

ENTRE
TINTA
Y
MIEDO

ANDRÉS RONDÓN



ENTRE TINTA Y MIEDO

E-ISBN: XXXXX
Digital ISBN: XXXXX

Autor:

Andrés Felipe Rondón López

Diseño e ilustración:

Andrés Felipe Rondón López

Editor(es):

Camilo Andrés Sanchez
Camilo Hermida

Director editorial:

Eduardo Norman Acevedo

Analista de producción editorial:

Carlos Eduardo Daza Orozco

Corrección de estilo:

Eduardo Norman Acevedo

Creado en Colombia

2023

Todos los derechos reservados.

No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su tratamiento en cualquier forma o medio existentes o por existir, sin el permiso previo y por escrito de la Editorial de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.

Para usos académicos y científicos, la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano accede al licenciamiento Creative Commons del contenido de la obra con: Atribución – No comercial – Sin derivar – Compartir igual. Este libro es resultado de un proceso académico-investigativo de la Facultad de Ingeniería, Diseño e Innovación y la Facultad de Sociedad, Cultura y Creatividad.

Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva del autor(es) y no constituye una postura institucional al respecto.

La Editorial del Politécnico Grancolombiano pertenece a la Asociación de Editoriales Universitarias de Colombia (ASEUC)

SOY MEI

En el silencio de mi estudio, me encuentro entre pinceles y lienzos, enfrentando las inseguridades que han tejido su manto sobre mi creatividad. **Me considero**, una pequeña artista en búsqueda constante del éxito y mi auto realización personal, pero la **sombra del miedo al fracaso** ha oscurecido mis trazos. Cada obra se convierte en un susurro de la ansiedad que habita en mí, un eco sutil pero persistente que esta manejando mi vida, y no quiero. No deseo que ella se apodere de mí, solo que no se como hacerlo...





