

Ruido Neuronal



Jhair
Ayala

*“La mente es un vasto cosmos en expansión,
pero a veces sus estrellas colapsan en
agujeros negros.”*

*"El cerebro es el universo más complejo que
conocemos,
lleno de misterios y ruidos invisibles."
Carl Sagan*

Prólogo – Ruido Neuronal

No es una historia de redención.

Tampoco un manifiesto de advertencia.

Es una bitácora de impulsos. Una oscilación escrita desde la raíz de un sistema en colapso lento. Como un registro electroencefalográfico cuya línea nunca es plana, pero sí cada vez más errática.

Hubo una vez un sujeto. No protagonista, ni mártir, ni héroe.

Solo alguien que vivió el colapso como si fuera parte del diseño.

Nadie notó cuándo empezó a fracturarse. Tal vez ni él mismo lo notó al principio. Porque el deterioro no siempre grita. A veces susurra, se camufla entre gestos, y se manifiesta en cálculos cotidianos que ya no suman.

La realidad le pesaba como una constante gravitacional alterada.

Cada decisión parecía una partícula sometida al principio de incertidumbre.

Y él, incapaz de predecir su propia trayectoria.

No hablaba. O hablaba en códigos.

La tristeza se expresaba en tecnicismos: entropía, masa crítica, caída libre.

La alegría era un evento cuántico inestable, casi imposible de observar sin colapsarla.

Comenzó a escribir. Quizá para registrar su deriva. Quizá como forma de sostener el lenguaje que aún le quedaba. Cada poema era una onda, un eco, una expresión de su ruido interno convertido en ritmo.

Pero el ruido no siempre busca orden. A veces solo quiere persistir, resistir, coexistir con el caos.

Lo cierto es que los escritos que dejó no siguen una línea narrativa.

No sabrás con certeza si lo que lees, ocurrió antes o después del inicio del deterioro.

Porque aquí el tiempo no es lineal: se curva, se repliega, se repite como una obsesión matemática.

No hay un punto de quiebre claro. Solo múltiples variables que interactúan hasta provocar un fallo estructural.

No hubo una persona que lo salvase.

Ni una razón concreta para caer.

Solo acumulación. Fatiga. Ruido.

Y, sin embargo, hay belleza. Una que vive entre la sintaxis del colapso.

Entre la metáfora y la biología, entre la física y la emoción.

Una belleza sombría que no te da respuestas,

pero sí preguntas.

Y al final de todo, eso es lo que queda: una obra
escrita por alguien que no pidió ser comprendido.

Solo ser escuchado, aunque fuese por última vez.

Las Voces Internas

1. Memoria Ocular	9
2. Inservible	11
3. Inercia Fatal	13
4. Asfixia sin fin	14
5. ¿Volviste a verme?	16
6. Moretones Invisibles	18
7. Clots Emocionales	20
8. Pánico Liquido	22
9. Bucle de Rabia	24
10. El préstamo	26
11. Antes del adiós	28
12. Ruleta rusa	30
13. Balanzas y espuma	33
14. Por tu bien	35
15. A pesar de eso	36
17. Solo el 4%	40
19. ¿Para qué mentirte?	45
20. Declaración Empírica	48
21. Apostar por Ti	49

22. Pigmento Ausente	51
23. Autoabandono.....	53
24. Después de todo	55
25. Estallidos	57
26. Autosabotaje.....	58
27. Decantación	60
Epílogo – Bitácora de Reanimación No. 0.0. ∞	62

1. Memoria Ocular

No la conozco en persona,
pero su alma me rozó desde una pantalla.
Su sonrisa—apenas dibujada—
y su mirada, tan ausente,
llena de gritos que no emiten palabras.

A veces parece feliz,
otras veces, la tristeza le tiembla en las
pupilas.
Y yo, desde este rincón sin luz,
solo deseo estar ahí,
romper el cristal que nos separa.

Si pudiera, tomaría el primer vuelo,
sin equipaje, sin destino,
solo con el anhelo de abrazarla
y susurrarle que todo va a estar bien,
aunque no sepa si me escucha,
aunque no sepa si me ve.

No hay promesas.
Ni certezas.
Solo dos máscaras cansadas
encontrándose por error o necesidad.

