



Premi Xarxart de Narrativa i Poesia

2a edició

Selecció de les obres premiades

Barcelona, novembre de 2025



ÍNDEX

	Pàg.
PRESENTACIÓ Ada Ruiz Ripoll	1
CÓCTEL STENDHAL Anna Liarte Dalisme	2
EL QUE FOU I JA NO ÉS Gemma Camps Blanch	5
HAY MÁS LUZ CUANDO ALGUIEN HABLA* Agustina Sterrantino	8

PRESENTACIÓ

En aquesta segona convocatòria dels **premis Xarxart de Narrativa i Poesia** es van rebre 21 textos, predominantment de narrativa. Es seleccionaren tres obres finalistes. A més es va considerar fer una menció especial per a un text que, tot i valorar-se la seva qualitat, va quedar fora de concurs per la seva extensió.

Els premis han estat atorgats en una cerimònia al Col·legi de Metges de Barcelona, dintre del marc del **8è Congrés Català de Salut Mental**. La presentació ha estat a càrrec de dos membres del jurat: Roser Guillamat i Antoni Cardona, que han anat mostrant i comentant petits fragments seleccionats de les obres finalistes.

Les tres obres finalistes comparteixen el ser narracions en primera persona que ens parlen de fenòmens intangibles que afecten la substància de l'ésser humà i la modifiquen, de vegades de forma subtil i d'altres de forma més abrupta, i de manera més o menys voluble.

Us convidem a descobrir-les i a gaudir dels moments de qualitat literària, tendresa i intensitat emocional que ens mostren.

Ada Ruiz Ripoll
Vocal de la Junta de la Fundació CCSM

A tots els i les participants, el nostre reconeixement i felicitació.

Barcelona, 13 de novembre de 2025

CÓCTEL STENDHAL

Anna Liarte Dalisme

Despierto y abro los ojos. Todavía no ha sonado el despertador, pero la medicación ya ha dejado de hacer efecto. Es pronto. Miro hacia la ventana y veo un cielo azul claro, y a los pájaros volando en círculos en su baile armonioso al amanecer. Me parece precioso: el contraste del azul del cielo y el negro de los pájaros, con sus movimientos elegantes y sinuosos.

Me doy cuenta de que hoy tengo uno de esos días, esos días en los cuales capto la belleza en cualquier detalle, cualquier escena cotidiana me embelesa... Y salto de la cama:

—¡Va a ser un buen día! —pienso, mientras sonrío y salgo a la terraza. Corroboro mi estado.

—Sí, mira qué verdes más intensos tienen hoy las plantas de los vecinos.

Y mi mente empieza a emborracharse con millones de imágenes y sonidos, del cóctel de dopamina y serotonina que está desbordando mi cerebro ahora mismo. Hoy es uno de mis días Stendhal y lo voy a aprovechar al máximo, corro a buscar la cámara de fotos, no quiero perder ni un minuto de este día y capturo el rojo del té del desayuno, iluminado directamente por la luz natural del sol. ¿Y si añado hielos? ¿Cuadrados o troceados? ¿Y si hago un vídeo en vez de fotografía? ¡Es precioso mientras se deshacen los hielos con el calor del té y sus formas van creando figuritas! Con el sonido de los hielos al chocar podría hacer una metáfora del cambio climático, ¡pero oh! y si escojo una canción de las películas clásicas de Fred Astaire, ¡como si los hielos bailaran! Mis pensamientos van a mil y me arrastran de una idea a otra, sin freno, enlazadas impulsivamente, y mi sonrisa y mis ojos brillan más.

¡Estos días me fascinan! ¡Qué bien me lo voy a pasar!

Es tan tedioso y frustrante tener las emociones adormecidas, en continua pausa por la medicación. Sin emociones, no puedo escribir, no puedo hacer fotografías, no disfruto de la música; no puedo crear porque no hay movimiento en mi corazón. Mi cerebro sigue apretando la pausa y no siento prácticamente nada, salvo que me han denegado el acceso a mi mundo de fantasías y únicamente puedo esperar a que, dentro del ciclón de mi trastorno, llegue mi día Stendhal. A pesar de las consecuencias, la resaca emocional será una caída en picado brutal... pero merece la pena: recuperar el yo con el que me reconozco, el que quiero, acepto, admiro, deseo, soy feliz... ese yo que incluso la mirada del espejo me devuelve con aprobación.

En mi día Stendhal soy preciosa, inteligente, curiosa, ocurrente... lo opuesto a mi yo anestesiado. ¿Por qué tengo que ser ese yo aletargado? Aunque ambos sean yo, me siento infeliz; hace que encaje mejor en esta sociedad, en mi entorno, y los médicos afirman que tengo que aceptarme. ¿Por qué?...

