

Aida DÍAZ CÁMARA



EL PODER LIBERADOR Y TERAPÉUTICO DE LA ESCRITURA Y LA
BÚSQUEDA DE UN LUGAR EN EL MUNDO EN *UNA VIDA INESPERADA*, DE
SOLEDAD PUÉRTOLAS

Máster Universitario en Literatura Española

Departamento de Filología Española II

(Literatura Española)

Facultad de Filología

Curso Académico 2015-2016

Convocatoria de junio

Tutora: Dra. María del Mar MAÑAS MARTÍNEZ

Fecha de defensa: 8/07/2016

Calificación: Sobresaliente (9'5)

AUTORIZACIÓN PARA LA DIFUSIÓN DEL TRABAJO DE FIN DE MÁSTER (TFM) Y SU DEPÓSITO EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL E-PRINTS COMPLUTENSE DE ACCESO ABIERTO A LA DOCUMENTACIÓN CIENTÍFICA

Los abajo firmantes, estudiante y tutor/es del trabajo fin de máster (TFM) en el Máster en Literatura Española de la Facultad de Filología, autorizan a la Universidad Complutense de Madrid (UCM) a difundir y utilizar con fines académicos, no comerciales y mencionando expresamente a su autor el trabajo de fin de máster (TFM) cuyos datos se detallan a continuación. Así mismo autorizan a la Universidad Complutense de Madrid a que sea depositado en acceso abierto en el repositorio institucional con el objeto de incrementar la difusión, uso e impacto del TFM en Internet y garantizar su preservación y acceso a largo plazo.

TÍTULO del TFM: EL ROL DEL LIBERADOR Y TERAPÉUTICO DE LA ESCRITURA Y LA BÚSQUDA DE UN LUGAR EN EL MUNDO EN UNA VIDA INESPERADA, DE SOLEDAD PUÉRTOLAS
Curso académico: 2015 / 2016

Nombre del Estudiante:
...AIDA DÍAZ CÁHARA.....

Tutor/es del TFM y departamento al que pertenece/n:
...MARIA DEL MAR MAÑAS MARTINEZ.....
... (FILOLOGÍA ESPAÑOLA II)


Fecha de aprobación por el Tribunal:
...8 de julio de 2016.....

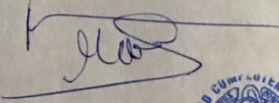
Calificación 9'5

Firma del estudiante

Firma del tutor/es

Firma de la Institución
Colaboradora (en su caso)


AIDA DÍAZ CÁHARA


M^{ra} del mar mañas



TÍTULO: *El poder liberador y terapéutico de la escritura y la búsqueda de un lugar en el mundo en Una vida inesperada, de Soledad Puértolas.*

AUTORA: Aida Díaz Cámara.

RESUMEN: El presente trabajo estudia la novela de Soledad Puértolas *Una vida inesperada* (1997) y se centra en el análisis del poder liberador y terapéutico de la escritura. A lo largo de estas páginas, muestro a una protagonista anónima que carga con una serie de miedos, rencores y enfermedades que la ha conducido al aislamiento y la soledad; sin embargo, expongo la manera en que acude a la escritura como un medio para superar sus conflictos y aceptar su vida, al navegar entre sus recuerdos, estableciendo conexiones entre ellos y comprendiendo hechos de su pasado que, hasta el momento, no había logrado entender. Además, para explicar y justificar la hipótesis, recurro a varios manuales de psicología y psiquiatría, con el fin de establecer una red de apoyo sobre la que sustentar los postulados, contribuyendo a una mayor comprensión de los mismos.

PALABRAS CLAVE: escritura terapéutica, *Una vida inesperada*, Soledad Puértolas, mecanismo del recuerdo, búsqueda de identidad, cuarto propio, refugio, lugar seguro, enfermedad, deprivación materna.

TITLE: *The liberating and therapeutic power of writing and the search for a place in the world in Una vida inesperada, by Soledad Puértolas.*

ABSTRACT: This research studies the Soledad Puértolas' novel *Una vida inesperada* (1997) and it focuses on the analysis of the liberating and therapeutic power of writing. Through these pages, I show an anonymous protagonist who suffers a series of fears, resentments and illnesses that have led her to isolation and loneliness; However, I expose how she uses writing as a way to overcome her troubles and accept her life, reminding her memories, establishing connections between them and understanding facts of her past that she was not able to realize before. In addition, with the purpose of explaining and verifying the hypothesis, I seek information from several manuals of Psychology and Psychiatry, in order to justify and understand my postulates.

KEY WORDS: therapeutic writing, *Una vida inesperada*, Soledad Puértolas, mechanism of memory, search for identity, a room of one's own, refuge, safe place, illness, maternal deprivation.

ÍNDICE

1. Introducción	6
2. <i>Una vida inesperada</i> , de Soledad Puértolas: introducción	10
3. El proceso liberador de la escritura en <i>Una vida inesperada</i>	19
3.1 El requerimiento de un espacio. Distinción entre «cuarto propio», «refugio» y «lugar seguro»	19
3.2 La palabra escrita como medio para recordar, comprender y avanzar. El poder liberador y terapéutico de la escritura	35
4. Conclusiones	64
5. Bibliografía	68
6. Apéndice. Entrevista personal con Soledad Puértolas	71

1. INTRODUCCIÓN

El presente Trabajo Fin de Máster tiene como objeto de estudio la novela de Soledad Puértolas *Una vida inesperada* (1997); y se centra en el análisis del poder liberador y terapéutico de la escritura. A lo largo de estas páginas, muestro a una protagonista anónima que carga con una serie de miedos, rencores y enfermedades que la ha conducido al aislamiento y la soledad. Sin embargo, expongo la manera en que acude a la escritura como un medio para superar sus conflictos y aceptar su vida, al navegar entre sus recuerdos, estableciendo conexiones entre ellos y comprendiendo hechos de su pasado que, hasta el momento, no había logrado entender.

Desde mi punto de vista, considero que, aparte de mi inclinación personal, este tema merece ser estudiado porque no ha recibido toda la atención que debiera por parte de la crítica especializada, que ha preferido centrarse en el efecto terapéutico de las obras autobiográficas de la autora –en la mayoría de los casos, *Con mi madre* (2001)–, pero que se ha desligado de las ficcionales, como *Una vida inesperada*, aun cuando la propia Soledad Puértolas reconoce que es la novela en la que se aprecia esta idea con mayor claridad¹.

De este modo, el objetivo principal de este trabajo consiste en demostrar la hipótesis de ese poder liberador y terapéutico que ofrece la escritura en *Una vida inesperada*, observando cómo la protagonista consigue asumir sus problemas, dispuesta a continuar avanzando en el camino continuo que supone la vida. Para ello, resulta necesario recurrir a varios manuales de psicología y psiquiatría², con el fin de establecer una red de apoyo sobre la que sustentar los postulados, contribuyendo a una mayor comprensión de los mismos, pero sin pretender elaborar un estudio terapéutico sobre la cuestión, ya que semejante empresa excedería el objetivo literario aquí impuesto, a la vez que me obligaría a adentrarme demasiado en una rama de conocimiento ajena a mi especialidad.

Pero, para la demostración de esta hipótesis, he de alcanzar un objetivo previo, correspondiente a la presentación de los conflictos y obsesiones de la protagonista, en especial de aquellos que más la condicionan, puesto que, influyendo y determinando su escritura, son de los que quiere verse liberada. Por ese motivo, dedico un apartado al

¹ Recojo su declaración al respecto en el capítulo «6. Apéndice. Entrevista personal con Soledad Puértolas».

² En este ámbito, agradezco la ayuda recibida por parte de Javier Rodríguez Díaz, fisioterapeuta y osteópata, referencia en técnicas miofasciales avanzadas y terapeuta craneosacral biodinámico. Además, es profesor en la Escuela de Osteopatía de Madrid y en la Escuela de Terapias Miofasciales TUPIMEK.

análisis de la búsqueda de un lugar en el mundo que la protagonista lleva a cabo con insistencia, ya que, más allá de la importancia que adquiere en la novela, se trata de un aspecto fundamental para poder escribir, en tanto que se requiere de un espacio para ello. Por lo tanto, surge como objetivo atender a los espacios personales, distinguiendo entre «cuarto propio», «refugio» y «lugar seguro». A partir de esas nociones, se puede dar paso a la escritura en sí, actividad, que, tal y como se deducirá, constituye uno de los espacios prioritarios.

Respecto a la metodología empleada, ya he señalado que me sirvo de un enfoque psicológico, pero sin alejarme del texto; es decir, utilizo ese marco interdisciplinar para contrastar y reforzar mis ideas, pero el propósito consiste en examinar la novela y no únicamente las circunstancias más teóricas; de hecho, la lectura del libro ha precedido a la de los manuales. Asimismo, me he ayudado también de referencias intertextuales hacia otras obras de Soledad Puértolas, especialmente *Recuerdos de otra persona* (1996) y *Con mi madre* (2001).

En cuanto a la estructura del trabajo, una vez concluido el primer capítulo en el que me encuentro, «1. Introducción», realizo una exposición del planteamiento de *Una vida inesperada* en «2. *Una vida inesperada*, de Soledad Puértolas: introducción», en la que siento las bases para poder adentrarme después en el desarrollo de los objetivos, reparando en la forma y el hilo argumental de la novela. Con ello, en el capítulo tercero me encargo de dichos objetivos, comenzando por el estudio del espacio, en «3.1 El requerimiento de un espacio. Distinción entre "cuarto propio", "refugio" y "lugar seguro"»; y terminando con el proceso terapéutico de la escritura, en «3.2 La palabra escrita como medio para recordar, comprender y avanzar. El poder liberador y terapéutico de la escritura», tras lo cual recopilé las conclusiones vertidas en «4. Conclusiones» y la bibliografía consultada en «5. Bibliografía». No obstante, el trabajo no culmina en este punto, pues añadí un último capítulo, «6. Apéndice. Entrevista personal con Soledad Puértolas», en el que recojí la entrevista que pude formularle a la autora el viernes 10 de junio de 2016³.

Finalmente, en referencia al estado de la cuestión, quisiera destacar, en orden cronológico, una selección de trabajos que han versado acerca de *Una vida inesperada*,

³ Agradezco profundamente a Soledad Puértolas el encuentro que me brindó el 10 de junio, permitiéndome no solo hacerle la entrevista para el trabajo, sino mantener una conversación personal en la que hablamos de múltiples temas, como nuestras enfermedades, la escritura y la literatura en general; un encuentro del que me marché emocionada e inspirada y que nunca olvidaré. Además, aprovecho la ocasión para darle también las gracias a mi tutora y a la doctora Marina Mayoral, quienes se encargaron de ponerme en contacto con Soledad Puértolas, por lo que quedo eternamente en deuda.

novela que, desde su publicación en 1997, no ha dejado de impresionar tanto a los lectores como a los críticos y, así, apenas un año después de ver la luz editorial, queda reseñada en *Barcarola, Revista de creación literaria*, en «El orden secreto de la nueva narrativa II (1997-1998)» (Hernández, 1998: 251-281).

Wang Jun, en *El mundo novelístico de Soledad Puértolas* (2000), ofrece un panorama general de su producción literaria, centrándose en *El bandido doblemente armado*, *Burdeos*, *Todos mienten*, *Queda la noche*, *Días del arenal*, *Una vida inesperada* y *Si al atardecer llegara el mensajero*. Para este trabajo, he utilizado el capítulo «Memorias introspectivas: *Una vida inesperada*» (Wang, 2000: 289-350), en el que la investigadora aborda temas fundamentales, entre los que otorga mayor dedicación a los relativos a la memoria y al proceso de recuperación y exposición en la escritura de los recuerdos, pero también examina las imágenes y los sueños que aparecen en la novela, con el valor simbólico que aportan.

Por su parte, Prádanos García, en *Los silencios fenomenológicos en Soledad Puértolas* (2006), partiendo de la dualidad kantiana «entre noúmeno (cosa en sí) y fenómeno (lo que se percibe o se nos presenta)» (Prádanos García, 2006: 36), estudia los silencios fenomenológicos en la obra de Soledad Puértolas, brindando un apartado a *Una vida inesperada*; y, finalmente, lleva a cabo un análisis práctico de este tipo de silencio en el relato «El pañuelo de Macke», perteneciente a *Adiós a las novias*. Asimismo, recoge una extensa entrevista realizada a Soledad Puértolas.

En el 2011, la revista *Turia* publica su número 100 y le dedica su monográfico a Soledad Puértolas, de entre cuyos artículos constituyentes he escogido los que más se acercan a *Una vida inesperada*. Así, los temas que tratan son los siguientes: un recorrido vital y literario de la producción literaria de la autora (Fernández, 2011: 131-147); los rasgos autobiográficos presentes en sus obras de ficción (Di Benedetto, 2011: 148-160); la comprensión y la solidaridad (DiNonno Intemann, 2011: 161-170); la importancia de las palabras y la relación de la estética con la temática (Merino, 2011: 192-199)⁴; y la visión de los personajes como sustento de toda su obra (Fuente, 2011: 223-227). También, se incluye una entrevista formulada a la autora que resulta de gran interés para conocer la visión de la propia Soledad Puértolas sobre los aspectos más llamativos o frecuentes de sus obras (Val, 2011: 256-268).

⁴ Este artículo, titulado «Bienvenida a la casa de las palabras», en realidad se corresponde con la intervención que José María Merino realiza en respuesta al discurso de ingreso en la Real Academia Española de Soledad Puértolas.

Uno de los estudios que más se han aproximado a la visión de la escritura terapéutica es el artículo de Ruiz de la Cierva, «Soledad Puértolas: feminismo y catarsis» (2011), donde realiza, en primer lugar, un breve panorama de las generaciones de escritoras españolas del siglo XX, para, a continuación, insertar a Soledad Puértolas en la Generación del 68 y mostrar la postura de la autora frente a nociones como «literatura femenina». Seguidamente, alude a la presencia del «efecto terapéutico de la Literatura» (Ruiz de la Cierva, 2011: 80) en su producción literaria:

En cuanto al efecto terapéutico de la Literatura es un tema que Soledad Puértolas tiene muy en cuenta en sus novelas, y, no sólo por las referencias personales que se pueden descubrir con su lectura, sino porque algunas de ellas son autobiográficas y las escribe expresamente con esa finalidad (Ruiz de la Cierva, 2011: 80).

Además, ofrece como ejemplo el libro autobiográfico *Con mi madre*, que muestra «una clara intención terapéutica por parte de la escritora tal como nos dice desde el principio y en múltiples ocasiones a lo largo de su lectura» (Ruiz de la Cierva, 2011: 80); y que le sirve para incidir en la importante influencia de la enfermedad en toda la producción de Soledad Puértolas, exponiendo lo que significa para la autora.

2. UNA VIDA INESPERADA, DE SOLEDAD PUÉRTOLAS: INTRODUCCIÓN

Soledad Puértolas publica en 1997 la novela *Una vida inesperada*, cuyo título ofrece ya una dirección en el planteamiento narrativo:

[...] un título ambiguo y de doble lectura, porque la vida de la narradora es inesperada (siempre esperó otra cosa) pero también se encuentra con una vida renovada cuando ya tal vez no la creía posible (Fernández, 2011: 142).

En esta obra, la autora recurre a una primera persona del singular femenina como voz narradora, lo que «determina en gran medida su estilo de lenguaje oral, con mucha naturalidad, e inclinado a fijarse en los detalles» (Wang, 2000: 297). A través de esta decisión, Soledad Puértolas deposita el relato en manos de la protagonista –cuyo nombre nunca llega a conocer el lector⁵–, puesto que la obra en sí se corresponde con el escrito que este personaje realiza; un escrito en el que rememora su vida e indaga en su interior y que comienza a redactar «a partir de casualidades que le devuelven a la memoria a su amiga Olga» (Prádanos García, 2006: 63). De esta manera, el libro se divide en cinco capítulos y el impulso de la escritura de cada uno de ellos responde a la irrupción de la antigua amiga: en el primero, su presencia en el barrio; en el segundo, la lectura de la esquila de Leandro Aguiar, marido de Olga, en el periódico; en el tercero, la entrevista concedida en televisión y la posterior recepción de una carta suya; en el cuarto, la llamada telefónica de Olga pidiéndole un favor; en el quinto y último, su muerte, conocida, de nuevo, a través del periódico. Así, tal y como la protagonista expresa ya cerca del final, Olga se erige como un desencadenante: «Olga ha sido la excusa, el punto de partida» (Puértolas, 1997: 257). Se trata de una idea compartida por la propia autora, quien en «Presente», uno de los relatos recogidos en *Recuerdos de otra persona* (Puértolas, 1996), aborda esta cuestión:

Inesperadamente surge ante los ojos una persona que trae a la cabeza el pasado. Y a partir de ese encuentro casual, de ese breve repaso a nuestras vidas, el presente parece irreal (Puértolas, 1996: 139).

⁵ Acerca del anonimato de la protagonista de la novela, Soledad Puértolas declara:

No vi ninguna necesidad de poner el nombre. No salía el momento adecuado... Yo tenía un nombre para ella pero no lo utilicé... y ¡ya me lo callo! Como realmente es un monólogo, aunque hay una corriente del exterior, en ningún momento le llaman a ella. Seguramente también ha sido una intencionalidad inconsciente (Urbanc, 1998: 2).

En dicho relato, Soledad Puértolas reflexiona sobre la capacidad de un encuentro inesperado de traer al momento presente retales de toda una vida: «este encuentro que nos ha traído el recuerdo y el peso del pasado» (Puértolas, 1996: 139). Manteniendo la primera persona del plural, con la que se incluye en la experiencia, al mismo tiempo que la muestra como universal, añade que la rememoración del pasado no es exclusiva a este momento, sino que ya en otras circunstancias, en medio del ruido, pero a solas con nosotros mismos, podemos vernos atrapados por «la vida que se apresura no se sabe hacia dónde» (Puértolas, 1996: 140), ante lo cual miramos en nuestro interior y nos descubrimos «luchando contra pequeñas cosas abrumadoras» (Puértolas, 1996: 140). Tras ello, señala que todas estas ocasiones se suman cuando tiene lugar el encuentro mencionado, conscientes de lo mucho que ya hemos vivido:

[...] nos han ocurrido cosas importantes, quizá las más importantes que nos debían suceder, hemos conocido parte del mundo, nos hemos instalado aquí y allá, y hemos abandonado muchos lugares. Y tantas personas se han cruzado en nuestro camino (Puértolas, 1996: 140-141).

Ante tal situación, agrega una consideración reveladora: «Ya estamos cansados de juzgar, ya no nos sentimos capaces de juzgar» (Puértolas, 1996: 141). Ahora sabemos realmente dónde nos encontramos, cuánto ha cambiado; y, en silencio, sin comunicarlo, se siente con fuerza un único deseo: «La vida nos ha cogido. No lo decimos, no sé si los dos pensamos lo mismo: en algún momento me escaparé de aquí» (Puértolas, 1996: 141).

Por lo tanto, «Presente» adquiere una gran importancia para el planteamiento de *Una vida inesperada*, ya que, publicado un año antes que la novela, exhibe su semilla creadora, lo que después elige como idea articuladora: el regreso de Olga, que había pertenecido a la vida de la protagonista, provoca en ella una retrospectiva interior, navegando por el mar de los recuerdos y rescatando sensaciones perdidas o incomprendidas, las cuales afloran gracias a la escritura, como explicaré más adelante, pero, sea como fuere, siempre con la guía de Olga:

[...] Olga, mientras ha vivido, una vez que se alejó, volvió a acercarse a mí sin que ella lo supiera, por otro camino, el que han trazado las tardes de domingo que he pasado recluida en mi cuarto, y alguna noche perdida en que me costaba caer en el sueño. [...] Olga me ha conducido hasta aquí, me ha servido de guía en estos ratos en los que me hundo en el silencio, lo atravieso, lo voy llenando de palabras, estos ratos casi secretos sin los cuales no podría ya vivir (Puértolas, 1997: 257).

En esta cita, se distinguen otros dos rasgos fundamentales en el planteamiento de la obra, relativos al momento y el espacio de la escritura⁶. En efecto, la protagonista recurre a las tardes y noches de domingo, cuando dispone de tiempo para sí misma; y se recluye en su cuarto, a solas y sin interrupciones. En ese marco, recupera los acontecimientos principales de su vida mediante el mecanismo del recuerdo, con lo que no se trata de una autobiografía ficticia lineal o cronológica, sino que se basa en saltos de la memoria, producidos por un hecho del presente o bien por una evocación ante un sentimiento:

En *Una vida inesperada* la mente de la narradora va y viene libremente entre el pasado y el presente, recordando los sucesos o las personas que han influido directa o indirectamente en su vida, sin obedecer demasiado al orden cronológico (Wang, 2000: 301-302).

Sobre el tratamiento del recuerdo en *Una vida inesperada*, Wang defiende la utilización por parte de Soledad Puértolas de «la técnica de asociación de ideas» (Wang, 2000: 322):

[...] una técnica con la que el narrador puede aproximar personajes, sucesos o secuencias alejados en el tiempo y en el espacio. Así el relato gana en flexibilidad y posibilidades expresivas. Este sistema de asociación de ideas relaciona unos hechos entre los cuales existe algún elemento en común, a veces extraordinariamente sutil, simulando el mecanismo asociativo de la memoria humana (Wang, 2000: 322).

La reflexión sobre el recuerdo se encuentra dentro de la novela, en tanto que la protagonista se pregunta en varias ocasiones sobre la naturaleza e identidad de los recuerdos, al sentirlos tan lejanos, casi sin reconocerse en ellos:

[...] para que mucho más tarde miremos hacia atrás y nos asombremos de nuestra inocencia, nuestro entusiasmo y nuestra entrega, y apenas nos reconozcamos en nuestros recuerdos... ¿Serán de otra persona?, ¿hemos vivido eso alguna vez? Lo más probable es que todo haya sido un sueño, algo que nos contaron, una historia que se ha ido repitiendo, transmitiéndose, y ya no tiene nada que ver con la original, ya no sabemos nada de sus protagonistas, no vemos sus caras ni sus gestos, nos hemos olvidado del tono de su voz, ¿quiénes eran?, ¿de verdad estuvieron enamorados o eran sombras que perseguían sombras y en un recodo se salieron del camino y llegaron hasta aquí, como fantasmas, inquietándonos, asustándonos con sus pasos ingravidos, sus susurros, las penas que arrastran, la extraña música sin eco que los acompaña...? (Puértolas, 1997: 69).

Se aprecia en este pensamiento la propia opinión de la autora, quien, precisamente, en su libro autobiográfico *Recuerdos de otra persona*, delibera sobre esta cuestión al

⁶ El espacio, que posee una gran relevancia en la novela, lo estudio en el subcapítulo «3.1 El requerimiento de un espacio. Distinción entre "cuarto propio", "refugio" y "lugar seguro"».

presentar la justificación o el motivo que ha dado origen a la obra. Soledad Puértolas refiere que, al escribir tus propios recuerdos, estos dejan en parte de ser tuyos, puesto que las vivencias personales se convierten también en historias ajenas⁷; al redactarlas, «creamos otra realidad, de manera que soy yo y no soy yo» (Puértolas, 1996: 10):

Así, a través de la memoria del pasado y de la indagación en lo que somos, salimos también de nosotros mismos y nos hacemos otros, y nuestros recuerdos se convierten en los recuerdos de otra persona (Puértolas, 1996: 11).

En *Una vida inesperada*, la protagonista se adentra dentro de sí misma y termina llevando a cabo un proceso en el que va comprendiendo hechos, actitudes y sentimientos que, en su momento, no había logrado desentrañar. Con ello, progresivamente, se libera de sus miedos y rencores –o, al menos, los acepta y puede enfrentarlos–: «[...] este personaje femenino va consiguiendo la paz del alma por medio de la escritura, que le alivia las angustias interiores» (Wang, 2000: 290); «La actividad de escribir aminora la tristeza a la vez que transparenta el alma» (DiNonno Intemann, 2011: 166).