Pero algo en mí la reconoce,
como si ya la hubiera amado en otro tiempo,

en otro lugar.

Y aunque nunca llegue a tocar su piel,
se ha quedado marcada
en mi forma de mirar el mundo.

2. Inservible

Inservible.

Como una taza rota,
grietas donde el calor se escapó.
Sin mango, sin agarre,
pendiendo de dedos temblorosos.

Funciona, tal vez,
pero no sostiene,
no abraza,
no cumple.

Inservible.

Dar vueltas a un hilo enredado,
esperar que se anude solo,
cuando ya no quedan dedos,
ni ganas.

Inservible.

Una voz que se pierde,
una mirada vacía,
un intento roto,
un eco sin respuesta.

Inservible.

Esperar una disculpa,
una oportunidad fugaz
que se escapó antes de nacer.

Y en la noche,
cuando el cuerpo pesa,
esa palabra vuelve,
me habita,
me define:

inservible.

3. Inercia Fatal

Estando al borde,
siento el temblor:
mariposas que muerden el estómago,
un vacío inmenso,
oscuro, infinito.

Cruje adentro,
los órganos se mueven,
latido lento, desolado,
el pulso que sostiene la vida,
el mismo que ahora titubea.

Si me lanzo...
¿qué puede pasar?

El aire se corta,
el tiempo se quiebra,
el miedo me abraza,
la duda me consume.

4. Asfixia sin fin

Hasta respirar me cuesta,
una opresión cruel que se aferra al pecho,
un peso que aplasta y no se va.

Inmóvil,
veo la nada que no me ofrece sueños,
solo silencio vacío.

La pregunta golpea,
un tren sin carbón, sin freno,
un pensamiento que quiere apagar
el juguete que llevo dentro.

Ese juguete,
gastado por dentro,
rayado por años de batalla,
pero por fuera aún intacto,
puro, inocente,
como el día en que fue creado.

Y, sin embargo,
esa idea, oscura y temida,
me da más miedo que el miedo mismo:

vivir atrapado en un cuerpo
que no quería,

que no estaba listo
para soltar.

Miedo a no tener más vidas,
a rendirme en un juego
donde solo las voces en mi cabeza
mandan,
sobre la cruda verdad
que mis ojos ya ven.

5. ¿Volviste a verme?

—¿Volviste a verme?

—No importa... puedo seguir tranquilamente.

Ambos sabemos que eso no es verdad.

—Lo afrontaré yo solo.

Necesitas ayuda.

—Necesito comer algo, nada más.

Tienes que hablar con alguien.

—No tengo a nadie que quiera escucharme.

¿No tienes... o solo tienes miedo de ser una carga?

—...

—Tomaré un descanso.

No estás nada bien.

—¿Puedes callarte por un segundo?

—Estoy harto de que aparezcas
y me digas lo mismo,
una y otra vez.

—Estoy harto de escucharte,
de verte cada que algo no está bien.

—Estoy harto de mi forma de ser.

Solo quiero dejar de sentir,
dejar de escuchar,
dejar de ver todo esto.

¡Maldita sea!
Estoy roto, y lo sé.
Pero no hay nada que hacer...

El show debe continuar.

Así que, por favor...
deja de atormentarme más.
Y ponte de mi lado
esta vez.

6. Moretones Invisibles

Pero hay un dolor,
más hondo,
más callado,
más hijo de puta:
el que viene con palabras.

No las gritadas —
sino las que llegan
susurrando promesas,
vestidas de afecto,
con voz de “aquí estoy”.

El dolor de creer.
De confiar.
De mirar a los ojos
y no notar la mentira
hasta que te arrastra.

Porque no eran abrazos,
eran sogas.
No era compañía,
era una trampa disfrazada de calor.

Y cuando lo entiendes,
ya es tarde.
Ya estás atado.

Ya te rompieron el alma
sin siquiera tocarte.

7. Clots Emocionales

Huesos rotos.

Músculos desgarrados.

Y, aun así,

ninguno de esos dolores

me quebró tanto

como el silencio

de quienes decían ser mi casa.

Porque hay palabras

que no se dicen,

pero pesan.

