por los alrededores de la plaza con gesto cabizbajo. Fue novedad; y hasta el alcalde se compadeció de él. Antón tuvo que abandonar su refugio del mostrador para acercarle al tonto del pueblo no un plato de aceitunas, sino un buen bocadillo de lomo de orza que Nico ni probó. Cuando se lo entregó intacto a su madre ésta supo ver reflejados en la miga del pan pedacitos del alma del muchacho.

A la cuarta semana de ver a Nico en tal estado de postración, que ni el pan blando del día –sisado muy a escondidas al padre- comía, se saltó la prohibición del marido y ella misma, de la mano, llevó a su hijo a ver a Zulema. En la pareja que atravesó la plaza no costaba reconocer a la pobre María, no obstante, pocos identificaron a quien la acompañaba, del mucho peso que había perdido en tan poco tiempo. Nico y la niña hablaron largamente, como dos viejos conocidos reencontrados tras una larga separación; fue como redescubrir un barbecho reinventado tras la lluvia. Hablaron larga y mansamente, ajenos a los golpes que unos cuantos tabiques más allá se dejaban apenas oír. Nico no pudo ver la cara amoratada de su madre cuando, a escondidas, se acercó a la casa a recoger las tirillas del tabaco. Sí la vio, en cambio, al regresar del estanco. No lloró porque había agotado todas las lágrimas. El reguero salado que unía su casa con el estanco tardó varias jornadas en secarse.

- Lo siento, Nico, ¡quién iba a pensarse que...! Si lo de las tirillas caducó hace lo menos dos años... Creo que te dije que era casi imposible reunir un kilo....

Esas palabras del estanquero dolían como alfileres clavados en su cerebro. Sería empresa demasiado complicada ir expulsándolos, igual que hacía con los golpes que se le colaban por los oídos durante las aborrecidas siestas, muchísimo más difícil que deshacerse de esos muchos kilos que acababa de perder. Bien estaba comprobando en sus carnes la verdad del dicho: “No hay nada que más adelgace que la enfermedad y la pena”. Su enfermedad era la de la tristeza, su pena, la de no poder ver cumplido su sueño.

Cuatro años para nada. Un kilo de tirillas de tabaco pesaba lo mismo, lo mismo, lo mismo que un kilo de hierro, entonces lo supo de verdad.

- Mama, cuatro años, ¿sabes?, cuatro años y el escondite del colchón no ha servido para nada.

Caricias de la madre, besuqueos, intentos de sacar ánimos de donde sólo quedaba desesperanza.

- Anda, cielo, vete a echar la siesta-, decía asumiendo que aún habitando el fondo a uno lo podían hundir todavía más. No obstante, ya no era tiempo de siesta.

Nico nació algo falto y regordete, y su vecina impedida. Otros tuvieron más suerte y nacieron con pecas en el rostro o naricillas de ratón.

Dicen que lo vieron por última vez llevando en brazos a Zulema en dirección a la huerta, sonriente, orgulloso de haber perdido kilos pero no la fuerza, y que era tal su determinación que nadie osó cuestionar su camino; alguien creyó oírle gritar algo acerca de las sopas de pan, de santos gordos y de lo mucho que adelgaza la pena; dicen también que fue la congoja por la muerte de Nico y no la brutal paliza del marido lo que mató a la madre (pecaría de romántico quien leyera ahí una concesión de la vida a los deseos de la pobre mujer).

Se dijeron tantas cosas que es muy difícil espigar la verdad. Lo único incontestable es que los cuerpos de Zulema y Nico aparecieron flotando en la alberca la mañana del veinticuatro de junio; soplaban un vulturno inusual y se oían a lo lejos las campanas de la ermita sumergida en el pantano. Ninguno de los dos sabía nadar, no fue necesaria autopsia, de haberse realizado difícilmente se podría haber explicado por qué el brazo izquierdo del muchacho tenía igual longitud que el derecho y por qué los músculos de las piernas de la chiquilla gozaban de la consistencia que nunca habían disfrutado.

El cura, en la homilía del entierro, evitó hablar de milagro: prefirió centrarse en la genealogía de Dios y en la existencia del limbo, lugar en el que desembocaría Nico por ser un espíritu cándido. Ni los más entendidos en teologías acertaron

a comprender por qué una parte del sermón la dedicó a explicar que sí habían existido santos gordos, como san Albano, primer mártir inglés, o san Adalberto, patrón de los prusianos, pero que no eran frecuente encontrar sus tallas en los templos.

Dicen que fue en el tiempo de las cerezas primeras, en la época de los nimbos algodonosos y los vencejos tardíos cuando sucedió todo esto. Algunos, los más fantasiosos, aseguran que el padre perdió el juicio y que aun sin estar bajo los efectos del aguardiente hablaba de dispensas papales para primos hermanos y del prodigio de una rana y de una lagartija que jugueteaban juntas a todas horas en la orilla de su alberca.

Sin embargo, nadie lo creía, porque esas cosas sólo suceden en los sueños o en los cuentos que florecen, cuando la flor del almendro, en las tierras castellanas.

**Discriminación.** Alberto Martínez Lorenzo.  
3<sup>er</sup> premio en la IX Edición BAROS (2019)



**Diálogo de niñas.** Juana María López Rojo.  
1<sup>er</sup> premio X Edición (2020)

- ¿Tu mamá es aquella gorda?  
- Mi mamá es la que me adora,  
la que me estruja en su pecho.  
Mi mamá es la del olor a miel,  
la más guapa, la de suave piel.  
La que regaña y luego sonrío,  
la que me abriga para que no me enfríe.  
La que me ata los zapatos  
y me peina con dos lazos.  
La que perdona cuando fallo  
porque con rabetas estallo.  
La que me lleva de la mano,  
la que hace liviano lo malo.  
Mi mamá cree en mis sueños  
y me llena la cara de besos.  
La que sopla mis heridas  
y consuela en la desdicha.  
- Pero ¿es aquella gorda?  
- Lo que yo pensaba, estás sorda.

**A pan y agua.** Juan Manuel Maroto Romo  
1<sup>er</sup> premio en la VI Edición BAROS (2016)



**Avatares.** Miguel Ángel Rey Hellín.  
2<sup>o</sup> premio de la X Edición (2020)

Sencillamente seguir las instrucciones paso a paso. Ya no es como al principio, cuando necesitaba la ayuda de Adrián o de Rosa, ahora una se las puede apañar sola con la máquina, interactuar de forma directa, todo se va perfeccionando. No sé si en alguno de los pasos solicitarán algún pago, Adrián dice que no, pero no me fío demasiado. Para instalar hay que reiniciar; en mi ignorancia conspiranoica, supongo que este es el momento que aprovechan para introducir en nuestros ordenadores toda clase de rastreadores, sensores de reacciones cardíacas y cerebrales y demás parafernalia invasiva y manipuladora. Nadie ofrece el producto de su trabajo a cambio de nada. Pero estoy demasiado enganchada, y necesito la nueva versión si quiero seguir compartiendo vídeos en los formatos de más calidad.

En este crítico momento me interrumpe, como siempre, Ramón: Mamá, no encuentro las playeras azules. –Así es imposible, se está iluminando de nuevo la pantalla y, cuando regreso, hay un parpadeo alarmante, que resulta ser un anuncio de la versión de pago y que rápidamente cierro. Menos mal que conseguí mi propio ordenador, pese a que mis hijos lo consideraban innecesario: para lo que lo vas a usar, decían burlones, aunque luego se quejaban de que empleara los suyos, porque, según ellos, los ralentizaba y los llenaba de virus con mis tonterías-. A ver si vuelves pronto a tus clases, - me decían, sin darse cuenta de que recordar mi excedencia y sus causas me ponía de muy mal humor.

Además, así no verán mis cosas, los textos que escribo, las páginas y las redes sociales en las que me meto; se acabó soportar sus ironías, no pienso decirles mi contraseña. No soy yo quien empezó, ya sé que estas aficiones nos están separando, quitándonos tiempo compartido, pero fue Rafa el que, primero con la excusa del trabajo, empezó a aislarse en la habitación y luego con lo de ver los partidos de fútbol o series violentas que a mí no me gustan... Yo tardé más, hasta que cogí el portátil viejo que sobraba y seguí la sugerencia de mi vecina Carmen, ella fue la que me habló de esta aplicación, todo un descubrimiento.

Recuerdo el primer día, el del seudónimo o alias. Qué maravillosa sensación de libertad, de impunidad, de falta de consecuencias: qué ligereza y qué vértigo el de crearse de la nada una identidad con un nuevo nombre: ni Alonso Quijano al autobautizarse como don Quijote debió de sentir algo parecido, porque a él lo constreñían las reglas de la caballería andante. Dejar atrás los kilos de más, la acritud de tanta rutina y mediocridad, no pude menos que llamarme Aldonza, porque Dulcinea habría sido demasiado revelador de mis intenciones. La fotografía no era ningún problema, con mis rudimentos de iluminación y maquillaje sabría quitarme de encima quince años, y además no había límite de pruebas, no pararía hasta conseguir la imagen ideal. Eso sí, no quería perder de vista que estaba jugando; a diferencia de don Quijote, yo nunca me iba a creer del todo el papel. De algo me servirían mis abandonadas clases de literatura.

Qué endiablada idea, a qué retorcida mente se le habrá ocurrido algo tan irresistible. Enviar fotografías de cuerpo entero desde todos los ángulos y decirte a qué actriz o modelo famosa te pareces más, estás más próxima en facciones y medidas antropométricas debidamente ponderadas, con especial importancia del culo. Y luego, con una precisión científica, decirte qué acciones quirúrgicas, nutricionales y gimnásticas debes adoptar para ser prácticamente su réplica. Más aún, premiar a aquellas que lo consigán, cosa que dictaminarán

con sus puntuaciones las propias usuarias. Solo la continua aparición de publicidad entorpece la experiencia, pero no voy a caer en pagar por la versión Premium, eso lo tengo claro.

La idea es buenísima, sobre todo el morbo de que puedan entrar hombres, pero solo aquellos que nosotras invitemos, hasta un máximo de tres, y por tiempo limitado. Al principio no lo sabía, es el premio sorpresa, cuando una ya es casi un clon de esas estrellas seductoras, nuestras fotografías se muestran a hombres suscritos que han declarado como favorita a la figura que nosotras imitemos, y nos ofrecen citas para que elijamos a los tres que más nos atraigan. Para eso necesito la ampliación del programa que me estoy descargando, al principio no lo veía claro, pero puede ser divertido, a ver qué propuestas recibo, nadie me obliga a quedar con ninguno, desde luego Rafa no debía enterarse, ahora que está más atento desde mi mejora física, no pasan dos días sin pegarnos un revolcón, pero él sigue postergando el gimnasio para la semana que viene, siempre la semana que viene. Es como si estuviera cambiando la compulsión de la comida por la de este juego morboso.

Yo creo que en casa nadie sabe que frecuento esta página, aunque no me extrañaría que alguno de los chicos se enterara, seguro que saben rastrear las búsquedas a través de la IP o cosas de esas, pero verme no me han visto, porque si alguna vez se han asomado no divisan la pantalla, me salva su desinterés, como no sea por burlarse un rato, de todos modos, estoy frente a la puerta, y además enseguida minimizo, qué rabia andar con estos agobios, qué pueden importarle a nadie mis entretenimientos. Claro, soy yo quien se siente un poco culpable, lo reconozco, no parece muy digna ni madura esta conducta, acaso propia de una adolescente, pero es emocionante, tal vez un poco adictiva, una se sienta ansiosa de ver las puntuaciones, los avisos, los mensajes de ánimo de las estrellas. Hasta que anunciaron el accesorio para medir los índices biométricos, una pulserita que al parecer se comunica de forma inalámbrica con el ordenador, pensaba que el mío no tendría potencia suficiente para acoplarla, pero el nuevo resultó que sí, menos mal que llevo yo las cuentas y nadie se ha enterado del gasto, que no ha sido cualquier cosa.