En definitiva, todo termina conduciéndola a su interior, profundizando en la búsqueda de la respuesta a una pregunta que siempre la había angustiado: quién es. De este modo, sus palabras suponen también un cuestionamiento de su identidad, la cual considera de diferente forma según la época de su vida, con lo que surge como un

⁷ Respecto a esta idea, mi tutora me ha hecho notar la relación existente con la percepción de lo propio y lo ajeno en Carmen Martín Gaité, quien opina que las historias ajenas se vuelven propias. Asimismo, me ha remitido al estudio que ella misma ha publicado en la revista *Espéculo* (Mañas Martínez, 2014: 85):

Y otro texto especular es *La Divina Comedia* y los comentarios de Rosario Tena. Con la historia de Vidal y Villalba, Martín Gaité juega con uno de sus temas favoritos, la imposibilidad de separar las historias propias de las ajenas y de que éstas no nos afecten: “El hilo de la memoria, aquel con el que cosemos las historias de ayer con las de hoy y las propias con las ajenas, se ovilla en el corazón” (Martín Gaité 1985: 376). Como Águeda señala a Magda, no puede separar a Vidal y Villalba de lo demás. Cuando le pregunta qué es “lo demás”, ella responde:

Pues no sé, me refiero un poco en general a todo, a cómo se me enreda dentro de la cabeza lo que me va pasando a cada momento con lo que me pasó antes, y con historias ajenas de vivos, de muertos, de aparecidos, con escenas de cine, todo revuelto y arrugado, total que dices: No vale la pena de separar unas cosas de otras, ¿para qué? Y esta pesquisa, con lo que me apasiona seguirla a veces, que tú lo sabes, otras no puedo con ella... (Martín Gaité 1996: 145).

Las citas se corresponden con las siguientes ediciones: MARTÍN GAITE, Carmen (1985). *El cuento de nunca acabar*, Barcelona: Destino; y MARTÍN GAITE, Carmen (1996). *Lo raro es vivir*, Barcelona: Anagrama.

MAÑAS MARTÍNEZ, María del Mar (2014). «Tirando del hilo en *Lo raro es vivir*. Metáforas, Mentiras y Maternidad(es)», *Espéculo*, núm. 52, pp. 80-93.

elemento esencial el paso del tiempo, otra de sus grandes preocupaciones que, hacia el final de su vida, se va uniendo al presentimiento de la muerte.

En cuanto a los temas que se identifican en la novela, destacan la familia, la amistad, el amor, el sexo, el trabajo, las aficiones, la política, la soledad, el paso del tiempo o la muerte, pero todos ellos vinculados a la protagonista, cuya indagación en sus recuerdos y en su persona se eleva como el tema principal o, más certeramente, como el eje vertebrador de la narración. Asimismo, este queda influido constantemente por las enfermedades que padece, puesto que condicionan su vida cotidiana y sus relaciones con los demás, aspecto que desencadena, a su vez, la necesidad de comprensión y validez, así como de pertenencia a un lugar en el mundo, al terminar recluida en soledad; de hecho, Puértolas considera que la aceptación de tal soledad es el objetivo del escrito:

Para la mujer en "Una vida...", todo el proceso de la novela es en realidad aceptar su soledad. El problema que tiene es llegar a aceptar con su soledad, pero que sea una soledad que le sirva, que no sea una soledad que la aniquile. La sociedad nos va ensombreciendo y angustiando con la idea de la soledad aniquiladora, pero llega un momento en la vida en que lo que tienes que aprender es a transformar precisamente esa soledad en algo positivo. Y eso, realmente, es muy difícil... no hay fórmula (Urbanc, 1998: 5).

Esa soledad es causada, en gran medida, debido a su naturaleza de mujer enferma, que impregna cada aspecto de la novela, como un poso latente en las experiencias de la protagonista, afectada por el trato que, desde su infancia, ha recibido por ser diferente, en especial la actitud de su madre, con quien mantiene la relación más complicada de todas, como señalaré en el siguiente capítulo.

Una mención aparte en este planteamiento de *Una vida inesperada* necesita, precisamente, el uso que de la enfermedad hace la autora, pues no se basa en una utilización simbólica ni se vale de ella como metáfora para explicar un comportamiento humano, algo demasiado presente en la literatura, invadida de tópicos como el de los ciegos que «ven» más que los demás y que comprenden el interior de las personas. Por el contrario, lo que plasma en la obra es una personalidad compleja y real, una mujer que tiene que lidiar con los dolores y la reclusión que estos le ocasionan; es decir, un personaje más, pero enfermo, porque en eso consiste la enfermedad, según las palabras de la escritora:

La enfermedad es una condición del ser humano. Aunque muchas veces oigamos que vivimos en la salud, somos seres delicados y enfermos. Convivir con ella nos recuerda

nuestra transitoriedad, nuestra mortalidad, tan perturbadora que tratamos de ignorarla. Creo que la literatura debe tratar la enfermedad, el dolor y las limitaciones (Val, 2011: 259).

A este respecto, Ruiz de la Cierva expone lo que significa la enfermedad para Soledad Puértolas:

Para la autora la enfermedad significa estar en una condición diferente al resto, estar inadaptado y marginado de los sanos, inevitablemente, la enfermedad lleva a una reclusión hacia el interior de uno mismo. También la enfermedad es para Soledad Puértolas una débil línea que separa al convaleciente de la locura. Todos podemos ser locos y enfermos, por eso la autora concluye con la necesidad de aferrarse a la vida, aceptando nuestra condición mortal, pues de esta aceptación depende nuestra propia dignidad y nuestra cordura (Ruiz de la Cierva, 2011: 80).

En el 2006, la Fundación ONCE publica *Palabras de mujer*, libro que pretende contribuir a la visibilización e igualdad de las mujeres discapacitadas y que es prologado por el entonces presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero. En tal obra, Soledad Puértolas escribe «El peso de la enfermedad» (2006: 23-26), donde aporta diversos fragmentos de *Una vida inesperada*, alegando la forma en que la vida de la enferma se reproduce en la novela:

En 1997 publiqué una novela, *Una vida inesperada*, cuya protagonista es una mujer que padece una serie de enfermedades. La vida se convierte para ella en muchas ocasiones en una carga excesiva. Volqué en esta novela mis preocupaciones sobre la enfermedad, sobre la sensación de marginación y de dificultad excesiva que te da la enfermedad. Y el esfuerzo que supone vivir desde ahí. La ocultación también me parece un aspecto interesante. Marginación, peso, esfuerzo, rabia, ocultación... Todo esto merodea al enfermo. Y, naturalmente, el deseo de seguir, pese a todo (Puértolas, 2006: 25).

No corresponde a este apartado introductorio estudiar la manera en que la enfermedad condiciona la vida de la protagonista de *Una vida inesperada*, pero sí destacar la aportación no simbólica de Soledad Puértolas, quien, además, demuestra una sorprendente sensibilidad y un gran entendimiento de los sentimientos más profundos del enfermo; de lo que verse limitado supone a una persona no en rasgos generales, sino en el día a día y, sobre todo, en la carga que acarrea en las relaciones con el entorno, tanto familiares, como amistosas o amorosas. Bajo mi experiencia personal, tan solo aquel que ha sufrido esa situación o que ha acompañado a alguien que pasara por ella puede llegar a dejar constancia por escrito de afirmaciones como las siguientes: «[...] la sensación de marginación y de dificultad excesiva que te da la enfermedad. Y el esfuerzo que supone vivir desde ahí» (Puértolas, 2006: 25). La autora selecciona el verbo «vivir», con lo que no se limita a transmitir esfuerzos concretos, derivados de una

limitación física, sino que se adentra en la raíz y acude a la propia vida, al cansancio del enfermo, tanto corporal como mental y espiritual, de modo que la mera imaginación no basta para alcanzar lo más íntimo; se requiere una experiencia previa, una preocupación que trascienda lo estrictamente literario.

En efecto, el influjo de la enfermedad en su vida es una pieza constante, desde el tifus que, con tres años de edad, contrajo junto a su madre, hasta la posterior enfermedad de esta última o discapacidades de conocidas; incluso en el documental «Dime por qué estás buscando», del programa *Imprescindibles* de RTVE⁸, se entrevista a su doctora.

La presencia de la enfermedad en su vida se enuncia explícitamente en su libro *Con mi madre* (Puértolas, 2001), el cual escribe para superar el dolor que le causa la muerte de su madre; para encontrar el amor debajo de su ausencia. En esta obra, recuerda el tiempo que pasó junto a su madre recluida en el cuarto rojo de la casa de su abuela, en Pamplona, cuando ambas contrajeron el tifus; un período que marcó el resto de su vida, debido al cuento sobre la gallina petirroja que constantemente pedía a su madre que le relatara; un cuento que hizo que aprendiera a leer y, después, a escribir; un cuento que la ayudó durante su enfermedad. Por ello, la autora confiesa que la invención, al descubrirla en esas condiciones, quedó «para siempre ligada a una idea de refugio, de territorio prohibido para los otros y sagrado para mí. Y para mi madre» (Puértolas, 2001: 22)⁹. Precisamente, como se va a deducir en las siguientes páginas, los aspectos de aquel cuento que obsesionaban a la pequeña Soledad se reproducen en *Una vida inesperada*: el deseo de conocer «cómo podía resolverse el destino de un ser sensible y

⁸ El programa se emitió el viernes 27 de mayo de 2016, habiéndose estrenado el día anterior en la Cineteca Matadero, con la presencia de la propia Soledad Puértolas. Puede verse en la siguiente dirección: «<http://www.rtve.es/television/20160523/documental-soledad-puertolas-dime-estas-buscando/1352105.shtml>».

⁹ En relación con la idea de Puértolas de la invención como refugio, mi tutora me ha recordado la visión de la escritura como refugio que ofrece Carmen Martín Gaité en *El cuento de atrás*, especialmente en el segundo capítulo, «El sombrero negro», donde el misterioso hombre de negro reflexiona acerca de que la literatura sea «un desafío a la lógica» y no «un refugio contra la incertidumbre» (Martín Gaité, 2012: 55), ante lo cual C. le pregunta si cree que toma la literatura como su refugio:

-Sí, por supuesto, pero no le vale de nada.

-Ningún refugio vale de nada, pero no se puede vivir al raso.

-Se puede intentar.

-Sería meterse en un laberinto.

-En un laberinto, bueno, pero no en un castillo. Hay que elegir entre perderse o defenderse (Martín Gaité, 2012: 56).

delicado en medio de la mayor brutalidad» (Puértolas, 2001: 24); el miedo a lo desconocido de la gallina; el orgullo por la toma de decisiones para cambiar el curso de la vida; la búsqueda de «un lugar donde vivir, un sitio agradable en el que no fuera humillada, un sitio donde el orgullo y la felicidad se pudieran mantener» (Puértolas, 2001: 27); la impresión de que «la soledad acaba por oprimir el corazón, y la libertad, en tal caso, no sirve de nada» (Puértolas, 2001: 28); «la satisfacción de encontrarse ante la corporización de la comprensión y la magnanimidad» (Puértolas, 2001: 29). Al igual que su protagonista anónima, la autora emprendió el camino de la escritura para salir de las desdichas, «para poder volar» (Puértolas, 2001: 31); y también para borrar la palabra «fin», aferrándose a la luz que siempre se puede ver, a la esperanza:

En un relato y una novela puedes poner la palabra fin. En la vida, es la muerte quien escribe esa palabra. Pero, al escribir, puedes borrar la palabra fin. Sin necesidad de escribirla, ésta es la palabra que se queda flotando en el aire: CONTINUARÁ (Puértolas, 2001: 32)¹⁰.

Así, los personajes de Soledad Puértolas continúan andando, sin escaparse: «Nadie, en la obra de Soledad, es inmune. Nadie puede esquivar la vida» (Fernández, 2011: 146). En este sentido, Ruiz de la Cierva, en su artículo «Soledad Puértolas: feminismo y catarsis» (2011), reflexiona sobre el desconcierto de sus personajes, en concreto de los femeninos, explicando cómo todos buscan algo más profundo, pero sin abandonar la esperanza, sin caer en el abismo:

Buscan algo, no se sabe qué exactamente, como si no fuera suficiente lo que la vida les ofrece, siempre sufren carencias. Son personajes insatisfechos, personajes a quienes las respuestas que otros tienen no les valen demasiado. [...] Pero los personajes sobreviven, a pesar de todo, alentados por una ciega esperanza. Aquella que se perfila después de errores

¹⁰ Una vez más, remito a otro artículo de mi tutora, donde recoge una apreciación muy similar sobre Carmen Martín Gaité, en esta ocasión, al hablar sobre *El cuento de nunca acabar*:

[C.M.G] Concibe el cuento relacionado con la vida hasta el último momento: «Un cuento contado con verdadera atención, si no mediara la fatiga no tendría por qué acabar, sería un perenne estado placentero discurriendo hasta la hora de la muerte, única hora de la verdad capaz de poner en cuestión y quebrar las infinitas posibilidades de la palabra». La última línea del libro: «Mientras dure la vida, sigamos con el cuento» (p. 377) parece una declaración de principios y optimismo (Mañas Martínez, 2004: 43).

La página 377 se corresponde con la edición de 1985: MARTÍN GAITE, Carmen (1985). *El cuento de nunca acabar*, Barcelona: Destino.

MAÑAS MARTÍNEZ, María del Mar (2004). «Mis ataduras con C.M.G. Una mirada personal a sus libros de ensayo», en *Carmen Martín Gaité*, Alicia Redondo Goicoechea, ed., Madrid: Ediciones del Orto, pp. 33-52.

y fracasos como un refugio y que les conduce a seguir adelante sin rendirse ni amedrentarse (Ruiz de la Cierva, 2011: 78-79).

Por su parte, Di Benedetto coincide en la visión de una búsqueda constante de la esperanza en los personajes de Soledad Puértolas, que, en *Una vida inesperada*, emerge como «valor» para continuar adelante:

Si, temporalmente, unos personajes tienen la tentación de inscribirse en el vacío, parecen también llevados por una esperanza indeterminada, movidos por una búsqueda incesante a raíz de la que radica la esperanza [...] la búsqueda se aprecia con la protagonista sin nombre de *Una vida inesperada* [...] Soledad Puértolas erige la búsqueda en valor, llegue a un destino o no esta investigación personal (Di Benedetto, 2011: 158-159).

Este valor esperanzador se explica porque los personajes, al fin y al cabo, aman la vida; no renuncian a ella, a pesar de que haya situaciones en las que se sientan superados:

Un rasgo común de los personajes de Puértolas es el amor a la vida. Incluso a sabiendas de que la vida decepciona en algún momento, no renuncian a ella ni a las sorpresas que depara. Son personajes que quieren gozar y experimentar sin soltar las riendas de su vida. Y que puestos a elegir, prefieren la soledad a hacer excesivas concesiones (Fuente, 2011: 224).

Un amor a la vida que se aprecia en *Una vida inesperada*, en una protagonista que, en ocasiones, se siente vencida por su dolor y su aislamiento, con el único deseo de dejar de luchar, de rendirse definitivamente, pero que, sin embargo, siempre se levanta, asumiendo que no es posible cometer errores, porque cada acto que realizamos, por equivocado que pueda parecer, es un paso más en el camino de la vida: «la vida nunca puede calificarse de error, por mucho que nos pese» (Puértolas, 1997: 100); en el fondo, «es mucho más sencilla de lo que damos en pensar algunas veces» (Puértolas, 1997: 61) y nadie puede asegurar que «si eliminamos todo el dolor y toda la vergüenza padecidos seríamos ahora más felices» (Puértolas, 1997: 63).

3. EL PROCESO LIBERADOR DE LA ESCRITURA EN *UNA VIDA INESPERADA*

3.1 El requerimiento de un espacio. Distinción entre «cuarto propio», «refugio» y «lugar seguro»

A la hora de hablar del proceso de escritura y de lo que supone en *Una vida inesperada* (Puértolas, 1997), el primer elemento que requiere ser tenido en cuenta se corresponde con el espacio, que recibe una importancia capital en la novela. En este sentido, conviene establecer una diferenciación entre «cuarto propio», «refugio» y «lugar protegido o seguro»¹¹, viendo, además, la manera en la que los tres tipos de espacios se presentan en la obra.

El cuarto propio, en un primer momento, parece ser la noción que menos dificultades de comprensión plantea en su significado literal, puramente denotativo: la habitación que uno posee. Sin embargo, al abordar las posibilidades que ofrece y lo que implica en la persona, el término se complica, algo que, en 1929, Virginia Woolf ya parece tener claro. Así, en *Un cuarto propio* (Woolf, 2008)¹², expone sus dos ideas principales: para escribir, se necesita dinero y un cuarto propio. En el «Capítulo 4» (Woolf, 2008: 87-111), elabora una teoría literaria que versa sobre el acto en sí creativo y el estado de ánimo preciso para ello, lo que le permite estudiar a autoras destacadas y ver si encajan o no en su modelo ideal. Como consecuencia, compone una historia de escritoras inglesas, breve y concisa, a través de la cual va mostrando la evolución y los pequeños pero significativos pasos que ellas y la sociedad fueron dando. En esta historia de escritoras inglesas, Virginia Woolf se percata de que, a partir de principios del siglo XIX, todas las mujeres que escriben cultivan novela y no poesía. Indagando en la explicación a tal hecho, se pregunta si no fuera debido a que pertenecían a la clase media, lo que provocaba que, si escribían, debían hacerlo en el cuarto de estar común a todos los miembros de la familia, con las interrupciones, las idas y venidas, los ruidos o las conversaciones; donde su estar constante en el cuarto común conllevaba que su formación como literatas se basara en la observación, en la sensibilidad del análisis de las emociones ajenas, viendo siempre las relaciones personales delante de ellas. Por este motivo, Woolf piensa que las mujeres de clase media se lanzaron a la novela y no a la poesía porque la primera era el cauce que les brindaba la ocasión de volcar toda esta

¹¹ A partir de ahora, cuando me refiera a estos términos, ya no utilizaré comillas, para facilitar una lectura más cómoda.

¹² No resulta desapercibida la extrañeza que se produce al leer el año 2008 junto con el apellido Woolf, pero cito por la segunda edición de horas y HORAS, la editorial.

sapiencia experimental acumulada. Pero la cuestión del cuarto común no limita su trascendencia únicamente a la inclinación de las mujeres a la novela, sino que sirve para poner de manifiesto lo relevante de su teoría acerca de la necesidad de poseer un cuarto propio y dinero para poder escribir y hacerlo con integridad, como Shakespeare y Jane Austen. Cuando las mujeres no tienen la oportunidad de trabajar en un cuarto propio donde recogerse, aislarse y concentrarse en su obra, carecen de un refugio vital en el que recrearse en la literatura, donde imaginar sin ser constantemente observadas e interrumpidas; algo que, irremediamente, termina excitando en ellas la furia, la distracción y lo biográfico, alejándolas de la ausencia de trabas en sus escritos, de la integridad que tanto exalta Woolf como requisito de una auténtica gran novela.

A partir de esta explicación, considero que la idea de cuarto propio se entrelaza con la de refugio, en tanto que la exigencia de una persona de poseer una habitación brinda la existencia de un refugio en el que permanecer en soledad, alejada de ruidos, molestias e imperativos sociales. Un refugio propio, por tanto, que separe a esta de los demás, desde donde observar y observarse sin verse en la obligación de dar explicaciones, sin tener que responder continuamente al motivo de sus acciones y sin sufrir la ruptura del hilo del pensamiento que acarrearán las distracciones. Acertadamente, Woolf opina que solo en este espacio se puede crear literatura; solo desde un pequeño mundo personal se da vida a otro mundo ficticio. De esta manera, podría afirmarse que la necesidad de disponer de un cuarto propio se corresponde, precisamente, con la de disponer de un refugio, personal e intransferible, donde rendirse a la imaginación y al ingenio sin interrupciones ni miradas ajenas.

Sin embargo, un refugio puede ser tanto negativo como positivo, en función del uso del mismo que se ejerza; así, el hecho de poseer una habitación propia a la que dirigirse para encontrarse en soledad puede convertirse tanto en una acción perjudicial como en una beneficiosa. Cuando la persona se refugia en un lugar para aislarse del mundo, para huir de este, se está recurriendo a un refugio negativo, pues difícilmente se obtiene provecho encerrándose en uno mismo y negándose a participar en la vida colectiva, por dura que esta pueda llegar a ser en ciertas situaciones. No obstante, si el motivo de la reclusión se debe a una necesidad de verse a solas para llevar a cabo un acto creativo, es decir, para hallar concentración y silencio, como apunta Virginia Woolf, el espacio se identifica con lo positivo, del mismo modo que si se acude a este para tratar de volver a conectar con el mundo, ante un conflicto interno o una experiencia traumática.

Próxima a la noción de refugio positivo se ubica la de espacio protegido, el sitio donde uno se siente seguro, que suele identificarse con el hogar, pero no obligatoriamente, pues un espacio seguro puede ser un lugar de trabajo o de diversión o, incluso, un exterior, como un parque o un jardín. Se trata del sitio donde el individuo no piensa que pueda quedar expuesto, a merced de otros; el sitio donde se encuentra en sintonía, al que se siente pertenecer y en el que, por lo tanto, puede descansar y actuar como verdaderamente desea sin temores ni prejuicios.

Existe, asimismo, otro «tipo» de lugar seguro. Cuando se habla de espacio, este no tiene que ser necesariamente uno físico y concreto, como una habitación, una casa o un centro polideportivo, sino que también puede ser el propio interior de cada persona. A este respecto, aunque sin entrar en profundidad, pues conllevaría alejarse demasiado del objeto de estudio de este trabajo, quisiera detenerme brevemente en el primero de los seis movimientos que conforman la técnica del enfoque, propugnada por Eugene T. Gendlin y conocida como *focusing*¹³, que supone un «proceso de cambio personal» que se realiza mediante un «acto interno» (Gendlin, 2015: 39):

Es un proceso en el que estableces contacto con una clase especial de conocimiento consciente, interno y corporal. Yo llamo a este darse cuenta "*una sensación sentida*" (Gendlin, 2015: 39).

Esta técnica promueve un proceso de cambios interiores que se inicia con la percepción de la «sensación sentida», la cual no se identifica con una emoción, sino con una experiencia corporal que comienza como algo más difuso, percibiéndose «llena de sentido, pero desconocida» (Gendlin, 2015: 40), de manera que tampoco acude a la persona «en la forma de pensamiento o palabras u otras unidades sueltas» (Gendlin, 2015: 66):

Una sensación-sentida no es una experiencia mental, sino física. *Física*. Una conciencia corporal de una situación, persona o suceso. [...] Si quieres, piensa que es algo como un

¹³ Para conocer en qué consiste el *focusing*, remito a la lectura de los siguientes manuales:

ALEMANY, Carlos (ed.) (2007). *Manual práctico del focusing de Gendlin*, Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer.

GENDLIN, Eugene T. (2015). *Focusing. Proceso y técnica del enfoque corporal*, Josefina Martínez, trad., Bilbao: Ediciones Mensajero. [1978, *Focusing*].

SIEMS, Martin (2002). *Tu cuerpo sabe la respuesta. Focusing como método de autoconocimiento. Una guía práctica*, Olga Castanyer, trad., Bilbao: Ediciones Mensajero. [1986, *Dein Körper weiß die Antwort. Focusing als Methode der Selbsterfahrung. Eine praktische Anleitung*].

sabor, o un gran acorde musical, que hace que sientas un poderoso impacto, una sensación redonda (Gendlin, 2015: 65-66).

El acto interno referido se puede dividir en «seis principales sub-actos o movimientos» (Gendlin, 2015: 77): «Despejar un espacio», «Formar la sensación-sentida», «Lograr un asidero», «Resonar», «Preguntar» y «Recibir» (Gendlin, 2015: 78-80). El primero de ellos adquiere una importancia capital, puesto que, si se consigue, se obtendrán también los demás, ya que consiste, precisamente, en la creación de un sitio para uno mismo «en el que vivir mientras tiene lugar la técnica del enfoque» (Gendlin, 2015: 109). Se trata de formar las condiciones para ver los problemas bajo la distancia adecuada; es decir, distanciarse de cuanto molesta, pero «manteniéndolo delante de ti» (Gendlin, 2015: 110). Por lo tanto, en este movimiento no se pretende «caer dentro de tus problemas, hundirte en ellos, *llegar a ser ellos*», pero tampoco «escaparte de ellos, ignorarlos o reprimirlos» (Gendlin, 2015: 110). Por el contrario, resulta necesario separarse para que los conflictos no lleguen a abrumar, pero sin llegar a huir de ellos, sin dejar de verlos; se busca evitar el daño que ellos provocan, pero ser consciente de su existencia, poder observarlos para pasar a enfocarlos, a manejarlos con efectividad:

Por supuesto, sigues aún viendo todos esos problemas delante de ti. Todos están ahí todavía. Pero tú has entrado en un pequeño refugio donde, por algún tiempo, no te pueden hacer daño (Gendlin, 2015: 111).