Ausencias que duelen más

que cualquier herida abierta.

Pensé que la sangre

nos haría familia,

pero solo sirvió para manchar.

Creí en abrazos

que nunca llegaron.

Esperé apoyo

donde solo hubo juicio.

Me amarraron con deberes,

con culpas heredadas,

con “así se hace”

y “no seas así”.

Y un día entendí:
no me querían,
me necesitaban en su guion.
No me veían,
solo me usaban
para no sentirse solos.

8. Pánico Líquido

Aquella sensación invade el alma,
entra por la boca en bocanadas,
llenando el estómago de agua helada,
una ansiedad que se filtra
como un veneno silencioso.

Las extremidades se agitan,
desesperadas,
buscando aferrarse a algo,
algo que se escapa,
muy lentamente,
cada vez más lejos.

El pecho duele,
la presión aplasta,
la vista se nubla,
lo claro se vuelve borroso,
un borrón que no distingue.

Y entonces arde.

Un fuego interno,
la carne cocida al rojo vivo,
el cuerpo ansía rodar en el suelo,
apagar esas llamas que queman sin piedad.

Pero no hay agua,
no hay suelo,
no hay aire.

Solo brasas,
que convierten lágrimas en polvo.

9. Bucle de Rabia

Cada golpe resuena.
Ni el ardor en la piel,
ni el vendaje empapado
logran ocultar
el carmesí que brota
desde tus nudillos.

Ya no duele.
Solo sabes
que esto está mal.
Que te pasaste.
Que algo en ti
hace rato se quebró.

Pero no paras.
La euforia late,
grita,
te sacude las entrañas
como si fuera
el único latido que te queda.

Tus manos tiemblan,
como si el fin del mundo
fuera tu reflejo.

Y lloras.
Pero ni eso apaga el fuego,

porque la rabia
no sabe soltar.

Y mientras golpeas,
mientras sangras,
mientras tiembles,
una sola pregunta
te retumba entre las costillas:

—¿Cuándo va a parar esto?

10. El préstamo

Hoy la muerte me mira con envidia.

La recuerdo bien,
la primera vez que la vi:
manos huesudas,
frías,
envueltas en una paz
que parecía sincera.

Pensé que era alivio,
una tregua,
una forma suave
de acabar con el ruido.

Pero eran ilusiones,
ecos ajenos
de todo lo que podía haber hecho
sin ella.

Le pedí tiempo.
Le supliqué minutos.
Le vendí mis días
a cambio de promesas
que ni siquiera eran mías.

Y desde entonces,
día tras día,

vuelve.

Golpea la puerta,
reclama lo suyo
como una deuda vencida
hace ya demasiados años.

Al principio,
quise verla como amiga.
Ahora entiendo su rabia.

Tenía razón.
El préstamo expiró
hace mucho.

11. Antes del adiós

Frío.

Desolado.

Vacío.

Así lo recuerdo.

Unos segundos apenas,
pero cada punzada en mi caja armónica
retumbaba como el fin del universo.

Gritaba.

No con palabras,
sino con emociones crudas,
con súplicas que jamás escaparon:
¡Quédate un rato más!

Sí, aún lo recuerdo.

Ese paso lento hacia lo inevitable,
esa caminata silenciosa,
sabía que sería la última.

Y aún lo recuerdo...

porque solo quería un poco más.

Un instante más.

Con esa persona
por la que reí
y por la que dolí.

Antes de que todo se quebrara.
Antes de que su silueta
se volviera solo un trazo borroso
en mi bóveda neuronal.

12. Ruleta rusa

¿Quién diría
que apostar en una ruleta por alguien
me haría dejar parte de mi esencia?

El arte de la guerra
es no entregar fragmentos de uno mismo,
porque el enemigo aprende rápido,
y a veces el enemigo
también sonrío bonito.

Te llevaste mi sueño,
para que cada noche girara entre insomnios
deseando un “nosotros”
que nunca fue.

Te llevaste mi sonrisa,
porque la auténtica
solo aparecía
cuando te veía feliz
a través de mi pantalla.

Te llevaste mi memoria,
y ahora no sé si ayer fue real,
ni dónde estoy parado,
ni si alguna vez estuve completo.

