

"Siempre hay lugar para la esperanza": MJ Benito habla sobre su primera novela, 'Nebulosa'

La escritora madrileña MJ Benito sorprende en su debut con una novela titulada 'Nebulosa'. La historia narra el encuentro de dos personajes que se encuentran en el mismo puente justo antes de suicidarse, proporcionando una mirada nítida sobre los motivos que les han llevado hasta allí

MJ Benito ha centrado su carrera profesional en el campo de la medicina, pero la literatura siempre ha formado parte de ella también, como ese primer amor que no se olvida. Por ello, tuvo claro que, antes o después, encontraría la historia perfecta para dar finalmente el paso y convertirse en escritora. Así, inspirándose en sus propias experiencias y combinándolas con sus conocimientos en psicoterapia, surgió Nebulosa, una novela humana, con alma, que habla de superación personal y profundiza en las razones que conducen a una persona hasta el suicidio.

Nebulosa es el cruce de dos trágicas historias, la de Teresa y la de Pablo. Estos dos protagonistas coinciden en un puente solitario que será único testigo de su suicidio. Ambos buscan librarse de los fantasmas que amenazan su presente, quieren acabar con el miedo, la soledad y, en definitiva, el sufrimiento que es para ellos vivir. Están encerrados en una burbuja oscura y seca donde el mundo exterior no significa nada, donde su existencia solo es la sombra de quienes solían ser en un tiempo remoto y feliz. El pasado ha congelado sus almas y ya no encuentran sentido a nada. Como bien apunta el título, una nebulosa impide que vean cualquier atisbo de esperanza y permanecen ciegos en su espiral de dolor y autodestrucción. Sin embargo, no hay mejor manera de unir dos puntos separados por el abismo que construir un puente entre ellos. Y ese puente, físico y literal, será el punto de partida del relato.

El suicidio une a los protagonistas, pero no como un elemento superficial ni una mera excusa para hacerlos converger y construir el relato. La autora trata este delicado y relevante tema en una mezcla de psicología y corazón, es decir, la forma en que sentimientos tan negativos como el dolor, la ira y la culpa afectan a una persona hasta el punto de querer acabar con todo. En este sentido, Nebulosa comparte ciertas similitudes con la serie Por trece razones, solo que la primera proporciona una visión distinta sobre la desesperanza y las personas que cada uno deja entrar en su vida.

Nebulosa ya se encuentra a la venta, tanto en formato físico como digital, y puede adquirirse en Agapea, Amazon, El Corte Inglés, ReadonTime y Libelista. A continuación, una entrevista realizada a MJ Benito.

Buenos días, MJ Benito. Nebulosa, tu primera novela publicada, arranca con el encuentro de dos personas que están a punto de quitarse la vida saltando por un puente. Cuéntanos un poco más sobre esta particular historia.

Nebulosa es una historia intimista donde los dos personajes principales son finalmente capaces de abordar el dolor, la pena, la soledad y la angustia que la vida les ha impuesto y que ellos han acogido con los brazos abiertos. Intenta mostrar cómo la vida puede llevarnos al límite, pero también que hay

cabida para la esperanza: cómo enfrentarse a los miedos y a lo que nos corroe es mejor que dejarse abatir. La obra es, en resumen, una alegoría a la vida, a pesar de que esta a veces nos puede llevar al límite y haya momentos en que no vemos la salida.

En los agradecimientos, apuntas que la inspiración está en todo lo que nos rodea y en las personas importantes que tenemos al lado. ¿Qué o quién te inspiró para escribir *Nebulosa*?

Creo que todas las vivencias personales o que presenciamos de una u otra forma, lo que nos rodea deja una huella permanente en todos nosotros. Quizás lo que varía es la forma en que lo manifestamos o dejamos que nos afecte, y cómo intentamos paliar esos daños. En mi caso, es a través de la escritura. Para mí, el maridaje entre ciencia –investigación médica– y el humanismo –la preocupación por las relaciones humanas– ha estado siempre muy presente; no puedo separar una cosa de otra, ni siquiera en mi profesión. Así, creo que las experiencias personales y profesionales, y la reflexión sobre ellas es lo que me ha inspirado para escribir este relato. El escribir esta obra ha sido para mí el proceso catalítico de aceptar esas vivencias, como lo ha sido para los personajes el contar o revivir su historia.