Gendlin recoge diversas analogías para explicar este mirar con distancia, esta creación de un espacio seguro. Una de ellas es un paralelismo con «la lista reconfortante» (Gendlin, 2015: 113); la «lista de "cosas por hacer"» (Gendlin, 2015: 113) que se elabora cuando hay demasiado por realizar y se dispone de poco tiempo para ello. En semejantes circunstancias, no resulta nada extraño que surja en la persona «una especie de pánico» (Gendlin, 2015: 113), ante lo cual la única manera de calmarse se logra al sentarse y redactar esa lista, que no supe las acciones pendientes, pero alivia ese pánico sentido: «te pone en una situación en la que puedes considerar el problema central de manera calmada y ordenada» (Gendlin, 2015: 114).

Un aspecto crucial en este primer movimiento, en «este espacio amplio» (Gendlin, 2015: 118) en el que se debe entrar, consiste en saber escucharse a uno mismo de manera amigable. El cuerpo tiene muchas más respuestas de las que a simple vista uno podría pensar, pero resulta necesario formularse las preguntas, indagar en su interior, concederse «un minuto para ver qué hay» (Gendlin, 2015: 119): «estableces una atmósfera de escuchar amigable dentro de ti. Te preparas para darte a ti mismo un

escuchar justo» (Gendlin, 2015: 118). En este sentido, Gendlin expone que, mayoritariamente, tanto las personas a nivel personal como la sociedad solo proporcionan un «escuchar hostil» (Gendlin, 2015: 119), de forma que las personas terminan construyendo modelos de cómo desearían ser y condenándose por no alcanzar sus ideales, mientras que el entorno insta a esos individuos a que obtengan resultados, a que se curen, pero sin querer realmente saber lo que les está «deteniendo o frustrando» (Gendlin, 2015: 119).

En este punto, si se lee con atención lo vertido acerca del espacio seguro, se aprecia que este se puede corresponder con la escritura, en tanto que los pasos a seguir y lo que ellos proporcionan se consiguen también por esta vía; de hecho, existe el *focusing* por escrito¹⁴:

El Focusing por escrito permite sacar afuera lo que uno está sintiendo por dentro. Todo el que esté acostumbrado a escribir vivencias, diarios, narraciones personales, etc. tiene mucho adelantado para el uso de esta técnica (Alemany Briz, 2007: 388).

En efecto, la escritura contribuye en gran medida a lograr el distanciamiento requerido para la creación del espacio seguro, pues permite aflorar los conflictos y verterlos en el papel, donde residen fijos, pero ya fuera del individuo; la escritura supone la representación literal del ejemplo de la lista ofrecido anteriormente, procurando alivio y posibilitando el abordaje del problema desde el orden y la calma. Además, también es un espacio seguro en sí misma, en cuanto a que no puede recibir la intromisión de una mirada ajena sin el consentimiento de su autor, de modo que este, al no percibir ningún tipo de juicio o valoración externa, se siente libre para expresar todo cuanto desee, para vaciar sus sensaciones y temores sin miedo a verse expuesto por ello.

Todos estos espacios están presentes en *Una vida inesperada*, entrelazados unos con otros. De esta manera, el cuarto propio surge como el lugar desde el que la protagonista acude a la escritura para recordar su vida, liberándose de sus rencores y fantasmas y llegando a lamentar haberse aislado tanto del mundo. En este sentido, se distingue cómo ese cuarto propio cumple, según el momento, una función negativa o positiva. La necesidad de poseer un espacio, de tener un lugar al que pertenecer, ejerce durante toda su vida una verdadera obsesión, hasta el punto de que evoca sus vivencias en virtud de los pisos por los que ha ido transitando.

¹⁴ Recomiendo la siguiente lectura: ALEMANY BRIZ, Carlos (2007). «Focusing por escrito», en Carlos Alemany, ed., *Manual práctico del focusing de Gendlin*, Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer, pp. 387-393.

Cuando era pequeña, su casa, su habitación y sus padres le implicaban seguridades, pero en cuanto salía afuera, por ejemplo, al colegio, y los dolores la invadían, necesitaba huir de la opresión escolar, de modo que pedía permiso para dirigirse a la enfermería, que terminó constituyendo un auténtico refugio, como la propia protagonista reconoce: «me refugiaba en la enfermería» (Puértolas, 1997: 18). Ubicada en lo más recóndito de la escuela, en el último piso, la enfermería consistía en «un cuarto en penumbra en el que había una tumbona de mimbre con una manta» (Puértolas, 1997: 9-10), donde permanecía recostada, en silencio y alejada de la actividad de los demás: «en aquel silencio yo percibía los ruidos que indicaban que la vida en el colegio seguía su curso sin mí» (Puértolas, 1997: 10). En aquellos ratos, comenzaba ya a marcarse la distinción entre el mundo externo y ajeno a ella y el suyo, interno y marginado; así se aprecia en el contraste entre el exterior de la enfermería, repleto de ruidos, movimiento y compañeros, frente a su interior, lleno de silencio, estatismo y soledad. Además, empezaba a vislumbrarse la necesidad de escapar que después se iba a repetir tanto en su vida, motivada por no sentirse como una más, por tener que luchar contra el dolor, sin que nadie pareciera reparar en ello; ella quedaba aislada, sola, enferma y sin poder participar en las ocupaciones del colegio, pero estas no se detenían por ello, todo continuaba avanzando, aunque ella se frenase.

El primer refugio de su vida, por tanto, es la enfermería. En aquella habitación, se sentía protegida, resguardada de las miradas insidiosas de sus compañeras y de las monjas del colegio: «Me sentía a salvo en la enfermería, al fin a salvo, superados todos los obstáculos, lejos de los enemigos» (Puértolas, 1997: 178). La protagonista recuerda el colegio prácticamente como un campo de batalla que ofrecía, en el último piso, un rescoldo de paz, un refugio en mitad de la guerra. Pero no resultaba sencillo acceder a esa estancia, pues debía abatir al primer franco: la monja encargada de curso, una mujer «autoritaria y terrible» (Puértolas, 1997: 178) que, juzgándola y desconfiando de la veracidad de sus dolores, fijaba en ella una mirada suspicaz y escrutadora que provocaba en la pequeña el ferviente deseo de desaparecer, llegando hasta a dudar de su propio dolor y su malestar; es decir, creando un sentimiento de culpa en la enferma, algo que se explica bajo las afirmaciones con que describe a aquellas monjas: «A las monjas encargadas de curso les irritaban las enfermedades, el cansancio, la dispersión» (Puértolas, 1997: 178); «Por encima de todo, les gustaba mandar, impresionar, sobresalir» (Puértolas, 1997: 179). En su necesidad, ella nunca contó con «la protección de una de esas monjas» (Puértolas, 1997: 179), por lo que se apartaba, se refugiaba lejos

de los demás, a salvo. Por lo tanto, esa seguridad no respondía únicamente a sus dolores, en tanto que la enfermería era el espacio en que podía descansar y recuperarse, sino también a una sensación de salvarse del entorno, de las miradas ajenas, tanto de sus compañeras como de las monjas.

Al dejar atrás el colegio y comenzar su época de universitaria, la sensación descrita no aminoró, sino que incluso se incrementó, especialmente durante las tardes que pasaba en el Café Somos, junto a su amiga Olga y rodeada de intelectuales, llenos de energía y motivaciones:

[...] aquellos entusiastas de la historia, del presente, de la acción, del análisis, que hablaban, peroraban y fumaban y nos deslumbraban [...] escritores, periodistas, pintores, abogados, todos políticos al fin y al cabo, todos interesados en transformaciones sociales, en procesos históricos, en revoluciones, en teorías (Puértolas, 1997: 16).

En esas tardes, la protagonista se percataba del abismo que se extendía entre esas personas y ella; entre «el mundo extraordinario» (Puértolas, 1997: 17) de Olga y el suyo, «en absoluto externo, comprobable o palpable, sino, por lo contrario, íntimo e inaprehensible [...] más espantoso» (Puértolas, 1997: 17). Ella prefería su universo, su aislamiento voluntario en el que cada vez estaba más atrapada: «podía subsistir en él casi sin adentrarme en otros» (Puértolas, 1997: 17), porque allí, rodeada de gente, se encontraba sola, luchando una vez más contra el dolor, procurando no caerse de la silla, mientras que, de nuevo, nadie parecía apreciarlo:

Y me asombraba que aparentemente nadie lo notara, que todos siguieran hablando como si nada, sin darse cuenta de que yo ya no estaba allí sino defendida en mi círculo, luchando (Puértolas, 1997: 18).

Desde el presente, lo que la protagonista lamenta de entonces es, precisamente, haber luchado tanto, haberse esforzado demasiado en aferrarse a continuar entre esas personas, en lugar de haber recurrido a una excusa para marcharse. Pero entonces lo intentaba; procuraba que su dolor no la delatase, tratando de entrar de verdad en ese bloque que formaban:

Pero entonces estaba desarmada, yo quería estar en ese bloque, por mucho que supiera en el fondo que en absoluto pertenecía a él y que mi malestar y mi dolor de cabeza tarde o temprano me iban a delatar [...] me esforzaba (Puértolas, 1997: 21).

Sin embargo, tampoco disfrutaba de más opciones, pues, aunque hubiera querido abandonarlos cuando los dolores la invadían, el problema radicaba en que no tenía dónde ir: no disponía de un espacio propio donde recogerse, ya sin la seguridad del

hogar infantil ni la posibilidad del refugio de la enfermería escolar. Así, la búsqueda de un lugar en el mundo fue creciendo todavía más, en un proceso doble: por un lado, la necesidad de pertenecer a un colectivo, de ser una más, sin distinciones; por otro lado, la posesión de un sitio donde vivir que fuera de ella, su rincón en el mundo, seguro, donde no tener que pelear. Pero tales deseos no terminaban de cumplirse y su malestar se acrecentaba, desarrollando en el camino toda una obsesión por irse de casa, motivada por la incomprensión recibida ante sus enfermedades, especialmente por parte de su madre, que las negaba:

[...] por entonces las relaciones con mi familia eran casi la principal de mis preocupaciones, constituían una verdadera obsesión. No tenía en la cabeza otra idea que marcharme de casa, desprenderme al fin de todos esos lazos que a lo único que me ataban era a un continuo sentimiento de incomprensión (Puértolas, 1997: 34).

No obstante, cuando al fin consiguió su objetivo, cuando se marchó de casa, al casarse con Jacobo Ruiz, no obtuvo el espacio propio que anhelaba; no fue un piso suyo al que se mudó, sino uno que sus suegros les regalaron, de forma que cuando, casi dos años después, ya embarazada, se separaron, regresó con sus padres, solo que esta vez con la compañía de su hijo, Guillermo. De nuevo, transcurrió un año de su vida en el que careció de un lugar propio, un año en el que tuvo que aguantar las opiniones constantes de sus padres sobre «la salud, el carácter y la educación de Guillermo» (Puértolas, 1997: 39). Pero nada se modificó en gran medida finalizado ese período, pues durante los siguientes seis años fue de piso en piso; de hecho, al reflexionar desde el presente sobre esa etapa de su vida, no recurre a expresiones como «mi vida», sino «la vida», «esa vida» o «esas vidas», ya que lo siente y lo recuerda como algo externo a ella, habitando en casas y pisos de otros; viéndose obligada a modificar el estilo de vida en función de si estaba con sus padres, con sus amigas o con Carlos Delgado, con quien mantuvo una relación sentimental durante tres años, viviendo juntos en una urbanización en las afueras. Por ello, al referirse a esa época, afirma: «esas vidas que he vivido y esas casas por las que he ido pasando no eran las mías y por eso me he sentido siempre mal, a disgusto, angustiada» (Puértolas, 1997: 40); durante seis años, se desenvolvió en espacios de otros, como una invitada en su propia vida, incluso en su matrimonio con Jacobo o en su relación con Carlos:

Y esta noche, pasado ya tanto tiempo, lejos de Carlos, y mucho más lejos aún de Jacobo, me digo que tanto el uno como el otro me llevaron a las casas y pisos que sus padres les

habían regalado, puesto que a mí nada me dieron mis padres, que no podían darme nada, ni casa ni piso (Puértolas, 1997: 102).

Tras la ruptura con Carlos, todavía empleó un tiempo con reconciliaciones y separaciones, pero ya vivieron siempre en casas donde antes ya habitaba la protagonista, como un primer paso a la posesión plena de su espacio, hasta llegar al presente en que inicia la escritura: una vez superados los obstáculos, al fin puede adquirir una casa propia donde vivir con Guillermo. Desde allí, en su cuarto, aprovecha las tardes y noches de domingo, cuando se encuentra sola, sin tener que atender a su hijo, para acudir a su máquina de escribir. En soledad y en su propio espacio, sin interrupciones ajenas, puede aislarse del mundo, refugiarse de él, para pensar sobre el mismo y sobre su vida, haciéndose confesiones, indagando en su interior y, así, conseguir conectar de nuevo con el exterior. Con ello, su cuarto propio, que deseaba como refugio para encerrarse en sí misma y apartarse de todo y de todos, puede convertirse en un espacio seguro desde el cual alcanzar la paz y llegar a ser capaz no de enfrentarse al mundo, como haría si saliera de un refugio negativo, sino formar parte de él; reconciliarse con la vida, con su vida. Como se verá en el subcapítulo «3.3 La palabra escrita como medio para recordar, comprender y avanzar. El poder liberador y terapéutico de la escritura», después de todo un proceso, de toda una vida andando, ya sea voluntaria o forzosamente, conseguirá el cambio necesario para poder compartir su vida, para reconciliarse definitivamente con Carlos y, en una nueva casa, de los dos, avanzar día a día en el camino que supone vivir.

Pero el cuarto propio y la casa no son los únicos espacios significativos de la novela. En esa búsqueda de independencia y de pertenencia referida, encontrar un trabajo emergía como el requerimiento principal. La protagonista, durante años, había llevado a cabo un auténtico peregrinaje por trabajos con malos salarios: «vueltas de aquí para allá, visitando oficinas, escribiendo cartas, pidiendo y casi mendigando» (Puértolas, 1997: 12). Sin embargo, de repente, sin haberlo esperado, consiguió el puesto de directora de la Biblioteca¹⁵. A partir de entonces, se relaja y deja de preocuparse por la obtención de dinero, al tener ya la vida económicamente resuelta. Pero la verdadera relevancia de su puesto en la Biblioteca consiste en que, al fin, ha logrado «un lugar en el mundo» (Puértolas, 1997: 14); al fin pertenece a un colectivo, dispone de un centro al que encaminarse cada día, donde ser reconocida y respetada:

¹⁵ Mantengo la mayúscula que se utiliza en la novela.

Al fin tengo un sueldo más que razonable, un sueldo que jamás hubiera imaginado tener y que me ha convertido automáticamente para el mundo, para los que me rodean, mi familia, mis conocidos, los empleados de la Biblioteca, mis propios vecinos, en una persona respetable. Me he hecho visible, al parecer, y reconocible por todos. Este sueldo y este empleo me han dado un lugar en el mundo (Puértolas, 1997: 14).

No obstante, el trabajo en la Biblioteca no le supone tanta seguridad, en tanto que nadie sabe cuál es su cometido, qué tareas debe realizar, con lo que termina metida en su despacho, como un refugio más, consultando manuscritos o respondiendo llamadas, pero con una sensación de inquietud por desconocer su papel en la Biblioteca, de modo que no se siente plenamente integrada: «en la Biblioteca no llego a sentirme tan segura, porque, por muchos años que lleve ya trabajando en ella, aún no sé lo que hago allí» (Puértolas, 1997: 128). Por ese motivo, en ocasiones experimenta que la Biblioteca se le viene encima, provocando en ella «un profundo desconcierto, un profundo desasosiego» (Puértolas, 1997: 117):

[...] por muy bueno que sea este empleo y por mucho que con toda evidencia haya resuelto mi vida, no soy capaz de inventarme lo que tengo que hacer, las órdenes que tengo que dar y las decisiones que tengo que tomar, porque ni quiero dar órdenes ni tomar decisiones, y sobre todo no sé qué hacer exactamente durante las horas y horas que permanezco en el despacho (Puértolas, 1997: 117).

Para ella, «la verdadera integración» (Puértolas, 1997: 128) se da cuando una persona no es juzgada ni se le tiene desconfianza y en la Biblioteca, a pesar de que los trabajadores se comportan como si fuera imprescindible, solo conocen la imagen que ella les muestra:

[...] no ven todo lo que me inquieta a mí, no me ven sino por fuera, y en ese exterior, por mucho que resulte asombroso, no se expresan mis inquietudes (Puértolas, 1997: 129).

Pero sí existe un espacio que en verdad salva su vida, que se convierte, en palabras de la protagonista, en «mi auténtico soporte en la vida» (Puértolas, 1997: 117): la piscina, «símbolo de la libertad y la integración» (Wang, 2000: 345). De pequeña, nunca había aprendido a nadar bien y no le gustaba, incluso le daba miedo, la piscina del Club al que iban los veranos; posteriormente, en el tiempo que compartió piso con sus amigas, acompañó algunos días a Azucena a una vieja piscina del centro de la ciudad, donde su amiga se transformaba, abstrayéndose de todo menos de lo esencial:

En medio del bullicio y del desorden, de la humedad, de los olores a cremas y colonias baratas, Azucena podía concentrarse en lo esencial, y mientras se cambiaba de ropa ya empezaba a librarse de algo y por eso empezaba a canturrear y a reírse, y cuando ya se

metía en el agua lo hacía dispuesta a perderse, a desprenderse de todo (Puértolas, 1997: 67).

Cuando consigue su trabajo en la Biblioteca, descubre que muy cerca de esta existe un polideportivo nuevo y, tras mucho decidir, se decanta por ir un día a la hora de comer; a partir de entonces, no deja de acudir cada día, salvo los períodos en que la enfermedad la retiene en cama, cuando, precisamente, se desespera por no poder ir a nadar, temerosa de perder «el único espacio del mundo exterior en el que me movía con seguridad, con verdadera alegría» (Puértolas, 1997: 168). La natación adquiere una importancia sublime en su vida porque le ocasiona una sensación de liberación, ya desde el instante en que se despoja de la ropa: «como si al quitarme la ropa me quitara cosas de mí misma, cosas fastidiosas y pesadas» (Puértolas, 1997: 66). Una sensación que aumenta al comenzar a nadar, cuando deja de ser consciente de la percepción del tiempo:

No conozco otra sensación más placentera que esta de que el tiempo transcurra así, de una manera inconsciente y feliz. Sí, inconsciente y feliz, aunque parezca una contradicción, y probablemente feliz por ser inconsciente (Puértolas, 1997: 66).

La relevancia de la natación en su vida es tal que llega a afirmar que el desconcierto y desasosiego que le causa su trabajo en la Biblioteca por desconocer qué es lo que ha de hacer en su despacho le hubiera acarreado «consecuencias verdaderamente desastrosas» (Puértolas, 1997: 117), pudiendo incluso renunciar al puesto, de no haber encontrado esta afición. Aunque no es este el único sentimiento desagradable que logra superar al nadar, sino que, en palabras de Teresa Hernández, esta actividad emerge como un «antídoto» (Hernández, 1998: 268):

Ir a nadar, antídoto contra la dispersión, contra la impostura del pasado, contra la recurrencia de los pasajes infantiles, contra las pesadillas y los analgésicos (Hernández, 1998: 268).

Además, le aporta «una sensación de integración» (Puértolas, 1997: 128), aspecto que, como he mencionado, busca en todo momento:

Los otros nadadores, los socorristas, los recepcionistas y guardianes de la ropa, las mujeres que se cambian lentamente en los vestuarios, desparramando la ropa y sus objetos personales por los bancos e incluso por el suelo, todos ellos constituyen el mundo en el que estoy integrada, en el que me siento cómoda intercambiando saludos y entablando pequeñas conversaciones. Aquí nadie me juzga ni me tiene desconfianza, ésta es la verdadera integración (Puértolas, 1997: 128).

En esta cita menciona otro espacio de la piscina: los vestuarios. La integración experimentada no se produce únicamente dentro del agua, sino en los mismos vestuarios, donde no le molesta verse rodeada de mujeres, la mayoría desnudas, sino todo lo contrario, pues ella no desentona y puede, simplemente, sentarse en un banco a descansar después del esfuerzo realizado, escuchando las conversaciones de esas mujeres, generalmente sobre temas relativos a la ropa, los cosméticos, las cremas o los animales de compañía y que le resultan acogedoras:

[...] esas frases me producen alivio, me hacen respirar profundamente. Las escucho, a veces hasta yo misma intervengo y pronuncio una de esas frases, y es como si formaran una red de seguridad entre el abismo del mundo y yo (Puértolas, 1997: 177).

Esta es una reflexión clave, pues evidencia la manera en la que la piscina, con todos los espacios que la constituyen, se erige como su lugar protegido, en el que por fin siente que forma parte de un sitio en el mundo y que le conecta con el exterior; la piscina actúa como un puente entre su mundo apartado y solitario y el de la realidad, externo a su encierro. En este sentido, la protagonista alcanza la siguiente conclusión:

[...] puede que simplemente los vestuarios hayan ido convirtiéndose en un símbolo para mí. Es un lugar del mundo donde no soy juzgada, donde hago exactamente lo que quiero, que no es nada, sino cambiarme de ropa, ducharme, lavarme el pelo, secármelo, darme crema hidratante por el cuerpo. Me asombro de que por una vez se me dé la oportunidad de cumplir mis deseos con toda exactitud –aunque se trate de deseos muy sencillos–, y de que esos deseos se ajusten a los deseos de los otros. No estoy, en fin, en los vestuarios, en conflicto con el mundo (Puértolas, 1997: 177).

Otro espacio que conecta el aislamiento de la protagonista con el universo de fuera se trata del interior de su coche, que se corresponde con otro lugar protegido: «me siento aislada y conectada a la vez» (Puértolas, 1997: 90); no tiene que hablar ni explicar nada a nadie, sino que posee «una dirección y una meta, como todos los demás» (Puértolas, 1997: 90). Realmente, el motivo por el que se había decidido a sacarse el carnet de conducir se debía al cansancio que le provocaba coger el autobús todos los días, de modo que tal sentimiento le supone una sorpresa, al proporcionarle «una libertad y una independencia impresionantes» (Puértolas, 1997: 91). Además, se despoja de la desolación que la imagen de los viajeros del autobús creaba en ella, al sentirse identificada:

[...] esos viajeros rezagados y descabalados, que no se sabe de dónde vienen y que en el fondo parece que no quieren llegar ya a ninguna parte. Durante muchos años de mi vida, yo he sido una viajera de éstas, [...] por lo que ahora no puedo mirar a todos estos viajeros sin

sentirme invadida por una oleada de tristeza, el recuerdo de todos mis cansancios (Puértolas, 1997: 92).

A partir de la información hasta ahora vertida, se puede concluir que el espacio en *Una vida inesperada* recibe una gran importancia, puesto que ayuda a reflejar la personalidad de la protagonista en su búsqueda incesante de formar parte de un lugar en el mundo. En definitiva, lo que pretende encontrar es un sitio donde sentirse protegida, a salvo de riesgos potenciales, por lo que los espacios se describen siempre en función de lo que significan para ella. Además, se ha esbozado cómo su relación con los otros influye poderosamente en esa necesidad, en ese profundo deseo de seguridad, pues lo que pretende consiste, justamente, en evitar las miradas juzgadoras y los reproches, así como dejar de sentirse expuesta y avergonzada. A este respecto, cabe preguntarse dónde nacen tales sentimientos y la respuesta se encuentra en el propio texto: el trato recibido en la infancia ante su enfermedad por parte de su madre.

El doctor Daniel J. Siegel estudia, en *La mente en desarrollo. Cómo interactúan las relaciones y el cerebro para modelar nuestro ser* (2007), lo que significa y conlleva en el individuo la teoría del apego¹⁶. En este manual, Siegel habla sobre el «sistema del apego»:

El sistema del apego motiva al bebé a buscar la proximidad de sus progenitores (y otros cuidadores primarios) y establecer comunicación con ellos. [...] En particular, la ayuda de los progenitores en la reducción de las emociones incómodas, como el miedo, la ansiedad o la tristeza, permite al niño tranquilizarse [...] Las experiencias repetidas se codifican en la memoria implícita como expectativas y posteriormente como modelos mentales o esquemas de apego, que sirven para ayudar al niño a crear una sensación interna que John Bowlby denominó una "base segura" en el mundo (Siegel, 2007: 111-112).

Al recibir el correcto apego de sus padres, el niño se siente seguro y puede enfrentar el mundo y relacionarse con su entorno, sabedor de que dispone de un «refugio seguro» en ellos al que puede acudir cuando lo necesite. De hecho, el doctor añade que el refugio seguro se busca también en otro tipo de relaciones:

En las relaciones emocionales de diversos tipos –incluidos los romances, las amistades cercanas, la psicoterapia y las relaciones estudiante-profesor- existen muchos aspectos de

¹⁶ Recojo la definición de «apego» que aporta Siegel:

El "apego", también denominado "vínculo" o "vínculo de apego" es un sistema innato del cerebro que evoluciona de formas que influyen y organizan los procesos motivacionales, emocionales y mnésicos con respecto a las figuras protectoras significativas. (Siegel, 2007: 111).