Te llevaste mis gustos,
porque ya no sé disfrutar
sin imaginarte allí,
sentada a mi lado,
riendo.

Te llevaste mi calma,
porque ahora incluso el silencio
me grita tu ausencia.

Te llevaste mi reflejo,
porque al mirarme
solo veo huecos
donde antes había luz.

Te llevaste mis palabras,
las dejé todas contigo
y ahora tartamudeo emociones
que nadie entiende.

Te llevaste mi risa,
te llevaste mi eje,
te llevaste mis ganas de jugar,
de escribir,
de empezar.

Y aquí estoy.
Hecho polvo.
Hecho huellas.

Una sombra de lo que fui,
porque puse todas mis fichas en ti.
Y no hubo victoria,
ni siquiera batalla.
Solo el eco de un adiós
que nunca dijiste.

13. Balanzas y espuma

Crece en un mundo
donde todo cambia
es un experimento constante.

Aprendí a negociar
soledad por monedas,
silencios por premios,
ausencias por excusas.

Y en su momento,
parecía justo.
Una balanza equilibrada:
me faltabas tú,
pero tenía lo demás.

Pero...

¿El dinero compra la felicidad?
¿O solo la envuelve
para que duela menos su ausencia?

¿Realmente me sentí acompañado?
O simplemente supe
llenar los vacíos
con cosas que brillaban
pero no hablaban.

Lo intentaron,
lo sé.
Pero no era eso lo que necesitaba.

Porque los abrazos postergados
no se reemplazan con cheques,
ni las palabras nunca dichas
con regalos envueltos.

Con el tiempo,
la “confianza” que debía quedarse,
la compañía que prometieron
se volvió espuma.
Frágil,
etérea,
desaparecida.

Y aquí estoy,
con el saldo a favor,
pero el corazón en quiebra.

14. Por tu bien

“Pero fue por tu bien”, decían.

“Por lo menos aprendiste algo.”

“Te tocó madurar temprano.”

“Era tu obligación.”

No había marcha atrás.

Pero sí la había.

Yo no quería estar así.

No quería ser eso.

Por mi bien,

por ser fuerte,

por ser ese alguien...

¿Pero quién es ese alguien?

Yo nunca quise serlo.

Y ahora,

por haber sido eso,

ya no sé

quién soy yo.

15. A pesar de eso

“Fue por tu bien”, decían.

Quizás no lo fue.

Quizás dolió más de lo que debía,
me rompió antes de estar completo.

“Te tocó aprender temprano.”

Aprendí, sí.

Pero no lo quería.

No pedí esa lección.

Durante años fui un reflejo
de lo que otros esperaban.

Fuerte, callado,
ese alguien que nunca fui.

Pero he vuelto.

Me miro con compasión,
no como víctima,
sino como alguien que sobrevivió.

No olvido,
pero ya no culpo.

No soy quien quisieron,
ni quien fui por ellos.

Soy lo que elijo ahora.

Y con eso, basta.

16. Zona de confort

¿Sabes qué es más puro que querer a alguien?

Entrar en su cabeza.

No tocar la puerta,

sino colarse por las ventanas de su mundo,

seguir sus pensamientos como un río

torcido,

sin saber nadar.

Eso, eso es más puro.

Le gustan los museos.

Y tú, que nunca fuiste fan del arte,

te sorprendes mirando un cuadro

y diciendo en voz baja:

“Este mundo está increíble”.

Y ya no es por ella.

Empieza a gustarte a ti.

Por lo que te despierta,

por lo que provoca.

—Oye, ¿sabías que me gusta la pizza con piña?

—¿Con piña?

Y al día siguiente,

la pides.

Aunque te dé asco.
Aunque sepa raro.
Pero ríes mientras la pruebas
porque en tu cabeza
hay una escena:
ella, sonriendo contigo.

No es por costumbre, ni por imposición.
Es por verla reír
y por notar que, sin darte cuenta,
te sacó del centro
y te movió a crecer.

Y tú lo hiciste.
Por ella.
Por ti.
Por el eco de algo que te hizo bien.

Y hoy...
¿importa todavía?