Ahora junto con la ampliación se está instalando el software, o como se llame, de la pulserita, vaya inventos, y yo al 86% de Sofia Vergara, a este paso vuelvo a salir de discotecas; siempre me tomaron por latina, mis labios gruesos, la boca grande, cejas pobladas, formas orondas que por fin estoy disciplinando para ganar en dureza, el pelo ya me ha crecido y la verdad es que está clavado,

la peluquera ha hecho un gran trabajo, mi dinero me ha costado. Lo peor son las sentadillas, pero viendo los progresos una se estimula, y eso que me falta mucho, claro que el mejor índice es el aumento de interpelaciones callejeras, antes piropos, que es exponencial y empieza a hacerse insoportable: cuánto tío baboso.

En fin, parece mentira, pero esto dice haberse instalado con éxito. Veamos si tengo ya alguna propuesta, si acaso renuevo las fotografías, espero a que se marchen todos. Vaya, doce propuestas ya, mucho tirón tiene Sofía Vergara, aunque yo solo soy una de las dieciséis que competimos por replicarla. Leo nerviosa los perfiles: algunos van más por el lado de lo latino, la exaltación del mundo caribeño; otros buscan de forma demasiado directa la fantasía sexual, y solo un par de ellos denotan cierta delicadeza y formación en su manera de escribir: “un paseo a tu lado, una visita a un bosque contigo, la brisa en una terraza compartiendo una copa mientras anochece, esos son los deseos que se me despiertan al contemplarte”, dice el más guapo, o mejor dicho atractivo, un hombre maduro que en su fotografía transmite el justo equilibrio, para mí, entre seguridad y fragilidad. Nada pierdo por escribirle un mensaje de contacto, ver si entablamos amistad. No sé, debo pensarlo bien, tiene que estar un poco trastornado para buscar una réplica de su actriz más deseada, tal vez pretenda incluso que imite su voz, sus movimientos, y se irrite si no soy capaz... me estaría bien empleado un susto por meterme en estas tonterías.

Llegó un momento en que mi rutina anterior era insostenible; casi me dolían más los comentarios en sordina de los alumnos correctos que las burlas francas de los más descarados, y por aulas y pasillos notaba las miradas de asombro mezcladas a veces con un punto de reprobación. Hasta en los compañeros, siempre considerados, me parecía apreciar un esfuerzo por contenerse, por no decirme algo. A las clases del primer piso llegaba casi sin resuello, necesitaba un par de minutos para poder pasar lista, y el simple movimiento del brazo para escribir en la pizarra me fatigaba. Achacaba a la proximidad de la menopausia el aumento que gradualmente me había llevado de mi gordura de siempre, mal que bien asumida, a esta obesidad mórbida, de cuyos peligros me advertía mi doctora en todos nuestros encuentros, que yo eludía cada vez más.

Así que, aunque el sueldo de Rafa no era gran cosa, decidí pedir la excedencia y centrarme en perder peso. Con altibajos lo estaba consiguiendo, aunque más despacio de lo previsto, más por ejercicio que por dieta, pero con lo que no

contaba era con engancharme de este modo al ordenador, en particular a esta página que empezaba a obsesionarme, pero conseguía que me olvidara de todo, que tuviera una ilusión tan distinta de aquella de años atrás, cuando me despertaba deseando atraer a mis alumnos a la causa de la lectura ahora abandonada por mí. Por supuesto que advertía mi deslealtad, claro que me asediaba la culpa, pero no mientras estaba frente a la pantalla, ni siquiera cuando me dediqué horas y horas a aprender el uso de los programas de tratamiento de imagen, y aprendí a retocar mi cuerpo, a suprimir sus imperfecciones, a dotarlo de la ligereza y las curvas que no tenía, con la recompensa de avanzar en el porcentaje de parecido, de ascender en el ridículo escalafón de aquel juego, de ganar finalmente el premio de citarme con desconocidos igualmente alienados. Mis hijos no hubieran sospechado la habilidad que adquirí en esta tarea, similar a la que un tiempo tuve para diseñar actividades de fomento de la lectura para mis alumnos. A mis amigas de profesión sería incapaz de confesarles esto, perdería muchos puntos ante ellas, solo la sabe Carmen, mi vecina con la que tengo más confianza para estas debilidades, y lo del Photoshop ni a ella se lo he dicho.

Llegó un momento en que mi rutina anterior era insostenible.

Cómo acudir ahora a esa cita que tanto me atraía, no tanto por las expectativas sexuales como por el hecho de sentirme deseada, no había programa informático capaz de reducir mi peso y mi volumen en las tres dimensiones de la realidad, de compensar lo que no era un 86, sino como mucho un 45% de Sofía Vergara, de remediar el fraude que iba a cometer, a saber, cómo reaccionaría ese maduro atractivo, de seudónimo Newman...

A las clases del primer piso llegaba casi sin resuello, necesitaba un par de minutos para poder pasar lista, y el simple movimiento del brazo para escribir en la pizarra me fatigaba

No había trucos de vestuario capaces de engañarlo, pero acaso una sincera petición de disculpas y un despliegue de encantos obrarían el milagro. La clave estaba en salvar los primeros minutos e ir ganándomelo poco a poco hasta, tal vez, hacerlo cómplice de mi trampa, cómplice de engañar a la dichosa plataforma. Claro que de alguien empeñado en realizar sus fantasías

con una seudocelebridad de imitación no cabía esperar mucho sentido común. De hecho, hasta había practicado algo el acento latino por si la actuación lo requería.

Lo sensato era abandonarlo todo y desistir de la cita, pero la inercia de tantas semanas de empeño pudo más y, con el pretexto de ver a una amiga, marché al céntrico local de copas al encuentro de Newman. Tres días sin apenas comer y un vestuario apropiado reducían la distancia entre las fotos y la realidad sin llegar a ocultar el evidente fraude, la trampa que no era sino un acto infantil de una mujer torturada por su físico. Esperé angustiada a que se hubieran marchado todos, Rafa a su partida de pádel y los chicos al gimnasio, y practiqué la metamorfosis, consciente del ridículo pero incapaz de detenerme, en una actitud que definiría como irónico masoquismo, y con el corazón en un hilo por si alguno de ellos volvía antes de lo previsto. Ya por el camino, en el taxi, sonó mi móvil y vi el nombre de mi compañera del instituto, con la que llevaba semanas sin hablar. No sabía si cogerlo, estaba en una situación que para ella resultaría inverosímil, la más alejada posible de la imagen que pudiera tener de mí, y mi disposición no era precisamente la idónea para ajustarme a esa imagen, más bien al contrario.

Y, sin embargo, algo me impulsó a contestar, acaso como el náufrago que se agarra a una tabla. Mi amiga Elsa, tan comprensiva, tan dulce, estuvo más balsámica que nunca, tratándome con la condescendencia con la que hablaba con sus alumnos discolos o problemáticos, pero poco a poco le salió la vena jocosa y empezó a contarme chismes y maldades del día a día de ese microcosmos que es un centro educativo; el caso es que acabó despertando en mí, por primera vez desde mi marcha, cierta nostalgia de mis clases. Llegó el momento inevitable en que me preguntó directamente qué tal estaba, y mi respuesta fue un revelador torrente de lágrimas. Sus palabras afectuosas al otro lado acabaron de obrar lo imprevisto, y empecé a explicarle:- Si me vieras ahora (noté que el taxista se revolvió medroso e inquieto en su asiento), no te puedes ni imaginar adonde voy y las pintas que llevo...Solo te diré que sería un pésimo ejemplo para los alumnos, y que necesitaría una de esas charlas que les da el orientador sobre los peligros de las redes sociales...

Finalmente le conté todo con un gran alivio y ella, consciente de que debía quitar hierro al asunto para atenuar mi vergüenza, bromeó sobre la sorprendente habilidad que había adquirido en Internet. Poco a poco sus palabras me fueron devolviendo sensaciones y recuerdos casi olvidados de mi trabajo, emociones

no siempre gratas y tal vez grises, pero al menos auténticas y no inducidas por un juego absurdo. La voz de Elsa, convertida en depositaria de mi antigua identidad, en espejo que reflejaba mi ridícula imagen, me devolvió ratos de cafés, de preparación de clases, de comentarios sobre los alumnos, de críticas a las autoridades, que de repente en su mediocridad me parecieron muy valiosos. Recordé las bromas con las que relativizábamos la difícil convivencia con nuestros kilos de más, mientras la aplicación del móvil vomitaba avisos de que mi cita estaba cerca. Cuando me dijo que los alumnos echaban de menos mis juegos sobre las lecturas, comprendí que el mío había terminado y le pedí al taxista que diera la vuelta y me llevara a casa.

**Cuanto más te cuides, más feliz.** Paula Sierra Bonet.  
1<sup>er</sup> premio en la XI Edición BAROS (2021)



**Un gran amor.** Bertony Louis.  
3<sup>er</sup> premio de la X Edición (2020)

Yo peso 200 kilos  
Pero cuando pongo mi amor por ti  
En el balance  
Él pesa más que yo.

**Puedes.** ROME. 1<sup>er</sup> premio en la X Edición BAROS (2020)



**Tallas.** Miquel Planell Saurina  
3<sup>er</sup> premio en la XI Edición BAROS (2021)



**Notas con sobrepeso.** Diego Morcillo Sánchez.  
Participante en la X edición (2020)

Estoy gordo y eso me aburre. Estoy gordo y eso hace que pase solo la mayor parte del tiempo. Estoy gordo y por eso me miran por la calle. Estoy gordo y me canso con facilidad. Estoy gordo y por eso escribo, os hablo a vosotros, posibles lectores, aunque no sepa si alguna vez estaréis ahí. Estoy gordo y el espejo no para de recordármelo cada mañana. Por eso odio los espejos. No tengo ninguno, ni siquiera en el baño. Un día, antes de ducharme, vi toda mi grasa reflejada y no pude evitar

Estoy gordo y eso me aburre. Estoy gordo y eso hace que pase solo la mayor parte del tiempo. Estoy gordo y por eso me miran por la calle. Estoy gordo y me canso con facilidad. Estoy gordo y por eso escribo, os hablo a vosotros, posibles lectores, aunque no sepa si alguna vez estaréis ahí.

meterme un puñetazo. La mano se me llenó de cortes. Sangró durante mucho más tiempo de lo que pensaba que sería capaz y, por un momento, pensé que quizás moría porque la poca sangre que iba a quedar en mi cuerpo no podría circular por él al tener las arterias obstruidas por colesterol y restos de galletas de chocolate. El espejo quedó hecho añicos y eso, desde luego, fue una buena noticia. Llegué a plantearme comprar otro, pero no es que tenga demasiado dinero como para gastarlo en cosas que ni siquiera quiero. Curro de doce a nueve en una hamburguesería. Por si lo dudabais, estoy gordo y por eso trabajo en una hamburguesería. A los gordos también nos discriminan por ser gordos a la hora de encontrar un trabajo. Si eres gordo no vas a estar atendiendo en una tienda de complementos de lujo. Os lo garantizo. Por eso en este curro todos estamos gordos. Estoy seguro de que a los jefes les da más confianza que nosotros elaboremos sus productos de mierda porque asumen que conocemos como tienen que saber exactamente ya que nos alimentamos de eso todo el día. Para desayunar una Majestic con queso, para comer una Queen Angus y para cenar la especial de la casa, la enorme Extreme Collection. Por supuesto, siempre acompañadas de dobles o triples raciones de patatas fritas y la mayor cantidad posible de ketchup y mayonesa. Todo ha de crear un mejunje que parezca asqueroso a la vista pero que, a nosotros, como buenos gordos asquerosos, nos encanta.