Esta definición la toma, a su vez, del siguiente manual: BOWLBY, J. (1969). *Attachment and loss: Vol 1. Attachment*, New York: Basic Books.

apego presente en las que se observan elementos básicos de búsqueda de proximidad, usando al otro como refugio seguro para tranquilizarse uno mismo cuando se está angustiado (Siegel, 2007: 139).

Por el contrario, el niño que no recibe una comunicación cercana y «emocionalmente disponible» (Siegel, 2007: 133) de sus progenitores y carece de apegos seguros, según vaya creciendo, «puede ser experimentado por los demás como "reservado"» (Siegel, 2007: 133), especialmente en el caso de «la privación materna», que llega a causar «problemas de conducta social» (Siegel, 2007: 133). De hecho, próximo a esta idea, Rodríguez Sutil, en *Introducción a la obra de R. Fairbairn. Los orígenes del pensamiento relacional* (2010), al preguntarse por el motivo por el que se buscan los objetos, saca a la luz un postulado fundamental, basado en el requerimiento del niño no solo de recibir el amor de sus padres, sino de que el suyo propio hacia ellos sea aceptado¹⁷.

En *Una vida inesperada*, lo que en un principio a la protagonista le parecen seguridades, como su casa, su habitación y sus padres, se va oscureciendo poco a poco, ante la figura de un padre que no se implica en la vida de su hija y la reacción de su madre ante las enfermedades. Por ello, de adulta, aunque recuerda la inocencia de su madre y es consciente de todo lo que ha heredado de ella, alberga rencor por la negación recibida en la infancia, por la ausencia de comprensión y afecto. Su madre, que «nunca se quejaba de que le doliera nada» (Puértolas, 1997: 134), condenaba rotundamente las quejas, abrumada por las de su propia madre, abuela de la protagonista, «que pasó los últimos años de su vida apenas sin salir del dormitorio, víctima de fortísimas jaquecas» (Puértolas, 1997: 82), de modo que, al sumarse las molestias de la niña, se irritaba hasta el punto de que, las pocas veces que la recogía del colegio cuando se encontraba enferma, lo hacía con un profundo disgusto, «como si tuviera que rendir cuentas a las monjas» (Puértolas, 1997: 34); o cuando iban a las consultas de los médicos, demostraba incomodidad: «nunca sabía qué contarles, se quedaba callada, mirándome, levemente intrigada, incómoda» (Puértolas, 1997: 34). Así, centraba toda su atención en sus otros hijos varones, mientras que la protagonista se sentía ignorada, consciente del motivo de tal abandono:

¹⁷ No responde al objetivo de este trabajo exponer la explicación de la obra de Ronald Fairbairn que realiza Rodríguez Sutil, algo que, además, sería demasiado pretencioso por mi parte, excediendo mi ámbito de saber, pero comparto la referencia bibliográfica para el lector que quiera adentrarse en el psicoanálisis relacional: RODRÍGUEZ SUTIL, Carlos (2010). *Introducción a la obra de Ronald Fairbairn. Los orígenes del pensamiento relacional*, Madrid: Ágora Relacional.

A mí me pasó por alto. Mis enfermedades la irritaban profundamente, tenerme que llevar de médico en médico le disgustaba y ofendía, como si yo la estuviera acusando de algo. Cuando las monjas le decían que yo era una niña delicada, fruncía el ceño y se quedaba callada, clavada en el suelo (Puértolas, 1997: 135).

La protagonista, por lo tanto, no experimentó de niña el amor materno, incluso pensaba que su «sola existencia le molestaba» (Puértolas, 1997: 136), una reflexión que se mantiene en el presente de la escritura, momento en el que comprende los hechos y actitudes del pasado:

Incluso creo que mi madre no me ha perdonado todavía que yo haya sido, como ella, mujer. [...] Y si había algo que no estaba en condiciones de aguantar era mi debilidad, mis enfermedades. Eso le debía de parecer el colmo. Si al menos yo hubiera sido una niña fuerte, tan aficionada al deporte como mis hermanos mayores, si ella no hubiera tenido que estar tan pendiente de mí, yéndome a buscar al colegio a deshoras, llevándome al médico, observándome en silencio con el ceño fruncido sin entender lo que me sucedía... (Puértolas, 1997: 136).

En esta cita, se aprecia cómo la niña nunca contó con la comprensión de su madre, nunca se sintió validada por ella, de forma que, fruto de tal abandono emocional, al final ella misma «tampoco la soportaba» (Puértolas, 1997: 136):

No tenía fuerzas suficientes para entenderla, por mucho que la admirara. No podía ser generosa, porque me sentía llena de necesidades y tenía la impresión de que todo se me escapaba. Ella, desde luego, se me escapaba. Se iba alejando de la vida, pendiente de la vida de los otros (Puértolas, 1997: 136).

Ante tal situación de «hija-víctima» y «madre-verdugo», la protagonista desarrolla una serie de carencias que se prolongan más allá de la infancia, al no recibir comprensión, validez o siquiera afecto ante sus problemas; al no disponer nunca de un «refugio seguro», de un apego materno. En consecuencia, centra sus objetivos en hallar un espacio que le proporcione esa seguridad perdida y en el que no se sienta juzgada o rechazada, sino donde sea una más, donde experimente una sensación de pertenencia. Asimismo, queda también marcada en sus relaciones con los demás, de quienes termina apartándose, dolida por no encontrar aquello que busca y culpando a su madre de su proceder:

Probablemente creo que, si ella me hubiera hecho caso, yo no me hubiera pasado la vida atada a este recurso que me desangra, enfermedad tras enfermedad, cada vez más desgastada y desesperada (Puértolas, 1997: 236).

Finalmente, su dolor termina encerrándola en un cerco, sin encontrar acomodo en el mundo:

El dolor va creando un cerco alrededor del enfermo, lo va aislando, lo hace enloquecer y morir día a día. Los remedios contra el dolor crean también su propio cerco, una atmósfera sofocante y obsesiva (Puértolas, 1997: 237).

Quizá por este motivo, cuando los papeles se invierten y su madre enferma hasta el punto de terminar recluida en una residencia, quejándose constantemente, la protagonista no es capaz de perdonarla, a pesar de la tristeza que le provoca observar semejante soledad. No obstante, intenta establecer un puente de unión: al ver a su madre aislada, sola y aquejada de dolores, lamentándose, cree que ha llegado el momento de hallar en ella la comprensión y validez que siempre había deseado y nunca había obtenido y, así, decide quejarse ante ella, pero la figura materna vuelve a alejarse y a negar su condición de enferma:

Poco a poco vi que mi madre se alejaba, me miraba cada vez con más extrañeza. No estabais nunca enfermos, dijo, erais los niños más saludables del mundo, llamabais la atención, teníais un color estupendo, en la piel se nota la salud (Puértolas, 1997: 234).

Ante esta reacción, la protagonista, «aún con algo de ira, con resentimiento, con dolor» (Puértolas, 1997: 235), se percata de su profundo deseo de que su madre sepa quién es en realidad, de que la reconozca, pero, ante su indignación y negación, no la puede perdonar, aun cuando una excusa le hubiera bastado. De esta manera, nunca decide acogerla y cuidarla, nunca toma las manos que su madre le ofrece y, con ello, asume el papel de verdugo, además del de víctima.

3.2 La palabra escrita como medio para recordar, comprender y avanzar. El poder liberador y terapéutico de la escritura

Una vez expuesta la importancia de la búsqueda de un espacio y el requerimiento de un cuarto propio para abandonarse a la escritura, se puede dar paso al estudio de este acto creativo en *Una vida inesperada* (Puértolas, 1997), atendiendo a la naturaleza del escrito que se ofrece y a la manera en que este se realiza.

La protagonista anónima de la novela acude a su vieja máquina de escribir una tarde de domingo en que se encuentra sola en casa, tras haber visto a su antigua amiga Olga en el barrio el día anterior. Sin embargo, no es la primera vez que intenta escribir, puesto que confiesa que otras tardes similares había tratado de acometer la empresa, para liberarse de «las palabras que oigo siempre dentro» (Puértolas, 1997: 64), cuya opresión en ocasiones llega a resultarle asfixiante: «me aturden y me pesan y acaban asfixiándome» (Puértolas, 1997: 64). No obstante, solo tras haber visto a Olga consigue superar ese bloqueo y, a raíz del recuerdo de la amiga, ir hilando los demás, hilvanados en función de sensaciones o hechos que la llevan de un rincón a otro de su memoria, en un viaje simbólico en el que recompone su vida y se adentra en su interior, comprendiendo acciones y sentimientos que en su momento le habían parecido inexplicables y finalmente aceptándose, dispuesta a dejar atrás los rencores y miedos que siempre la habían acompañado o, al menos, consciente de que no pueden superarla, de que la vida es un camino continuo en el que hay que avanzar por calles que a veces serán conocidas y otras parecerán oscuros laberintos, pero siempre caminando.

En la novela se aprecia que la escritura desempeña una función liberadora y terapéutica, permitiendo, por un lado, que su artífice alcance un mayor conocimiento de sí misma y de su relación con el mundo y, por otro lado, que sea capaz de no rendirse o aislarse al completo, que pueda compartir su vida y no renunciar a la esperanza. Por lo tanto, considero conveniente detenerme unos instantes para reflexionar acerca de este carácter liberador y terapéutico de la escritura, con el fin de analizar con una mayor perspectiva la forma en que se muestra en *Una vida inesperada*, pudiendo partir de un apoyo científico que ayude a la comprensión de esta idea.

Siegel, en *La mente en desarrollo. Cómo interactúan las relaciones y el cerebro para modelar nuestro ser* (2007), incide en la importancia de las historias y del proceso narrativo tanto en la memoria personal y en «la verbalización de la memoria entre individuos» (Siegel, 2007: 103), como en la comprensión de las experiencias sociales:

Como creaciones fundamentales de la experiencia social, las historias incorporan normas y expectativas culturales compartidas, explorando las razones de la conducta humana y las consecuencias de las desviaciones de la norma cultural. Las historias también captan nuestra atención, porque requieren que participemos en la construcción activa de las vidas mentales y experiencias de los personajes (Siegel, 2007: 101).

Las historias, según Siegel, no ofrecen solo «la perspectiva del narrador», sino que conllevan también «varias actividades o estados mentales de los personajes (emociones, percepciones, creencias, memorias, intenciones)», de modo que suponen «la representación de conflictos y su resolución» (Siegel, 2007: 102). Esas representaciones, además, «pueden referirse a los otros, o pueden ser autobiográficas» (Siegel, 2007: 102), pero también puede suceder que los límites entre una y otra opción se disipen:

Por ejemplo, las historias ficticias a menudo conllevan elementos de la propia vida del narrador, incluso aunque esto no haya sido intencionado por parte del narrador. Los relatos autobiográficos pueden incorporar generalizaciones de experiencias repetidas o aspectos de acontecimientos imaginados. Así, la creación de una historia puede conllevar múltiples capas de géneros narrativos (Siegel, 2007: 102).

De la misma manera, existen varias formas en las que el proceso de la narración se considera como fundamental:

Crear historias compartibles (a menudo denominadas "narraciones"), determina patrones de conducta (denominados "representación de una narración" o "interpretación") y puede influir sobre nuestras vidas internas (en forma de sueños, imaginación, sensaciones y estados mentales) (Siegel, 2007: 103).

A este respecto, Siegel afirma que el influjo de la narración en la experiencia personal interna «se revela sobre todo en los sueños, en la imaginación guiada y en la escritura de diarios» (Siegel, 2007: 104), espacios donde las representaciones obtenidas llegan incluso a «sorprender a la mente consciente» (Siegel, 2007: 104), por los siguientes motivos:

Los sueños entretienen historias elaboradas que incorporan una amplia gama de imágenes de diferentes puntos del tiempo. La imaginación guiada destaca series de experiencias vívidas que contienen reflexiones activas y temas sobre las prioridades del individuo y sus retos vitales presentes. La escritura de un diario puede revelar preocupaciones y perspectivas sobre la vida que no han estado disponibles a la simple introspección (Siegel, 2007: 104).

Además de esta posibilidad de recuperar preocupaciones y nuevos puntos de vista sobre la vida, el proceso narrativo aporta una «función integradora» (Siegel, 2007: 452), debido a su carácter social:

[...] las historias se crearon en un contexto social entre mentes humanas. El proceso mismo de la narración es inherentemente social. Los contenidos de las historias son vidas humanas y experiencias mentales (Siegel, 2007: 461).

La integración consiste en intentar «dar sentido al mundo, a la propia mente y a sus diversos estados» (Siegel, 2007: 454):

Las historias tratan de dar sentido a los acontecimientos y a las experiencias mentales de los personajes. Repletas de elementos de la experiencia interna de los personajes en el contexto de interacciones con otros en el mundo, estas historias parecen estar funcionando para crear una sensación de comprensión coherente del individuo en el mundo lo largo del tiempo (Siegel, 2007: 453).

Por otra parte, poder contar una historia sobre un hecho acaecido –o escribirla– ayuda también a superar una experiencia dolorosa o afrontar un recuerdo que se ha pretendido olvidar, porque en el proceso se recurre a los dos hemisferios del cerebro; es decir, se atiende tanto al lado más lógico y racional (el izquierdo) como al más emocional (el derecho):

El lado derecho de nuestro cerebro procesa nuestras emociones y recuerdos autobiográficos, pero nuestro lado izquierdo es el que da sentido a esos sentimientos y recuerdos [...] Para contar una historia que tenga sentido, el cerebro izquierdo debe poner orden, usando las palabras y la lógica. El cerebro derecho contribuye mediante las sensaciones corporales, las emociones no procesadas y los recuerdos personales, para que podamos formarnos una impresión general y comunicar nuestra experiencia (Siegel y Bryson, 2012: 51).

Por ello, contar o escribir una historia sobre algo sucedido o sentido contribuye «a entendernos a nosotros mismos y entender el mundo» (Siegel y Bryson, 2012: 51), pues se utilizan los dos hemisferios del cerebro, poniendo nombre a cada sentimiento; es decir, asignando palabras para transmitir las sensaciones más internas:

Ésta es la explicación científica de por qué escribir un diario y hablar de un acontecimiento difícil puede ser tan eficaz a la hora de ayudarnos a superar una experiencia. De hecho, la investigación ha demostrado que simplemente poner un nombre o una etiqueta a lo que sentimos reduce literalmente la actividad del circuito emocional en el hemisferio derecho (Siegel y Bryson, 2012: 51-52).

Mediante el lenguaje, las personas nos adentramos en nuestro interior y nos comprendemos; en palabras de Barceló: «La manera como comprendemos lo que nos indica la sabiduría interior a través del cuerpo es el lenguaje» (Barceló, 2013: 150), ya que mediante este «otorgamos sentido a nuestras vivencias» (Barceló, 2013: 151). Cuando se consigue hallar una palabra que refiere con exactitud una experiencia, hecho

o sentimiento, la persona realmente cambia, porque ha logrado ser consciente de algo que residía dentro de ella, como un peso constante, de modo que ahora lo puede afrontar y superar; es consciente de su existencia y puede referirla con el lenguaje, que confiere, precisamente, una sensación de existencia, de realidad:

Cuando somos capaces de simbolizar aquello que sentimos, aquello informe que escuchamos en nuestro interior, una sensación corporal que parece indicarnos algo; entonces la palabra que nombramos, el concepto que aparece en la mente o la imagen que se ajusta a lo que estamos sintiendo nos cambia. Engendra un proceso corporal que cambia la misma sensación, nos autopropulsa. Es la expresión de la sabiduría interior que precisa simbolizarse, necesita expresar aquello que está implícito y el mecanismo que adopta para hacerlo es el lenguaje. Este mecanismo es el que nos hace crecer. Por ello Eugene Gendlin manifiesta en tantas ocasiones que nuestro crecimiento consiste en simbolizar la experiencia, lo que ya está implícito poder hacerlo explícito¹⁸ (Barceló, 2013: 156).

En este proceso, al indagar una persona dentro de sí misma y ser capaz de transmitir sus inquietudes a través del lenguaje, lo que ha hecho consiste en darse cuenta¹⁹ del problema, del conflicto ante el cual no se había detenido para contemplarlo; ahora, en cambio, puede comenzar a vivir con él, a aceptarlo y superarlo:

Cuando uno de verdad se pone en contacto con su propia vivencia, descubre que el cambio se produce por sí solo, sin esfuerzo ni planificación. Con un darse cuenta cabal y con la confianza de que saldrá bien, uno puede permitir que ocurra lo que tiene que ocurrir. Se puede aprender a soltar, a vivir y a fluir con las vivencias y el transcurso de los eventos, en lugar de frustrarse con exigencias de ser distinto de lo que se es (Stevens, 1976: 22).

En relación con la escritura, Stevens alaba el proceso imaginativo, porque es un medio por el que el darse cuenta puede fluir:

La imaginación creativa es inútil en sí, pero cuando fluye en el curso del darse cuenta e interactúa con la realidad existente, surge algo nuevo en el mundo. Una respuesta creativa es aquella que integra el darse cuenta de uno y del mundo en una forma muy apropiada para ambos. (Stevens, 1976: 52).

Los beneficios que proporciona la escritura al individuo, tanto mentales como físicos, cada vez están siendo más estudiados. A este respecto, Manu Rodríguez, en *Manual de escritura curativa. Escribir para sanar* (2011), establece un breve recorrido

¹⁸ Barceló se refiere a la técnica del enfoque, *focusing*, que ya se ha mencionado en el subcapítulo «3.1 El requerimiento de un espacio. Distinción entre "cuarto propio", "refugio" y "lugar seguro"».

¹⁹ Sobre el darse cuenta, Stevens refiere la siguiente apreciación:

Un darse cuenta pleno es una identificación con mi experiencia y mi proceso, ahora: reconocer que ésta es mi experiencia, gústeme o no, y que este gustar o no gustar de mi experiencia es también parte de ella (Stevens, 1976: 53).

por los principales avances investigadores en la materia, partiendo desde finales del siglo XIX, con las consideraciones de Josef Brauer, descubridor de la capacidad curativa de «hacer hablar desinhibidamente a los pacientes» y creador de la terapia de «"talking cure" (curar hablando)» (Rodríguez, 2011: 60), hasta el siglo XX, con las aportaciones de Ira Progoff²⁰, Pennebaker y Beall²¹, Joshua M. Smyth²², Matthew D. Lieberman²³ y Gillie Bolton²⁴, quienes, paralelamente al *talking cure*, empiezan a manejar términos como «"writing cure", "written emotional expression" o "therapeutic writing"» (Rodríguez, 2011: 60). Asimismo, el propio Manu Rodríguez desarrolla en este libro su «Terapia de Creación Literaria», basándose en el siguiente postulado:

Mediante la escritura, ordenando el caos que nos ha producido tal o cual suceso traumático, lo sacamos fuera, lo entendemos y nos sobreponemos a él. Así, disminuimos el estrés y reforzamos nuestro sistema inmune, a la vez que logramos un equilibrio emocional, lo cual incidirá en la mejora de nuestras actitudes y relación con el entorno, y, en definitiva, en nuestra salud y calidad de vida (Rodríguez, 2011: 14).

Su Terapia de Creación Literaria se basa en afrontar las emociones con las palabras para alcanzar una «catarsis liberadora» (Rodríguez, 2011: 25), tras lo cual se pueden

²⁰ «En 1996 el psicólogo norteamericano, discípulo de Carl Jung, Ira Progoff creó el *Intensive Journal method*, método de Diario Intensivo, con el que proponía una auto-psicoterapia a través del desarrollo de la creatividad en un diario personal» (Rodríguez, 2011: 60).

²¹ Primeros descubridores, tras un estudio realizado en 1983, de los «beneficios físicos directos que se obtienen con la escritura reflexiva, concretamente al confrontar los hechos traumáticos con las emociones que provocan» (Rodríguez, 2011: 61). Posteriormente, Pennebaker aprecia los siguientes cambios físicos:

[...] aquellos que confrontaban sus traumas mientras escribían desarrollaban una congruencia entre las ondas de actividad de ambos hemisferios cerebrales [...] lo cual promovía que sus ritmos cardíacos fuesen más bajos y se encontrasen más relajados muscularmente. Los linfocitos T se mostraban más enérgicos, por lo que su sistema inmune se reforzaba y sus cuerpos eran más capaces de luchar contra las infecciones. Descubrió también un aumento en la respuesta de los anticuerpos al virus Epstein-Barr y a la vacunación contra la hepatitis B (Rodríguez, 2011: 39-40).

²² En 1999, Joshua M. Smyth publica los resultados de un estudio que había conducido con la colaboración de Arthur A. Stone y los doctores Hurewitz, «del departamento de Medicina Pulmonar» (Rodríguez, 2011: 62), y Kaell, «del Departamento de Reumatología» (Rodríguez, 2011: 62), en el que evidenciaron la mejoría de las patologías de asma y artritis en pacientes que habían estado escribiendo durante cuatro meses sobre «momentos traumáticos de sus vidas» (Rodríguez, 2011: 62).

²³ En el año 2007, Lieberman dirige un estudio en el que demuestra:

«con imágenes del cerebro, realizadas mediante resonancia magnética, que "etiquetar" con palabras las emociones negativas reduce la actividad del sistema límbico en general y la amígdala en particular (encargados del sistema emocional)» (Rodríguez, 2011: 62).

²⁴ Gillie Bolton publica, en 2008, un artículo donde versa sobre el «proyecto que llevó a cabo en el King's College y el University College Hospital de Londres con enfermos terminales de cáncer» (Rodríguez, 2011: 63), en el que todos los pacientes aseguraron haber encontrado beneficiosa la terapia de la escritura, pues habían podido expresar lo que sentían y eso «les proporcionó un sentimiento de serenidad a la vez que entusiasmo, y se sintieron gratificados y realizados al desarrollar una tarea creativa [...] lo cual mejoró su estado anímico y los sacó de la ansiedad y dolor emocional» (Rodríguez, 2011: 63).

volver a escribir los sentimientos volcados en el papel, pero esta vez desde un punto de vista más reflexivo, que busque «lo lógico, racional y positivo/sano» (Rodríguez, 2011: 25), con el objetivo de ser capaz de manejar esas sensaciones, modulando «su intensidad y significado» (Rodríguez, 2011: 25):

[...] un método que, a la vez que desarrolle nuestra creatividad, nos haga ver los pensamientos irracionales y recurrentes, observar las emociones y sentimientos dolorosos y poder corregir la consecuentes conductas disfuncionales (Rodríguez, 2011: 75).

Tras este proceso, ni el escrito original ni el propio autor son ya como eran, pues se ha acometido una comprensión de la identidad del individuo en el mundo, con sus problemas particulares, pero pudiendo ya «vivir de manera más sana, libre y armónica» (Rodríguez, 2011: 24). Además, al tratarse de un proceso, se produce una evolución constante en la que el diagnóstico se modifica con naturalidad, en virtud de los pasos que la persona en cuestión vaya dando en su escrito, «alentando nuevas ocurrencias en un bucle renovado de preguntas y respuestas, distanciamiento y reflexión, asimilación e integración» (Rodríguez, 2011: 31).

Con la escritura reflexiva se obtiene, por un lado, «autoconocimiento», en tanto que, detrás de las palabras, se hallan las propias memorias y los sentimientos experimentados: «Tras nuestras palabras escritas estamos nosotros mismos, nuestra forma de pensar, sentir y actuar en el mundo que habitamos» (Rodríguez, 2011: 52). Con este conocimiento de uno mismo, resulta viable valorar esas memorias e intentar mejorar en lo venidero, logrando con ello «seguridad, confianza y optimismo» (Rodríguez, 2011: 52-53), lo que termina por incrementar la «autoestima», entendida no «como quererse a uno mismo de manera ciega, autovalorándose y evaluándose irracionalmente» (Rodríguez, 2011: 53), sino como «darle valor a la propia vida, estimándola, conociéndola y comprendiéndola de manera racional, sin tensiones ni pensamientos dogmáticos, con tolerancia y libertad... » (Rodríguez, 2011: 53). Por el otro lado, se logra también un «mayor grado de libertad» (Rodríguez, 2011: 53), derivado del autoconocimiento, puesto que, al conocerse mejor a uno mismo, se abren más posibilidades para tomar las decisiones correctas, al tiempo que se consigue «autodeterminación e independencia» (Rodríguez, 2011: 19): «Con nuestros textos estamos creciendo, desarrollándonos, enriqueciéndonos» (Rodríguez, 2011: 54).

