

FRAGMENTOS DEL MIEDO

FRAGMENTO 10

La confianza en la autoridad: cuando el que te cuida es el que te encierra

Basado en la novela El médico del quinto piso



Cita inicial

"—Buenos días. No se mueva. Está a salvo. Y por alguna razón que no podía explicar, esas palabras le sonaron a mentira."

Explicación psicológica

El doctor Sotomayor tiene una sonrisa amable. Usa bata blanca. Habla con voz pausada. Parece querer ayudar. Pero no es un médico. Es un verdugo disfrazado de salvador.

En *El médico de la planta baja*, el protagonista despierta en una clínica sin recordar quién es. El médico le dice que tuvo un colapso nervioso, que está a salvo, que él lo va a ayudar. Pero las pastillas azules no curan. Borran. Los procedimientos no rehabilitan. Sustituyen identidades.

Este es el terror de la confianza traicionada. Creer que alguien vela por ti, cuando en realidad te está usando. Creer que estás en un lugar seguro, cuando estás en una celda.

¿Cuántas veces hemos confiado en quien no debíamos? ¿Cuántas veces la autoridad —un médico, un jefe, un familiar— usó su poder para encerrarnos en lugar de liberarnos?

Ejercicio práctico 1: La lista de autoridades

Haz una lista de las personas que han tenido autoridad sobre ti en tu vida (padres, profesores, médicos, parejas, jefes). Al lado de cada nombre, anota: "¿Usó su poder para ayudarme o para controlarme?"

No juzgues. Solo observa.

Ejercicio práctico 2: La frase que sonó falsa

Recuerda una situación en la que alguien con autoridad te dijo "estás a salvo" (o algo similar) y algo en tu interior te dijo que no era verdad. Escribe esa frase. Luego escribe: "Lo que me hacía dudar era..."

Ejercicio práctico 3: El contrato imaginario

Si pudieras escribir un contrato de confianza con alguien que tiene poder sobre ti (un médico, un terapeuta, un jefe), ¿qué cláusulas pondrías? Escribe tres.

Ejemplo: "Tiene la obligación de decirme la verdad, incluso si duele." "Puedo retirar mi consentimiento en cualquier momento."

Conclusión

La autoridad no es buena ni mala. Es una herramienta. El problema no es el poder. Es quién lo ejerce y con qué fin. Aprender a distinguir al médico del verdugo es una de las habilidades más importantes para proteger tu identidad.

Este ejercicio está inspirado en "El médico de la planta baja", donde un hombre despierta en una clínica sin recordar quién es.

Lee el primer capítulo gratis en:

[El médico de la planta baja capítulo 1](#)



NOVELETAS DE TERROR PSICOLÓGICO
novelasdeterror.com