Igual que os digo que en el trabajo solo somos gordos, en cuanto salgo de allí, todo el que me rodea de repente pasa a pesar cincuenta ridículos kilos. Es como si una noche todo el mundo hubiese encogido mientras dormía y hubieran despertado diminutos. Entonces el espejo me resulta pequeño, la silla me resulta pequeña, mis camisetas, pantalones, calzoncillos, calcetines e incluso bufandas me resultan pequeñas. Este boli que tengo en las manos me resulta minúsculo. Apenas lo veo, encerrado entre mis rechonchos dedos. Es una de las cosas que menos me gustan de mi cuerpo, mis dedos que parecen las salchichas que servimos en la hamburguesería con el menú número siete. Desde pequeño los odio, odio mis manos. Lo peor es que de ellas no puedes huir como de las lorzas, no puedes tapparlas con una camiseta y seguir con tu triste vida. Con las manos te enfrentas casi en cada momento. En el colegio llegué a usar guantes a diario, pero los profesores no me dejaban estar con ellos puestos en clase y al final todo el mundo se fijaba en mí y en mis manos. Mis compañeros no eran demasiado crueles, en eso tuve suerte. No recuerdo

que me insultasen o se metiesen demasiado conmigo. Quizás lo he borrado de mi memoria. Lo que sí que recuerdo del colegio es una discusión que tenía una y otra vez con un niño que iba a la otra clase. Aquel chaval, no sé cómo se llamaba, era muy bajito. Yo siempre he sido bastante alto, y digamos que me aprovechaba de eso para meterme con los que no lo eran. Era una forma de protegerme, de dejar de sentirme menos que el resto, aunque solo fuese durante el tiempo que dura un recreo. Yo le llamaba enano, canijo, duende, pequeñajo, gnomo, crío, niñoito, mediomierda, mierdecilla, pulga, pulgarcito, hormiguita. Él a mí siempre me llamaba puto gordo, simplemente, puto gordo. Lo que pasaba es que, cuando me metía con su estatura, él me decía que él sería bajito, pero que no podía hacer nada para remediarlo y que, en cambio, yo era un enorme gordo porque me daba la gana. Decía que podía estar más delgado en cuanto quisiera. Solo tenía que proponerme adelgazar. Yo siempre le decía que no iba así, aquello me molestaba muchísimo. Más de una vez acabamos pegándonos y castigados en el despecho del director. Llamaban a nuestras madres y la cosa se quedaba en el olvido. Aunque no era fácil. En casa, cuando yo se lo contaba a mi madre, ella tenía las mismas o más ganas que yo de pegar al canijo o, en su defecto, a su esquelética madre. Mamá nunca fue una mujer agresiva, pero cuando veía su rabia in crescendo, la entendía a la perfección. Yo sabía que ella pensaba que, si la ponías junto a la madre del canijo, era como mirar el tronco de un olmo bicentenario al lado de un palillo de dientes. Mi madre nunca me dijo que estaba gordo. Tampoco llegó a decir que ella también lo estaba. Quizás por eso nunca me propuse dejar de ser un gordo. No lo sé. De pequeño ni siquiera me lo llegué a plantear. Después, con el tiempo, pensé mucho sobre el tema y acabé por tomar una postura que consideraba casi ideológica. No quería ser delgado porque odiaba a las personas delgadas y no quería convertirme en una persona que mi yo del pasado fuese a odiar. No sé si eso tiene algún sentido, ahora me lo planteo, pero durante toda mi vida ha sido algo que he tenido muy claro. No adelgazar para no ser como ellos. No adelgazar para no mirar a las personas gordas por encima del hombro. No adelgazar para no dejar de ser yo, a pesar de que esté harto de llevar siempre colgando la etiqueta del gordo. Cuando se refieren a mí, todo el mundo me menciona como el gordo, Dani el gordo. Sí, es un tipo muy majo, pero fíjate que gordo está el cabrón, no se verá ni el pito. Creo que con esos comentarios empezó mi relación de enemistad con los espejos. Cuando voy a ducharme me rehúyo. Me quito la ropa dentro de la ducha. Y mientras me lavo no me miro

el cuerpo, me podrían salir ronchas sobre la piel y nunca lo sabría. De pequeño me daba pánico ir al lavabo. No quería bajarme los pantalones y comprobar que, efectivamente, no me veía el pito cuando iba a mear. A día de hoy me sigue pasando.

Más de una vez he pensado en engordar más. Tanto que no pueda levantarme de la cama. Estar tan gordo que incorporarme, separar la espalda del colchón, se convierta en un logro fastuoso. Te parecerá que lo que digo no tiene sentido. Nadie querría estar así. Y es verdad. Nadie querría. Lo que pasa es que tampoco quiero estar como estoy ahora, pero no tengo el valor de convertirme en ceniza por mí mismo y sé, que no tardaré mucho en desaparecer si llego al punto de no poder moverme, de tener una persona a mi lado para que me ayude a hacer cualquier cosa. Aunque no sé quién sería esa persona. Mamá murió hace años de un ataque al corazón. No tenía a nadie más, y yo tampoco. Me dejé de herencia gran parte de sus kilos y una casa pagada. Menos mal, si fuese por lo que cobro en la hamburguesería me vería viviendo en cuatro metros cuadrados. Soy independiente. Se supone que eso es positivo, pero mi independencia significa soledad y todos sabemos que eso es una mierda. La hija de puta se aferra a ti y no te suelta. Yo intento desprenderme de ella cada noche, sobre esta libreta. Después de ducharme con los ojos cerrados para quitarme el olor a fritanga de todo el día, me tumbo en la cama y esbozo mis pensamientos. No tienen un orden concreto ni pretenden contar una historia. Su pretensión es la nada, a pesar de que os hable a vosotros, posibles lectores. No busco que sirvan para que alguien se sienta reflejado, ni quiero que ayuden a salir del pozo a nadie. No. Eso no va a pasar. No creo que ni siquiera yo salga de ese pozo. Estoy demasiado cansado para intentarlo. Estoy cansado de ser un gordo. Es una absoluta basura. Y no digo que todo el que sea gordo tenga que estar cansado de serlo. Puedes estar gordo y estar a gusto con ello, simplemente yo no lo estoy. Y esta es mi libreta, no la tuya, lector gordo, así que si alguna vez lees esto, te recomiendo que lo dejes aquí, no molestes más y pares antes de que tu rechoncho cerebro cortocircuite debido a verse proyectado en mí. Yo no soy tú. No soy como nadie. Yo soy yo. Aunque tú me conozcas como Dani el Gordo, no soy Dani el Gordo. Que ambos seamos gordos no nos convierte en compañeros de viaje. Y si quien lee esto eres tú, persona delgada, y te parece que lo que digo es un escándalo sin sentido, te diré que es muy probable que pueda comerte de un bocado, así que aparta de aquí.

**Me comí a mí.** Claudia Morales.  
Participante en la X Edición (2020)

Me comí mis miedos  
mis frustraciones  
mis enredos  
mis desilusiones  
lo que esperaban y no pude  
lo que deseaba y no tuve.  
Me tragué palabras  
que nunca grité  
vomité silencios  
lloré, diluvié,  
desayuné sueños  
que nunca soñé.  
Y ahora así, obesa,  
lo juro  
no me interesa  
cumplir tus expectativas  
porque gorda y todo  
yo vivo mi vida.

**Un mal negocio.** Ana Sanchís Martín.  
2º premio de la XI Edición (2021)

He hecho el balance de ganancias y pérdidas y no me ha dado un buen resultado.  
He perdido activos que tenía que haber aumentado y he ganado un buen puñado de deudas.

En mi cuenta de grandes pérdidas se encuentran:

Mi autoestima, mi salud, mi agilidad y mi forma física.

En relación con las pequeñas pérdidas, pero no por ello menos importantes, tengo una larga lista entre las que se encuentran: mi gusto por fotografiarme,

disfrutar de comprar ropa, ir a un evento felizmente, ver a viejas amigas sin vergüenza o miedo y un largo etcétera.

Mis ganancias han sido peores, ya que no son duraderas y se evaporan pronto. La lista incluye comodidad, comer sin límites y no esforzarse.

Todas ellas son muy tentadoras, pero también efímeras y terminan por desaparecer pronto. Además, tienen un alto porcentaje de impuestos que he ido acumulando, por lo que han pasado a ser deudas.

Paradójicamente esas pérdidas me han hecho de forma directa e indirecta ganar algo, algo que no quiero, peso.

Ahora estoy en graves problemas debido a que no me queda mucho con que pagar, es por ello por lo que me inundan las deudas y los kilos.

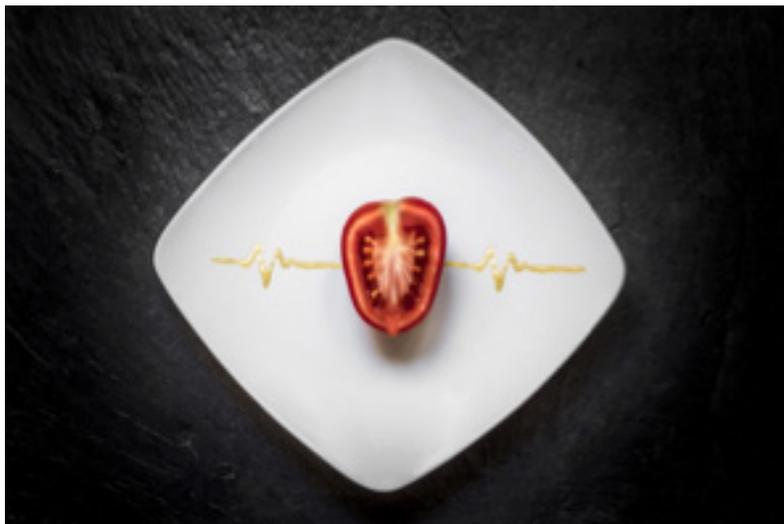
El análisis del cómputo global me ha hecho pensar...

Voy a buscar ayuda, antes de que esté en la quiebra y pierda lo más preciado, mi vida.

### **Cardiosaludablemente minimalista.**

Francisco Javier Domínguez García.

2º premio en la X Edición BAROS (2020)



**Aritmética vs Semántica.** Nélide Leal Rodríguez.  
3<sup>er</sup> premio de la XI Edición (2022)

Yo contaba: los chicos que se iban,  
las chicas que miraban, calorías,  
centímetros y kilos, las galletas  
arrasadas, las lágrimas nocturnas  
visitando la despensa o la nevera  
La vida se me iba en aritmética,  
en frustración, asco y desengaño,  
enumerando desaires y tristezas,  
sintiéndome esclava de mí misma  
y añadiendo fracasos a la báscula.

Y decidí cambiar.

Ahora, cuento incluso más que antes,  
porque he aprendido de semántica:  
Ya no cuento los días de gimnasio,  
ni las bolsas de ensalada en el carro,  
tampoco los pasos, tampoco peldaños  
ni la ropa desechada por enorme:  
cuento con mi voluntad y mi persistencia  
en contar con lo único que cuenta:  
Conmigo misma

**Olga, gorda y criminal.** Sandra Cywis Glezer.  
3<sup>er</sup> premio en la III Edición (2013)

¿Y si una gorda mata y después se escapa?

No, no cuele porque...

1. Los gordos no matan ni a una mosca... ¡son bueníííísimos!
2. Si matan y echan a correr... no, no corren: los GORDOS NO PUEDEN CORRER.
3. Por lo tanto, los gordos se portan bien... porque saben que si hacen mal los pillarán. Su tamaño los delata. ¡Qué putada!