¿O solo fue
un capítulo guardado,
un recuerdo que archivaste
sin querer,
en la estantería donde
todo acaba cubierto

de polvo
y silencio?

17. Solo el 4%

En algún lado leí
que el amor es más sufrimiento que alegría.
Y ahora entiendo por qué.

Porque en el mejor de los casos
funciona.

En el mejor de los casos
se siente el calor,
la cercanía,
la dulce caricia
de una correspondencia mutua.

Pero la mayoría de veces,
no.

El amor llega lleno de espinas,
finas y profundas,
como aguijones de abeja
que no se ven,
pero arden.

Duele no ser correspondido.
Duele preguntarse
qué es lo que está mal en todo esto.
Y peor aún,
preguntarse

si lo que está mal
eres tú.

La insuficiencia se cuela
en cada rincón del pecho.
El vacío se hace eco.

Y al final,
ese frío helado del acantilado
te abraza.

Allí donde ni siquiera
la luz del faro
se atreve a llegar.

18. Lo malo de morir de amor

Lo malo de morir de amor no es que se
acabe un día,
ni siquiera el disparo certero que atraviesa tu
alegría.

Es esa bala invisible que, aunque lleves
protección,
se clava sin permiso y va rompiendo el
corazón.

No hay sangre, no hay herida abierta,
pero se apaga la luz que antes te cubría
completa.

El cuerpo sigue andando, como un cascarón
vacío,
y el alma se retira, se oculta del rocío.

No mueres de golpe —eso es lo que más
duele—,
es una muerte lenta que ni el tiempo
consuele.

La pasión se marchita, la ternura se
adormece,
y cada latido grita lo que tu voz no merece.

Sientes un nudo amargo instalado en la
garganta,

una tensión en los brazos que tu pulso
quebranta.

Tu estómago es un pozo, el frío sube al
pecho,
y todo lo que amabas ahora parece
deshecho.

Tu mente entra en riesgo, como un sistema
colapsando,
y no sabes qué pensar, ni cómo ir
avanzando.

Las alarmas internas no saben qué apagar,
porque todo en tu interior empieza a
naufragar.

Y lo peor de morir de amor no es que llegue
la muerte,
es vivir con la conciencia de que amaste con
suerte.

De que diste tu tiempo, tu alma, tu sentido,
a alguien que jamás te vio como un latido
compartido.

Sientes rabia, sientes asco, te reprochas el
intento,
porque lo que para ti era fuego, para esa
persona fue viento.

Y aunque jurabas que era real, profundo,

sincero...

descubres que en su historia ni siquiera
fuiste el primero.

19. ¿Para qué mentirte?

¿Para qué mentirte?
Mentir solo me engaña a mí,
a lo que ya sé,
a lo que tú también sabes,
aunque nunca lo digamos.

Es lo mismo de siempre:
una vuelta más
en el mismo bucle
sin salida,
sin fin.

Y aun así...
me frustra tanto que me gustes,
que no pueda tocarte,
ni abrazarte,
ni hacer más que decirte
lo hermosa y valiosa que eres para mí.

En ti descubrí gestos
que antes ignoraba:
la mirada perdida,
la tensión en las manos,
las muecas que haces
cuando callas lo que sientes.

Tus lunares.
El vaivén de tu cabello.
El color de tus ojos
cuando el mundo se refleja en ellos.

Y es jodido,
sí.
Perder una batalla
en la que juro no querer enamorarme,
solo por miedo a saber
que nunca me verás
como yo te veo.

Pero mírame.
Aquí sigo.
Te miro.
Te admiro.
Me encantas.

Cada día.
Cada palabra tuya.
Cada silencio.
Cada vez que tu voz
cruza esta distancia absurda.

Y deseo,
sí, deseo despertar contigo
cuando los pájaros canten...

aunque sé que ese sueño
solo vive en mi pecho
y no en tus ojos.

20. Declaración Empírica

Yo sí quiero ser alguien en tu vida.
Yo sí quiero dejarlo todo por ti.
Ser quien escuche tu voz hasta dormirse,
quien aprenda tu risa como idioma sutil.

Yo sí quiero ser esa persona.
La que no siempre entienda,
pero siempre lo intente.
La que no se rinda, aunque duela,
y que sepa quedarse,
aun sin saber qué decir.