Anulo los pensamientos intrusivos, salgo de casa y me lanzo a las calles. No hace falta que me dirija a algún lugar especial; las mismas calles que paseo cada día arrastrando los pies hoy son escenarios de grandes aventuras. Las puertas y ventanas son entradas a hogares y vidas espectaculares: techos altos y oscuros, persianas desvencijadas que evocan el pasado de una vida que debió ser fulgurante y ahora decadente. Todo caerá en picado: ese techo, esa pared agrietada, pero aun así es bello porque todavía está vivo. Fotografío las aristas del balcón, enfoco el detalle de la cuerda deshilachada de la persiana, me agacho para ampliar la perspectiva, repito enfoque y capturo. ¡Me encanta! Compruebo la fotografía y me reafirmo en mi capacidad para reconocer esos momentos visuales que tanto me transmiten. Mi autoestima sobrevuela ese balcón y desde la altura me giro y sigo observando. No hay tiempo que perder: un perro pasea a una señora somnolienta arrastrada por una correa. Sonrío ante tan cómica escena y los acompaño en su paseo a través de mi objetivo sin dar un paso, no sea que la señora despierte y el perro tenga que volver a su rol de animal dominado, obediente y complaciente. Salto de terraza en terraza, mis ojos encuentran flores de colores vivos; su aspecto me invita a tocar su textura. La suavidad de los pétalos lilas aterciopelados es como un tobogán del cual puedo deslizarme confiada, abrazada por los estambres. Sí, si hago zoom de cinco puedo hasta contar los estambres y dejarme acariciar por ellos. Sí, mi cerebro está anegándose por todas las señales que envían los neurotransmisores; va a colapsar y la sinestesia empieza a hacer acto de presencia. Adelante, querida, siempre eres bienvenida. ¡El mundo contigo es infinitamente más emocionante!

Pasamos el día juntas, bebemos rojos fulgurantes en los pasos de cebra, escuchamos y bailamos al son de las luces de neón de los rótulos más retro del barrio. Olemos esas notas de esa canción de Bowie, huele y sabe a piel de melocotón, aunque me produzca alergia.

Al anochecer, agotada, sobreexcitada dejo que mi cuerpo se desplome en la cama, me tomo la medicación para despertar al día siguiente otra vez repleta de energía.

Suena el despertador, pero mis párpados se agarran fuertemente, no pueden levantarse; la niebla química pesa, y mi cuerpo se resiste, me balanceo de lado a lado del piso. Delante del insulso té diario, con un esfuerzo sobrehumano, miro las fotografías de ayer, pero mientras repaso una detrás de otra, no encuentro ni una que

me guste; están apagadas, son imágenes absurdas. ¿Pero en qué demonios estaba pensando ayer? ¡Por qué malgasté el día! ¿Quién me creo que soy? ¿Vivian Maier? Soy un desastre. Me miro al espejo y veo ese yo embotado, cayendo en picado, saliendo del marco del espejo, desvaneciéndose... y lo recojo con cuidado. ¿Yo soy esa? Sí, yo también soy esa, pero en breve volveré a ser ese otro yo. Guardo la cámara para ese día y me guarezco y acomodo bajo mi nube gris, mi acompañante de hoy.

EL QUE FOU I JA NO ÉS

Gemma Camps Blanch

La nostra primera trobada fou a “La Nou”. Jo no sabia qui eres ni com eres en realitat, encara. Ens havíem vist en fotos. Jo no les tenia totes, però vaig accedir a coneixe't una mica més.

Estava nerviosa. Et vaig esperar a la terrasseta amb un cafè davant. Et buscava amb la mirada pel carrer i no apareixies. Per fi, el primer contacte . Et vaig trobar força maco, tu, sense miraments, em vas escodrinyar tota amb la mirada. Tot i així, no em vas semblar un noi massa llençat. Et vaig observar: caminar feixuc, moviments alents i mirada perduda; no sabia per què, encara. Vam començar a parlar. Aviat, van sorgir les primeres confessions...

Eres més aviat dòcil, et mostraves compungit. Era jo qui treia temes i intentava fer-te riure.

Els teus ulls grossos, preciosos però sempre entristits, m'impulsaven a voler que les nostres trobades fossin divertides. Sovint, era jo qui ,de manera espontània, em posava a tararejar una cançó o a explicar qualsevol fet banal per tal de veure aquells clotets tan bufons que se't marcaven a banda i banda de les galtes.

A la segona trobada, et vaig regalar una polsera de fils taronja i negre feta per mi, m'havies dit que eren els teus colors preferits. Te la vas posar al moment i no te las vas treure mai mentre duraren les nostres trobades.