Olga acumulaba kilos y ganas de asesinar. Cuantos más kilos, más ganas de hacerlo. No sería fácil, pero algún día lo haría. Matar a todo aquel que la humilló, que le dijo cosas horribles, que le hizo sentir como la bestia más fea del planeta. O aquella que la miró de reojo como diciendo para qué existes... Y ni hablar de las niñas de las tiendas que se reían según la veían nada más entrar...

Olga, 130 kilos, 10 más o quizá 5 menos...ya no se pesaba; no tenía sentido hacerlo. Sólo para llorar, o porque el sádico del endocrino querrá ver una vez más cuánto había adelgazado desde la última vez para decorar su maravilloso Excel de estadísticas. Claro que lo de adelgazar nunca se cumplía, por lo tanto, las visitas se sucedían y con ellas la cantidad de Kleenex echados al cubo.

Un cuchillo será más apropiado que un arma. Es difícil de rastrear y más fácil de conseguir. Los titulares molarían: La Gorda lo hace una vez más. La Gorda no falla. ¿Dónde está la Gorda Asesina?

¿Cómo se puede asesinar sin que se note?

Olga acumulaba kilos y ganas de asesinar. Cuantos más kilos, más ganas de hacerlo. No sería fácil, pero algún día lo haría. Matar a todo aquel que la humilló, que le dijo cosas horribles, que le hizo sentir como la bestia más fea del planeta. O aquella que la miró de reojo como diciendo para qué existes... Y ni hablar de las niñas de las tiendas que se reían según la veían nada más entrar...

Ese día, como todos los lunes, festejaba lo que iba a bajar. Entré en mi tienda favorita, la más grande de Zara, en Gran Vía. Por un lado, tiene las ventajas del tamaño, y por el otro que las dependientas no te ven... pero claro, mi apariencia elefantina no pasaba desapercibida.

Apenas había pasado la entrada y me dirigía raudamente —como podía— hacia unas camisas, cuando escucho a mis espaldas.

— ¿Quiere que la ayude?

¿A qué podía ayudarme? ¿A quitarme los kilos de un saque?

Con voz súper amable le contesté:

—Gracias. Sólo estoy mirando.

No vaya a creer que osaré a probarme algo. O quizá sí.

—Encontrará más tallas durante la semana. Pero si se la quiere probar, pase por favor... —y tras unos segundos agregó—: Puede probarse alguna camisa de hombre... Total, no hay diferencia.

Cuánta amabilidad sostenida. En clave de Fa o de solfa. Pero hoy es lunes. Mi día en que todo puede ser diferente, y hasta esa maravillosa camisa blanca puede caber en mí, o yo en ella. Así que cogí cuatro, dos modelos diferentes, dos tallas distintas. Y entré en el vestidor. Más bien me introduce en él casi a la fuerza. Creo que hasta las paredes crujieron un pelín, porque si no cómo se entienden las risas de alrededor. El problema principal era la falta de espacio. Debía sacarme la chaqueta y la camisola. No iba ser fácil. Para sacarme la chaqueta hice un giro de 90 grados y tomé impulso. Y por fin lo conseguí. Lo de la camisola sería más fácil, ya que en realidad no era una camisola sino más bien una tienda de campaña que, de no ser por el color blanco, la estarían vendiendo en Decathlon. Al final me quedé en sujetador, y, justo cuando estaba por coger la camisa-por-probar-de-Zara, alguien me pregunta si me falta mucho. Eso es lo malo. Intenté hacer la prueba lo más rápido que pude, pero con las prisas digamos que una manga se rompió. Para que se hagan una idea: en ese momento parecía una Hulk grasosa y mojada de sudor.

— Señora —voz de niñata con la nariz tapada— ¿la falta mucho? — y se oyeron unas risas por el fondo.

Tomé aire por la nariz y por la boca para responder:

—Si me ayuda saldré mucho más rápido.

Una manita de muñeca se asomó por la cortinilla corriéndola hasta la mitad y entró, o mejor dicho casi entró... porque espacio lo que se dice espacio es que no había.

—Si pasa esta manga por este lado seguro que le será más fácil.

Así lo hice. Lo intenté, pero ella era la que me pasaba la manga. El crescendo de risas era superior a mi paciencia.

—No olvide que, si no le entra, puede volver otro día. Seguro que habrá otras. La camisa se quedó a mitad de manga. No valía la pena seguir esforzándose. Cogí la percha, la colgué y ahí quedó la maravillosa camisa blanca que algún día, con más calma, seguro que me entraría. Como no tenía que pasar por caja pude salir rápidamente al sol para respirar aire puro después de tanto sofoco. Seguro que a usted no le pasa, pero después de tanto ajetreo a mí me entra hambre. Así que de allí mismo me fui a una cafetería maravillosa que tiene un escaparate de cristal cubierto de hidratos de carbono y grasas saturadas. ¿Han visto qué bien identifico cada parte del reino que nos rodea?

Es que, para cualquier obeso, un cruasán no es un cruasán: es ante todo un enemigo, un indeseable, una grasa sobresaturada que no vale la pena ni probar. Quizá, y sólo quizá, será por eso por lo que me muero por comer uno... ¿o mejor dicho unos cuantos?

Pero en una hora toca endocrino; mejor me lo reservo para cuando salga de la visita.

No tenía prisa. Me podía desplazar a mi ritmo. Total, tardará más de una hora en llamarme, así que yo podría tomarme unos minutos en llegar. Desplazarme de un lado a otro a veces es más una odisea que una rutina.

Media hora. 45 minutos y aún nada. Sigo esperando; y así cada seis meses. Toca balanza y control. Y hoy no iba a ser diferente. O quizá sí.

—¡Olga!

Por fin me toca. Golpeo la puerta. Escucho el clásico "pase". Y paso. El doc está sonriente. ¿Estarán bien mis pruebas? Quizá hoy sea el día del milagro; el día en el que los japoneses (¿por qué siempre ellos?) descubren una pastilla que quema lo que uno ya tiene y todo lo que consume de aquí en adelante.

—¿Cómo se siente?

Bueno, bueno, vaya pregunta...

—Fatal —le respondí, sin siquiera mirarle a los ojos.

—¿Pasó algo? —pregunta mientras contempla los resultados de la analítica en la pantalla del ordenador.

—No y sí... Sigo sin bajar. Más bien subiendo y eso que hago de todo; y no pasa nada.

—A no desesperar. Despacio. Es mejor despacio, con calma, pensar que es para toda la vida.

Mientras me dice eso, se levanta con una cinta métrica y me hace una señal de que me ponga de pie. La pasa alrededor de mi cintura, que es más bien una carretera abandonada, de esas que no tienen una curva ni por casualidad.

—No hay cambios.

—Ya...—una lagrimita empezaba nublarne la vista.

—Por favor, quítese los zapatos.

Me volví a sentar bufando. Quitarme las bambas habrá querido decir...No hay zapatos que me entren, o que me aguanten, o que me sean cómodos...

Volví a ponerme de pie. En este punto, mi visión era más bien una neblina negra con tormentas eléctricas. Con suma lentitud me

dirigí a La Balanza. A la más grande. Ya la conocía de memoria. A la derecha. La de la izquierda era más pequeña, digital para más inri, reservada para los más delgaditos, es decir los de menos de cien kilos.

—Has aumentado —murmuró, y tras unos segundos de silencio acabó la sentencia—, otros ocho kilos desde la última visita.

Unas palabras dichas con voz neutral. Sus últimas palabras. El Doc se había sentado para rellenar el Excel con mis nuevas cifras. La cinta métrica se había quedado pegada en mi mano. Se la pasé por el cuello, justo al final de la palabra KILOS. Su cuello era más bien el de un pollito. No me pregunten por su cara, no la podía ver, pero me la imaginaba roja como un tomate. Así que ahora que estamos hablando me la imagino como un globito rojo. Solo su nuca, más bien su gran calva en forma de nuca se alejaba de mí. Hice un nudito con lazo y asiéndolo de la frente deposité su cabeza delante de la pantalla que parpadeaba:

—Has aumentado —murmuró, y tras unos segundos de silencio acabó la sentencia—, otros ocho kilos desde la última visita.

Olga

128 kilos

Derivar a psicóloga

Me senté para calzarme las bambas, menos mal que no tenían cordones, así que era sólo cuestión de meter los pies y salir de la consulta.

—La veo muy contenta. ¿Bajó algo?

—Sí, bastante —le dije a la enfermera regordeta que daba los turnos, ocupada en encontrar fecha para dentro de medio año.

—Pues... ¿qué tal el 29 de febrero de 2014?

—Fantástico. ¿A la misma hora?

—Sí, si le va bien.

—Me va muy bien —le dije, mientras pensaba en qué comer para felicitarme por mi hazaña.

Cuando ya estaba devorando el tercer bocadillo de pan integral con queso de cabra (uno de mis favoritos y por supuesto sanísimo, ya que el pan tenía sésamo, era integral, y con aceite de oliva en lugar de mayonesa), recibo un SMS: Hola Olguita, ¿qué tienes esta tarde?

Aunque el nombre del que lo enviaba no salía, no me hacía falta adivinar quién lo enviaba: Manuelito. Manuelito el galancete, al que había conocido por un chat.

¿Había otra forma de que alguien se acercase a mí? Nunca me pidió una foto; decía que el cuerpo no le importaba, sólo mi interior. Así que ni siquiera tuve que enviar mi foto, y yo tampoco le pedía la suya. Hacía casi un mes y medio que intercalábamos mensajes. Cada vez, prometiéndome amor eterno, incondicional y sin trabas. Vamos:

¡el hombre ideal. El que me quería porque yo lo valgo. Y sin tener que apelar a ninguna trampa. Pero hoy sería el gran día. ¿Conocer a Manuelito un lunes? ¿Sería mi Lunes Perfecto?

Estoy libre para ti. Así fue mi respuesta. Nada de cariño —era más que obvio—, sino algo contundente y claro.

Cuando ya estaba devorando el tercer bocadillo de pan integral con queso de cabra (uno de mis favoritos y por supuesto sanísimo, ya que el pan tenía sésamo, era integral, y con aceite de oliva en lugar de mayonesa), recibo un SMS

Llevábamos unas cuantas semanas decidiendo todos los detalles de ese primer encuentro. La consigna era que en la recepción del hotel me darían el número de la habitación y él ya estaría esperándome en la cama. No hacía falta ni un café ni un paseo introductorio. Sólo una bandeja de fresas, y cava para celebrar nuestro encuentro. NUESTRO AMOR. Sí, así, con mayúsculas y en mayúsculas.

¿Qué me pondría?

Tenía que ser especial. Mejor ir a la peluquería, aunque no tenga turno; la Loli ya me haría un hueco con tal de que fuese bien arreglada a esa tan esperada

cita de amor. Loli estaba al tanto de T-O-D-O: de cómo lo conocí, de lo que sabía de él, de su ex, de sus hijos, de sus 50 años, de su metro ochenta, de su tabaquismo...y hasta de cómo describía sus manos sobre mis pechos y sobre mis curvas.

Loli me hizo un peinado espectacular, de esos de princesa, o de boda; de esos que te evitan un lifting porque te estiran toda la piel, aunque yo no lo necesitase. Al fin de cuentas es una de las pocas ventajas de las gordas: mi piel era un milagro sin arrugas, como decía siempre mi vecinita del cuarto.