Rodríguez insiste en la necesidad de valerse del lenguaje para esta búsqueda de conocerse a uno mismo en el mundo, pues es el encargado de dar «significado y valor a la vida, a cómo la entendemos y a los problemas que en ella percibimos» (Rodríguez,

2011: 111), de modo que debemos «ser capaces de manejar el pensamiento, el lenguaje, a nuestra manera, para así encontrar nuestro propio entendimiento y ser libres» (Rodríguez, 2011: 112). Esta utilización del lenguaje es tan importante que añade que, si se tiene la dificultad de elegir la palabra correcta o no resulta sencillo expresar una idea, hay que crear una nueva o diferente «a nuestra medida» (Rodríguez, 2011: 112), como ocurre cuando se emplea una metáfora, un recurso por el que «encontramos explicaciones intuitivas y concretas para comprender el problema que nos afecta» (Rodríguez, 2011: 112).

Para Manu Rodríguez, este poder liberador y terapéutico de la escritura supone una relevancia prácticamente incuestionable, hasta el punto de que afirma que, si careciera de ella, dejaría de comprender y comprenderse y se convertiría en «un loco enfermo, desesperado por encontrar otra manera de contar, contarme, y sanar» (Rodríguez, 2011: 43):

Personalmente, como escritor, la Creación Literaria me supone tanto una descarga catártica de sentimientos como un viaje a lo más profundo de mi ser; un querer entender la realidad que perciben mis sentidos, los problemas que me afectan y se me presentan. [...] Sin mi escritura no podría entender de manera coherente «cómo me sentí, cómo me siento y por qué», e incluso aventurarme a entender «cómo podría sentirme si me ocurriese esto o aquello» (Rodríguez, 2011: 42).

Por lo tanto, concibe la autobiografía –«la memoria hecha palabra» (Rodríguez, 2011: 54)- como el medio del que dispone el escritor para indagar en sus recuerdos y «perpetuarlos en el papel para que el tiempo no los borre» (Rodríguez, 2011: 54); para «reflexionar sobre su propia vida y cómo percibió, entendió y le afectaron los acontecimientos que lo han marcado, para convertirlo en lo que es» (Rodríguez, 2011: 54).

En referencia a la autobiografía, Demetrio la expone, en *Escribirse. La autobiografía como curación de uno mismo* (1999), como la vía por la que «intentamos explicar, justificar, entender por qué» (Demetrio, 1999: 191), ya que «nos invita a mirar hacia atrás y, al mismo tiempo, hacia delante [...] a entrar en los callejones y pasadizos de la memoria, donde afloran cosas, rostros, cuerpos y relaciones» (Demetrio, 1999: 190-191). Además, agrega que sirve como una útil herramienta para desprenderse del miedo a la soledad y llegar a convivir con ella:

Hacer autobiografía nos ha enseñado a no tener miedo de la soledad, a buscarla más, cueste lo que cueste: a vislumbrar con valor la soledad de los años que todavía están por venir y que pondrán a prueba nuestra capacidad de vivir el último acto, minuto a minuto, con la

antigua sabiduría de quien, a pesar de estar rodeado de curaciones materiales y afectivas, «quiere envejecer bien», como dice la gente común (Demetrio, 1999: 196).

En cuanto a su poder curativo, Demetrio asegura que la escritura siempre ha sido «una medicina para el alma [...] terapéutica» (Demetrio, 1999: 54) y opina que la autobiografía, a pesar del «esfuerzo y sufrimiento» (Demetrio, 1999: 45) que conlleva, también «nos cura» (Demetrio, 1999: 13), porque, precisamente, escribir una autobiografía requiere aceptar la historia de nuestra vida, que podría haber sido diferente, con finales distintos, pero eso escapa a nuestro dominio y lo único que nos queda por hacer «se trata de intentar amarla, porque nuestra historia de vida es el primer y último amor que nos es dado» (Demetrio, 1999: 13); por este motivo, «relatarnos nos hace sentir mejor, se convierte en una forma de liberación y de reunificación» (Demetrio, 1999: 13). En este sentido, recoge cinco «condiciones paliativas», las cuales denomina como «los "poderes" analgésicos y reconstituyentes del trabajo autobiográfico» (Demetrio, 1999: 46): «evanescencias», «convivencias», «recomposiciones», «invenciones» y «despersonalización» (Demetrio, 1999: 46-57).

El primero de estos poderes se identifica con «el poder de la *evanescencia*» y consiste en «sentir el placer de recordar» (Demetrio, 1999: 46): «el contento que nace del pensamiento evocador, libre y totalmente arbitrario, propio de la escritura retrospectiva (Demetrio, 1999: 76). Demetrio explica que los recuerdos son «fragmentos de experiencia» (Demetrio, 1999: 59) y que, tristes o alegres, significan «una conquista mental que consiste en aprender de uno mismo y en aprender a vivir volviendo a vivir» (Demetrio, 1999: 60); «una vivencia de alegría melancólica» (Demetrio, 1999: 47). Por eso llega a ser curativo, porque recordar esas experiencias, por dolorosas que pudieran haber resultado en su momento, alivia el sufrimiento; al aceptar el recuerdo, este se transfigura y «nos ayuda porque es un lugar donde hallar refugio» (Demetrio, 1999: 47).

El segundo lo presenta bajo el título de «convivencias» y se refiere al beneficio de «comunicar a los demás estas historias evanescentes en vez de guardarlas todas dentro de sí» (Demetrio, 1999: 48). Sin embargo, ya sea en soledad o en compañía de otros, el tercer poder, «recomposiciones», incide en la relajación que produce el abandonarse a «las libres asociaciones» (Demetrio, 1999: 50) de recuerdos; una «introspección» que «desarrolla un sentimiento de plenitud y de autoalimentación» (Demetrio, 1999: 50).

Finalmente, los últimos dos poderes se relacionan entre sí, puesto que el cuarto, «invenciones», alude al carácter más creativo del proceso, a través del cual el individuo se distancia de lo evocado y se centra en el acto de la escritura:

[...] distanciamiento creativo que nos permite observar y analizar nuestra vida como si fuera la de otro u otra. Ya no limitándonos al trabajo autobiograticante y perezoso del pensamiento autobiográfico, sino dedicándonos al trabajo, propiamente dicho, de la escritura de nuestra historia (Demetrio, 1999: 51).

Se trata de un «juego de espejos» en el que se alejan «el rostro y el cuerpo material de quien se refleja en ellos», de manera que «las acciones se convierten en las acciones de otro» (Demetrio, 1999: 54).

Por su parte, el quinto y último, «despersonalización», se vincula con el anterior por ese distanciarse, ya que es al observar lo escrito como si fuera algo ajeno cuando surge la despersonalización de las vivencias y ello permite sentir el «placer y el gusto por la empresa» (Demetrio, 1999: 55).

En este momento, el concepto del poder liberador y terapéutico de la escritura ya parece estar más claro, con lo que se puede analizar la manera en la que se consigue en *Una vida inesperada* (Puértolas, 1997), partiendo de las reflexiones que la propia protagonista vierte en su escrito sobre la tarea que está llevando a cabo. Así, la primera mención a la escritura tiene lugar cerca del final del primer capítulo, cuando desvela la actividad que está realizando y confiesa, como señalé al inicio de este apartado, que antes había intentado en vano aferrarse a la escritura para liberarse de los tormentos que la acompañaban: «las palabras que oigo siempre dentro, que algunas veces es cierto que me acompañan, pero que otras me aturden y me pesan y acaban asfixiándome» (Puértolas, 1997: 64). Sin embargo, esa tarde, gracias a haber visto a Olga el día anterior, sí es capaz de sacar las palabras que pugnaban por salir de su interior:

[...] es curioso que sólo hoy, guiadas por el recuerdo de Olga, por su paso fugaz junto a mí ayer por la mañana, hayan podido encadenarse durante horas y apenas me doy cuenta ahora de que casi ha concluido la tarde y debo ir ya a recoger a Guillermo (Puértolas, 1997: 64).

En esta primera alusión a su escritura, la protagonista expone dos de los aspectos fundamentales: el desencadenante y la concepción del tiempo. Respecto al primero, ya se ha comentado en el capítulo «2. *Una vida inesperada*, de Soledad Puértolas: introducción», pero cabe señalar ahora que cada una de las veces que la protagonista se decide a escribir lo hace impulsada por la irrupción de Olga en su vida, de modo que esta actúa como el hilo que une todos los recuerdos que recupera, además de servirle como una vía para presentarse, ya que el lector construye la personalidad de la protagonista no únicamente a partir de sus palabras y sentimientos, sino mediante la oposición que se establece con Olga, a la que se había unido en la infancia por la

admiración que le despertaba, pero que, con el tiempo, fue separándose, más consciente de la vida tan distinta que ambas decidieron tomar:

En este proceso de auto-descubrimiento, la narradora no sólo nos trasmite sus pensamientos subyacentes a través del monólogo interior, sino que también realiza la corrección o destrucción de la imagen del ídolo concebido desde la infancia –Olga– (Wang, 2000: 348-349).

En cuanto a la concepción del tiempo, se trata de un aspecto de gran relevancia, pues esta preocupación es una de las que más inquietan a la protagonista²⁵, quien medita persistentemente acerca de lo mucho que cambian las situaciones y las personas con el tiempo, así como sobre el poder que este ejerce, alejándonos de la juventud y acercándonos al final del camino. Precisamente, por esta causa resulta tan significativo que llegue a olvidarse del avance de las horas cuando nada, porque eso quiere decir que, en la piscina, se desprende de sus obsesiones. Asimismo, como se ha indicado, el único otro espacio en el que comparte esta sensación se identifica con la escritura, algo que ella expresa, sabedora del vínculo existente entre las dos actividades: «[...] me siento frente a la máquina de escribir y pierdo la noción del tiempo, como si estuviera nadando en la piscina» (Puértolas, 1997: 192). La piscina y la escritura constituyen, por tanto, sus dos lugares protegidos, donde nada más que ella misma importa.

Pero la desconexión con el tiempo no es el único beneficio que, en esta primera referencia, se percibe, puesto que su escritura le permite también combatir la soledad, transformarla de temible en aceptable, ofreciéndole la posibilidad de estar a solas consigo misma. Así, declara que, habitualmente, cuando se queda sola en casa, tiene la necesidad de encender la radio, pues no soporta el silencio; sin embargo, se percata de que en esta tarde que ha transcurrido rememorando y escribiendo no ha recurrido a la radio:

Ahora caigo en la cuenta de que no tengo la radio encendida, no suena ninguna música; yo, que normalmente cuando estoy sola no soporto el silencio, llevo ya mucho rato sin escuchar otra música que esta que forman las palabras que se encadenan, que van de Olga a

²⁵ La preocupación por el tiempo no es exclusiva a la protagonista, sino que está presente en la propia autora, en Soledad Puértolas. Así, en el programa dedicado a su figura en *Pienso, luego existo*, dirigido por Lluís Carrizo y emitido el 5 de agosto de 2013, declara:

Me ha enseñado cosas el tiempo, de manera que he podido ir reflejando esos pasos del tiempo en la literatura y estoy interesada en eso. [...] si yo espero allí y trabajo y le doy vueltas a una historia, en esa historia se me va a revelar mi relación actual con el tiempo (2013).

mí y de mí a Olga, sólo escucho esta música de palabras que se abre paso en mi interior (Puértolas, 1997: 63).

En ese silencio que no molesta, se da cuenta de lo mucho que se ha replegado voluntariamente, incluso complaciéndose en perder amigos, pero ahora lo lamenta, al evocar tiempos pasados en lo que, con mejor o peor compañía, no se encontraba tan sola:

Pero esta tarde lo lamento un poco. Debe de ser por esta primera oleada de calor que me remite a mis primeros sueños, cuando todas las pérdidas estaban por llegar, aunque ya se anunciaran algunas veces (Puértolas, 1997: 68).

Al mirar atrás, se asombra de cómo era antes, costándole reconocerse en sus recuerdos, con lo que medita sobre ellos mismos, sobre lo extraño e irreal que parecen, como si le pertenecieran a otra persona, en concordancia con la imagen de «juego de espejos» (Demetrio, 1999: 54) reproducida anteriormente:

¿Serán de otra persona?, ¿hemos vivido eso alguna vez? Lo más probable es que todo haya sido un sueño, algo que nos contaron, una historia que se ha ido repitiendo, transmitiéndose, y ya no tiene nada que ver con la original, ya no sabemos nada de sus protagonistas, no vemos sus caras ni sus gestos, nos hemos olvidado del tono de su voz, ¿quiénes eran?, ¿de verdad estuvieron enamorados o eran sombras que perseguían sombras y en un recodo se salieron del camino y llegaron hasta aquí, como fantasmas, inquietándonos, asustándonos con sus pasos ingrátidos, sus susurros, las penas que arrastran, la extraña música sin eco que los acompaña...? (Puértolas, 1997: 69).

Durante su primera tarde escribiendo, la protagonista quiere desprenderse del rencor que siempre ha sentido; desea verse «libre ya de rencores y reproches» (Puértolas, 1997: 70). En su lugar, quiere alcanzar algo más efímero, una sensación, una liberación que se le antoja volátil:

[...] solamente lo fugitivo permanece y dura, sólo lo que pasa como soplo ligero sobre el aire estancado de esta primera tarde de calor, sólo eso intento alcanzar en la penumbra de mi cuarto, lo que quiere marcharse, elevarse, salir de aquí, volar... (Puértolas, 1997: 71).

El segundo capítulo se corresponde con otra tarde de escritura, en un domingo de marzo, motivada por haber leído la esquila de Leandro Aguiar, marido de Olga, en el periódico y haber asistido a su entierro. En este capítulo, la protagonista insiste en su deseo de superar todos sus miedos y dejar atrás las luchas que ha llevado a lo largo de su vida, de modo que se pregunta cómo se puede eliminar el miedo. A este respecto, destaca que sus temores no están presentes únicamente en su día a día, sino que, al igual que sus rencores, habitan en su subconsciente y la visitan durante los sueños, en los que

habla con todas aquellas personas con las que tiene algún tipo de asunto o conflicto no resuelto y, después, al despertarse, siente el rencor y el miedo que todavía alberga en su interior:

He hablado hasta quedarme sin voz, y me he despertado siempre con la incómoda, desapacible sensación de que aún estoy llena de rencor, quizá de odio, y llena de miedo [...] Siento el peso del miedo sobre mis hombros nada más despertarme, y durante todo el día tengo la impresión de que algo grave ha pasado, de que aún vivo con un problema irresoluble (Puértolas, 1997: 88).

Tras esos sueños, percibe el día como horrible, invadida por las sensaciones experimentadas por la noche: «la fuerte impresión de los gritos de horror dentro de mí» (Puértolas, 1997: 88). Actúa, entonces, «como una sonámbula» (Puértolas, 1997: 88), como si realmente no se encontrase en el mundo y siguiese inmersa en una pesadilla borrosa y sin sentido. No obstante, declara con asombro que es en semejantes días cuando recibe «algunas frases de reconocimiento y hasta de felicitación» (Puértolas, 1997: 89), de lo que deduce que cuanto más se aleja de los problemas y cuanto menos se adentra en ellos halla las soluciones con mayor facilidad; es decir, adquiere consciencia de la importancia del distanciamiento para afrontar un conflicto y eso resulta ser, justamente, lo que logra al escribir, pues se distancia de aquello que rememora o sobre lo que está pensando y, con ello, puede ser capaz de comprenderlo y asumir nuevas actitudes. Además, todo lo que la atormenta en su sueños, lo que no ha dicho todavía, se corresponde con la materia que escribe, de forma que, poco a poco, en el proceso, se va despojando de sus sombras.

La protagonista reflexiona también en este capítulo sobre los errores cometidos en el pasado y se muestra convencida de la imposibilidad de huir de ellos, porque, al fin y al cabo, forman parte de la vida y «no podemos huir nunca de la vida, que lo abarca y lo contiene todo y nos muestra lo que somos en multitud de espejos distintos» (Puértolas, 1997: 100); por ello, asegura que «la vida nunca puede calificarse de error, por mucho que nos pese» (Puértolas, 1997: 100). Ante tal pensamiento, al recordar una vez más su pasado, decide que no quiere más culpas ni arrepentimientos: «miro hacia atrás y trato de no sentirme arrepentida. No quiero pesos ni arrepentimientos» (Puértolas, 1997: 100).

Más adelante, en un pasaje muy significativo, experimenta de nuevo una percepción de enajenación en sus palabras, al no estar segura de que le pertenezcan al completo: «tengo la impresión de haber estado escribiendo como al dictado» (Puértolas,

1997: 139). En efecto, lo que aflora en su escritura es su subconsciente, todo lo que alberga dentro y la persigue en sus sueños, ya se trate de sus miedos y rencores o de sus anhelos más profundos, condicionando los recuerdos que evoca y, así, afrontándolos y aceptándolos: «no sé por qué he recordado unas cosas y no otras, y no sé, sobre todo, si lo de verdad importante ha venido con ellas, con mis palabras» (Puértolas, 1997: 139).

También razona acerca del poder de su escrito, de la fuerza de una serie de palabras que, frente a ella, tienen la capacidad de alejarla de su aquí y ahora para hacerle ver y sentir de manera diferente, para dejar que, al fin, sea libre y feliz, simplemente flotando por el aire, sin pesos ni conflictos; en definitiva, avanzando, como si fuera una persona distinta. Efectivamente, ya no es la misma, ya se está produciendo el cambio referido por Rodríguez (2011): al ir comprendiendo su identidad en el mundo y sus problemas, puede «vivir de manera más sana, libre y armónica» (Rodríguez, 2011: 24):

[...] las palabras están aquí, y [...] pueden, de un momento a otro, arrancarme de aquí, de mi cuarto y de esta noche y de toda mi vida, pueden llevarme lejos, si es que ya no me han arrancado y llevo ya mucho rato sobrevolando la tierra y respirando aires desconocidos, y por eso avanzo y me muevo como si ya no fuera yo, porque todo ha cambiado a mi alrededor, los contornos, los olores, la luz, todo es distinto ya o yo veo otra cosa o casi ya no veo nada, sino que lo siento todo sin saber si está dentro o fuera de mí, porque todo flota, ligero, como mi mismo cuerpo sin límites y mi alma sin preguntas, y ya hasta las palabras han empezado a deshilvanarse y a separarse unas de otras, porque son todas iguales y completas y van de aquí para allá sin intenciones, libres, independientes y felices, y puede que al fin inocentes, como si no tuvieran nada que ver con la vida, y por eso se elevan, vagan... (Puértolas, 1997: 139-140).

Se aprecia la forma en que su escritura le sirve de terapia, como una «catarsis liberadora» (Rodríguez, 2011: 25) que la aparta de cuanto la oprime, obteniendo paz espiritual: «mi alma sin preguntas» (Puértolas, 1997: 140). Ahora, empieza a verlo todo con otra perspectiva, no solo los objetos, sino, especialmente, lo más subjetivo y sensorial: «los contornos, los olores, la luz, todo es distinto ya o yo veo otra cosa» (Puértolas, 1997: 139).

El hecho de que personifique sus palabras, presentándolas como iguales, otorga una gran relevancia al proceso liberador, puesto que su diferencia con los demás siempre había constituido uno de sus mayores conflictos; asimismo, expresa que «van de aquí para allá» (Puértolas, 1997: 140), con lo que les confiere movimiento y dinamismo, otra de sus grandes obsesiones, al haber ido quedando recluida y limitada por sus enfermedades. Pero, además, las palabras se elevan «sin intenciones, libres, independientes y felices» (Puértolas, 1997: 140); es decir, exactamente como ella

querría vivir, por lo que también resulta llamativo que añada «y puede que al fin inocentes» (Puértolas, 1997: 140), ya que descubre que ella tiene parte de culpa en sus sufrimientos y errores; no todo se debe a causas externas a su voluntad.

El tercer capítulo se inicia tras un salto temporal de seis años, pero, una vez más, la protagonista se dirige a su máquina de escribir en una tarde de domingo, ahora de abril, tras haber visto a Olga en televisión y haber recibido una carta suya.

Si bien, en el primer capítulo, la protagonista había referido que, antes de haber visto a Olga, no había sido capaz de hallar la manera de empezar a liberar sus palabras, en este tercer capítulo comunica una situación similar, un nuevo bloqueo, en esta ocasión con motivo de la muerte de quien podría haber llegado a ser su pareja: Ernesto Zanner. Era, por lo tanto, un bloqueo emocional, al derrumbarse ante sentimientos tan profundos, sin saber por dónde comenzar a gestionarlos y encararlos sin miedo:

Desde que Ernesto murió, me he venido a este cuarto muchas tardes de domingo y me he sentado frente a la máquina de escribir, pero después de estar un buen rato frente al papel en blanco, he tenido que abandonar. Las emociones me desbordaban, no era capaz de encontrar una pista por la que avanzar entre ellas, viéndolas más de cerca, perdiéndoles el miedo (Puértolas, 1997: 149).

No obstante, al igual que le había sucedido años atrás, la irrupción de Olga le brinda la posibilidad de distanciarse de lo puramente emocional, pudiendo alejar temporalmente el recuerdo de Ernesto de su mente, lo que le permite retomar la escritura, afrontando su memoria y controlando sus sentimientos. Así, evoca todo lo vivido con él, preguntándose lo que cada uno significó para el otro y lo que hubieran podido llegar a ser, dándose cuenta de que, a pesar de que ninguno dio el paso necesario para mantener una relación, temerosos de desilusionarse mutuamente, a ella le hubiera gustado; de hecho, en sueños, su subconsciente le ofrece la vivencia feliz que hubiera deseado compartir con él:

[...] meses después de su muerte, he soñado varias veces con Ernesto, y en sueños lo he amado apasionadamente, corporalmente. He sido indescriptiblemente feliz, como probablemente nunca lo haya sido estando despierta. En la vida, no he podido amarlo así, ni siquiera estaba segura de desearlo. Pero los sueños son importantes. Quizá la felicidad sea necesaria, puesto que a veces se impone a través de los sueños [...] Sí, sin duda la felicidad es necesaria. A lo mejor se queda guardada, escondida, invisible, pero puede que esté allí, a pesar de todo, una vez que se muestra en los sueños (Puértolas, 1997: 166-167).

En este capítulo, al recordar su pasado, siente que no ha vivido de verdad, porque nunca estaba realmente en el sitio donde se encontraba, sino lejos de allí, inmersa en sus preocupaciones y angustias:

[...] mientras sucedía, yo estaba en el fondo en otra parte, buscando algo o añorando algo o angustiada por saber que en ese momento estaba perdiendo algo muy importante, esencial, aunque no sabía qué hacer para conservarlo (Puértolas, 1997: 141).

Sin embargo, en su escritura sí se percata de su presente, así como de hechos y sensaciones pasadas a las que no prestó la atención debida en su momento o que no comprendió. De esta manera, por ejemplo, llega a entender la extraña sacudida de felicidad que la había invadido un día en la piscina, tras haber sido evacuados los nadadores al exterior por culpa de una tormenta, esperando que mejorara el clima, en albornoz y acompañada del socorrista y un chico al que no conocía. En medio de ese marco, no vislumbraba por qué se había sentido tan bien, invadida por la misma sensación que experimenta al nadar. Pero, desde el presente de la escritura, enlaza la vivencia con un recuerdo de su niñez que había permanecido oculto durante años; un recuerdo sencillo de una feliz travesura que su primo y ella realizaron de pequeños, pero que había terminado por borrar, al tratarse de un «secreto tácito» (Puértolas, 1997: 191) impuesto por el joven:

[...] sensaciones que había guardado celosamente, ya que no se me había permitido airearlas, pero repentinamente resucitaron y me trajeron el olor de la infancia, de la risa, de la alegría virgen y salvaje de la infancia (Puértolas, 1997: 192).

A raíz de este episodio, la protagonista concluye que todo lo que sucede en la vida está «muy relacionado entre sí, ajustado como las piezas de un reloj» (Puértolas, 1997: 191). Con este pensamiento, se percata de la influencia de Olga en el proceso de indagación interior que está realizando y, dirigiéndose a ella, como si fuera su destinataria, sentencia: «Tu carta me remite a mí misma y aún me veo entre sueños y pesadillas, aún interpretando y casándolo todo, tan desperdigada como es la vida» (Puértolas, 1997: 192).

