

Año. II No. II. Semestre B de 2024 ISSN: 2322-9977

# ERGOLETRÍAS



Universidad  
del Tolima



ACREDITADA  
DE ALTA CALIDAD

¡Construimos la universidad que soñamos!



*Givay*

# Una receta para sazonar con gotas de libertad

*Nubia Yanet Alvis Ariza<sup>1</sup>*  
*Dedicado mi hija Meiby*



## **Des ayuno.**

Comí dos rumbas de cien con su corteza crocante de blando interior. Las rumbas recién salidas de la parrilla humean. De camino a mi boca empañan el espejo retrovisor. En la oficina tomo un vaso de nostalgia con resignación sin dolientes recién salidos del termo. Lo acompaño con las rumbas que han perdido su crocancia dentro de la bolsa plástica. Aún están tibias. La rabia cortada en forma de triángulo se queda de últimas por si decido no comer más. Al dolor lo miro varias veces, pero de reajo, le quito un poquito de la punta y lo regreso al plato de color azul. Se me olvidaba que antes tomé un vértigo servido a medias en el precipicio desechable de 3.0 onzas.

## **Migrante.**

Veo el dolor pasearse pesando entre las manos del hambre. Antes de hornearse le roza una hoja cortante sobre la masa cruda. Al salir del horno modela sus cicatrices crocantes en la superficie dorada y se exhibe vanidoso sobre la tabla de picar. Coquetea por entre las rejillas de su vitrina de cristal. Se esconde en la maleta de viaje. A veces se queda varado en la cima al ser lanzado por la ventanilla de un bus en movimiento, o se adhiere a la superficie del pavimento aplastado por el rodar de las llantas. Ya no puedo mirar el dolor de reajo. Lo miro de frente en las palabras del resignado sedentario que lo encontró votado en la carretera cuando apenas él era un soñador. El dolor se adelgaza, sé estira y se baña en la saliva pesada del soñador caminante que lo desprendió ansioso del pavimento con la punta de los dedos.

---

1. Administradora de talento humano. Realizó estudios de administración, gestión empresarial, alta costura y técnica textil. Integra el taller Literatura, adscrito a la red Relata, desde 2019. Escribió «El último muñeco» en la antología Relata 2021. También hace parte del taller de literatura y escritura creativa del Centro Cultural de la Universidad del Tolima desde 2020. Ha publicado, los cuentos “Mi montaña” y “Viaducto” en la revista Descalzos o en chancletas de la Universidad de Ibagué.

## Hambre.

El hambre sacia su sed con el dolor ajeno. Vi al resignado sedentario lanzar con fuerza su dolor al suelo y aplastarlo con la suela sucia de su zapato. Lo vi inclinarse a recogerlo y llevarlo a su boca sin asco, queriendo quitarle el hambre al pasado sediento de aventura. Lo vi extrañar al intrépido caminante que abandonó huesudo en su juventud. El sacio solitario su hambre con el dolor restregado sobre el pavimento que cicatriza la montaña. Me desembarace de aventura al sentirlo tan lleno de nostalgia. Que miedo sentir el dolor apoderase de todo. El sedentario quería encontrarse de frente otra vez al dolor cada vez que sus labios se adherían entre sí por el hambre y la sed.

## Amasar me.

Hay tantas formas de dolor. Ni con hambre me provoca comerlo. El dolor se vende recién salido del horno, con glaseado de dolientes en polvo. Embolado, mariquiteño, con rellenos, dorado, quemado, tajado, integral, tieso reciclado, alargado, redondo, relleno... He tragado entero el dolor disfrazado de belleza, aunque sé que no me gusta. ¿Serán los hilos invisibles que mueve el amasador? Pululan las imágenes bonitas hasta amasar mi cerebro domestico dejándolo extranjero de mí. No lo sabía...

¿Y ahora que trago?



## Miedo.

El dolor se convirtió en miedo. Lo sigo mirando de reojo, mastico inconsciente la punta y regreso el trozo más grande al plato de color azul. Miro a mis acompañantes. Sobre todo, a él. Se molestará si sabe que no voy a comer el miedo. Mastico la rumba y bebo a sorbos la nostalgia en el precipicio de cartón. Todavía humea y huele a guardado. Quisiera poder decir con libertad qué no voy a comer el miedo. Me preocupa que se llene de polvo olvidado sobre mi escritorio, así como el miedo de ayer. Tres horas más tarde cojo el trozo grande, le quito la corteza y la empiezo a masticar. Sirvo un vértigo en el precipicio de color rosa y sigo masticando el miedo que quedó sin corteza. Hasta que solo quedan migajas en el plato de color azul. Se terminaron las rumbas. El vértigo servido lleno en el precipicio rosa se ha mesclado con la nostalgia que había dentro de mí. Voy a vomitar.

# ERGOLETRÍAS