Decidí no comprarme nada en especial. Para qué. Manuel había dicho infinidad de veces que me quería como era. Nada nos podía separar ni rechazar. Yo era para él su Reina, y él no podía entender cómo una mujer tan inteligente y bella por dentro como yo (sic) no se había casado hasta ahora o, peor aún, seguía siendo virgen. En verdad era “casi” virgen, porque una vez uno intentó entrar y yo no sé si fue su dedo o qué, porque fue muy rápido. Eso no cuenta, ¿no?

Cuatro menos cinco; estaba en el lobby del hotel. Pensé que iba a ser algo más que un simple hotel. Pero aquel era un lugar decadente, de esos con orines y borrachos. De esos que tendrían que estar precintados por atentar contra la salud. El anciano recepcionista sólo abrió una boca desdentada para decir:

—Habitación 44.

—Gracias.

No tuve ni que decir quién era o qué hacía allí. Quizá el único huésped era Manuel.

Subí al ascensor. Segundo piso había dicho el viejo. El ascensor chirriaba. Creo que se quejaba del esfuerzo por tener que izarme. Por fin llegué. La puerta estaba entreabierta, a media luz. Mis pasos retumbaban, y con cada uno parecía que las gotas de sudor se multiplicaban.

—Hola, hermosa, ven aquí para verte mejor.

—Hola, Manuel —me salió un hilo de voz, o mi voz en un hilo, no sé.

El olor a tabaco inundaba la habitación, lo que ayudaba a disimular mi olor a sudor y mis nervios. Manuel tenía mucho más que 50. En realidad, era un viejo decrepito desnudo debajo de la manta. Me acerqué a él y la cama siguió crujiendo.

— ¿Y las fresas y el cava?

Era lo único en lo que se me ocurrió pensar en ese momento.

—Después lo pediremos. Félix los traerá cuando lo llame. ¿No quieres entrar? Tengo frío, aquí solito...

—Sí, sí, claro.

Me quité la chaqueta mientras buscaba un gancho donde colgarla entre la penumbra y el humo de tabaco. Me descalcé y entré en la cama.

—¿Así que tendré que desvestirte?

—Ya te dije que soy muy tímida.

—Tímida y guapa.

Nos abrazamos. O mejor dicho me abracé a mí misma. Manuel era tan delgado que apenas lo podía percibir entre mis pechos. El muy cabrón tampoco medía uno ochenta y cinco, sino con suerte uno sesenta y algo. ¿Dónde me equivoqué? ¿Cómo fue que no me di cuenta? Mis robustos brazos lo seguían estrujando mientras los pensamientos rabiosos no dejaban de entremezclarse en mi mente. ¿Cómo no caí en la cuenta de que era un anciano? Pero si hasta la voz era sexy. Un par de veces hasta llegué casi a mojarme oyendo sus palabras, tan dulces y excitantes.

Sentía que algo se debatía en mí. Más bien no era algo sino alguien. Era Manuel el que buscaba desasirse de mis brazos, pero no lo consiguió. Para cuando me di cuenta, su apenas color era ya un triste blanco y negro. Salí de la cama. Me volví a calzar a y a ponerme la chaqueta. Ordené un poco la cama.

Salí dando tumbos. Ni siquiera busqué el ascensor. Lo hice por la salida de emergencias y bajé la escalera cual manada en fuga. He de reconocer que hacía siglos que no hacía semejante ejercicio aeróbico. Sólo se escuchaba mi jadear y mis pisadas en cada uno de los 190 escalones (el número es relativo, ¿vale? No es un dato que busque aportar más o menos realidad al relato).

Lo importante es que salí a la calle y por fin pude respirar y gritar a los cuatro vientos: ¡Qué hijo de puta!

Pero aparte del grito, tenía en mi interior una sensación de paz, y hasta de clarividencia. A tal punto me sentí bien que decidí festejarlo con un té verde. Sí: sólo con un té y saborearlo lentamente. Me había dado el gusto. Tuve un lunes espectacular. Ojalá todos los lunes fueran así. Tan solo por semejante esfuerzo mental podría adelgazar tres o cuatro kilos de un saque.

**Monólogo de despedida.** Isabel Gamarra García.  
2º premio en la III Edición (2013)

Hoy, y sin que sirva de precedente, escribo altiva estas palabras que, aunque puedan parecer llenas de rencor y/o dolor, también lo son de agradecimiento hacia la persona que nunca me amó, se burló de mi cuerpo y de mi mente, pero que, con su actitud, me enseñó a respetarme, a quererme y a valorarme, pero sobre todo a escapar a tiempo de su red de mentiras. Para mí, porque yo lo valgo y porque ha aprendido a volar sin que los kilos me pesen. Ahora soy fuerte. Aléjense los mezquinos.

Estoy absorta mirando ese anuncio que tengo en frente de mí, donde unos jóvenes guapos y felices, de mi edad más o menos, se divierten comiéndose una hamburguesa de un famoso restaurante de comida rápida y al contrario de

mí, están delgados, hecho que les hace ser los mejores y sin darme apenas cuenta del poder que tiene la publicidad en nuestras mentes, me entran unas ganas irrefrenables de comer y abro una barrita de esas sin calorías, sin grasa, sin sabor y sin percatarme siquiera que al sentarme en este banco de madera de la estación, no me he quitado la mochila que me regalaste en mi cumpleaños y la inclinación que me produce hacia delante es bastante molesta.

Es muy temprano, casi de noche, pero ya hay mucho movimiento a mi alrededor; la gente viaja, la gente escapa, la gente se traslada...

Hoy he decidido abandonarte.

Suelto la mochila en el suelo, al lado del desgastado bolso de viaje

que preparé con prisas, sin detenerme a mirar si me faltaba algo, seguramente he olvidado muchas cosas dentro del espacio que hemos compartido, no importa, ya las recogeré algún día y si no te las dejo, no pienso volver.

Para mí, porque yo lo valgo y porque ha aprendido a volar sin que los kilos me pesen. Ahora soy fuerte.

Estoy absorta mirando ese anuncio que tengo en frente de mí, donde unos jóvenes guapos y felices, de mi edad más o menos, se divierten comiéndose una hamburguesa de un famoso restaurante de comida rápida y al contrario de mí, están delgados, hecho que les hace ser los mejores

Poco a poco me voy acostumbrando a este aroma embriagador que invade todo el recinto y que lo hace tan particular, tan característico, casi ni lo noto, incluso llega a gustarme. Se acerca un nuevo tren, el sonido es inconfundible y se mezcla con mis pensamientos formando un amasijo de recuerdos, algunos irreales, otros demasiado verdaderos. Es como cuando empiezas a quedarte dormida con la televisión encendida y no tienes claro si la película que estabas viendo es una parte del sueño o si el sueño es consecuencia de la película.

Ese no es mi tren, el mío me llevara más lejos, atravesará más lugares, parará en más estaciones y en cada una de esas paradas iré soltando los trozos de ti que todavía me atormentan, hasta que quede limpia, en paz, de nuevo sola.

A mi lado hay sentado un chico que parece algo mayor que yo y que no para de tomar notas en un cuaderno de piel marrón, le miro de reojo, pero no consigo leer lo que escribe, y es que a pesar de no tener ganas de nada en este momento más que de compadecerme, nunca me he resistido a conocer algo de los demás. Él, por supuesto, se ha dado cuenta y guarda disimuladamente el cuaderno. Saca entonces un walk-man y se pone a escuchar música ante mi sorpresa de ver la carátula de un compact-disc de Supertramp, lo cual me gusta y decido que esta persona podría caerme bien.

No pienses que la agonía de esta determinación un tanto apresurada, hace que te busque un inmediato sustituto, que no, tu calor todavía invade mi piel como un tatuaje. No quiero que sepas esto, así que lo borro de mi mente como si pudieras escucharlo porque siempre has sido un presuntuoso. Te demostraré que no te necesito.

Mi acompañante de banco se levanta y sube en el tren, no lleva mucho equipaje al igual que yo, quién sabe lo que deja atrás o lo que va a buscar, pero desde el cristal de la ventanilla donde se ha sentado me dedica una última mirada, intentando comprender, quizás, el significado de esta mi cara inexpresiva. ¿Me habrá juzgado también por mi aspecto? Intento sonreírle, pero no me sale.

Todavía recuerdo la primera vez que me subí a un tren. Era un cercanías, pero yo era tan pequeña que estaba segura de poder llegar a China. No solté la mano de papá ni un segundo, asustada por la velocidad con la que andaban los árboles, las casas y las personas del camino, se movían rápidamente mientras yo estaba sentada con la nariz pegada a la ventana y sorprendida por encontrarme en el mejor columpio al que jamás había subido antes. Tenía siete años y ya pesaba treinta y cuatro kilos, bueno, pensamiento borrado. Es curioso, ahora estoy aquí sola sin la seguridad que me daba papá y sin la tuya, a la que ya estaba

acostumbrada. Tú, tan fuerte, tan capaz, tan tranquilo; tú, solo para ti, sobrado del resto, concentrado en tu ombligo.

Tengo la boca seca y pastosa. Abro la botella de agua y doy un sorbo. Cuánto lo necesitaba, sin embargo, me parece que el agua tiene un sabor dulzón, igual que pasa cuando te levantas de noche con mucha sed después de alguna pesadilla, si es el mismo sabor. Siempre te reías de mi manía nocturna de levantarme a beber agua. Que inconsciente, no te reías de la causa, ¿verdad?, mis terribles pesadillas, nunca las conociste, nunca te las conté, nunca te interesaron.

Ahí te quedas con el nido de avispas que sutilmente instalaste en mi estómago, ya no pincharán más. No permitiré que me persigan tus promesas, tus mentiras, las que siempre creí, cómplice de tus agravios, celosa de tu destino. Mis ojos, llenos de amaneceres rotos, cansados de espera, huyen con la esperanza de olvidarte, de no concederte otra oportunidad más. Debí quererte menos, te lloré pantanos mientras que tu corazón, rey de la sequía, continuaba regalando sorna. Tus bromas pesadas sobre mis redondeces no las olvido, las almaceno en el alma, no comprendiste el dolor de la obsesión. Quizás te haga un favor, pero me has perdido.

Empieza a hacer calor y tengo la necesidad de que llegue mi tren. Esta estación oscura hace que me falte la respiración. Me encuentro aquí sentada, soltándole mis penas a un banco de madera, lleno de inscripciones románticas y alguna que otra bochornosa, pobre banco, cuantos pensamientos habrás tenido que aguantar, cuantas despedidas, cuantas mutilaciones en tu vieja madera mil veces maquillada de barniz. El calor hace que se me pegue la ropa (siempre ancha) al cuerpo, pero no pienso levantarme, mi libertad no tardará en llegar. ¿Qué estarás haciendo ahora?, me viene a la cabeza esta parte de una canción y de nuevo automáticamente la proyecto a nosotros, a ti, a mí, a todo lo que vivimos. Probablemente aún no hayas notado mi ausencia, hace tanto que yo presenté la tuya que ya no me entristezco, lo asumo, te respeto, aún te echo en falta. Tú, sin embargo, llegarás y verás que no estoy, pero no te inmutarás, ya estás acostumbrado, formaba parte de ese ambiente tuyo tan ralo, como tus libros de Stephen King o tu piano, orgulloso como estás de tu don natural para la música, no como yo que como no tengo oído me conformo con saber aporrear un poco la guitarra. Mis dedos regordetes no son aptos para las sensuales teclas de tu esbelto piano. Luego pensarás que es una de mis crisis existenciales (como tú las llamas), producto de mi “gruesa” infancia no superada y que volveré porque fuera de ti no soy nada, pero no sabes que esta

vez es decisivo. Puede que un día, hastiado de gloria, repleto de aplausos, cansado de ser perseguido continuamente por la fortuna, te acuerdes de mí, me años, echas de menos mi mediocridad que te engrandece y por primera vez en la vida te visite la agonía, te ahogue el llanto tan desconocido para tus ojos. Este tren ya parte, la gente ya está acomodada en sus vagones similares a pequeños bloques de pisos llenos de gente diferente, con diversas historias, con distintos futuros. Este tren largo como una cuerda, vivo como una vida, apresurado como mi suerte, avisa con un silbido que va a salir, él por lo menos ha avisado, yo ni eso, no te he dejado ni una simple nota, ni unas palabras que intenten justificar mi decisión, ya me conoces, si no tengo nada bonito que decir prefiero callarme.