Amb els dies i la confiança l'un en l'altre, vàrem establir com una mena de llenguatge especial: ens miràvem als ulls i, de tant en quant, ens guinyàvem l'ull. Aquest simple gest, m'omplia de satisfacció. La converses s'aturaven de cop i el silenci s'apoderava del moment m'adonava, llavors, de la tremolor contínua de les teves mans en agafar el got de coca-cola i un moviment frenètic de la cama esquerra. La teva veu iniciava de nou titubejant, amb alguna cosa que necessitaves explicar-me.

El teu cos atlètic, esculpit amb una precisió admirable però amb aquella panxeta que sobresortia, les teves mans boniques, masculines i tremoloses; la lentitud dels moviments del cos, el cigarro rere cigarro que encenies , la respiració a vegades feixuga...

T'observava amb detall i m'adonava de tot. Aquella mirada cristal·litzada que m'escorcollava durant les converses, el parpelleig alentit, les dificultats per a expressar-te, els llargs silencis....Tot venia de la mateixa arrel.

Em vas explicar que jugaves a futbol a Terrassa. Duies el número vuit: m'hagués agradat veure't jugar a futbol de defensa amb l' uniforme blau elèctric.

Quedàvem amb freqüència; tanta que, en un mes i mig, vaig agafar-te estima. No sé d'on va sorgir, però ens vam acabar anomenant carinyosament "la pingüina" i tu "el pingüinito".

Recordes? De tant en tant et llençava petons juganers a l'aire i se t'envermellien les galtes amb les pigues tan gracioses a sobre el nas. Altres vegades, jugàvem a endevinar el destí observant-nos el palmell de la mà. I, enmig d'aquests jocs amorosos, tornava el silenci.

Observava com et perdies entre remolins d'idees que no sabies engranar i expressar; un atzucac de pensaments que et callaves. Cavil·laves molt però mai m'explicaves amb claredat quins pensaments tenies. Eres difícil de conèixer, potser una pèl complicat, però molt sincer i això, em seduïa. La teva manera de fer diligent em transmetia tendresa i calma, a la vegada que desxifrava en tu un crit silenciós que algú tingués cura de tu.

Per part teva, seguies els meus doble sentits, les meves indirectes i les provocacions enjogassades que t'etzibava; entenies el meu sentit de l'humor i me les tornaves totes; això em feia sentir-me cada cop més "connectada" a tu. Quan et decidies a parlar acostumaves a fer-ho amb metàfores: deies que eren la teva perdició perquè els altres no t'entenien.

Tenies dificultats per a ser simple amb el llenguatge però jo t'entenia. Quan parlaves, t'escoltava i et comprenia .Et trobava tímid, voluble i poruc. Feble i molt sensible. Sabia que et senties perdut, apedaçat per dins. Havies tingut experiències que et tenien turmentat. De tant en quant, et quedaves en silenci i em deixaves anar - No duraré gaire. Moriré aviat, jove; i jo m'enfadava – Pensa-ho si vols, però no m'ho tornis a dir més-. Sabies del cert que alguna cosa en tu no rutllava. En certes ocasions, et parlava amb cautela, per a no ferir-te la sensibilitat, però aquell comentari, aquelles paraules lapidàries les trobava fora de lloc i de mal gust, no et vaig permetre repetir-les, no en presència meva.

De tant en quant, perseguit per un sentiment de culpa, em deies que tenies problemes personals que havies de gestionar amb el temps, i continuaves, com anunciant un esdeveniment apocalíptic, que em volies mantenir al marge. Et volia ajudar però, malgrat els meus intents, no vaig aconseguir que et trobessis millor: no et podia salvar de tu mateix, de la teva pròpia vida. Volia satisfer-te amb diligència . M'esforçava en foragitar els pensaments negatius que poguessis tenir. Però no en vaig saber prou.

Vam trigar un mes per a fer-nos el primer petó. Recordo que érem a una terrasseta , no vaig poder aguantar més i et vaig deixar anar – Et mossegaria el llavi.- i, amb un posat decidit, em contestares– Fes-ho. Sense pensar-ho dues vegades, vaig aferrar-me a les teves galtes amb les dues mans i et vaig donar una bona mossegada al llavi inferior.

Dies més tard, sorgiren les primeres carícies i ja no vaig poder aturar-me. Fou bonic.

Aprofitàvem cada dia per a arremolinar-nos en abraçades i petons fugissers que m'encenien la pell. T'acariciava la barbeta, els cabells, el clatell, les cames...aprofitava cada moment per a escrutar el teu cos, fins i tot en públic i tu et deixaves fer a ulls clucs.

Al cotxe, recordes? Mentre conduïes jo t'acariciava la zona del clatell. Duïes els cabells rapats a l' u, semblava vellut, i la pell del coll era com acariciar la llisor d'un tros de cuir.

Foren dies de retorn a l'adolescència: aquell amor boig, novell i innocent.

El temps capritxós ens anunciava el final de la cita. Intentàvem, doncs, exprimir-lo fins l'últim minut, i cada vegada em repeties fins a l'esgotament que les hores se't feien curtes .

