

Ducharse por dentro

Aunque nos lavamos todos los días, nos sentimos sucios porque uno se ve obligado a respirar la podrida atmósfera política



ASIAVISION (GETTY IMAGES)



MANUEL VICENT

01 DIC 2024 - 05:00 CET

🕒 f X in 🦋 🔗 11 🗨

Hay una gente que se ducha por la mañana al levantarse de la cama y otra que se ducha por la noche al llegar a casa después de un día de trabajo; en todo caso unos y otros se duchan con agua y jabón para quitarse de encima la suciedad y el sudor pegados al cuerpo. “De niños qué sucios íbamos, pero qué limpios éramos”, dice el poeta. Con la edad sucede lo contrario: aunque

nos lavamos todos los días por fuera, nos sentimos muy sucios por dentro, debido a que tal como vienen los naipes uno se ve obligado a respirar [la podrida atmósfera política](#), a oír, leer y soportar envueltas en [un odio mediático](#) innumerables sandeces sin que pueda hacer nada para impedir que este cúmulo de basura se te meta por todos los poros hasta las entrañas. Si quieres estar a salvo de semejante inmundicia, la única solución consiste en aprender a ducharse por dentro. He aquí una fórmula segura. Coloca los altavoces de tu equipo de música más arriba de tu cabeza. Ponlo en marcha. Si empieza a sonar a todo volumen [la Toccata y fuga de J. S. Bach](#) sentirás que los acordes del órgano penetran en tu cerebro, se deslizan por el cuello, invaden los pulmones, se apoderan del hígado y del estómago, se abren paso por el laberinto de los intestinos, ocupan los genitales, fluyen por los muslos y se diluyen en la planta de los pies. Los acordes del órgano o de cualquier otra música que te guste tienen el suficiente vigor como para llevarse por delante todo lo negativo, oscuro y sucio que se haya adherido a tus vísceras a lo largo del día. Después de darte una ducha de Bach puedes [elegir unos versos de Rimbaud](#). “Sobre el tranquilo remanso donde las estrellas duermen, / como una gran flor de lis la blanca Ofelia flotaba”. Coloca cada una de estas palabras bajo la lengua para que se disuelvan con la saliva en la sangre y se conviertan en carne de tu carne. Basta con desearlo. La música será la lluvia que te limpiará por dentro, los versos serán el masaje que la liberará por todos los poros del cuerpo.
