

Sentir mi paso

escrito por Valentina Arango

Esta mañana salí a correr, como suelo hacer, sin música. Salí con una intención: la de dejar a un lado el sonido que no para y suspender la ansiedad por el regreso de lo pasado, por el presente desdibujado y por el anhelo de lo perdido. ¿Por qué ahora volvía la sensación del vacío, de la arena movediza, del pensamiento inexpressado, de los amigos perdidos?

Esta mañana salí creyendo que correr me permitiría pensar con más claridad, pero esa intención, delimitada y consciente, fue también una apuesta por ser capaz de olvidar. Correr fue hoy, sin buscarlo, un canal para solo sentir mi paso: mi paso sin pensamiento, mi miedo sin deseo, mi trascendencia sin entendimiento.

Correr fue hoy la vía para encontrar el paso del tiempo contenido: en la respiración, la cadencia, la sensación, el amanecer y el paso de los otros. Salí encontrando en el movimiento la supresión de lo que se anuncia como pesado pero que no se encuentra: eso que se siente pero que carece de dimensión, de estructura, de andanza, de vida, de dios.

Correr -o cualquier vía para el no-pensamiento- es siempre la oportunidad para liberar el ruido y convertir el vacío en un simple recuerdo: el que ya, con estas líneas, dejó de pesar.

Otros escritos de esta autora: <https://noapto.co/valentina-arango/>