

## LA EUFORIA DE LA VIDA de Lys Bolois

---

Llevo a las espaldas una pila de versos inconclusos, que no vieron la luz a tiempo, o los que les obsequie una maduración mayor para que careciese el sentido con que nacieron y darles hoy en día uno nuevo; mejores tiempos, con más anáforas y menos hipérbolos; con más amor y un dolor extinto que impregna pero no acapara la oración.

He decidido hoy mostraros mi entrenamiento diario, aprovechad la lección ávidos lectores, oyentes, en el futuro, entrenadores competentes. Hoy resurjo en la lejanía como un recuerdo próximo al olvido, pero que débilmente acaba posando su magia para que la sensación permanezca en esta tarde desencantada.

Nunca he sido de las que han necesitado ir al gimnasio, me he gestionado bien yo sola, en el silencio de mi habitación, escondía mi fórmula secreta, pero los años pasan y todo pesa, he necesitado de microdosis de entrenamiento para aguantar ciertas fases de mi vida, soy de entrenamiento funcional, estructura libre, mi entrenadora nunca me ha constreñido a nada concreto.

“¿Podrías decirme, por favor, qué camino debo seguir?-Esto depende en gran parte del sitio al que quieras llegar.-No me importa mucho el sitio... -Entonces tampoco importa mucho el camino que tomes “\*

Yo, llego, me siento y parafraseo; sobre lo que necesito en escena, ella me receta un trayecto hasta la meta, pero soy yo quien decide si tomar atajos, o simplemente otro camino igual de largo, o quien sabe, en las pocas ocasiones que puedo, continuo el sendero.

¿Qué me llevo hasta aquí? Pocas cosas o muchas en su conjunto, pequeños detalles, molestos en muchas ocasiones, bellos en algunas; ya estoy dando vueltas también aquí, como en su consulta.

¡500 metros más!, ¿más veloz o más solo en cantidad?

500 VECES, me repite que no maree al público cuando el foco me apunta directamente al rostro, y 501 le respondo que cuando la luz me apunta, me quedo en blanco y pocos son los

remedios que ella me ha dado para solucionar esta perdida de guion, este sobresalto al corazón que no quiere fallar de nuevo.

“YO SÉ MUY BIEN LO QUE DEBO HACER, pero casi siempre...lo hago mal, y por eso estoy metida en un berenjenal...”\*

No estoy echa para obedecer los consejos que me han dado, sino para crear este conjunto de juegos enrrrever-sados, no siento romper las reglas, no merezco un castigo este karmico por ello, ya escarmenté, pero no puedo prometer, que no lo haré jamás, pues soy humano, y por eso casi todo casi siempre lo hago mal.

Ardua la teoría que trata de ceñirse a los segundos actos, a creer que los fallos de la primera escena en ellos, serán solventados, ya que tan solo aprendemos cuando ha habido suficiente tiempo para repararlo.

Como bien decía mi entrenamiento sigue avanzando, hoy la pila me la cargo a los brazos, y abrazo el gesto que mi entrenadora tiene conmigo, una caricia amable, sabiendo que odio el método que me ha dado para sanar esta debilidad de mi cuerpo.

¡90 días, contacto cero, con mi comida favorita!

Maldigo el día en que me apunté en este gimnasio, mientras cargo con mi adicción a los brazos, que me araña la cara en las noches, haciéndome desear jamás haber probado bocado de aquel manjar que tanto y durante tanto, tiempo, he deseado.

Me exhibo como mujer sana, que adorna sus días con palabras dulces, fotos robadas a una euforia que no se corresponde a la realidad, me delimito a coser las grietas de mis comisuras para no romperme para no morder, para que la sutil honda de mi sonrisa convenza de lejos tanto como para que nadie se acerque a preguntarme por cómo va mi cambio.

¿O acaso os increpo yo preguntando si hoy os habéis acercado siquiera al gimnasio?

La agresividad es una de todas las fases que vivimos en este proceso, es normal, normal sentirla, normal identificarla, normal hablar de que existe, normal, como si tan normal, PERO POR DIOS SANTO que alguien me diga cómo es normal transformarla en algo positivo?

AH, la entrenadora salta! Te recetaré un ejercicio isométrico, para que aprendas como a veces avanzamos más cuando esperamos erguidos, con la cabeza alta, y decimos simplemente... “Hoy me toca pierna” Todo el mundo te comprende...

Y yo entre dientes, aguanto sus palabras; este bruxismo me está matando por no poder devorar aquello que se me ha prometido, el último el grande, EL OBJETIVO.

Pero no antes de conseguir mis objetivos específicos semanales, ni después de realizar la evaluación mensual...Parece como si llevase toda la vida ya con esta tortura, a la que tanto placer le estoy cogiendo.