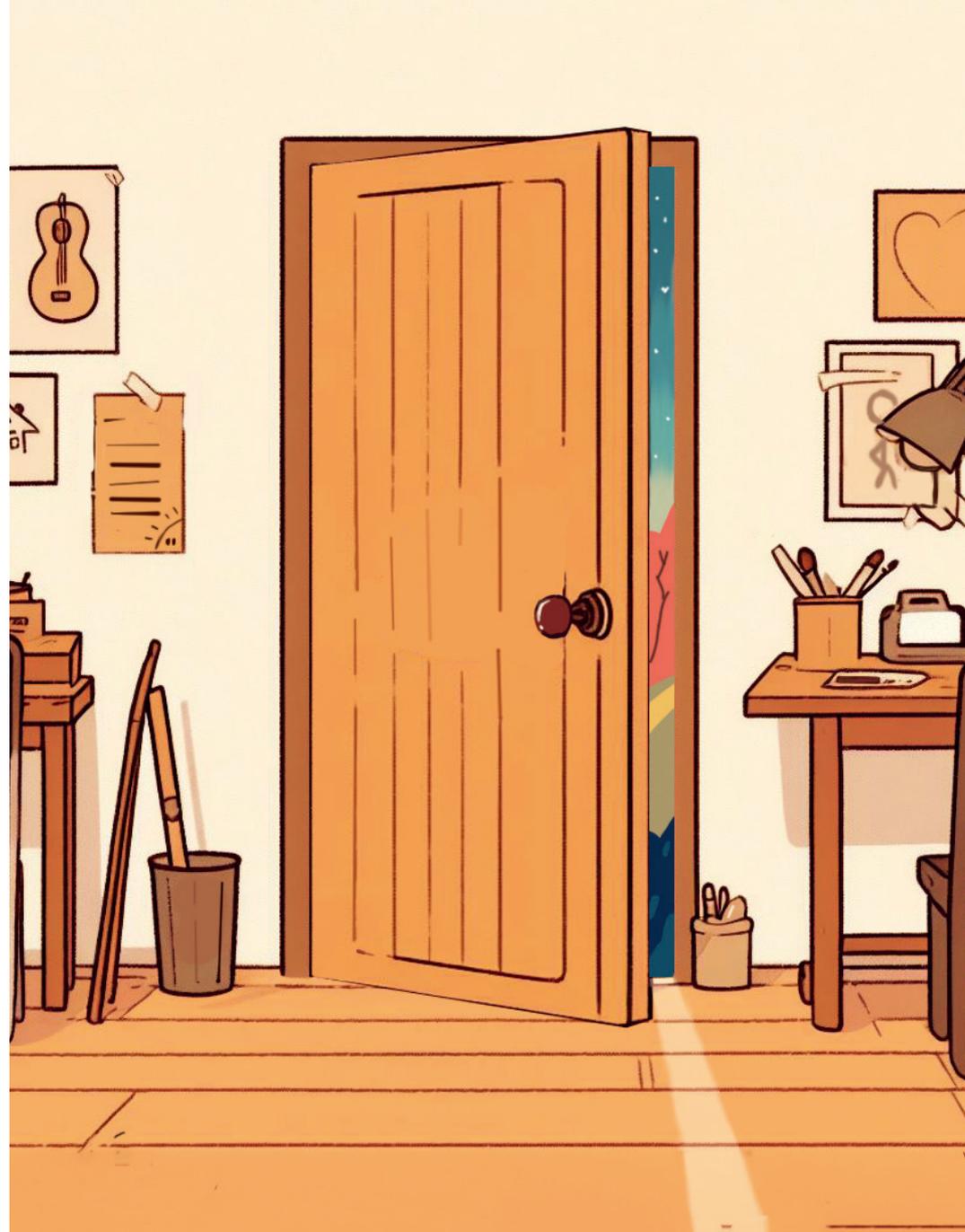
MI PEQUEÑO LUGAR

— **Mi estudio...** Aún recuerdo cuando llegue aquí por primera vez. La duda siempre tuvo lugar en lo que hago, pero entre las paletas de colores y los suspiros del lienzo en blanco, mi estudio se convirtió en un refugio donde la creatividad y la ansiedad ahora bailan en un delicado equilibrio. **Cada trazo es una expresión de mí**, una danza entre la pasión por crear y el miedo al juicio. El olor a óleo fresco se mezcla con la incertidumbre en el aire, mientras mis pinceles exploran territorios inexplorados del lienzo. Las sombras de la ansiedad se cuelan entre las obras inconclusas, un recordatorio constante de la batalla que libra mi mente creativa. Hasta cambie mi cabello de color para olvidar. En este rincón íntimo, cada trazo cuenta una historia no solo de arte, sino de lo que soy. **Pero ya no siento que pertenezco aquí...**



¿ESO SIEMPRE ESTUVO AHÍ?

Algo cambio... Esa puerta no la recuerdo. Un umbral entre mi conocido estudio y un reino desconocido que titila con posibilidades. La curiosidad me empuja a girar el pomo, y la puerta cede con un crujido suave. En ese instante, mi estudio se desvanece y, como Alicia tras el conejo blanco, me encuentro inmersa en un mundo interior que **resuena con susurros de emociones que apenas comprendo**. Esta puerta, este pasaje inesperado, se convierte en el nexo entre lo tangible y lo abstracto, me encuentro en un mundo completamente diferente, como si mis emociones hubieran cobrado vida. Hay una extraña belleza en este lugar. Mis sentidos se despiertan ante la maravilla de lo desconocido. **Cauta, pero curiosa, avanzo hacia lo que parece ser una nueva realidad.**





ESA CHICA... ¿SOY YO?

Una figura familiar emerge de las sombras. Es imposible. Soy yo, pero de alguna manera diferente. Me habla con ojos que han conocido la misma lucha. *"Estoy aquí para ti"*, dice. ¿Es esta mi oportunidad de entender mis propios laberintos emocionales? Es como si estuviera viendo frente a frente a una versión de mí misma liberada, resplandeciente y, ante todo, tranquila. Esta versión espiritual de mí no está hecha de tinta y lienzo, sino de la superación que necesito, para aceptar las inseguridades que alimentan mis miedos. **Es un eco de empatía** a mí parecer, una señal de que no estoy sola en mi travesía, aunque no dejo de tener algo de miedo, y se que ella lo puede notar...