Acaba de pasar la chica que me ha vendido el billete, era muy amable, demasiado diría yo, cómo se puede estar de buen humor a estas benditas horas, me pregunto mientras observo que ella también se detiene y avanza hacia mí. Imaginaba que iba a preguntarme si tenía algún problema y estaba en lo cierto. Claro, está extrañada por las horas que hace que compre el billete y sorprendida por no haber cogido ya mi tren correspondiente, y es que llevo tanto rato aquí que quizás decidan dejarme como modelo publicitaria (maldita ironía que jamás me abandona), pero es que no tengo otro sitio mejor donde estar, no quisiera que de nuevo me invadiera la incertidumbre y me pegara la vuelta, me arrepienta de la mejor decisión que he tomado en muchos años. Cuando aparezca mi tren por esa boca sin dientes, me sonreirá, ambos nos conoceremos, me guñará orgulloso de ser él mismo mi transporte al cambio. Ya soy otra, lo sé porque estoy tranquila, me he tomado todo con mucha calma, sobre todo porque tengo las manos quietas y eso es mucho, cuando me pongo nerviosa o estoy preocupada tiendo a dar vueltas a un anillo coronado en ámbar que tengo en el dedo anular izquierdo y no hay quien me pare. Más de una vez me he hecho sangre.

Nunca pensaste en dejarla, ya lo sé, nunca estuve engañada en ese aspecto. Lo estuve en muchos otros, lo admito, pero supe que nunca la dejarías el día en que te conocí, tu hablabas y hablabas y yo te miraba embobada. Me parecía que nadie hablaba tan bien de todo, no existía más razón que la tuya. Eres listo, te amé desde entonces, pero desde el primer momento también supe que alguien más que yo compartía tu olor.

No estaba equivocada, al igual que ahora tampoco lo estoy.

Me pregunto si la gente que estoy viendo con tanto equipaje tendrá previsto

un viaje muy largo o simplemente no piensa regresar, aunque este último es mi caso y voy ligera, no tengo el menor interés en cargarme de nada que me limite. En mi nueva vida todo será nuevo también y no necesito más, demasiado cargado esta mi corazón.

En el transcurso de este viaje que me liberará de ti, pasaré ciudades que no te conocen, donde serás anónimo y tu frío no traspasará fronteras. Llegaré a otra ciudad, de nuevo sin mar, nadie me esperará, sé que no me encuentras capacitada para la soledad, pero ya estaba sola, solo que no escuchaba mi interior, yo también valgo mucho, tanto como peso (harta de bromear conmigo misma).

No debieran dejar a ese niño tan pequeño caminar solo por aquí, me dan miedo los raíles, el sonido cercano de la máquina, las voces confundidas con la música de fondo que hasta ahora no había escuchado. Su madre se acerca a cogerlo, gracias a Dios que tiene a su madre, yo nunca conocí a la mía ni tendré hijos que me conozcan a mí como su madre. No es una postura arriesgada, es solo cuestión de sensatez.

Con lo a gusto que estaba yo solita acaba de sentarse a mi lado un pelmazo de esos que no sabe cómo entablar conversación y se enrolla sobre lo apropiado de destruir barreras arquitectónicas en lugares como este para el mayor acceso de personas con minusvalía a viajar. Sé que es un tema importante, pero éste no sabe lo que yo tengo encima, así que lo miro de forma que el hombre me entiende al momento y no encuentra otro remedio que callarse, pero bueno, pronto se acerca a otro pardillo dispuesto a escucharle.

Te he regalado tres años de mi vida y me pesa, en la conciencia, digo. Nunca podrán compensarse, es absurdo creer que puedo sacar algo bueno de esta historia, es falso, no aportaste nada positivo en la convivencia y todavía seguí queriéndote. ¿Qué es realmente el amor? Procuero explicármelo a mí misma, pero no encuentro respuesta, es posible que nadie me comprenda, pero tú no eras mi amor, eras mi obsesión, aquello que no podría alcanzar para mí sola y este hecho te hacía más apetecible. El amor es compartir, pero no de esa forma. El número dos siempre ha sido el mío.

Creías convencerme con la perorata de siempre, había que ser liberales, éramos colegas, nos amábamos, no podíamos pedir más. Al principio me bastaba, incluso me sobraba. Yo misma me autoconvencí de mi suerte. Era una mujer de mi tiempo, sin dependencia de un hombre y teniéndote cuando me apetecía o cuando te apetecía a ti, mejor dicho. Pronto fui necesitando más, te quería

en exclusiva, me faltaban horas para que estuviéramos juntos, tú no podías dar más, pero prometías, al final, nada. Me esperan nueve largas horas de recorrido en este tren que me devolverá el aire, que me bordará sueños, que me lanzará a otra vida, mucho más fácil, estoy segura.

Esta canción me gusta, que detalle poner música mientras los pobres mortales nos deshidratamos esperando nuestro turno de salida hacia el paraíso. Voy a comprar una botella de agua y una chocolatina de esas que están anunciando también unos chicos muy guapos, muy deportistas, muy modernos y delgados, por supuesto.

Nadie ha ocupado mi lugar, mi banco está solo como mi presente, parece estar reservado para mí, la mujer de la limpieza está pasando una de esas mopas grandísimas que llevan también en los grandes almacenes y que son tan útiles, de una sola pasada limpias todo el andén. Levanto las piernas para facilitar el trabajo a esta mujer que a diferencia de la chica que despachaba los billetes detrás de la ventanilla tiene un carácter agrio, parecido al mío, así que la entiendo y la disculpo. A saber, lo que esconde tras el uniforme verde y marrón. Miro el reloj luminoso que tengo a mi derecha y compruebo que son la siete y media, si mi tren no se retrasa dentro de media hora aparecerá la esperanza en forma de gusano de metal por esa cavidad oscura que me resulta tan desoladora, y con su soniquete me prometerá paisajes por descubrir, me devolverá la ilusión por comenzar por enésima vez, sobre todo me ayudará a continuar.

Atrás dejaré tu indiferencia, tus pocas ganas de darte por completo, tu desinterés, tus constantes referencias a mi obesidad, por desgracia no supiste hacerme feliz. Me marché sin tener nada que agradecerte, con la sensación vacía de haber dado todo a un desconocido, de haber sido totalmente altruista contigo. Me sumergí y acepté una verdad doblada, confusa, difusa, ahora maltrecha y estrellada. No entendiste mis señales a gritos, pensaste que eran de humo y dejaste que se esfumaran. Maldito seas que no me amparaste.

Se arremolina mucha gente a mi alrededor, todos miran sus billetes comprobando quizás la hora de salida de nuestro tren. Me levanto y busco el mío en el bolsillo trasero de mis vaqueros recién lavados, por eso me cuesta sacarlo, me quedan muy ajustados. Aquí lo tengo. Es valioso, es único, solo para mí, sin vuelta.

De nuevo me invade un olor intenso, pero esta vez no procede de los motores del tren sino de un perfume demasiado pastoso que usa un señor de mediana

edad que está justo delante de mí. Me levanto casi anestesiada y me acerco a la vía para respirar profundo, no solo por la asfixia de la colonia sino porque mi tren se está preparando para salir.

Me encuentro un poco nerviosa, siento en cada articulación una especie de calambre producido tal vez por la aceleración que recorre mi cuerpo. Esto está llegando a su fin..., o no ha hecho nada más que empezar.

Respiro profundo y decido por inercia montarme en mi vagón correspondiente, vuelvo un poco la vista hacia atrás como si un resorte me empujara a hacerlo, soy tan ingenua que todavía espero un milagro de la providencia y que aparezcas jurándome que todo ha cambiado, que no soportas perderme, pero no será así, ya lo sé, tendrías que volver a nacer.

Subo los escalones con parsimonia, con miedo, muy despacio, de hecho, el hombre del perfume caro tose haciéndome entender que vaya un poco más deprisa, pero no me doy por aludida, nadie va a poder romper esta magia, este mi momento, mi renacimiento. Hago un recorrido mental a todo lo que he vivido junto a ti y me detengo justo en el momento en que atravesé la puerta de la que ha sido nuestra casa, deseo con toda mi alma poder vislumbrar paisajes distintos, gente nueva, un comienzo desde cero, pero la pena me reconcome y me alerta, porque vuelvo a sentir ese aguijón punzante de la tristeza que me aclara otra vez, que mucho antes de salir por aquella puerta, yo ya había sido abandonada.

**El triangle.** Guillermo Manzanares Mestre.  
1<sup>er</sup> premio en la III Edición (año 2013).

**En Marcel·lí**

Va exhalar l'últim alè mentre la mirava als ulls, sense deixar escapar un sol detall del conjunt del seu rostre. La imatge lluminosa de la dona que omplí els seus cinc sentits els últims vint-i-cinc anys l'acompanyaria per a sempre al trànsit etern.

Al sojorn de la no conscient existència, en l'espai temps incommensurable de les onze dimensions de les fronteres de les bombolles membranoses, allò que omplí d'energia la fugaç presència de les cèl·lules constructores de la morfologia aparent al punt de transmutació, hauria de ser, segons el supòsit

teòric de l'escèptic Simeó, l'estampa companya entre universos. Estampa no precisa del conjunt, ni part concreta de sentits. Qualsevol dels cinc, o tots, imprimeixen l'empremta eternament amiga. O enemiga, i això era el més fotut de la hipòtesi, per que la particular conjectura de l'amic del difunt Marcel·lí confirmava, segons l'autor, l'existència d'un cel, però també d'un infern macro còsmic.

Simeó era agnòstic i Marcel·lí un ateu sense més, dels que qualsevol dilema de religiositat o gènesis atribuïbles a dissenys intel·ligents no li treien ni un segon de reflexió, doncs havia estat educat en l'absentisme total de les especulacions creacionistes. Com a pragmàtic res optimista, i empíric evolucionista absolut, totes les qüestions precises de fe en essers superiors o autories miraculoses, simplement, ni les considerava. Aquesta postura, lògicament, no el predisposava, com sí era freqüent en Simeó, a les crisi existencialistes surrealistes de qui coi som, on som i perquè hi som aquí, si és que hi som.

Malgrat sa convicció de que les històries de paradisos promesos no eren més que estratègies de mercat dels capellans per a justificar els honoraris de la seva interferència com a mediadors divins, va voler dur a terme un experiment fonamentat en allò de per si fora o no fos, o fos el que sabem que no és, però, ¿i si és?, comprensible dilema de l'agnòstic moribund, davant la porta de la eixida. Ens demanà que només ella l'acompanyés fins el final. Molt millor, pensava, hauria de ser com a comiat definitiu, la imatge única i grandiosa de l'estimada que la perpètua foscor. I per descomptat, moltíssim millor que la de qualsevol dels possibles hipòcrites que fan presència de condol morbosament atents al nivell del sèrum i al monitor que controla les canonades i els fils elèctrics que perllonguen inútilment la vida.

Sigui el que sigui, passi el que passi o quina pot ser l'aventura dels bosons i les cordes més enllà de la línia imperceptible del punt de traspàs, el que és cert i ho podem confirmar és que en Marcel·lí va gaudir del més cobejat dels seus desigs al moment de dir-nos adeu: la presència absoluta de la cara més bonica de totes les noies que mai conegué, la Maria, la seva única estimada en sa existència com a cèl·lules agrupades de carboni, i alguna barreja d'aminoàcids asimètricament disposats.