Yo sí quiero darte flores,
presumirte sin pudor,
nombrarte en mis silencios
y verte brillar en cada canción.

Yo sí quiero.
Quiero tanto...
que lo único que no quiero
es decepcionarte.

21. Apostar por Ti

Y me vi como un tonto.
Cayendo sin defensa,
mordiéndome el alma
para no gritar lo obvio.

Entré en tu juego más barato:
un “¿cuándo vuelves?”,
un “cuídate mucho”,
un “me acordé de ti”.
Ternura envenenada
con voz de rutina.

Y fui idiota.
Me quité la máscara,
bajé la guardia,
te dejé entrar.

Dejé que perforaras
con agujas invisibles,
con gestos suaves
que escondían cuchillas.

Me abriste el pecho
sin levantar la voz.
Y yo, sonriente,
como un imbécil,

creyendo —otra vez—
que esta vez era real.

22. Pigmento Ausente

Lo quiero, lo necesito, lo atesoro, lo deseo.
Imagino un mundo donde nuestro lazo sea sincero.

Pero entre destellos y falsas visiones,
descubro que todo eran solo ilusiones.

Estuve mirando una pared vacía,
media hora, una hora, tal vez varios días.
Y ya no sé cuándo empezó esta fantasía.

Y, aun así, se siente real,
una alegría muda, un sueño sin final.

Me basta imaginar un “nosotros” sin razón,
aunque el silencio insista en que no hay
conexión.

Me asusta tenerte y que todo se pierda,
como tinta en papel que el tiempo recuerda.

Temo que vernos nos deje una herida,
y que lo que soñamos no tenga salida.

Quiero estar contigo, lo juro, lo siento...
pero tal vez sea mejor soltar este intento.

Verte feliz, aunque sea de lejos,
y quedarme a vivir en tus reflejos.

Saber que, aunque nunca llegué a tocarte,
en este amor imposible,
supe amarte.

23. Autoabandono

¿Cómo negar
que he caído ante el único abismo
que conozco a la perfección?
Ante mí mismo.

¿Cómo ocultarlo
si el grito más humano
es también el más divino?

“Dios mío, ¿por qué me has abandonado?”
¿Por qué me he abandonado?

Un vacío inconmensurable
que no nace del suelo,
sino del mismo cielo,
desciende como prueba
de que algo en mí se fractura
con cada segundo que paso siendo yo.

¿O será
que siempre estuvo roto
y yo solo abrí los ojos?

El dolor no era ajeno.
Solo lo vestí de otro nombre,
lo escondí detrás de máscaras

que decían “estoy bien”
mientras moría en voz baja.

El abandono propio
no es un crimen visible,
es una fractura del infinito,
una ruptura en el ciclo de la existencia
solo para sentir —por un instante—
que existo de verdad,
aunque sea desde el hueco
donde ya no habito.

Tal vez nada se rompió.
Tal vez era esto:
comprender lo incomprensible.
Sentir lo insensible.

Aceptar
que cuando ya no estás
ni en alma,
ni en cuerpo,
lo único que queda
es la pregunta suspendida en el aire:
¿Dónde estoy ahora?

24. Después de todo

Esto no es por mí.
Hace años que dejó de serlo.
Hace tiempo que busco
algo que ni siquiera sé si existe...
pero sigo.

Es por esa voz,
lejana,
temblorosa,
que en aquel lugar
frío y solitario
susurró un:

¿Dónde estás?

Es por quien escuchó
mi silencio roto
y, aun así, creyó
que yo seguiría aquí.

Y lo hice.
Para verla crecer.
Verla triunfar.
Verla feliz.
Porque esto...
esto nunca fue por mí.

Porque ese día,
aquel día en que todo se quebró,
yo ya había muerto.

Y, sin embargo,
aún respiro
por ella.

25. Estallidos

Hay estallidos,
impuros, naturales,
brotan sin permiso
como tormentas en la piel.

Difíciles de entender,
pero fáciles de sentir.
Grietas caóticas
sin final alguno,
que se aceleran en pares,
porque jamás viajan solos.

Para algunos,
problemas.
Para otros,
alegrías.

