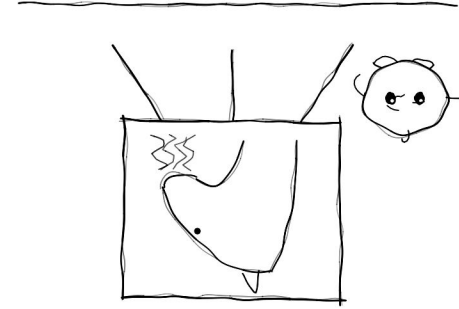


¿Qué has intentado tantas veces que ya te cansaste?

Y la espuma no le salía.

Lo intentó una vez, y otra, y otra.



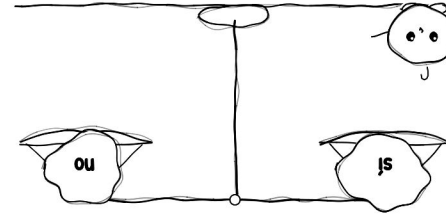
Un pintor quería pintar la espuma que sale de la boca de un caballo.

1 buscar

¿Qué decisión tienes hoy en empate?

Nada pesaba más que nada.

Pero al mirar, hallaron razones igual de fuertes de los dos lados.



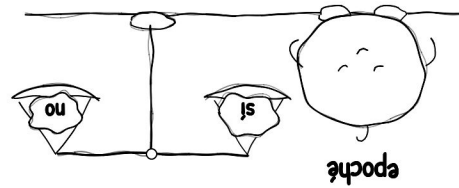
Unos filósofos griegos buscaban algo parecido: saber qué es verdad para poder quedarse tranquilos.

2 empate

¿Qué pasaría si hoy no eliges todavía?

Suspender no es rendirse: es dejar de empujar hacia un lado.

Los griegos le decían epoché: detenerse.



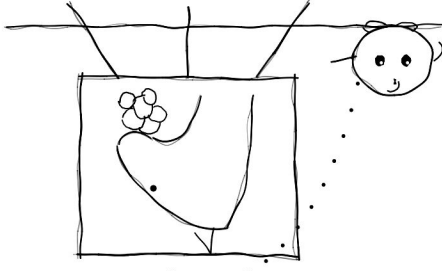
Si nada pesaba más, ¿a cuál crearle? Entonces se detuvieron: ni sí, ni no.

3 soltar

¿Cuándo te llegó la respuesta justo cuando dejaste de buscarla?

A quienes soltaron, la calma les llegó como la sombra sigue al cuerpo.

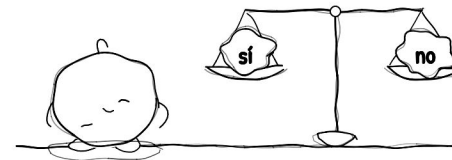
... y al golpear, la esponja hizo la espuma.



Al pintor le pasó lo mismo: cansado, tiró contra el cuadro la esponja con que limpiaba.

4 sin buscarla

para llevar



Esta semana, cuando dos razones pesen igual, no fuerces la decisión.

Detente, sigue con tu día, y mira qué pasa.

A veces la calma llega cuando sueltas la esponja.

a partir de «Esbozos pirrónicos», de Sexto Empírico

Esponjita · la calma que llega sola · de Sexto Empírico

Bogotá · septiembre de 2026

1 hoja · 1 corte · 8 páginas

dominio público (CC0) · si haces una, déjala libre como esta

tres trampas



«Entonces nada importa.»

No: sigues comiendo, trabajando y cumpliendo las costumbres.



«Ya no sentirás dolor.»

Si tienes frío, tienes frío. Solo te ahorras creer que eso es un mal de verdad.



«Nadie puede saber nada.»

Eso también cierra la pregunta. Quien suspende sigue mirando.

5 vivir igual

Soltar no es quedarse sin hacer nada. Siguió comiendo, cumpliendo las costumbres y haciendo su oficio.



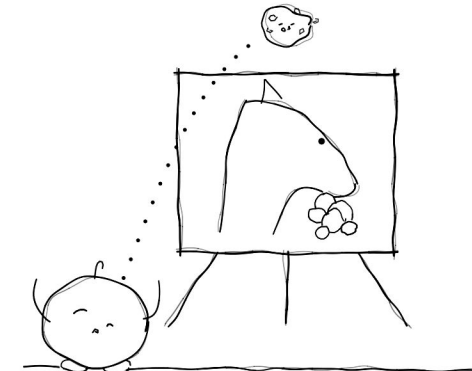
Lo único que se quita es la opinión sobre cómo es «de verdad» lo que pasa.

datito

Según se cuenta, Pirrón vivió noventa años. Ayudaba en la casa y llevaba pollos y lechones a vender al mercado.

Esponjita

la calma que llega sola



y salió la espuma