### **La María**

En Simeó estava enamorat de la Maria. Sabia que ella ho estava d'en Marcel·lí, però al principi

de la seva amistat, sempre mantingué l'esperança que qualsevol eventualitat inesperada afavorís els seus desitjos.

Es conegueren al gimnàs i van fer-se amics des del primer dia, però entre tots dos, segons la Maria, només seria possible la amistat, que podria arribar a ser una bona amistat, però només això. I així passà, acabaren sent grans amics.

Un any després d'assistir-hi periòdicament al gimnàs, arribà en Marcel·lí. El nou arribat concentrà tota l'activitat en els exercicis de desenvolupament de la musculatura dorsal i abdominal. Amb una alçada (descalç) d'un metre i vuitanta-set centímetres, i vuitanta-tres quilos, en poc temps va fer-se l'objectiu de les pretensions d'aparellament de totes les noies alliberades – i les que no-del centre, i la Maria n'era molt de disposta i decidida.

Tres mesos més tard, a en Marcel·lí i la Maria els va casar l'alcalde de Sant Cristòfol dels Penya-segats, on residien. En Simeó, el millor amic de tots dos, va ser l'únic padrí, testimoni i convidat de la parella. La cerimònia fou molt austera, amb només ells tres, i al dinar especial del dia, l'alcalde acceptà la invitació i van continuar sent quatre els que gaudiren plenament de la festa.

### **En Simeó**

La María va enamorar-se d'en Marcel·lí des del primer moment en que el veié al gimnàs, i en Simeó mai va donar perduda l'esperança que ella arribés a trobar-lo, com a mínim, prou interessant com per a concedir-li una oportunitat.

Per a ella en Simeó era l'amic perfecte: bona persona, fidel en tot moment, l'ajut segur en qualsevol eventualitat i el pou de saviesa per a resoldre les incògnites quotidianes. I en Marcel·lí, encara que mancat de moltes de les virtuts d'en Simeó, tenia les precises per a que qualsevol joveneta restés penyorada del seu caràcter obert i d'un somriure d'angelet innocent, dins d'un cos masculí envejable. I la María era tan bonica que ell caigué a la xarxa del seu amor des del primer moment que la veié, sent correspost per ella amb la mateixa rapidesa. Van passar vint-i-cinc anys de convivència i en aquest temps, per a tots dos, en Simeó fou el fidel i millor amic de sempre.

Després que morí en Marcel·lí, ella no tornà a enamorar-se de ningú, ni ho intentà, doncs fou tant gran el seu amor que no va voler que cap altre home ocupés aquell espai exclusiu. Però va tenir molts amics ocasionals, prou com

per a estar ocupada totes les hores y el dies en un munt d'activitats que, sinó del tot, de quan en quan li feien oblidar-se del seu persistent record.

En Simeó era un noi grassonet, força divertit, enginyós i molt intel·ligent; de gran cultura, simpàtic com no res i una excel·lent persona, però el seu índex de massa corporal, des de ben jove, era força més amunt del recomanat com a màxim. I eixos cànons que pretenen definir i establir la bellesa o la lleter pel dictamen d'unes talles comercials de “pret-a-porter” i altres bestieses, no li feien cap favor envers ses pretensions amoroses. Però el fet real, al marge de factors estètics, era que la seva salut feia alguns anys que restava significativament fràgil, doncs la pressió arterial l'havia convertit en depenent dels hipotensors; la diabetis se li consolidà als cinquanta anys, obligant-li a una dieta estricta i una punxada d'insulina diària, i l'asma persistent el tenia presoner dels inhaladors.

En el més absolut silenci, i en un secret tancat a quatre panys (que, per cert, tothom coneixia) va estimar a la Maria com a ningú ho havia fet mai, des que la conegué un any abans que en Marcel·lí. Quan ella tornà de l'últim dels viatges, dels que hi feia en missions de solidaritat en països africans, a la Maria se li diagnosticà una malaltia incurable. Un mes més tard era a punt de morir. Eixa tragèdia anava a deixar en Simeó més sol que mai, i immers en una profunda tristor, doncs era a punt de perdre l'esser més estimat de tota la seva vida; veritablement, fou el seu únic amor.

En un moment de consciència, en el ràpid i inexorable eixir de la seva vida, la Maria va demanar a la infermera responsable de la cura dels seus últims moments que tots els amics que eren presents, envoltant-la, sortissin de la cambra.

En Simeó era assegut a una sala propera, on esperen i poden servir-se qualsevol beguda tothom que és de visita. No va voler que ningú dels nombrosos amics podés adonar-se'n de l'evidència del seu patiment. Portava hores allà mateix, sense moure's ni per anar al lavabo, fet insòlit, puig que la seva malaltia crònica l'obligava a fer-ho amb freqüència. Des que arribà i s'assegué, una sola imatge

En Simeó era un noi grassonet, força divertit, enginyós i molt intel·ligent; de gran cultura, simpàtic com no res i una excel·lent persona, però el seu índex de massa corporal, des de ben jove, era força més amunt del recomanat com a màxim.

va acompanyar-lo en tot moment: la foto de la María, que portava a la cartera de butxaca des que es conegueren feia quaranta-cinc anys. Ella mai va saber-ho, i en Marcel·lí tampoc.

Quan restà sola amb la seva cuidadora, li demanà un últim desig: que només romangués amb ella, fins el final, una persona força especial, única: el seu estimat amic. La infermera va demanar en Simeó que l'acompanyés fins a l'habitació, i un cop a dins la María li va pregar que els deixés sols, i ho va fer. Eren tots dos sols. Ell s'assegué a la butaca, i en contacte amb el llit. Les seves mans, juntes, una damunt de l'altra, reposaven sobre la ma esquerra de la María, i ella li somreia complaguda. Poc després es quedà adormida. Va passar més d'una hora i ell no es va moure del seu costat, sense treure les mans de la seva.

Ella es despertà sobtadament, amb una revifada energia molt abans perduda. Ses mans encara seguien juntes, com al principi. I en aquest fugaç moment de claredat li digué:

“He volgut que fores tu, només tu, qui em fes companyia en aquest moment del meu comiat. El primer que vull demanar-te és que em perdonis per haver sabut des de sempre que m'estimaves i no adonar-me'n del que has patit en el teu silenci. Ja no hi ha temps per a més, per això voldria poder-te compensar dient-hi que has estat la persona a qui més he estimat després que en Marcel·lí ens deixés.

En aquests vint anys hi va haver moltes ocasions que t'ho vaig voler dir, i no vaig fer-ho per que m'avergonyia pensar com podries reaccionar. I ara, marxaré sense saber-ho; ha de ser així, però sempre seràs amb mi, amb nosaltres.

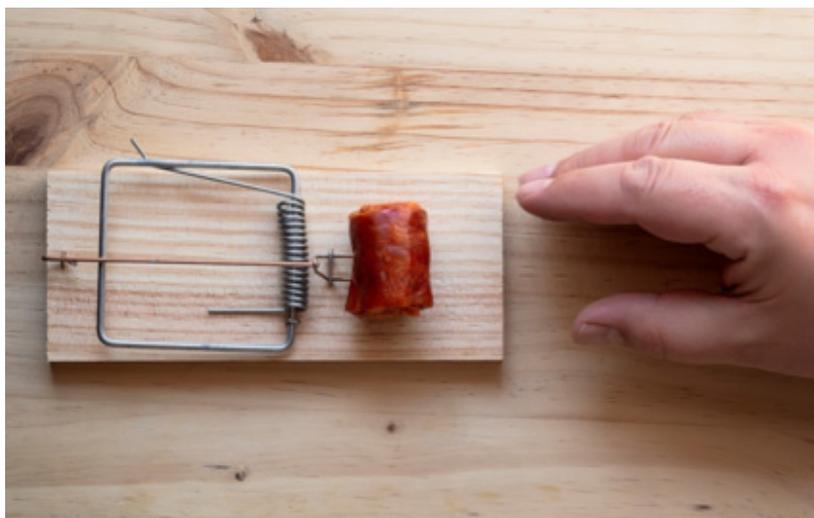
En Marcel·lí se'm va emportar la meva imatge, i sé que aviat hi serem junts per a sempre en algun plànol de no sé quina consciència, i ho sé per que sé que tu, el meu escèptic amic, hi creus que ha de ser així, doncs sinó – i això és el que jo penso- quin sentit tindria estimar si al final tot s'esborrés. Jo sempre he cregut i confiat en el que tu hi creies. I ell, en el seu últim moment, també hi confià, com jo hi confio ara”.

Va inclinar el cap a sa esquerre i durant una estona la seva mirada no van fugir de la imatge d'en Simeó. Va tancar els ulls i dos minuts més tard expirà; i morí mentre el mirava, sense deixar escapar un sol detall del conjunt del rostre d'en Simeó. La imatge de l'amic que més va estimar, l'únic que omplí l'espai de la veritable amistat els últims quaranta-cinc anys (i potser quelcom més en els últims vint), els acompanyaria, a la María i en Marcel·lí, per a sempre, al

suposat trànsit etern.

En Simeó, arrossegant les xacres de la vellesa, encara viu a Sant Cristòfol dels Penya-segats

**Peligro.** Juan Manuel Maroto Romo.  
2º premio en la V Edición BAROS (2015)



**Córrer contra la crisis.** David Serra Asensio.  
Participante en la IV Edición (2014)

Vaig començar a córrer quan em vaig quedar sense feina. No va ser una decisió premeditada. Simplement em vaig afartar d'estar tot el dia tancat al meu pis, enfonsat en la depressió i cruspint menjar escombraries. Un dia em vaig posar un vell xandall i vaig sortir al carrer com si fugís de tot. Va ser un impuls estrany si tenim en compte que mai m'havia interessat per l'esport. El meu nom és Andreus Stavrou i vaig néixer a El Pireu, una ciutat portuària i suburbial

prop d'Atenes. A l'escola jo era el nen més negat pel futbol. Els meus companys ho sabien i em deixaven de banda a l'hora del pati. L'Educació Física era el meu malson. No sabia fer tombarelles i els aparells gimnàstics em produïen terror. Sempre que saltava sobre aquelles andròmines tenia por de trencar-me el coll. Aviat em vaig adonar que el meu fort no era l'exercici físic però en canvi tenia una gran facilitat per l'estudi. Així que vaig concentrar totes les meves forces a la faceta intel·lectual. Les meves notes eren les millors de la classe però no tenia gaires amics. A la força em vaig convertir en un nen solitari. Quan s'acabava l'escola els altres nois es quedaven jugant al carrer però jo tornava directe a casa i em passava la tarda veient els dibuixos animats de la televisió i estudiant.

No recordo gaire bé els canvis físics que vaig experimentar en aquells anys de frontera entre la infància i l'adolescència. Per mi la pubertat va ser un període tèrbol i cobert de boirina. No tinc una imatge clara de quan em van començar a sortir pèls ni tampoc era conscient que el meu cos anava acumulant greix. Els dies anaven passant sense pena ni glòria i tinc un record confús. Però hi ha un moment que se'm va quedar gravat: quan els companys van deixar de dir-me "grassonet" per anomenar-me "gras". És una diferència significativa... Les burles i els insults em feien mal però servien per confirmar la creença que el meu fort era el cervell i la resta la podia oblidar. Vaig assumir amb resignació que el cos sempre jugaria a la meua contra. Em vaig mentalitzar que la bellesa era efímera i que si jo volia destacar a la vida no seria en aquest camp. Fins i tot m'enorgullia del meu desdeny per l'aspecte físic. Jo era intel·ligent i amb això en tenia prou.