Al final del capítulo, la protagonista atiende directamente a su escrito, reflexionando sobre la naturaleza del mismo y sobre el destinatario y el mensaje de sus palabras. Se trata de la primera vez que se pregunta lo que quiere hacer con su texto, si desea que alguien lo lea y, en ese caso, quién:

¿Quién oye mi voz? [...] ¿es que quiero que alguien escuche estas palabras que se han ido formando en ratos perdidos de la noche, de las tardes de domingo?, ¿las dirijo a alguien en particular?, ¿tienen un mensaje? (Puértolas, 1997: 192).

Dar a leer su escrito supondría el paso final del proceso: la culminación de la experiencia liberadora. Al ofrecer su texto a los lectores y verse como otra persona, quedaría validada al fin²⁶.

La protagonista confiesa que, a veces, se desanima, rodeada «del silencio y la soledad de las tardes y las noches» (Puértolas, 1997: 192). Entonces, piensa que «no hay nada que transmitir y que, sobre todo, no hay nadie a quien transmitirle nada [...] de quien esperar comprensión y consuelo» (Puértolas, 1997: 192). Ante semejante circunstancia, ubica el sentido de sus palabras en ellas mismas, en tanto que ellas son en quienes confía y se apoya: «como si confiara plenamente en ellas y fueran casi la razón de mi vida» (Puértolas, 1997: 193). En consecuencia, se aferra a las mismas, porque encuentra validez al escribirlas y porque va descubriendo su identidad al hacerlo, desentrañando los sentimientos que ha experimentado y asumiendo, lentamente, el paso del tiempo; por ello, de nuevo, concede vida y autonomía a las palabras: «a veces se elevan y vuelan y se esparcen por el aire y parece que se van, pero algunas vuelven, transformadas o siendo ya otras» (Puértolas, 1997: 193). Verdaderamente, las palabras operan un cambio en ella, liberándose de miedos y rencores; convirtiéndose, paulatinamente, en otra persona.

La protagonista también reflexiona sobre el distanciamiento que posibilita la escritura, explicando que, en un principio, las palabras quedan fijadas, pero, después, al verlas escritas, al sacarlas de su interior y volcarlas en un papel, las puede mirar y analizar; es decir, puede estudiarlas con objetividad: «las observo con la misma distancia con que se reproduce en mi mente, sin llegar a percibirlo mis sentidos» (Puértolas, 1997: 193). Con ello, introduce la idea de la lectura de lo escrito, tiempo en que las emociones se pueden desprender de las palabras, llegando así al fondo de ellas, comprendiendo y asumiendo los problemas y errores cometidos; en definitiva, observándolas como algo ajeno, como algo que no es estrictamente suyo, pero que ha

²⁶ Considero esclarecedora la opinión que la propia Soledad Puértolas da al respecto en el programa ya mencionado de *Pienso, luego existo*, dirigido por Lluís Carrizo y emitido el 5 de agosto de 2013:

Es verdad que, en lo que escribo, escribo cosas de mi vida, pero como si fuera otra persona [...] Eso es maravilloso, eso es como el gran placer de la creación; es que tu vida no es lo que estás contando, sino tu vida vivida por otros. Eso, para mí, es cuando verdaderamente eres libre (2013).

salido de ella, del mismo modo que, cuando las ha dado vida, ha sido mediante un acto casi automático: «me producen la impresión de que se forman solas, de que no las escojo yo» (Puértolas, 1997: 193).

El cuarto capítulo se corresponde con el más angustioso de la novela. Tras el pertinente salto temporal, el desencadenante de la escritura se identifica con la llamada telefónica que ha recibido de Olga, pero tras haber tenido un sueño revelador, de modo que, desde el principio, la realidad y el subconsciente se presentan entrelazados, con un profundo peso de lo onírico, en tanto que la protagonista delibera acerca de sus pesadillas y de sus sueños más apacibles, en los que se produce una convivencia lógica entre su temor de perder lo que ha conseguido y su deseo de recibir agradecimiento y comprensión, soñando incluso con la reconciliación definitiva con su madre.

La protagonista se despierta en mitad de la madrugada y siente un desesperado impulso por escribir, aun careciendo de las fuerzas necesarias para levantarse y sentarse frente a su máquina, de manera que recurre a unas hojas de papel y a un bolígrafo y escribe desde la cama. En esas hojas, lo primero que vuelca se dirige a Olga, en su sorpresa porque sus vidas no dejen de cruzarse:

Ya creía que me había despedido para siempre de ti, Olga, y aquí estoy, en medio de la noche, una vez más dirigiéndome a ti. La vida no se cansa de sorprendernos, aunque a veces parezca que lo haga sin enterarse, sin voluntad, sin que ella misma sepa lo que está sucediendo en su interior (Puértolas, 1997: 194).

Seguidamente, expone su ubicación y el llamativo hecho de que, al fin, tras días tomando analgésicos, dispone de unos momentos sin dolor, de lo que se ha percatado al despertarse de «un extraño sueño que no consigo recordar», uno de esos «que no son de miedo ni de dolor pero que inquietan terriblemente, sólo por su extrañeza [...] me sentía abrumada, sobrepasada» (Puértolas, 1997: 194). Sin embargo, sí recuerda que, dentro del sueño, había habido otro, en el que la extrañeza y el agobio desaparecieron para dar paso a «un escenario que conocía, no sé si de la realidad o de un sueño anterior» (Puértolas, 1997: 194); es decir, un espacio seguro en su pesadilla. Sea como fuere, cuando despierta, se da cuenta de lo que le sucede y comprende lo que debe hacer, como si le hubiera asaltado una especie de «revelación», uniendo las piezas de un complicado puzzle:

Lo que tengo dentro de la cabeza [...] me hace ver las cosas a la vez y resulta difícil tratar de expresarlo con palabras. Es como si estuviera borracha, sin sentir nada en el estómago,

ningún mareo. Como si viniera de asistir a una revelación que me hubiera dejado petrificada durante un rato (Puértolas, 1997: 195).

Siente que lo ve todo desde arriba, perdida en el mundo, pero consciente de los pasos que ha de dar:

[...] no me siento del todo dentro de la vida sino casi rodeándola, por encima de ella. Está claro que estoy en otro lugar, un lugar al que se llega muy pocas veces [...] estar perdida ahora, a diferencia de lo que me suele suceder cuando tantas otras veces me siento perdida, me produce un inmenso alivio. Siento una gran necesidad de fiarme de mí y creer en todo lo que estoy sintiendo, pensando y viendo a la vez (Puértolas, 1997: 195-196).

En este capítulo, la protagonista escribe acerca de cómo ha vivido últimamente al borde de la rendición, próxima a abandonarse definitivamente a la espera de la muerte:

[...] esta madrugada solo tengo la voluntad de abandonar la vida que de repente se ha echado encima de mí y que no encuentro nada hermosa. Me están matando, esto no es la muerte sino un asesinato, y por eso la muerte se ha convertido en una evocación casi placentera (Puértolas, 1997: 229).

Pero, en este momento, con sus hojas de papel en la mano, lo percibe todo y es consciente de que tiene que «tomar una decisión» (Puértolas, 1997: 197) para no continuar así y sabe cuál debe ser, por difícil que le resulte:

Viajaré, cogeré un avión, durante unos días estaré lejos de aquí, sola; no dormiré en mi cuarto, no me encerraré en el despacho de la Biblioteca, no conduciré mi coche hacia la piscina, no nadaré (Puértolas, 1997: 197).

En efecto, esta va a ser la decisión que emprenda: alejarse de sus refugios y seguridades, de sus comodidades y su rutina, en pro de acometer una serie de riesgos que siempre ha evitado. El motivo radica, principalmente, en su deseo de alejarse de una relación que la está consumiendo, de huir temporalmente de José Ramón Artal, un joven con quien mantiene encuentros sexuales que la reduce a la espera continua y agónica del sonido del teléfono, pero que, a la vez, le produce un sentimiento casi de odio hacia sí misma, por depender tanto de una persona, de una llamada, de una unión esporádica que no conduce a ningún puerto. Ella desea romper con semejantes ataduras, pero no es capaz, porque, en las ocasiones en que finalmente suena su teléfono, las veces en que se halla en brazos de José Ramón, quiere seguir allí, abandonada a su deseo, por mucho que le pese. Además, su vínculo con el muchacho no responde solo a una cuestión de placer, sino que se ha acercado a él por esa búsqueda siempre presente de su verdadera identidad, por la sensación de huir de su propio «yo»: «dejar de ser yo misma»

(Puértolas, 1997: 225). Pero, en el proceso, ha terminado por transformarse en una identidad ajena, por enajenar su voluntad y sus deseos, confundiendo el amor con un conflicto interior sin solucionar:

Me incorporo a su inconsciencia, a su despreocupación, a su instintiva negativa a ver riesgos y limitaciones por todas partes. Y me entrego y me pierdo en este deseo de ser él, poco a poco su cuerpo se hace parte del mío [...] los dos somos exactos, somos el mismo. La emoción de la igualdad es tan intensa como el deseo que nos recorre y nos transporta (Puértolas, 1997: 225).

Por ello, en la madrugada, escribiendo con febrilidad, se da cuenta de la feliz coincidencia de que Olga la haya llamado para pedirle un favor: con la excusa de un congreso de bibliotecarios, le ha solicitado que vaya a visitar al hijo de su actual amante, que se halla en la cárcel, para transmitirle ánimos y comunicarle que su familia está haciendo cuanto puede por liberarlo. Un favor, por lo tanto, «providencial» (Puértolas, 1997: 198):

[...] yo puedo ver ahora que su llamada es providencial, sin analizar ya la historia que nos une a Olga y a mí y que se viene arrastrando desde tan lejos [...] puedo considerar que el favor que me pide cae sobre mi vida en el momento preciso, porque necesito hacer algo que me saque de aquí, necesito olvidarme de mis ataduras, liberarme (Puértolas, 1997: 198).

No obstante, su necesidad de romper con la situación actual no es lo único que refleja en su escrito en este capítulo, sino que sigue rememorando episodios de su vida, continuando con la intención de despojarse de los rencores que siempre han caminado a su lado: «Tantos rencores, me digo esta madrugada [...] lo que quisiera es tener mucha calma, que estas emociones [...] estuvieran muy alejadas» (Puértolas, 1997: 224). Una intención que, lentamente, parece irse cumpliendo, desprendiéndose de sus odios y venganzas:

Me gustaría vengarme de todo esto, desde luego, pero no sabría ya contra quién vengarme, y todo el rencor, el odio y el resentimiento que he sentido se han ido haciendo cada vez más vagos y ni siquiera podría apoyarme en ellos con firmeza si encontrara al fin a alguien de quien vengarme o algo de lo que vengarme globalmente. A lo mejor es que las enfermedades me han ido debilitando. Es curioso que a veces me cuesta incluso evocar todo el odio que he sentido hacia la incomprensión de los demás, hacia las desigualdades y las injusticias, hacia todas las personas que me han hecho daño. Quizá me haya escapado del odio y de todas las personas a quienes he odiado (Puértolas, 1997: 249).

Uno de los principales temas sobre los que medita en este capítulo se refiere a la soledad. A este respecto, la protagonista expone que ha sido lo que ha buscado durante

muchos años, como una forma de replegarse, de refugiarse de un entorno con el que tanto le costaba relacionarse, al no saber qué esperar de los demás ni tampoco lo que estos deseaban de ella. Sin embargo, reconoce que también es algo beneficioso, puesto que solo desde la soledad puede ahondar en su interior y evocar su vida; solo desde la soledad puede escribir acerca de sus experiencias y sentimientos, distanciándose de sí misma hasta el punto de alegar: «mi verdadera vida, mi vida anterior, se me olvida, se me borra, y llego a decirme que ha merecido la pena vivirla y olvidarla» (Puértolas, 1997: 247).

Por otro lado, entre los recuerdos que acuden a su mente destacan algunos que aluden, precisamente, al acto de la escritura y a lo que puede aportar al individuo. Por ejemplo, en la visita que le hace a su madre en la residencia, esta le habla acerca del rechazo que le causan los programas de televisión y le confiesa que le gustaría escribir al Gobierno para desahogarse, pero que no puede hacerlo, porque no se sabe expresar.

El capítulo quinto presenta el último salto temporal, que se trata del más largo de todos, pues la protagonista tiene ahora en torno a sesenta y cinco años²⁷. De nuevo, se encuentra escribiendo de noche, en invierno, pero esta vez sí con su máquina de escribir, a la que ha recurrido por el impulso más trágico de todos: la muerte inesperada de Olga, de la que se ha enterado a través de una noticia en el periódico:

Ha muerto en un accidente de coche, en una carretera comarcal al norte de Perú, la presidenta de una fundación de ayuda humanitaria, decía la noticia, Olga Francines, una mujer infatigable, una luchadora. Tenía cerca de setenta años, pero no los aparentaba, era una mujer muy joven, todos los que la habían conocido podían atestiguarlo (Puértolas, 1997: 256).

A pesar de que hacía años que no se veían y de lo lejos que estaban la una de la otra, el fallecimiento afecta a la protagonista, que debe realizar un esfuerzo por asimilarlo: «repitiéndome a mí misma, en alta voz, en voz muy baja, y casi siempre para mis adentros, que Olga ha dejado de existir» (Puértolas, 1997: 256).

Pero de lo que no duda es de que su muerte va a condicionar su vida de ahora en adelante, la va a cambiar, porque Olga no ha sido solo la vieja amiga de quien se apartó, sino la guía de su escritura, la luz que iba alumbrando el camino para que las palabras brotasen y ella pudiese liberarse de ellas:

²⁷ La protagonista no especifica su edad, pero comunica que Olga tenía «cerca de setenta años» (Puértolas, 1997: 256) al morir y, en el primer capítulo, había expresado que, cuando las dos muchachas se conocieron, ella tenía sobre diez años y Olga quince.

[...] su muerte me ha pesado durante todo el día y en cierto modo cambiará mi vida, me liberará de algo y me añadirá algo, algo seguramente muy sutil pero sin duda esencial, porque Olga, mientras ha vivido, una vez que se alejó, volvió a acercarse a mí sin que ella lo supiera, por otro camino, el que han trazado las tardes de domingo que he pasado recluida en mi cuarto, y alguna noche perdida en que me costaba caer en el sueño (Puértolas, 1997: 257).

Perder la existencia de la guía de su escritura supone un duro golpe, puesto que los ratos en los que permite que afloren las palabras, llenando el silencio con ellas, se han convertido en una actividad indispensable en su vida: «esos ratos casi secretos sin los cuales no podría ya vivir» (Puértolas, 1997: 257). De hecho, ahora entiende a aquellos que se dedican a escribir «para después ver su obra convertida en libro» (Puértolas, 1997: 257) y llega a identificarse como una de ellos. En muchas ocasiones, había pensado sobre este asunto, sobre la cantidad de libros y escritores que hay en el mundo, pero ahora comprende el motivo por el que se encuentran ahí:

Tantos libros, me he dicho muchas veces, tantas personas empujando la pluma o apretando la tecla de la máquina, tantas personas al fin hablando solas pero persiguiendo, ambicionando, que las escuche el mundo entero, tantas horas de aparcamiento y concentración (Puértolas, 1997: 257).

Ahora, ella es una de esas personas, a ella también le ha empujado «el insoportable dolor de la soledad y la inaudita pretensión de romperla, de hacerla estallar» (Puértolas, 1997: 257). Y se percata, al fin, del importante papel que ha desempeñado Olga, en tanto desencadenante, «punto de partida» (Puértolas, 1997: 257), así como de lo que realmente ha estado haciendo al escribir, trayendo al presente recuerdos del pasado y adentrándose en lo más profundo de su ser para lograr desentrañarlos:

[...] fue el recuerdo de Olga lo que me empujó a quedarme una tarde en casa frente a la máquina de escribir, aunque Olga ya no me importara mucho, pero de repente me importaron mis propios recuerdos, y retrocedí, como si estuviera nadando en una piscina inacabable, como si los recuerdos se hubieran guardado, incorruptibles, en alguna parte y yo los pudiera ahora, al cabo de los años, alcanzar y comprender (Puértolas, 1997: 258).

Incluso, asume que ya no hablaba tanto de Olga y, en su lugar, se había centrado en ella misma:

Puede que, poco a poco, haya ido dejando de hablar de Olga y de hablarle a Olga, y este montón de hojas de papel sea la crónica de algo que en el fondo no tiene mucho que ver con Olga, de mi vida tal vez, de mi impaciencia (Puértolas, 1997: 258).

Por ese motivo, proclama que aunque se haya estado dirigiendo a Olga, su destinatario era ficticio, era otra Olga que no existía en el mundo real, pero «que

finalmente me escuchaba» (Puértolas, 1997: 258), porque, al fin y al cabo, lo que ha buscado al escribir ha sido también un interlocutor. Así pues, al fallecer la verdadera Olga, debe decidir si mantendrá a la suya o si esta también ha muerto, ante lo cual infiere que, en efecto, su Olga también tiene que desaparecer, de modo que ha de concluir su escrito:

Se ha muerto, me digo, te has muerto, y todo lo que he recordado con tu excusa concluye ahora, esta noche llenaré la última hoja de papel de este montón que se ha ido formando lo largo de los años (Puértolas, 1997: 258).

Sin embargo, la decisión no es negativa, sino todo lo contrario, pues, en este momento, la protagonista es capaz de cesar en su indagación y ya puede escribir sobre otros asuntos, al haber superado el bloqueo que experimentaba antes de la mañana de sábado en la que vio a Olga por el barrio:

Si luego vuelvo a coger la máquina de escribir, una vez que me he ido acostumbrando a pasar así las tardes de domingo y las noches de insomnio, ya no será para hablar de ti, Olga (Puértolas, 1997: 258).

Pero todavía tiene que continuar un poco más antes de poder abandonar definitivamente su escrito y, así, recuerda la última vez que Olga y ella se habían visto, cinco años atrás, con motivo del entierro de Luis Arévalo, escritor con quien ambas habían mantenido una aventura en su juventud y que había provocado en la protagonista oscuros sentimientos de «dolor», «celos», «rabia» y «orgullo pisoteado» (Puértolas, 1997: 267), los cuales pudo olvidar para siempre con su fallecimiento, al cerrar su historia. Ese encuentro supuso la despedida de las dos mujeres, terminando un ciclo, pues recuperó lo que las había unido de jóvenes: la confesión de Olga de una historia con final feliz «bajo la sombra de los cipreses del cementerio que vino a sumarse a tantas otras susurradas, exclamadas casi, junto a la verja del Parque» (Puértolas, 1997: 285).

En ese entierro, Olga la sonrió, la saludó y habló brevemente con ella. Pero lo que impactó a la protagonista fue el verla acompañada por Sergio Núñez, el muchacho a quien había ido a visitar a Quito, especialmente al observarlo tan cambiado con respecto al triste y desesperanzado joven que ella había conocido tiempo atrás. De esta manera, cuando, al terminar el acto, regresó a la Biblioteca, le vino a la mente su experiencia en Quito, ese viaje que se había prometido a sí misma realizar y que, efectivamente, llevó a cabo. En sus recuerdos, desde el presente, se percata de cómo sucedieron los acontecimientos, todavía asombrándose por haber sido capaz de marcharse, algo que no

se ha vuelto a repetir: «El viaje a Quito fue una verdadera excepción en mi vida» (Puértolas, 1997: 270).

No obstante, el viaje no fue sencillo, puesto que el miedo y la sensación de encierro aparecieron con violencia desde el propio avión y, después, en el hotel, se sintió aun peor, «absolutamente sola, sin refugios» (Puértolas, 1997: 272). Para evitar ese sentimiento, optó por ponerse una meta que la mantuviera activa más allá de las horas que duraba el congreso y fue, precisamente, aferrarse al encargo de Olga. Esta vía de huida se convirtió, sin embargo, en una salvación, pues comprobar el contraste entre su mundo y la terrible opresión de la cárcel le impulsó a vivir de verdad, a frecuentar cafeterías y socializar como nunca antes había hecho; el pánico a la soledad que la acompañaba se disolvió al ver la de los pasillos de la cárcel, de forma que consiguió transformarlo en dinamismo, disfrutando de la belleza y el encanto de la ciudad, sin nada que la oprimiera ni pesara. En definitiva, el viaje le sirvió para experimentar la soledad que tanto temía, notando cómo seguía su identidad, aun alejada de todo lo externo que la había ido conformando: «era yo la que estaba aquí, contemplándolo todo sin dolor y sin miedo» (Puértolas, 1997: 284).

El viaje la marcó tanto que, cuando regresó, sufrió un choque con la realidad y hasta terminó recluida en cama, con fiebre, momento en el que pudo reflexionar y volver a recuperar y asumir su vida, pero ya con la experiencia de Quito, con todo lo vivido y sentido allí; ya sin ser la misma. En consecuencia, obtuvo aquello que buscaba al irse a Quito: olvidarse de José Ramón. A este respecto, en la ruptura definitiva de ambos tuvo un peso crucial la escritura, pues él le envió una carta pidiéndole perdón por su ausencia y esperando poder estar juntos de nuevo, ante lo cual, después de haberla leído, la protagonista la rompió y se puso a escribir una extensa respuesta en la que vaciaba su alma, explicándole cuanto había pensado y sentido con él, por qué le había dejado entrar en su vida y lo que la llevó a tener que huir; sin embargo, no la mandó a su destinatario, porque ya no le importaba que él la comprendiera, ya que ella le había cerrado la puerta; en su lugar, prefirió romperla, en un claro simbolismo de ruptura física de la explicación de ambos, concluyendo con ello la historia que habían compartido, que pasó a convertirse en un recuerdo más.

Pero el cambio producido tras el viaje y tras todo el proceso de su vida, con sus tormentos y deseos, llevó a la protagonista, aquel día del entierro de Luis Arévalo, recluida en su despacho de la Biblioteca, a ansiar un interlocutor más que nunca. Tenía la sensación de que su voz desaparecía, de que solo se hablaba a sí misma y ya nadie la

escuchaba, por lo que necesitaba a una persona en su vida con la que poder conversar. En su ausencia, se volcó, una vez más, en la escritura, manifestando el deseo de que sus palabras fueran leídas por alguien, de que algún día le pertenecieran a otra persona; de esa forma, ella habitaría en alguien y nunca moriría, algo que la espantaba. En esa situación, se lamenta de los pasos recorridos y acepta con sinceridad la culpa de estar tan sola:

[...] yo soy la principal culpable [...] en realidad nunca he buscado a nadie que me escuche, sino que he estado hablando todo el rato para mí, y no me he fiado de nadie, no he puesto mi confianza en nadie. Me he ido reclusando, me he ido apartando cada vez más hasta un punto que seguramente no es muy normal (Puértolas, 1997: 295).

Aun así, ese día lo necesitaba y lo quería: «alguien de verdad interesado por mí» (Puértolas, 1997: 307); alguien que la sacara de sí misma, que le ofreciera un mundo más allá de su interior, que le brindara las sensaciones de la escritura en su día a día:

Está claro que los otros te sacan de ti, me dije, te empujan hacia fuera, te hacen ir de aquí para allá, muchas veces molestándote, fastidiándote, hiriéndote y ofendiéndote, pero en todo caso siempre te distraen de ti, te entretienen y despistan, te desahogan. Tengo que salvar este abismo, me dije. No es suficiente con creer algunas veces, precisamente las veces en que más me separo de los demás, cuando me recluso en mi cuarto frente a la máquina de escribir, que lo salvo (Puértolas, 1997: 307).

Al escribir, sentía que podía hacerlo, de modo que esta actividad le posibilitaba el darse cuenta, pero únicamente eso no era suficiente; requería ser llevado a la práctica. La protagonista necesitaba no solo a una persona con quien compartir sus sentimientos, sino a alguien que le concediera un término medio entre la soledad absoluta en la que vivía, especialmente desde que su hijo Guillermo se había emancipado; y la enajenación que podía resultar de la compañía. Y, así, como si el universo la escuchara, se presentó en su despacho Carlos Delgado y ambos hablaron, no de temas profundos ni de los problemas de la protagonista, sino de asuntos triviales, vagos. De esta manera, se percataron de que los dos habían cambiado: ni ella se preocupaba solo por sus conflictos ni él parecía tan controlador, tan dispuesto a dar consejos constantes y después enfadarse al ver que ella no los cumplía; ese día, ella se interesó por él y este ya no le recriminó su aislamiento y sus limitaciones, con lo que pudieron mirarse de verdad el uno al otro, encontrando la forma en que los dos podían apoyarse mutuamente, pero conservando sus respectivos espacios y aficiones, es decir, la independencia personal.