Y sí, aquí subida lo declaro, soy sadomasoquista, porque me gusta que me lleven al extremo, más no es el dolor aquello que yo veo bello, sino la salida de este, la evasión que mi mente ha de realizar para mí para escabullirse de ese ardor que le corroe por dentro, para gritar de placer cuando le marcan con hierro ardiendo.

Lo sé, un poco subido de tono este soliloquio, no me han censurado todavía así que supongo que puedo continuar con mi anécdota, ahora que conocéis el efecto que ella en mí, produce.

Producto de mi imaginación aquel oasis que atravieso semanalmente cuando mi entrenadora tan solo me envía el entreno y no lo viene a supervisar, CLASES DIRIGIDAS, y me emto con la zumba-da a bailar mis penas, activo mi core-zón a base a de abdominales y me balans-eo el alma entre los guerreros; son como un poco como estos...recitales.

La receta oculta para los vagos...OYE, vagos o valientes, que no cualquiera se expone con estas pintas en la posición del árbol en el proscenio, que siempre se ha creído el papel más sencillo, y sin embargo mantente quieto inmóvil toda la obra...TIIN ejercicio isométrico acabado.

¡120 kgr de hip trust!, ¿Metafóricos? Ella me contesta, “¿qué dijimos de las hipérbolas?”

VALE VALE, tú sabrás lo que me haces...o no, porque la mayoría de ejemplares de este hábitat fitness sabíais que han tenido siempre la enorme facilidad, el maravilloso don de la PERSEVERANCIA, de la CONSTANCIA, y constantemente perseveran sin a apenas esfuerzo. ¿En cambio yo? Mírame dejando constancia en mi diario de a bordo, solo para no olvidar que ha existido un proceso, avance o no en él. Pero que de hecho yo insistí en escribirlo de todos modos, con mi más sincera desvergüenza.

A pesar de todo, sigo recomendando esta terapia, aun cuando ejerce una presión mayor de la que creía poseer en el interior, aun cuando me levanto queriendo dejarlo todo de lado día tras día, porque si miro atrás, ya no reconozco lo que dejé y no sabría navegar de nuevo en esas aguas de la insensatez, en que dejaba mi cuerpo a merced de la autocarga.

Pues no me importaba el control postural, mi propiocepción cojeaba más de lo que yo pensaba y acababa lesionada en el intento más simple de levantarme el ánimo. Ánimo, ánima, alma...sí, la gran clave de este texto que entre mezcla metáforas.

Hoy mi entrenadora, me ha dicho que tendremos una sesión importante, cuando me exponga aquí delante, cuando confiese que lo que sufro no es solo una debilidad física, que a la vista está.

Sino que mi debilidad parte de dentro, cuando me muestre vulnerable diciendo que a mi me entrenan sentada, que es la palabra la que guía mis pasos, la introspección, mi gimnasio. Y la poesía mi ejercicio.

Hoy no me presento como atleta, sino como poeta que usa la palabra en su propio beneficio, para soltar el alma que engancha en los golpes de la vida, que remiendo a cada puntada con sus sabios consejos y a veces con los míos propios.

Sí queridos, voy a la psicóloga, y no porque necesite una camisa de fuerza, sino porque quiero esforzarme cada día en ver mejores resultados con menor esfuerzo, en convertirme en aquello que quiero, y sí la poesía siempre fue mi propia terapia, y sí disparar con ella está bien, pero a veces hay que saber hacia dónde apuntarla.

Soy de tinta promiscua, porque mi mano se alza a escribir sin filtros, sobre aquello que siento , y puede parecer beligerante el modo en que la dejo fluir, pero no me importa salpicarme con ella, porque es quien hace que las marcas de mis manos no guíen mi destino, sino yo, describiendo cual narradora mi propia historia.

Desestimando a la crueldad de sus versos, indulgente con el ser que los escribe, deshonorando el buen nombre de la resiliencia, ¿o no?, depende del lado del prisma que escojas; yo decanto mis emociones sobre el papel, para no exteriorizarlo, y en eso, ¿qué hay de malo?

Si así no muerdo, si así no ladro... ¿por qué? ¿Por qué este tratamiento eficaz debe verse solo para desquiciados? Porque la poesía es la locura de sentirse libre para expresar, libre para sentir, libertad en su conjunto más noble.

“Y no lo olvidemos “-Aquí todos estamos locos. Yo estoy loco. Tú estás loca.- ¿Cómo sabes que yo estoy loca?-Tienes que estarlo, o no habrías venido aquí” a escucharnos. "Creo que sí, que has perdido la cabeza, estás completamente loco. Pero te diré un secreto: las mejores personas lo están." FELIZ FELIZ NO CUMPLEAÑOS...” \*

Firma Lys Bolois

\*Referencias textuales a la obra de Alicia en el país de las maravillas, tanto el libro como la película de Disney.