Quan vaig entrar a la Universitat d'Atenes em sentia com un cervell privilegiat que conduïa un cotxe vell i rovellat. Només em dedicava a llegir. En aquella època universitària em vaig obsessionar pel món antic. La Grècia del segle XXI no m'interessava gens, en canvi, m'encantava pujar a l'Acropolis i imaginar com devia ser l'antiga polis. Vaig llegir l'Odissea, les tragèdies de Sòfocles, les comèdies d'Aristòfanes... També m'entusiasmaven la filosofia antiga i la saviesa dels nostres pensadors. Em sentia totalment identificat amb el seu racionalisme. Pensava en els grans personatges que havien destacat pel seu cap i no pel cos. Per exemple, vaig llegir que Sòcrates era un home lleig però avui dia això ens resulta anecdòtic comparat amb el seu llegat. Què importa que Alfred Hitchcock fos obès si a tothom li encanten les seves pel·lícules? Potser el seu físic desafortunat els va portar algunes burles però els seus

noms es conservaran per a la posteritat. És possible ser un gran pensador com Aristòtil i a la vegada un guerrer com Alexandre el Gran? Crec que a la vida s'ha d'escollir. I jo feia anys que havia fet la meva tria. Aquests pensaments em consolaven quan veia coquetejar les noies de la facultat amb els estudiants del tipus atlètic.

Quan em vaig llicenciar a la facultat el 2007 tenia vint-i-tres anys, feia metre vuitanta i pesava cent dos quilos. Vaig trobar feina sense problemes a una empresa de telecomunicacions alemanya. Allà vaig fer amics amb els que quedava els caps de setmana per menjar hamburgueses i jugar a videojocs. Ells no sabien gran cosa d'Història Antiga però eren uns nanos agradables. Sentia que a la fi havia triomfat, que havia superat les expectatives. Per primer cop tenia amics, una bona feina, un bon sou i a més era una persona culta. La meva mare es sentia molt orgullosa i sempre explicava els meus èxits a les seves amigues d'El Pireu. Jo mateix em repetia aquests arguments però per dins em sentia tan buit com sempre. Odiava veure com m'anava engreixant i no feia res per evitar-ho. A vegades em sentia presoner del meu cos i combatia la meva angoixa amb el menjar però això agreujava més el problema.

El 2010 la crisi econòmica i financera va colpejar Grècia i em va afectar de ple. El director alemany, el senyor Stroop, va decidir retallar els sous i reduir la plantilla perquè l'empresa fos més competitiva. D'aquesta manera la majoria dels meus amics es van trobar al carrer. Els companys de feina alemanys, fins llavors correctes i gentils, van deixar de dirigir-me la paraula. Jo era l'únic grec de tot el meu departament i, de nou, em sentia sol, com a l'institut. Vaig passar per una depressió i el meu rendiment a la feina va baixar. Aquest motiu va ser suficient perquè el senyor Stroop em cridés al seu despatx.

El director alemany era d'un d'aquells executius joves que cuiden molt la seva aparença i van sovint al gimnàs. Em vaig asseure davant seu i em va dir que malauradament havia de prescindir dels meus serveis. La conversa va ser breu i estranya. El senyor Stroop em va mirar amb fermesa i jo em sentia cada vegada més aclaparat pel seu aspecte imponent. Sentia que tot era culpa meva. El meu cos fofó

Un cop a casa vaig començar a devorar tot el que vaig trobar a la nevera. Tots els meus esforços per destacar a la vida havien saltat pels aires. Jo era un fracassat. Em vaig tancar al pis i només sortia al carrer per comprar menjar. Van ser unes setmanes molt autodestructives.

m'averkonyia. Ens vam acomiadar amb una encaixada de mans molt formal. Un cop a casa vaig començar a devorar tot el que vaig trobar a la nevera. Tots els meus esforços per destacar a la vida havien saltat pels aires. Jo era un fracassat. Em vaig tancar al pis i només sortia al carrer per comprar menjar. Van ser unes setmanes molt autodestructives. Mirava la meua figura al mirall i em feia fàstic. No volia parlar amb ningú, només volia menjar i jugar a l'ordinador. Volia oblidar el món exterior que sempre m'acabava esclafant.

I un matí es va encendre la llumeta. Recordo que em vaig despertar amb la llengua pastosa pels excessos de la nit anterior. Feia uns dies que no em dutxava. Em sentia brut i fastigós. Vaig esmorzar els talls de pizza de la nit anterior i vaig posar la televisió. Estaven fent un documental sobre els Jocs Olímpics a l'Antiguitat. Malgrat la meua afició pel món antic, no sabia gaire res les Olimpíades. Era conscient que havien estat molt importants per la civilització grega però jo havia decidit ignorar aquesta part. Per mi, el llegat clàssic era la filosofia, l'art, el teatre, la mitologia... Va ser en aquell moment que vaig comprendre que el meu desdeny pel cos humà era absurd. Fins i tot els grecs antics, amb el seu interès per l'esport, em demostraven el meu error. La seva admiració pels grans atletes no podia ser un caprici. Fa uns dos mil vuit-cents anys ells es van adonar que l'activitat física era molt important. Sabien que no som només intel·lecte i cervell. L'equilibri consisteix a cultivar la ment i el cos, no es poden separar l'un de l'altre. De fet, també ho deien els romans “Mens sana in corpore sano”. Quina humiliació que jo, Andreus Stavrou, el gran admirador del món hel·lènic, m'adonés d'aquesta veritat per una cita llatina...

La meua vida havia de fer un canvi de rumb i això passava per l'exercici físic. Per sort el pulmó verd d'Atenes, els Jardins Nacionals, eren a prop de casa meua. Aquell mateix dia vaig sortir a córrer però només vaig aguantar cinc minuts. Gairebé acabo vomitant de l'esforç. Uns dies després ja podia fer un dels circuits del parc sense desmaiar-me. Mica en mica vaig augmentar el recorregut i també vaig començar a cuidar l'alimentació. El meu cos es queixava del menjar preparat i vaig adoptar una dieta més equilibrada. Les meves arrels gastronòmiques eren la cuina mediterrània, no el fast-food. Al principi sortia a córrer tot sol però després vaig convèncer els meus amics que també estaven a l'atur perquè m'acompanyessin.

Ben aviat, el fet de sortir a córrer va deixar de ser una obligació que m'havia imposat per aprimar-me i es va convertir en el moment més feliç del dia.

Em divertia posant a prova els meus límits. Anava a córrer uns tres cops per setmana i si un dia no podia anar-hi ho trobava a faltar. M'encantava tornar a casa suat i exhaust i a continuació prendre una dutxa refrescant. Després em sentia molt millor que abans. Com si aquell esforç m'hagués proporcionat una injecció de vida. Aquella sensació estimulante no l'havia trobat mai als llibres. Vaig descobrir una addicció que no em perjudicava. I en un any m'havia aprimat setze quilos. Als quatre mesos em vaig atrevir a córrer la meua primera cursa popular de deu quilòmetres. No vaig fer un gran paper, és cert, però em va resultar fascinant i motivador. Després vaig començar a posar-me reptes: devia córrer deu kilòmetres en una hora, després en cinquanta minuts, més tard quaranta cinc... Estic convençut que l'activitat física em va ajudar a eliminar moltes toxines i impureses del cos. I també de la ment. La meua nova afició no em va impedir continuar llegint, al contrari, crec que es complementen molt bé. Ara em sento millor amb mi mateix, l'esport em dona pau i també més seguretat per afrontar els reptes de la vida. No sé perquè però és així... A més, em permet menjar sense remordiments. He comprovat que l'exercici és el millor medicament contra l'estrès i el pessimisme. Si la nostra societat és sedentària cal compensar-ho d'alguna manera. En el fons tothom intueix aquestes coses i per això cada vegada es veu més gent corrent pels parcs.

Tots aquests pensaments em venen al cap ara que estic corrent la meua primera Marató. Acabo de veure el senyor Stroop, el meu antic director alemany. Ell no m'ha reconegut, es clar, però no li ha fet molta gràcia que l'hagi avançat al quilòmetre trenta. El senyor Stroop ha recollit el desafiament i ha accelerat el ritme. He de reconèixer que és un paio fort i no aflluixa. El seu uniforme és el típic d'un professional del running. Porta unes sabatilles esportives molt millors que les meves i segur que aquesta no és la seva primera Marató. Quan corre em recorda un Déu germànic. Soc conscient de les meves limitacions però de totes maneres no penso abandonar la competició. És una qüestió d'orgull. Si ell és Odin, jo m'he de transformar en Zeus.

Els dos donem el millor que tenim, posem tota la nostra ànima en aquesta cursa. Per fi al quilòmetre quaranta aconseguixo avançar al senyor Stroop. Els dos últims quilòmetres són una tortura. Voldria morir i acabar amb aquest patiment. Quan acabem la Marató estic totalment esgotat. He consumit tota la meua energia. Segur que demà em farà mal tot el cos. Potser fins i tot patiré alguna lesió... Però ara mateix em sento com Aquil·les quan va derrotar Hèctor a les portes de Troia. Enmig de la gentada veig el meu adversari que esbufega

per l'esforç de la batalla. El senyor Stroop no ho sabrà mai però ell ha canviat la meua vida. No sé si finalment em reconeix però quan em mira amb la cara vermella com un tomàquet sembla ferit a l'amor propi. Algú l'hauria d'haver avisat que la Marató és una creació grega.

Mai m'havia sentit tant cansat i tant feliç com en aquest moment. Per la meua part, crec que acabo de superar la crisi.

### **No te la juegues con la alimentación.**

Javier Domínguez García. 2º premio en la XI Edición BAROS  
(2021)



**FIN**

***Este libro recibió una ayuda de Novo Nordisk para la subvención de los costes de publicación.***

***Novo Nordisk no ha tenido ninguna influencia en el contenido de la publicación ni ha participado en el diseño ni en su presentación. La redacción fue proporcionada por los autores y la asistencia editorial fue proporcionada por la Organización de Premio Baros y la editorial Selene. La publicación fue financiada por una ayuda de Novo Nordisk.***

***Los autores y la Organización de Premio Baros son plenamente responsables del contenido y las conclusiones reflejadas en el manuscrito. Novo Nordisk no ha influido en el contenido de esta publicación o en su interpretación.***





Cada palabra cuenta en la lucha dirigida a vencer la obesidad. Las palabras sirven para aliviar al paciente y aumentar la conciencia en nuestra sociedad de lo duro que es vivir con obesidad, una enfermedad compleja, crónica y recidivante.

Esta idea estaba presente cuando, en el año 2011, se realizó la primera convocatoria del **Premio Literario y Fotográfico BAROS**. Porque sí, las imágenes también son potentes transmisores de la realidad. Tras doce ediciones ininterrumpidas, aún queda mucho trabajo por hacer.

Seamos realistas. La obesidad nunca va a desaparecer de nuestras vidas o la de nuestros familiares y amigos. Pero sí debemos aspirar a prevenir su elevada incidencia, conseguir su

reconocimiento legal como enfermedad, a diagnosticar y tratar adecuadamente a los pacientes que la sufren, en definitiva, a mejorar su calidad de vida y supervivencia. Si los libros son armas, estas armas deben usarse.

Albert Lecube fundó los Premios BAROS en 2011 y los coordina desde entonces. Actualmente es Jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitario Arnau de Vilanova de Lleida y Vicepresidente de la Sociedad Española de Obesidad (SEEDO).



Para saber más sobre el Premio Baros y esta iniciativa, accede a la página web:



Escanea el código QR para acceder a la web de Premio Baros.

PREMIO  
**BAROS**