NO TENGAS MIEDO, MEI.

En este encuentro inesperado nos observamos una a la otra, curiosas, impresionadas y atentas. **¿Ella debería ser yo?** mi otra versión no juzga, sino que ofrece comprensión y apoyo. Sus ojos reflejan el entendimiento, como si las sombras que compartimos fueran hilos que nos conectan. Mei está animándome a abrazar cada

sombra y a encontrar fortaleza en la vulnerabilidad. "Déjame ayudarte a **aceptar, entender y superar tus emociones**, sé que ha sido difícil para ti, pero eres más fuerte que eso". Dichas palabras llegaron al fondo de mí, y estoy dispuesta a aceptar a Mei como mi apoyo silencioso en la búsqueda de la autenticidad emocional.



MIS MANOS... TIEMBLAN

No sé qué me pasa, las dudas y los temores se entrelazan, siento cómo un temblor nervioso invade mis manos, cada movimiento volviéndose un acto de equilibrio sobre un filo inestable. Cada pequeño temblor cuenta la historia silenciosa de la ansiedad que se apodera de mí, Transformando mi reflejo físico en uno de mi alma. Entre la incertidumbre, mis manos, fieles mensajeras de mi ansiedad, revelan la complejidad de las emociones que se agitan en mi interior. No entiendo si es por estar aquí, por conocer a mi otra yo, o todo acumulado. Pero, algo me hace odistraerme por completo... *¿Mei? ¿Qué es eso que se está acercando?*



¡¡¡MEI, QUÉ SON
ESAS COSAS!!!



¡Espera! ¡Espera!... Realmente me estás diciendo que ellos son... ¿Lo que siento? Veo una silueta a la lejanía, convirtiéndose en monstruos que se acercan poco a poco hacia mí. Cada uno representa un miedo que he guardado en lo más profundo de mi ser, según Mei. Pero enfrentarlos cara a cara me llena de un pánico inexplicable que no sabía que poseía. ¿Puedo vencer a mis propios monstruos?!... *Tranquila Mei, toma mi mano... Entiendo como te sientes*, lo primero es aceptarlo, escucha que tienen por decir... Sé que te interesa...



Cada lienzo en blanco, cada idea descartada, cada obra fallida. Nosotros siempre estuvimos contigo, a tu lado Mei.



¿SON MIS... EMOCIONES?

Tres monstruos, cada uno con su propia forma, emergen de las profundidades de este mundo. El primero, **el miedo**, se alza con garras afiladas, una máscara y cuernos largos en punta, recordándome las noches de insomnio y los temores insondables que se agitan en la oscuridad.

A su lado, **la ansiedad**, un gigante monstruo color blanco, que me recuerda a mis lienzos vacíos cuando no puedo pintar, sus ojos reflejan la incertidumbre constante, sus susurros persistentes que se entrelazan con cada latido de mi corazón. Es el eco constante de “¿y sí?”, que resuena en cada rincón de mi conciencia.

Ese pequeño de allá con máscara y alas te está mirando...

¡Gracias, Mei creo que lo noto! Como decía, el pequeño con máscara y alas, **la Inseguridad**. Se manifiesta como un pequeño monstruo dragón con máscara y cuernos rectos. Su forma es difusa, pero su presencia es innegable. Su tamaño me recuerda, las veces que me invaden pensamientos intrusivos sobre que no soy suficiente, que siempre hay algo más que podría haber hecho.





ABRAZA TUS EMOCIONES

Todo tiene sentido... Estos monstruos son una extensión de mí misma. Siento que algo cambia en mí, no sé el qué, pero dejo de temerles y comienzo a verlos con compasión. Es un cambio de perspectiva que trae consigo una transformación interna y un compromiso conmigo misma. Reconocer que estos monstruos... ¡No! Estos seres, porque ellos no son ningunos monstruos, son una parte intrínseca de mí misma marca un hito significativo en mi viaje.