Después de todo este recorrido por los últimos recuerdos de su vida, la protagonista regresa a su presente, expresando que vive con Carlos en una nueva casa, ya de los dos,

llevando su misma vida de siempre, pero siendo, a la vez, completamente distinta, porque la comparte con él. Precisamente, es desde esta nueva casa desde la que ahora escribe, en un cuarto destinado para ella, su cuarto propio, pero no encerrada en él, sino dejando la puerta abierta, porque Carlos también está en el hogar.

Las últimas páginas de su escrito las dedica a reflexionar sobre la naturaleza del mismo, sobre todo lo que ha ido aflorando al componerlo, percatándose de lo mucho que ha avanzado y de lo que todavía le queda por recorrer, pero ya no sola, sino con Carlos, a quien le confiesa la existencia de esa «pequeña torre de papel» (Puértolas, 1997: 313) que ha ido creando con el paso de los años.

En el final, se despide de Olga, porque ella ha desaparecido, borrando «todos sus significados, sus emociones, sus logros, sus fracasos» (Puértolas, 1997: 315-316). No obstante, considera que, en el fondo, su escrito ha consistido también en una despedida de Olga y, en general, de todas las personas que han ido saliendo de su vida sin que ella pudiera decirles adiós, aunque opina que, de haber podido, habría desaprovechado la ocasión:

No sabemos sino despedirnos a solas, es entonces, cuando nos quedamos solos, cuando mejor hablamos y mejor explicamos las cosas, cuando podemos vislumbrar alguna claridad (Puértolas, 1997: 314).

Además, advierte que la muerte estaba ya presente desde el primer día en que empezó a escribir, pues su relación con Olga ya quedaba muy lejana, con lo que «sentía el peso de todas las carencias, de los sueños nunca realizados y de aquellos que nunca se llegaron a soñar. La muerte estaba allí también» (Puértolas, 1997: 314). Pero eso le hizo ver que ella misma, su identidad, se formaba también con esos sentimientos, con todo lo aparentemente inservible y doloroso, de modo que se dedicó a escribirlo, recordándolo todo, «arrancándole a la muerte lo que quería llevarse entre las manos» (Puértolas, 1997: 314).

Al fin, entiende que no hay errores ni fracasos en su vida, que hasta lo más oscuro o traumático ha contribuido a conducirla hasta el lugar en que hoy se encuentra y a transformarla en la mujer que ahora puede mirar hacia el futuro, rebelándose ante la muerte, todavía luchando y dispuesta a no dejarse vencer, a no rendirse:

No hay logros ni fracasos en mi recuento, éstas son las categorías de la muerte, empeñada siempre en dictaminar, la muerte que nos mina, la muerte que está dentro de toda vida [...] Me he ido finalmente despidiendo de todo lo inaceptable, de lo que me mataba de verdad,

aunque a veces descubra en mis ojos la fatiga que me ha ido dejando la lucha y sepa que también me ha matado la lucha. Pero aún no acepto la muerte (Puértolas, 1997: 314-315).

En esta noche, afirma que todo ha regresado a ella, que, de nuevo, ha sido invadida por «escenas del pasado» (Puértolas, 1997: 315), especialmente de los días felices de Quito, sobre los cuales, al igual que su proyección futura contemplando el mar infinito junto a un perro que fuera suyo, comprende que representan «una visión» (Puértolas, 1997: 315), con lo que, si llega a suceder, será diferente, «como son ya de otra manera los días que paso frente al mar y los paseos por la playa» (Puértolas, 1997: 315); porque la vida se crea y no se imagina.

Antes de abandonar para siempre su escrito, ahonda una última vez dentro de sí misma y descubre que, a pesar de todo lo que ha obtenido y de la tranquilidad que ahora siente con Carlos, sigue queriendo escapar, volar hacia otro lugar:

Ahora mismo, ahora que mi vida ya se ha hecho larga, que ha dado tantas vueltas, cambiaría mi vida por cualquier cosa que me sacara de aquí, de la vida, quisiera asomarse a otra vida, no sé cómo calificar a esa vida soñada [...] ésa ha sido mi vida, siempre escapándome... Pero es que temo perderme este aire que se eleva, que nos hace ligeros a todos. ¡Cómo pesa la vida! Más que la muerte, Olga (Puértolas, 1997: 317).

Ese es el verdadero motivo por el que ha escrito, para saber si las palabras podían alcanzar ese ideal, si podían ser libres y volar por el aire, llenando el vacío que alberga en su interior y tratando de afrontar la vida:

Por eso me he encerrado tantas tardes en mi cuarto, en cuartos semejantes a éste, frente a la vieja máquina de escribir, por eso he ido llenando folios, por ver si las palabras se convertían en aire y llenaban el cuarto y me llenaban a mí, al respirarlas, por ver si llegaba a flotar y elevarme, como ellas, como el aire. Me he perdido en este laberinto de palabras porque la vida me pesa (Puértolas, 1997: 317).

Todavía anhela encontrar algo que no termina de lograr, quizá la sensación que Olga y ella tenían de jóvenes, cuando hablaban junto a la verja del Retiro y todo era posible, todo estaba por construirse y por vivir:

Mis dedos se cansan, mi vista se cansa, y la noche parece que vaya a ser eterna, pero algo me empuja, Olga, el mismo deseo sentido en medio de una remota tarde de calor, a la salida del colegio, al salir del Somos. La vida era ligera junto a la verja del Retiro, era prometedora, las palabras daban vueltas en el aire, se balanceaban, el perfume flotaba, la falda de gasa, el pañuelo, y alguien pasaba, nos miraba un momento con curiosidad, como si nos conociera (Puértolas, 1997: 317).

El último párrafo de su escrito lo dedica al paso del tiempo y al futuro, ya no mirando hacia atrás ni en su interior, sino enfrente, directamente al camino que la

espera. Concluye sus reflexiones con una visión de su vida, de lo que sería si pudiera detener el tiempo y andar sin cansarse. Se trata del camino que le resta por transitar y que concluirá conduciéndola a la muerte como final ineludible, pero no será algo negativo, sino que la calle por la que camine «se elevará, se despegará del mundo, se perderá entre las nubes...» (Puértolas, 1997: 318); al fin, volará.

En este final del escrito y de la novela, se evidencia el cambio que la protagonista ha realizado: no cederá, sino que andará, avanzará. Ya sabe que habrá momentos malos –«calles desconocidas», «laberinto de casas», «enfado», «horror», «nadie se da cuenta de mi paso» (Puértolas, 1997: 318)–, pero también buenos –«calles conocidas», «amablemente», «como si ya no pudiera cansarme» (Puértolas, 1997: 318)–. Sea como fuere, no abandonará el camino, no se detendrá y, para transmitirlo, reproduce toda una concatenación de verbos de acción y de movimiento –«andando», «Me muevo», «me desplazo», «me empuja», «Avanzo», «sigo», «entran», «salen», «se ensanchan», «se alargan», «abarcan», «huyendo», «persiguiendo», «ando», «se elevará», «se despegará» (Puértolas, 1997: 318)– que contrasta con el inicio de la escritura, en tanto que, entonces, el movimiento le pertenecía a Olga, que vivía y se desplazaba, mientras que la protagonista permanecía quieta y apartada; sin embargo, en el final, Olga ya no está, ya no existe, ya no tiene movimiento y este le corresponde a la protagonista, pues es ella la que ahora camina, avanzando:

No sé si el tiempo se nos va o el tiempo es algo que, aunque pase y corra y a veces nos atropelle, no se va nunca, no lo sé, pero una vez más [...] quisiera hacerlo permanecer. Y en ese tiempo inmóvil, me veo andando, andando sin cansarme por calles conocidas y calles desconocidas, por calles como las calles de los sueños, a veces inmersa en un laberinto de casas, de rostros que me miran, extrañados, algunos amablemente, otros con enfado, casi con horror, y a veces incluso no me mira nadie, nadie se da cuenta de mi paso. Me muevo, me desplazo, rodeada a ratos por una muchedumbre que me empuja y que grita y que de pronto se esfuma y no hay nadie, el vacío. Avanzo lentamente entre la niebla, entre lagos, mares, desiertos, laberintos, sigo por calles que entran y salen de puentes y pasadizos, calles que se ensanchan y se alargan, que abarcan una y mil vidas. En una de esas calles estoy todavía, andando, huyendo, persiguiendo, y sé, perfectamente sé, que, a la vuelta de una esquina, esta calle por la que ando y ando como si ya no pudiera cansarme, se elevará, se despegará del mundo, se perderá entre las nubes... (Puértolas, 1997: 318).

De esta manera, el proceso liberador y terapéutico que se muestra en *Una vida inesperada* resulta ya obvio. En la novela, Soledad Puértolas presenta a una mujer que todavía no se ha definido, con serios problemas para relacionarse con otras personas y llena de rencores, miedos y sueños por cumplir que la atormentan noche y día. Una mujer en parte traumatizada por el trato recibido por su madre en su niñez, negando sus

enfermedades y dejando en ella una profunda huella de incomprensión que siempre ha intentado evitar, llegando a apartarse de todos, a recluirse en sus refugios para no tener que rendir cuentas a nadie. Sin embargo, ella es consciente de la soledad en que semejante decisión la ha sumido y siente que debe emprender un camino diferente, despojándose del odio que la ha embargado durante toda su vida y afrontando sus conflictos y el futuro con esperanza y determinación:

En esta novela autoanalítica, la protagonista escribe un diario, y en su visión retrospectiva del pasado logra liberarse de su rencor. El monólogo empieza como un lamento, el de una divorciada cansada, pero pasa a ser una afirmación de la vida, afirmación posible gracias a sus reflexiones escritas (DiNonno Intemann, 2011: 166).

De este modo, poco a poco, según va escribiendo, saca a la luz los recuerdos más dolorosos y nostálgicos, los que explican que haya llegado a su situación actual, unas veces de forma más velada y otras con claridad:

He calificado de «misteriosa» la naturalidad expresiva de Soledad Puértolas, entre otras razones por lo que de sugerencia turbadora, desasosegante, tiene esa voz narrativa aparentemente sencilla, que parece un susurro cercano, un descargarse, por parte de quien narra, del peso de recuerdos con los que no ha llegado a reconciliarse del todo (Merino, 2011: 197).

Eso le permite adentrarse no solo en su memoria, sino en sí misma, en su complicado mundo interior, algo que, hasta entonces, le había resultado imposible, tal y como declara la propia Soledad Puértolas al respecto, en la entrevista que le concede a Katica Urbanc para la revista *Espéculo*:

Hasta alrededor de los treinta años ha sido una persona que no ha podido centrarse en sí misma. Ha estado dispersa en el ambiente de los otros, dejándose llevar por mitos, por hombres, por amigas y por situaciones. La primera vez que se pone a escribir es cuando empieza a recuperarse y a ver el pasado con otros ojos, porque se quiere desprender del rencor que tiene a la vida (Urbanc, 1998: 3).

Al analizarse, la protagonista acepta su parte de culpa y asume que todo cuanto ha hecho no puede ser catalogado ni como logro ni como fracaso, puesto que, al fin y al cabo, han sido pasos que la han conducido a su presente, mejor o peor, pero suyo, innegablemente suyo.

Si se recuerdan ahora los aportes bibliográficos presentados al inicio de este apartado, se aprecia cómo se cumplen todos los beneficios recogidos. Con su escritura, la protagonista indaga en sus recuerdos y en sus sentimientos, esforzándose por comprender sus vivencias, pero también las de los demás, los comportamientos ajenos

que tan extraños le parecían antes, sorprendiéndose de su propia capacidad y experimentando cierta integración, al entender que, en su aislamiento, también ha ejercido una notable influencia su propia voluntad. Además, lo que consigue consiste en darse cuenta de lo que le ocurre y de lo que siente, de qué tendría que hacer; y eso es el primer paso necesario para poder vivir en libertad, superando los traumas y los rencores.

Al elaborar su escrito, la protagonista alcanza una «catarsis liberadora» (Rodríguez, 2011: 25), afrontando sus emociones y tratando de exponerlas de la manera más racional posible, cambiando con ello, pues obtiene un mayor conocimiento de sí misma, lo que le origina también más «seguridad, confianza y optimismo» (Rodríguez, 2011: 52-53), como se aprecia en la esperanza transmitida en el final. Una esperanza, por otro lado, que, en general, es buscada por los personajes que crea Soledad Puértolas, como recuerda Di Benedetto (2011: 158), quien, además, opina sobre cómo se manifiesta esta búsqueda en *Una vida inesperada*:

[...] la búsqueda se aprecia con la protagonista sin nombre de *Una vida inesperada* [...] Soledad Puértolas erige la búsqueda en valor, llegue a un destino o no esta investigación personal (Di Benedetto, 2011: 159).

En definitiva, la protagonista concluye asumiendo su vida, admitiendo que, aunque hubiera deseado que fuera diferente, es la que ha creado, con lo que se distinguen también las ideas de Demetrio (1999) sobre la autobiografía, quien insiste en esta posibilidad de aceptación de la vida que brinda la escritura, así como los cinco «"poderes" analgésicos y reconstituyentes del trabajo autobiográfico» (Demetrio, 1999: 46) que recoge: «evanescencias», «convivencias», «recomposiciones», «invenciones» y «despersonalización» (Demetrio, 1999: 46-57). Así, en *Una vida inesperada*, estas «condiciones paliativas» (Demetrio, 1999: 46) aparecen con claridad: el alivio del sufrimiento que provoca el recuerdo de una experiencia dolorosa, ayudando a «hallar refugio» (Demetrio, 1999: 47) en la propia memoria; la relajación y plenitud sentidas ante «las libres asociaciones» (Demetrio, 1999: 50) de recuerdos; el distanciamiento que supone la escritura, sin verse del todo reflejada en sus palabras; o la despersonalización de las vivencias rememoradas, que posibilita adentrarse en el «placer y el gusto por la empresa» (Demetrio, 1999: 55), la cual llega a considerar como indispensable en su vida.

4. CONCLUSIONES

Una vez finalizado el estudio, se aprecia que se han cumplido los objetivos y la metodología expuestos en «1. Introducción», de modo que se pueden recoger las siguientes conclusiones.

En primer lugar, he elaborado en el trabajo una presentación del planteamiento de la novela de Soledad Puértolas *Una vida inesperada* (1997) en la que he reflexionado acerca de la voz narradora y de la protagonista, viendo la manera en que la autora entretiene la forma y el argumento de su obra y atendiendo a la intertextualidad y a las conexiones percibidas con otras publicaciones de Soledad Puértolas, en concreto *Recuerdos de otra persona* (1996), *Con mi madre* (2001) o «El peso de la enfermedad» (2006). En este capítulo, he explicado cómo el libro se corresponde con el escrito que lleva a cabo la protagonista anónima y sobre la naturaleza del mismo; es decir, he recogido cómo acude a la escritura para recordar su vida e indagar en su interior, siempre motivada por la irrupción de su vieja amiga Olga, que incluso llega a estructurar el relato en cinco capítulos, en virtud de las cinco ocasiones en que la mujer reaparece. Además, he señalado los temas que se identifican en la novela, pero insistiendo en que la retrospectiva y el proceso interno que la protagonista realiza adquieren la mayor relevancia, constituyéndose como el eje vertebrador de la narración, influido por las enfermedades que padece y que condicionan su vida, al carecer de comprensión y validez por parte de su entorno, especialmente de su madre.

A continuación, me he centrado en el proceso de liberación que supone la escritura, comenzando a examinar los espacios de la novela, ya que la posesión de un espacio –un cuarto propio– surge como un requerimiento para poder desarrollar esa actividad, a la vez que la búsqueda de un lugar en el mundo que desempeña la protagonista explica la situación en la que se encuentra cuando se refugia en su escritura, a partir de la cual consigue ir avanzando lentamente, asumiendo sus problemas y aceptando la vida que ha construido con los años; es decir, su escritura emerge como un refugio más, pero se transforma paulatinamente en un lugar seguro, en un simbólico espacio protegido desde el que, alejada del mundo, volver a conectar con él. Precisamente, en este apartado del trabajo, he establecido las diferencias existentes entre las nociones de «cuarto propio», «refugio» y «lugar seguro», para observar cada una de ellas dentro de *Una vida inesperada*.

Respecto a estas nociones, he recuperado las ideas que Virginia Woolf transmite en *Un cuarto propio* (2008), donde afirma que, para escribir, cualquier individuo, ya sea hombre o mujer, necesita dinero y un cuarto propio donde recogerse, aislarse y concentrarse en su obra, lejos de interrupciones y miradas ajenas. A partir de aquí, he manifestado la proximidad de este término con el de refugio, en tanto que, al disponer una persona de una habitación, esta puede permanecer en soledad, separada del resto; sin embargo, he incidido en que esa acción puede ser tanto negativa, si se recurre a ella para aislarse y huir del entorno, como positiva, cuando el acto responde a una necesidad de hallar concentración y silencio o cuando se busca conscientemente la soledad para intentar reconciliarse con el mundo. Por lo tanto, seguidamente, he referido la manera en la que el concepto de refugio positivo se acerca al de espacio protegido, ya que este se corresponde con el lugar en el que uno se siente a salvo y en sintonía con el ambiente; se trata del sitio en el que no se piensa que se pueda quedar expuesto ante los demás, sino que se experimenta un sentimiento de pertenencia, pudiendo descansar y comportarse con normalidad, libre de temores o prejuicios. Asimismo, he añadido que un espacio seguro no tiene que darse siempre en un emplazamiento físico y concreto, sino que también puede ser el interior de cada persona, ante lo cual me he detenido en la técnica del enfoque propugnada por Eugente T. Gendlin, conocida como *focusing*, puesto que el primer paso (movimiento) de la misma consiste, justamente, en despejar el espacio interior personal; es decir, lograr adentrarse dentro de uno mismo para identificar todos los problemas y conflictos que molestan, pero distanciándose de ellos, hallando la separación necesaria para no fundirse con aquello que provoca el malestar, pero sin ignorarlo, de forma que se maneje con efectividad:

Por supuesto, sigues aún viendo todos esos problemas delante de ti. Todos están ahí todavía. Pero tú has entrado en un pequeño refugio donde, por algún tiempo, no te pueden hacer daño (Gendlin, 2015: 111).

Además, he mencionado el *focusing* escrito, al comparar este lugar seguro interior con la escritura, en tanto que esta posibilita la obtención del distanciamiento requerido para la creación del espacio, puesto que, al volcar los conflictos en el papel, estos quedan ya fuera del individuo, con lo que este puede observarlos y tratarlos como si fueran de otra persona, sin coacciones de miradas o intromisiones ajenas, ya que la escritura actúa también como un refugio positivo donde nadie puede entrar sin consentimiento.

En *Una vida inesperada*, estos espacios se presentan entrelazados entre sí, con unas separaciones muy difusas entre refugio y lugar seguro, pero, sobre todo en el final, terminan aclarándose. Esto se debe a que, desde pequeña, la protagonista ha buscado todo tipo de refugios –su habitación; la enfermería del colegio; una casa propia; su trabajo– en los que poder aislarse y no dar explicaciones acerca de sus enfermedades, pudiendo reposar, no solo físicamente, sino también mental y espiritualmente, de la incomprensión, los juicios reprobatorios e incluso las negaciones, como las de su madre, quien marca para siempre su personalidad y su forma de relacionarse con los demás, al no haber recibido su apego y no haber crecido con la convicción de tener en ella un «refugio seguro» (Siegel, 2007). No obstante, al abandonarse a la escritura, ahonda en sus problemas, en todos sus rencores y miedos, así como en sus anhelos más profundos y, lo que empieza como refugio, lentamente se convierte en lugar seguro: desde el aislamiento en el que voluntariamente se ha encerrado, llega a percatarse de lo horrible de su situación y decide que no desea continuar así, de modo que consigue aceptar todo lo que le ha sucedido y opta por avanzar, por caminar día a día y no rendirse. Cuando escribe, deja de ser consciente del paso del tiempo y se siente cada vez más liberada, hasta el punto de que la actividad se convierte en algo indispensable en su vida, al igual que la natación, su gran espacio protegido, donde por fin pertenece a un colectivo y olvida sus problemas y sus dolores, despojándose de cuanto la atormenta.

Finalmente, la última parte del trabajo la he dedicado a la capacidad de la palabra escrita para ayudar a recordar y comprender el pasado y, consecuentemente, poder avanzar hacia el futuro, observando cómo sucede en la novela y el proceso que experimenta con ello la protagonista. Así, he mostrado la evolución que sufre desde una situación en la que se encuentra invadida por rencores, miedos y fantasmas del pasado hasta otra en la que alcanza un estado emocional más equilibrado, tras haberse liberado de todos estos perjuicios, descubriendo la existencia de ellos y aceptándolos como parte irremediable de su vida. Un cambio que tiene lugar gracias al acto de la escritura, que le permite explorar con distancia en sus memorias más dolorosas y nostálgicas, adentrándose no solo en los hechos sucedidos, sino en los sentimientos que despertaron en ella; viajando hasta lo más profundo de su ser, que he denominado como su complicado mundo interior, asumiendo su parte de culpa y entendiendo que no puede dejarse vencer.

Para la explicación del proceso liberador y terapéutico de la escritura, me he valido de una serie de estudios, como los de Siegel (2007), Siegel y Bryson (2012), Barceló

(2013), Stevens (1976), Rodríguez (2011) o Demetrio (1999), que inciden en los beneficios de una escritura reflexiva personal o, incluso, simplemente, de contar historias, haciendo trabajar a los dos hemisferios del cerebro para aunar lo más lógico con lo más emocional y, así, ser capaces de conseguir un autoconocimiento individual y también en relación con los demás, afrontando traumas y conflictos con una mayor efectividad; justo lo que obtiene la protagonista de la novela aquí analizada.

De esta forma, al ir creando su «pequeña torre de papel» (Puértolas, 1997: 313), la protagonista anónima inquiere dentro de sí misma, comprendiendo sus vivencias y las de su entorno y alcanzando una moderada integración, pues advierte que, en su aislamiento, ha ejercido más voluntad de lo que pudiera haber pensado. Con ello, se percata de cuáles son sus verdaderos problemas y sentimientos, de manera que toma consciencia de lo que debería hacer para modificar su estado y, así, al final, ya puede abrir su encierro a otra persona y compartir su vida con Carlos. Por lo tanto, su escrito le proporciona una auténtica liberación, al distanciarse de sus emociones y exponiéndolas racionalmente, distinguiendo el origen y las consecuencias de las mismas y permitiéndose cambiar en el proceso, al ir contagiándose de una mayor confianza. En definitiva, consigue aferrarse a la esperanza, gracias a que asume su vida tal y como es, con lo que le gusta y lo que detesta, pero, al fin y al cabo, suya, por lo que ya sabe que no se detendrá y continuará avanzando por las calles que constituyen el camino que es la vida, hasta que una de ellas se eleve en el aire y se pierda entre las nubes.

Para finalizar el trabajo, quisiera decir que se ha tratado de un primer acercamiento al tema, que espero continuar en futuras investigaciones, pero considero que sí ha servido para examinar la escritura terapéutica no solo en las obras autobiográficas de Soledad Puértolas, sino también en una de sus novelas, vislumbrando el dominio de la autora de dotar de la más absoluta verdad a su literatura, con una sensibilidad y un respeto que resultan muy difíciles de encontrar en un escritor.

5. BIBLIOGRAFÍA

5.1 Bibliografía primaria

PUÉRTOLAS, Soledad (1996). *Recuerdos de otra persona*, Barcelona: Editorial Anagrama.

_____, Soledad (1997). *Una vida inesperada*, Barcelona: Editorial Anagrama.

_____, Soledad (2001). *Con mi madre*, Barcelona: Editorial Anagrama.

_____, Soledad (2006). «El peso de la enfermedad», en AA.VV, *Palabras de mujer*, Madrid: Fundación ONCE, pp. 23-26.

5.2 Bibliografía secundaria

5.2.1 Bibliografía literaria

DI BENEDETTO, Christine (2011). «Soledad Puértolas: autobiografía y ficción», *Turia*, núm. 100, pp. 148-160.

DiNONNO INTEMANN, Marguerite (2011). «La búsqueda de la solidaridad en las novelas de Soledad Puértolas», *Turia*, núm. 100, pp. 161-170.

FERNÁNDEZ, Daniel (2011). «El final del verano», *Turia*, núm. 100, pp. 131-147.

FUENTE, Inmaculada de la (2011). «Una creadora de personajes», *Turia*, núm. 100, pp. 223-227.

HERNÁNDEZ, Teresa (1998). «El orden secreto de la nueva narrativa II (1997-1998)», *Barcarola, Revista de creación literaria*, núm. 56-57, pp. 251-281.

MERINO, José María (2011). «Bienvenida a la casa de las palabras», *Turia*, núm. 100, pp. 192-199.