Pero todos coinciden
en lo mismo:
son efímeros.

Explosiones del alma
que embellecen
la imperfecta,
profunda
naturaleza
del ser humano.

26. Autosabotaje

Lo siento.

Me autosaboteé
como quien apaga la luz
sabiendo que aún necesita ver.

No supe realmente lo que hice,
aunque en el fondo lo planeé todo:
cada distancia,
cada palabra callada,
cada silencio sembrado
como mina terrestre en medio del abrazo.

Fingí que no dolía,
que no importaba,
que podía con todo.
Y al final,
me llevé puesto lo único
que me hacía sentir vivo.

Lo llamé miedo.
Lo llamé cansancio.
Pero fue cobardía.
Fue no saber recibirme
en tus ojos sin juicio.
Fue hundirme en el barro
cuando tú aún ofrecías tierra firme.

Te alejé
para no tener que explicarme.
Me herí
antes de que pudieras herirme tú.

Y ahora que todo está en ruinas,
me descubro
barriendo los restos
de lo que yo mismo rompí.
Ni por defensa.
Ni por estrategia.
Solo por no saber
cómo dejarme ser querido.

Lo siento.
Me autosaboteé.
Y aunque lo grite ahora,
ya no hay nadie para oírlo.

27. Decantación

La casa empezó a hablar sola,
en los rincones donde el polvo
era más fiel que cualquier promesa.
El aire sabía a encierro,
aunque las ventanas llevaban meses abiertas.

Las plantas dejaron de fingir vida,
los relojes giraban sin propósito,
y la taza del desayuno
seguía medio llena desde hacía semanas.
El espejo ya no devolvía rostros,
solo una silueta empañada,
a punto de disolverse.

El cuerpo cumplía sus rutinas
como un disco rayado:
caminar, respirar, callar.
Dormir no era descanso,
comer era una excusa.

Cada noche sumaba polvo a las pestañas.
Cada mañana nacía rota.
El ruido,
ese maldito ruido,
seguía hablando.

No era voz ni pensamiento:
era un zumbido atado a los huesos,
una corriente sucia en las venas,
una palabra sin lengua
que decía sin cesar:
no sirves, no estás, no eres ni serás.

Y un día,
la decisión llegó
como suspiro frío.

La bañera esperaba

Junto al agua tibia.
El cuerpo quieto.

una toalla al borde.

Y en el suelo,
una mancha vino tinto
dibujaba un crimen sin lienzo.
Silencioso.

Final.

Nadie escuchó nada.
Pero por primera vez,
ya no había ruido.

Epílogo – Bitácora de Reanimación No. 0.0.

∞

Estado inicial:

Paciente responde solo a estímulos internos.

Se reporta actividad cerebral errática,
incongruente con patrones de vida
consciente.

Ruido persistente. Entropía emocional
elevada. Memoria fragmentada.

Oxígeno presente, voluntad ausente.

Protocolo de emergencia activado.

Inicio de maniobras:

— Reanimación verbal: fallida.

— Shock emocional controlado: sin
respuesta.

— Inyección de vínculo afectivo: rechazo
inmediato.

— Terapia de reconstrucción identitaria:
colapso sistémico.

Registro del cuerpo:

Latidos asincrónicos.

Mirada sin fijación.

Voz ausente, apenas murmullos en delta.

Saturación de ideas sin punto de retorno.

Ya no se busca sentido. Se busca apagón.

Última maniobra:

Corte de energía voluntario.

Desconexión del lenguaje.

Silencio inducido.

Autoextinción por sobresaturación.

Hora de finalización:

Indeterminada.

Solo se halló un eco en la habitación.

Una mancha color vino tinto junto a la
bañera.

Sin firma.

Sin testigo.

Sin historia que contar más allá del ruido.

Observaciones finales:

No fue un accidente.

No fue súbito.

Fue un colapso progresivo, documentado en
versos, disociado en prosa.

Un crimen sin lienzo, ejecutado por un
sistema que dejó de verse útil.

El código dejó de compilar. El corazón no
quiso reiniciarse.

Cierre del archivo.

Nombre del paciente: [redactado]

Diagnóstico: **Ruido neuronal irreversible.**

Estado final: **silencio absoluto.**