

## Aislamiento voluntario no es soledad

Publicaba, hace unos días, en Facebook una reseña de mi costumbre anual de retirarme solo a un camping del Pirineo durante tres días para hacer 'mindfulness' y cargar las pilas de cara al nuevo curso y, en ese caso, utilicé la palabra soledad. Pero entre los comentarios recibidos, un amigo me señaló que soledad no es lo mismo que aislamiento como afirmaba Pedro Grañas, poeta español exiliado en México. Aislamiento es estar lejos de los demás, mientras que cito, «la soledad no es la que uno busca, sino el vacío que te hacen los demás». Efectivamente, en este sentido mi propuesta es doble: primero, aprender a estar solos, aislados, para poder reflexionar cosa difícil en un mundo en el que estamos sobreestimulados; segundo, aprender a no dejar en soledad a ninguna persona, a ser tolerantes con las opiniones y acciones de los otros, a aceptar a los demás con su propia forma de ser, ya que como escuché este verano: «un extraño no es más que un amigo al que conoces poco todavía». Mi deseo es que aprendiendo a estar solos seamos capaces de no dejar a nadie en soledad en esta pandemia.

**Carlos Hue García**

ZARAGOZA