...Durant la primera cita, entre silencis i mirades em vas deixar anar: - Tinc trastorn Bipolar.

Tenies necessitat d'escopir-ho. Em vaig quedar atònita. Semblava el moment de les confessions. No vaig poder contenir-me i ,com un impuls descontrolat, vaig admetre – Jo també-. Alguna cosa dins meu s'alliberà. Com podíem haver coincidit en aquell aspecte tant inconfessable? Alguna cosa molt profunda ens connectava.

Feia un mes i mig que ens coneixíem. Em vas trucar i, com una llança d'aquelles que *esquincen* l'ànima, em vas etzibar- No em trobo bé. No vull una relació seriosa. Un altre dels teus conflictes interns. D'un dia per l'altre, com si seguissis les consignes del tot o res, em vas deixar.

... Ara, d'aquells dies, només en queda un record confús, com l'estela tènue d'un cometa que es va extingint lentament; el vestigi del què fou i ja no és.

HAY MÁS LUZ CUANDO ALGUIEN HABLA*

Agustina Sterrantino

En el otoño de 1990 soy una nena de siete años. Mi abuelo muere durmiendo en su cama. Lo enterramos el sábado. El Domingo de Pascua no resucita. La muerte es: la pesada ausencia de su cuerpo, el duelo no resuelto de mi abuela, una promesa de amor eterno.

Ella lo invoca, le habla, le pregunta alguna cosa, lo trae a cuenta. Él muere de gigantismo, todo su cuerpo era grande, su corazón también. Tengo siete años y me da miedo crecer.

Dicen que los muertos que no se duelen vuelven como fantasmas, temo que su espíritu aparezca. En la penumbra de la noche, cierro los ojos, uso la sábana como envoltura.

Soy la pieza que le falta a mi abuela para no estar sola. En ese encastre aprendo una regla de proporción directa: cuanta más compañía le hago, más sola estoy.

También hay transmisión de recetas, juegos de cartas y pastas caseras. Pero la casa es demasiado grande, y yo muy pequeña.

Durante los días que dura mi estadía en casa de mi abuela las noches me atormentan. Duermo en la misma cama matrimonial en la que mi abuelo suspiró por última vez. Pienso que la muerte se transmite por contacto, que las sábanas y el colchón están infectados. Pienso eso mientras voy mirando las manchas de humedad del techo y los contornos que la luz tenue dibuja sobre los objetos decorativos del mueble de la habitación.

Mi cuerpo se defiende como lo hace un reptil: quieto, inmóvil, petrificado, con un mecanismo así de rudimentario. Los seres humanos contamos con un cerebro reptiliano que es el más básico. El más complejo es el neocórtex, el que hace que hablemos. Yo enmudezco.

Una radio se prende rescatándome de mi secuestro silencioso. Alguien lee poemas durante la madrugada. Una lengua libre habla. Es la linterna que ilumina mi oscuridad absoluta. Es el hilo de vida frente a la pesadumbre de la muerte. Es lo que me libera de la captura de ser eso que mi abuela desafortadamente necesita.

Una voz anónima vibra en mi solitaria existencia, haciéndome parte de un paisaje musical, cubre mi piel con su manto de palabras. Una voz que versos, mece con su ritmo mi cuerpo, el de una niña extraviada en una cama respira entre ajena, invadida por un terror propio, entumecida por la única certeza que ahora conoce: nos vamos a morir.

Hoy es mi hijo el que tiene siete años. Desde esa oscuridad primordial de la bolsa uterina, engendro para él este poema:

Cómo te explico

que el dolor del mundo se escribe con mayúsculas y nuestros nombres con minúscula

Que si hay algo que no se detiene a lo largo de la historia son las guerras y el tiempo que la infancia se acorta como el cuento que te leo que la noche avanza y la vida será fugaz cuando te des cuenta

Cómo te explico

que tu tierra y la del caracol se contaminan que no alcanzarás a tocar la luna de adultos ya no anhelamos ser astronautas, aunque a veces nos iríamos a crear otro universo otros versos para ustedes, los niños y también para nosotras, las madres

Cómo te explico

que el volcán que formaste con tus mágicas manos estallará de rabia, hará que todo arda de furia Incendiará las ovejas de esa casita alejada

Cómo te explico

que ese río, tan tuyo, tan nuestro se irá secando y la corriente dejará de peinar con suavidad las algas

Aun así

aunque la muerte avance el tiempo se nos desintegre y el viento arrase su vendaval de verdades

Aun así

seguiremos sembrando girasoles para engañar a la noche y amanezca

**frase de un niño a su tía, tomada por Freud, como ejemplo, en su texto: "Tres ensayos para una teoría sexual" (1905)*

Organitza



Amb el suport



Col·labora