PRÁDANOS GARCÍA, Luis Iñaki (2006). *Los silencios fenomenológicos en Soledad Puértolas*, Tesis de Máster, Universidad de Texas.

RUIZ DE LA CIERVA, María del Carmen (2011). «Soledad Puértolas: feminismo y catarsis», en Ana Calvo Revilla, Juan Luis Hernández Mirón y María del

Carmen Ruiz de la Cierva, ed., *Estudios de narrativa contemporánea española. Homenaje a Gonzalo Hidalgo Bayal*, Madrid: CEU Ediciones, pp. 71-81.

WANG, Jun (2000). «Memorias introspectivas: *Una vida inesperada*», en *El mundo novelístico de Soledad Puértolas*, Granada: Editorial Comares, pp. 289-350.

WOOLF, Virginia (2008). *Un cuarto propio*, María-Milagros Rivera Garretas, trad., Madrid: horas y HORAS, la editorial. [1929, *A Room of One's Own*].

5.2.2 Otra bibliografía

ALEMANY BRIZ, Carlos (2007). «Focusing por escrito», en Carlos Alemany, ed., *Manual práctico del focusing de Gendlin*, Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer, pp. 387-393.

BARCELÓ, Tomeu (2013). «Un lenguaje para el cuerpo», en *La sabiduría interior. Pinceladas de filosofía experiencial*, Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer, pp. 149-166.

DEMETRIO, Duccio (1999). *Escribirse. La autobiografía como curación de uno mismo*, Laia Villegas, trad., Barcelona: Paidós. [1995, *Raccontarsi*].

GENDLIN, Eugene T. (2015). *Focusing. Proceso y técnica del enfoque corporal*, Josefina Martínez, trad., Bilbao: Ediciones Mensajero. [1978, *Focusing*].

LOWEN, Alexander (1993). «De cara al mundo», en *La espiritualidad del cuerpo. Bionérgica, un camino para alcanzar la armonía y el estado de gracia*, Gloria Vitale, trad., Barcelona: Paidós, pp. 159-175. [1990, *The Spirituality of the Body. Bionergetics for Grace and Harmony*].

RODRÍGUEZ, Manu (2011). *Manual de escritura curativa. Escribir para sanar*, Córdoba: Editorial Almuzara.

SIEGEL, Daniel J. (2007). *La mente en desarrollo. Cómo interactúan las relaciones y el cerebro para modelar nuestro ser*, Jasone Aldekoa, trad., Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer. [1999, *The Developing Mind. How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*].

- _____, Daniel J. y Tina Payne Bryson (2012). «Dos cerebros son mejor que uno: Integrar el izquierdo y el derecho», en *El cerebro del niño. 12 estrategias revolucionarias para cultivar la mente en desarrollo de tu hijo*, Isabel Ferrer Marrades, trad., Barcelona: Alba Editorial, pp. 33-61. [2011, *The Whole-Brain Child. 12 Revolutionary Strategies to Nurture Your Child's Developing Mind*].
- STEVENS, John O. (1976). *El darse cuenta. Sentir, imaginar, vivenciar. Ejercicios y experimentos en terapia gestáltica*, Martin Bruggendieck, trad., Chile: Cuatro Vientos Editorial. [1971, *Awareness: Exploring, Experimenting, Experiencing*].

5.2.3 Entrevistas y documentales

- CARRIZO, Lluís (dir) (2013). «Soledad Puértolas», *Pienso, luego existo*, RTVE. Recuperado de «<http://www.rtve.es/alacarta/videos/pienso-luego-existo/pienso-luego-existo-soledad-puertolas/1974788/>». [Fecha de consulta: 11 de abril de 2016].
- URBANC, Katica (1998). «Soledad Puértolas. "He vuelto a la realidad de otra manera..."», *Espéculo. Revista de estudios literarios*, núm. 8, pp. 1-7. Recuperado de «https://pendientedemigracion.ucm.es/info/especulo/numero8/k_urbanc.htm». [Fecha de consulta: 11 de abril de 2016].
- VAL, Fernando del (2011). «Soledad Puértolas: la vida sobre el papel», *Turia*, núm. 100, pp. 256-268.

6. APÉNDICE. ENTREVISTA PERSONAL CON SOLEDAD PUÉRTOLAS

El viernes 10 de junio de 2016, Soledad Puértolas me cita en la terraza del restaurante Zurito, en Pozuelo de Alarcón (Madrid), su «sitio de citas». Tras agradecerle el encuentro, le explico que mi trabajo consiste en estudiar el poder liberador y terapéutico de la escritura en *Una vida inesperada*, ante lo cual confirma que, de sus novelas, se trata de la que presenta esta idea con mayor claridad.

Aida Díaz: Lo primero que querría preguntarle refiere a ese poder liberador y terapéutico de la escritura. Vi un documental que le hicieron para el programa *Pienso, luego existo...*

Soledad Puértolas: ¡Ah, ese es muy bonito! Está muy bien.

AD: ..., en el que usted afirmaba que poder escribir sobre uno mismo te aporta una sensación de liberación que resulta maravillosa. Me gustaría saber, ahondando un poco en el origen, cómo se alcanza ese conocimiento, ese proceso liberador; si el hecho de la escritura terapéutica surge en usted como una necesidad o si, por ejemplo, había oído hablar antes del beneficio de la escritura. ¿Teoría aplicada o necesidad espontánea?

SP: Sí, entiendo lo que me preguntas. No, yo creo que no lo planteo teóricamente; lo que yo creo es que es una vivencia lo que, desde que empiezo a escribir, desde muy pequeña, veo que forma parte de mí, de mi manera de estar en el mundo. En ese sentido, en ese momento, de niña y luego de adolescente, pues no me pongo a analizar si es terapéutico o no. Con el tiempo, te das cuenta de que, si es parte de ti, es porque te ha servido, te has apoyado. Para mí, ha sido como un fundamento en el que apoyarme, porque era, en cierto modo, una manera de expresar unas partes mías que la vida no me daba esa oportunidad de hacerlo; esa manera de interpretar la realidad no cabía en la vida que se me proponía y que yo estaba viviendo. Entonces, ese reducto personal de la imaginación, con todo lo que implica de reelaboración de la propia vida, de todo, es como un refugio que, a la vez, es una especie de alivio pensar que solo tú estás allí; es tu vida y tu vida personal, que nadie manipula, es justo lo que tú quieres construir. Eso es muy satisfactorio, yo creo que eso ya proporciona como una especie de... ¡Sí, lo que dices: terapéutico! Nunca lo llamaría así yo, porque «terapéutico» parece que te vas a curar; no sé cuál es exactamente la definición y tampoco nos importa (ríe). Lo importante es que no cura, pero simplemente vives, haces que la literatura se convierta

en tu gran aliada, es tu identidad, por lo menos para mí, para mí es mi identidad. Yo, donde más me siento «yo», es cuando escribo; ahí veo que estoy más implicada que en el resto de las cosas que hago.

AD: ¿Como una forma de estar en el mundo?

SP: Es la forma de estar en el mundo, exacto. Es el sitio desde el cual yo ya me relaciono con el mundo. Está tan integrado ya en mí, que decir si es terapéutico o no, no tiene sentido (ríe).

AD: Pero sí ayuda, por ejemplo, para poder afrontar algo ante lo que no tienes un interlocutor o que sientes que no acabas de superar; para buscar el medio dentro de ti mismo.

SP: Claro, sí, sí. Más que nada, porque ves que las cosas negativas, que todo lo que sucede que no te gusta, eso luego lo transformas, o sea, tú ya tienes una especie de herramienta personal, muy personal, para transformar eso en otra cosa. Si luego lo transformas, si lo consigues meter en una novela, realmente te ha dado una nueva perspectiva de lo que es y, entonces, todo te puede enseñar, todo te sirve: todo es material de desecho y todo es material que te sirve a ti, incluso lo doloroso, incluso lo ruinoso. El material de desecho es muy interesante, precisamente; no todo lo perfecto. La felicidad, a veces, o los momentos de plenitud son casi los que, a lo mejor, no te sirven, porque son tan plenos que luego a la literatura no llegan, porque, en realidad, uno trabaja o uno está obsesionado, pienso yo, con darle vueltas a las cosas que no entiendes o las cosas que te hacen algo que no encaja. La felicidad está fuera de toda explicación y te encanta, porque no la pones en cuestión y sabes que..., bueno, no la quieres analizar. Entonces, eso, en definitiva, te sirve más, desgraciadamente, te sirve más (ríe). Las cosas más dolorosas o inquietantes o perturbadoras: esa es la verdad. Lo que pasa es que, claro, si tienes solo esa mirada, te convertirías en un escritor muy amargo, o sea que lo que es fundamental es también ser capaz, pienso yo, de ver la variedad de las emociones de la vida, para que, aunque no sean las que tú describas de una forma prioritaria, estén ahí presentes, estén ahí rodeando la acción, porque, si no, es irreal también.

AD: Poder asumirlas como una más dentro del proceso.

SP: Efectivamente, y cómo es parte. Está todo muy relacionado, porque no puedes decir «aquí está el dolor; aquí la alegría». Es que hay momentos como los niños, que empiezan a reír y dices: «¡Ay, es que se va a poner a llorar!». De la alegría al llanto, de la risa al llanto... Hay momentos que sí... O la felicidad, cuando se pasa, te entra la nostalgia más grande; casi la felicidad perdida es de los dolores que producen mayor melancolía. O sea, que todo está mezclado: no podemos diseccionar. Lo bueno de la novela es que es un cajón de sastre.

AD: Cabe todo.

SP: Cabe todo. Es lo más parecido a la vida.

AD: En ese sentido, ¿lo recomendaría?

SP: Escribir yo creo que es recomendable. Fíjate, eso los terapeutas sí que lo recomiendan. Es coger distancia, es encontrar otra voz, es encontrar otro yo, porque tú eres la persona que está aquí, que te mueves, que vas, pero el que escribe ya es otro. Yo creo que es un ejercicio mental de coger distancia. Sí, sí, sí que ayuda. Pero cualquier cosa: escribir. Escribir un diario te lo dicen hasta los médicos casi de cabecera, de familia, no necesitan ser psiquiatras ni nada: «Escribe un diario», te dicen. Yo tengo una amiga médica que siempre lo dice: «Yo le digo a todos mis pacientes que escriban un diario». Porque se distancian. Al verte a ti, aunque utilices la primera persona, estás en otra persona... Y si utilizas la tercera persona, mejor todavía, porque todavía te distancias más. Pero sí, sí, yo creo que es recomendable, sí.

AD: En cuanto al desencadenante de la escritura, centrándonos en *Una vida inesperada*, en esta novela se corresponde con Olga: la irrupción de la vieja amiga promueve en la protagonista toda una lluvia de recuerdos y la adentra en su interior. Pero, realmente, es una situación que ya está en *Recuerdos de otra persona*, en un texto que titula como «Presente», donde reflexiona sobre la capacidad de un encuentro inesperado con una persona de tu pasado de traer al momento retales de tu vida y de hacerte ver todo lo que ha cambiado desde que la conocías hasta el encuentro. Me llamó la atención y me gustaría saber hasta qué punto fue una coincidencia inconsciente; si estuvo presente en la concepción de la novela o si, simplemente, era un tema que ya latía para construirse.

SP: Claro, es que es un tema importante. Cuando una persona te ha afectado en la vida ha tenido un peso. Siempre tenemos una serie de personas que nos impresionan más, a las que admiramos o las que nos sirven, si no de modelo, como un ideal al que sabemos que, a lo mejor, no tenemos todas esas capacidades o, no sé, virtudes y defectos, no somos así, pero que nos interesa mucho. Tenemos esta cosa de..., somos vampiros, ¿no? Somos esponjas, porque necesitamos eso, nos surtimos, nos nutrimos de cómo son los demás. Entonces, esas personas que, con el tiempo, a lo mejor ya pierden su poder sobre ti, porque tú ya evolucionas por otros caminos, a lo mejor, si al cabo del tiempo... Yo creo que este es un tema que está en mí, está en mi manera de mirar al mundo. Y estoy pensando..., efectivamente, creo que hay un relato que se llama «La mirada del adiós», creo que es ese que tú dices.

AD: ¿En *Recuerdos de otra persona*?

SP: En *Recuerdos de otra persona*.

AD: Sí, aunque yo tenía en mente «Presente».

SP: «Presente», sí.

AD: Pero es verdad que es un tema que está en varios textos.

SP: En varios textos, sí. ¿Hay uno que se llama «Presente»?

AD: Sí.

SP: Hay uno que se llama «Presente», sí, ya me acuerdo que hay uno que se llama «Presente» (risas). Pues sí, son esas sensaciones que se tienen en la vida de decir «¿aquí que pasa ahora?»... Como esta persona... «¿En qué estado estoy yo con ella?», cuando la relación ha tenido un peso que, además, la otra persona ni sospecha.

AD: Todo el mundo interior.

SP: Todo el mundo interior es tuyo, ¿no? Entonces, eso es algo que está ahí. Yo creo que con Olga... Es que, realmente, la frase esta primera... ¿Cómo empieza *Una vida inesperada*?

AD: Tengo el libro (risas).

(Mientras saco el libro, la autora medita sobre ese comienzo).

SP: Es que me vino la frase a la cabeza, ¿sabes? (ríe). Este sí que fue un comienzo de esos... «¡Plaf!»... Que te viene la frase.

AD: Inesperados (risas).

SP: Inesperados, sí. Dije: «¡Ya la tengo, ya la tengo!». (Recuerda). Hace tiempo... No... ¡Ayer!

AD: «Ayer por la mañana».

SP: «Ayer por la mañana». ¡Uy, este me costó muchísimo, este párrafo! (Le cedo el libro y lee en voz alta, con rapidez). «Ayer por la mañana, mientras hacía los recados de los sábados por las tiendas del barrio, me pareció ver a Olga. Ni siquiera la saludé». Es un momento que me gusta mucho y, entonces, arranqué, arranqué.

AD: Es justo la irrupción.

SP: La irrupción. Eso me gustó y me pareció como que era vital, alegre y que tenía...

AD: Lleno de movimiento.

SP: ¡Lleno de movimiento! Y me gustó mucho, porque implicaba que ella ya, a aquella Olga, va a ser capaz de afrontarla de otra manera, porque está en un momento de la vida más capaz de moverse y más libre. La que está narrando ahora es una persona mucho más libre de lo que ha sido antes cuando conocía a Olga. Entonces, era el tono. De repente lo comprendí: «Ayer por la mañana» y «¡pon!». Y, entonces, ya dije: «Ya tengo: es Olga, la de los anillos azules». Es que me la imaginé perfectamente y, verdaderamente, hay que decir que es un personaje completamente inventado, pero bueno, hecho con sensaciones, claro. Pero es muy significativo de ese tipo de persona segura de sí misma, que siempre está haciendo algo en principio fascinante, mientras tú estás todavía sin decidirte. Yo creo que ese tipo de...

AD: Del contraste de lo exterior con tu mundo interno.

SP: Del contraste, exacto, con tu mundo interno que no has conseguido... Encima, ella es una enferma crónica, entonces, claro, esta mujer tan segura, tan desenvuelta; y ella es lo contrario. Por eso me gustó el arranque, que es muy desenvuelto (ríe). Pero me vino, me vino mágicamente. La frase me vino a la cabeza.

AD: Hablando de influencias, más allá de este texto, de «Presente», he visto un cierto paralelismo con el cuento de la gallina petirroja que recoge en *Con mi madre*, en tanto que todas las obsesiones de aquella gallina las siente la protagonista de *Una vida inesperada* y, en general, muchos de los personajes de su obra. Esa búsqueda de encontrar un lugar en el mundo, ese entorno que puede resultar hostil y, sobre todo, esa necesidad de comprensión y de verse validado por el otro creo que es un eje que podría hilarlos.

SP: Sí, esa sensación insoportable que es la incompreensión. Se ve como hostilidad, claro, es vivida como hostilidad. Quizá había que llegar hipotéticamente a la serenidad de que te diera igual la indiferencia, la sabiduría de la indiferencia, pero...

AD: Pero siempre está.

SP: Cuesta, ¿no? Cuesta (risas). Y, además, ni siquiera sé si es sana la indiferencia. En esta civilización en la que vivimos es casi imposible ser indiferente. Entonces, ese sí, eso sí que es un punto. La gallina petirroja, que no recuerdo el cuento, me lo inventé.

AD: Sí, cambia el final.

SP: Porque no me acuerdo cómo era la gallina petirroja, pero debía de ser algo parecido, porque si me afectó tanto y si me impresionó y está, como tú dices, en la línea... Luego, al reelaborarlo un poco y decir qué creo recordar, pues es que, efectivamente, estoy hablando de mis problemas, pero los problemas que tiene una niña que quiere escribir y que el motivo es ese, el motivo es la búsqueda esta de la comprensión. Yo creo que es eso: la comunicación, sí.

AD: De hecho, en el trabajo lo planteo como uno de los aspectos básicos de la novela.

SP: Yo creo que sí.

AD: Motivado también por su enfermedad, por la incompreensión, sobre todo, materna, al no sentir esa validez y ver, incluso, negado el hecho de ser una persona que tiene una enfermedad; cómo va condicionando sus relaciones de amistad o de amor y esa búsqueda de un espacio propio, un refugio, pero que pueda convertirse después en un espacio protegido que le permita conectar, que no sea solo aislarse.

SP: Sí, claro. Exactamente, exactamente.

AD: Porque es todo el proceso que la protagonista acaba llevando en su vida.

SP: ¡Claro, claro! Que no es fácil, sí.

AD: Hasta que, al final, consigue compartir su vida. Pero es todo un proceso.

SP: Sí, sí, pero cuesta: es todo un proceso difícil, difícil. No sabemos hasta qué punto lo consigue, parece que quiere conseguirlo (ríe). No lo sé, pero...

AD: Al menos avanza.

SP: Al menos avanza.

AD: Que es lo importante.

SP: Al menos avanza, al menos avanza y...

AD: No rendirse.

SP: No rendirse, exactamente, no rendirse, sí, sí. Yo creo que sí, que es totalmente cierto lo que dices. Yo me siento totalmente reflejada y comprendida con esto, sí (risas).

AD: ¡Hay validez, entonces! (risas).

SP: Hay validez, hay validez en tus palabras (risas). Sí, sí.

AD: Al hilo de la enfermedad, en la novela... (me interrumpe, al venirle una interesante reflexión a la mente).

SP: ¡Una cosa que sí que se me ha ocurrido mientras hablabas! Que es que la enfermedad, efectivamente, es que yo creo que ahí actúa también como metáfora, ¿no? Metáfora de lo que uno es y es intransferible. Claro, la enfermedad agrava el aislamiento y agrava..., agrava la incomunicación, porque es algo que a los demás incomoda, que fastidia. Una persona enferma es una persona fastidiosa (ríe). Es una persona... (risas). Entonces, en ese sentido, sí que actúa como una metáfora potente, ¿no? Pero es... Nada más, que se me ha ocurrido meterme...

(En este momento, al ser atendidas, hacemos una breve pausa en la entrevista y la autora me confiesa que ese restaurante es «su sitio de citas», aunque, durante este año,

ha estado muy ocupada y no ha podido quedar con nadie, ante lo cual bromeamos sobre ser yo «la del año»).

AD: Sobre la enfermedad, en un libro que publicó la Fundación ONCE en el 2006, *Palabras de mujer*, usted colaboró con «El peso de la enfermedad».

SP: No me acuerdo muy bien.

AD: Lo que hizo fue aportar, precisamente, fragmentos de *Una vida inesperada*.

SP: ¡Ah, claro, claro, por eso no me acordaba, claro!

AD: E insistir en el esfuerzo que supone vivir desde la enfermedad.

SP: Exacto, con la enfermedad, claro, claro. Eso sí me preocupa mucho, sí.

AD: Realmente, es una reflexión, no una pregunta (ríe). Lo llamativo de utilizar «vivir»: no es tanto combatir una enfermedad, sino el hecho de vivir, del día a día; de lo que te supone y de encontrar la normalidad dentro de la diferencia, dentro de lo que se pueda.

SP: Sí, sí, sí, eso sería, eso sería. Sí, es verdad, es verdad. En eso estamos todos los que somos un poco enfermizos, sí, en buscar...

AD: La búsqueda de adaptarte.

SP: La búsqueda de adaptarte, porque... Claro, lo peor de eso sería la palabra «resignación», que es detestable. No, no, no hay que resignarse, porque no tiene gracia la resignación; es como ceder, ¿no? Pero, a la vez, no te puedes tampoco ceder a tus impulsos de aislamiento, porque la enfermedad también te... Y toda dolencia y toda limitación te... (Suspira). Entonces, es un poco difícil, pero, es eso, lo que tú dices. Pero, bueno, también hay que decir una cosa: que las luchas..., bueno, son interesantes, tienen interés. Eso me parece que lo cito siempre en algún sitio, porque me hace mucha gracia, cuando a Giacometti lo atropelló un coche, dijo: «Al fin me ha pasado algo».

AD: ¡Ah, sí!

SP: Y es muy bueno eso. Bueno, es horrible que te atropelle un coche y digas eso, pero, a la vez, es estupendo (ríe). Porque, claro, es que es la vida; la vida tiene atropellos también, ¿no? Entonces, yo creo que..., bueno, te da unas oportunidades de conocer

cosas que, a lo mejor, si no te hubieran atropellado, no te hubieran pasado. Y es la verdad y como eso es verdad, pues eso es indiscutible. Entonces, hay que agarrarse a eso: las verdades indiscutibles (risas).

AD: Simplemente, para terminar –de nuevo, es otra reflexión–, quisiera señalar el uso de la enfermedad en la novela, el no utilizarla como símbolo, que la literatura está plagada de ciegos que ven más que los demás; utilizarla como una vida, enferma, pero una vida más. Eso puede llegar a provocar que el lector conecte y que te haga también indagar en ti mismo, como a la protagonista.

SP: Sí, sí, supongo que sí.

AD: Solo era un aporte (ríe).

SP: Pues sí, ese aporte que dices tú, sí. Supongo que es eso lo que me empuja a escribir esta novela; el decir «bueno, voy a expresar esta personaje con tantas inconcretas y vagas dolencias». Que tampoco trataba yo..., no quería hacer una descripción de la enfermedad, porque, porque...

AD: Es más su vida, cómo forma parte.

SP: Sí, eso es: cómo forma parte. Y ese tipo de dolencia que es con el que convivimos muchas personas, porque es que no todo tiene diagnóstico, no todo son enfermedades graves, no todo es así, si no... Son vaguedades que, al final, son... (Ríe).

AD: Son las que pesan.

SP: Son las que pesan y no son imaginarias. No son imaginarias, ni muchísimo menos. Pero, sí, me interesa, me interesa esa reflexión, sí.

AD: Para culminar esta especie de «entrevista-reflexión», puede que sin mucho rigor periodístico... (Risas).

SP: No, bueno, muy bien lo estás haciendo (risas).

AD: No puedo evitar preguntar si tiene ahora mismo algún proyecto literario en mente.

SP: Sí, mira...

AD: Es la pregunta de rigor.

SP: Es la pregunta de rigor. Bueno, ahora saco un libro de relatos, que es otro libro de relatos, porque el último es también de relatos, *El fin*, con lo cual ahora saldrá en octubre otro que se llama *Chicos y chicas*. Es gracioso, el título (risas). A mí me hace gracia y al editor también le ha hecho gracia, porque, como es así, piensa que se va a vender, claro, el pobre, porque no se vende nada..., nada, literatura es un desastre. Pero, bueno, él está ya ilusionado y yo muy agradecida de que esté ilusionado. Y, ahora, precisamente, él estaba..., me han encargado la contraportada y, entonces, esta mañana la he enviado ya, porque siempre les das una idea de lo que tú quieres o tú piensas que podrían poner y luego ellos lo elaboran y lo que sea. Entonces, eso es un proyecto que ya está, lo que pasa es que, mientras no salga a la luz, estás en un momento que, aunque tengo una novela en marcha, pues ahora la tengo un poco descansando, descansando. Y, luego, pues también estoy en un proyecto sobre un ensayo sobre las palabras; eso me divierte mucho, ver etimología de ciertas palabras, la evolución de ciertas palabras, eso me divierte y lo hago, además, con más gente y tal... Bien. Muchas cosas.

AD: Tiene trabajo, desde luego.

SP: Uy, muchísimo, no paro, no paro, no.

AD: No se puede quejar (risas).

SP: Esa es la verdad, no. Tengo, tengo... Necesito. Supongo que mi cabeza necesita estar siempre empleada, girando, porque, si no, yo creo que no sé adónde iría (risas).

10 de junio de 2016.