Aceptar mis miedos es el primer paso para superarlos y se revela como una necesidad profunda, una oportunidad que no sabía que requería. Al enfrentar estos aspectos oscuros de mi interior, siento cómo las cadenas de la ansiedad se aflojan, cómo el miedo se disipa y cómo la inseguridad se desvanece en la luz de la comprensión, siento que estoy mejor... Más tranquila... y más comprometida a cambiar... O al menos intentarlo, quiero ese abrazo. *¡Ven aquí grandote!*

Y ESO ESTA BIEN...

En la calma serena que sigue a mi tormenta emocional, encuentro la liberación que anhelaba. **Aceptar, comprender y comprometerme** a perdonarme a mí misma se ha convertido en un suave bálsamo para mis cicatrices internas. Las cadenas que alguna vez me ataron a mis propias inseguridades y miedos ahora se deshacen, como si el peso de mi frustración se hubiera levantado de mis hombros.

Al aceptar mis emociones, experimento una paz que va más allá de las palabras. Las batallas internas, las luchas contra mis propios monstruos, han llegado a un punto de rendición que **no es debilidad, sino una fortaleza renovada**. Me comprometo a perdonarme a mí misma, a abrazar cada sombra y cada resplandor de mi ser con amor y compasión.

Descubrí que la paz no reside en la ausencia de conflictos internos, sino en la aceptación total de quienes somos. Estoy empezando a comprenderme. No tengo que ser perfecta y no tengo que cumplir ninguna expectativa, solo debo ser yo misma... *Es hora... Es hora de volver a casa*



¡Hola de nuevo, mundo aburrido! ¡Aquí Me! mi otra yo antes de irme, me regaló su apreciado abrigo, lo colocó en mi cuello para sentirla cerca, ya que me da fortaleza. Cruzo la puerta que me trajo hasta aquí, y siento todo diferente. Este regreso no es solo un retorno, sino una metamorfosis. Siento que puedo crear, imaginar y vivir, sin perder el tiempo empiezo.

Las obras que ahora brotan de mis manos llevan consigo la impronta de mi experiencia, un testimonio visual de la capacidad de transformar la oscuridad en luz. En mi mundo, encuentro la libertad de crear nuevamente, veo claramente como las ideas fluyen. Estoy lista para dejar salir creatividad, sé que es una afirmación de [mi nueva conexión conmigo misma](#).





Pasado un tiempo presenté mis obras en una galería, rodeada de admiradores y aplausos. Donde **mis creaciones cobran vida** frente a los ojos del mundo, experimento una amalgama de emociones y algo de nostalgia... Las paredes resuenan con aplausos, pero más allá de la ovación, sé que estas piezas son más que simples representaciones artísticas; **son fragmentos de mi historia de superación.**

En este momento culminante, una revelación se despliega ante mí: Detrás de los asistentes, los monstruos que una vez personificaron, **mis miedos y ansiedades, están presentes, aplaudiéndome.** (Excepto inseguridad, él tiene patitas cortas y no alcanza) En lugar de esconderse en la oscuridad, se manifiestan detrás de la multitud, **visibles solo para mí.** Están aquí, no como adversarios, sino como recordatorios tangibles de mi capacidad para confrontar y transformar mis miedos en arte.

La sonrisa en mi rostro no es solo el cierre de un cuento, **sino el comienzo de una nueva fase en mi vida.** Mi historia seguirá siendo narrada. El viaje continúa, y todo es parte del proceso, seguiré teniendo ansiedad, miedos e inseguridades... Pero está bien, son parte de mí y lo acepto, sé qué podre con ello,

¡Mei, fuera!



*Este libro fue impreso el 12 de
diciembre de 2023 cuando aún le
temo a los monstruos y
a mis emociones.*