Nebulosa es una novela breve y, como tal, un arma de doble filo. Por un lado, permite que el autor se concentre en lo verdaderamente importante de la historia, reduciendo el riesgo de perderse con información y descripciones totalmente prescindibles. Por otro lado, contar tanto en tan poco espacio no resulta nada fácil. ¿Cómo ha sido el proceso de construcción de este relato?

Desde el principio, tenía claro que quería un relato intimista en el que los personajes plasmaran lo más íntimo de su alma, sus sentimientos, sus frustraciones y su dolor. No quería narrar una historia costumbrista ni una epopeya descriptiva. Quería que el lector fuera capaz de captar la esencia de los personajes, su angustia, su soledad; quería desmitificar la idea del suicidio como un acto de locura, que la gente pudiera entender por qué alguien puede ser capaz de pensar seriamente en el suicidio –sin que esto sea en ningún caso un alegato a favor del suicidio–. Y quería acabar con un mensaje de esperanza, algo que también he encontrado a lo largo de mis experiencias: el ser humano es capaz de perder toda esperanza cuando es llevado al límite, pero es capaz de renacer de sus cenizas y volver a recuperar la ilusión, aunque a veces no es un proceso fácil.

Los protagonistas nos enternecen con sus historias, nos quedamos enganchados a ellos por su volumen y credibilidad. ¿Te resultó complicado dotarles de tanto realismo? ¿Cuál es el secreto para crear unos grandes caracteres como estos?

Creo que el secreto está en ponerte en su piel, en sentir empatía con ellos. En otras palabras, en sentir su dolor, sus alegrías, sus anhelos. Una vez que te metes en el personaje, es relativamente fácil dejarle fluir a través del teclado.

¿Por qué el público debería leer tu novela? ¿Qué destacarías?

Imagino que todo escritor –o todo aquel que pretende serlo– desea que sus libros gusten. Personalmente, me gustaría ser capaz de hacer sentir emociones al lector. Espero haber sido capaz de recrear parte de la vida, quizás una parte que a ninguno nos gustaría experimentar; capaz de dar margen a pensamientos y a reflexiones profundas. Destacaría la idea de que siempre sale el sol después de la lluvia, de que, a pesar de todo, en esta vida siempre hay lugar para la esperanza. Enfatizaría el optimismo de la obra y la capacidad del ser humano de sentir y decidir sobre su propia vida.

¿Cuándo comenzó tu interés por la literatura? ¿Qué te impulsó a dar el salto como escritora?

Siempre me ha gustado escribir. Recuerdo que mi profesora de Lengua del instituto se decepcionó bastante cuando elegí estudiar Ciencias y no Letras, algo que he rectificado con los años. Sin embargo, siempre he tenido dudas de si sería capaz de escribir algo que fuera lo bastante bueno, que pudiera hacer sentir algo a quien lo leyera. Definitivamente, lo que me impulsó a dar el paso de intentar publicar fue la confianza de mi padre en que podía hacerlo y la convicción y fe de mi hijo en que su madre iba a ser, además de otras ocupaciones, escritora. Me ha llevado tiempo, pero tenía una historia que contar y que creía que merecía la pena ser contada.

¿Qué consejo darías a otros escritores noveles que, como tú, sueñan con publicar su libro?

Mi principal consejo es que disfruten escribiendo, que se crean lo que escriben y se sientan orgullosos de ello. Y también que tengan paciencia y perseverancia hasta conseguir su sueño. Y que no esperen ser los próximos J.K. Rowling y convertirse en millonarios con esto. Bueno, en el fondo, todos esperamos eso, ¿no? La ilusión es lo último que se pierde. Ahora en serio, la satisfacción de ver tu libro publicado, de que el público pueda leer la obra en la que has puesto tanto y que tanto significa para ti... no tiene precio.

Después de Nebulosa, ¿seguirás escribiendo novelas o tienen otros proyectos en mente?

Yo siempre tengo proyectos en muchas áreas diferentes, pero definitivamente voy a seguir escribiendo. Es algo con lo que disfruto demasiado para dejar de hacerlo. Por supuesto, desearía que mi obra gustara y poder seguir publicando más. Es algo que asusta, al menos, cuando eres un escritor novel: no saber si tu obra va a gustar al público o no, si vas a ser capaz de mover al lector con tu imaginación, si tienes la suficiente habilidad para contar historias... Pero no dejaré de escribir. De hecho, tengo varias ideas e historias empezadas. Y también tengo una enorme curiosidad por ver la reacción de los lectores y saber qué opinan de mi primera novela, Nebulosa.

Datos de contacto:

Editorial Falsaria

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Artes Visuales](#) [Literatura](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>