

## Literatura

De nombre algo enrevesado en nuestra cultura, el *tteokbokki* es uno de los platos más típicos en Corea, presente en muchos de los puestos callejeros de comida. Su gran particularidad es la salsa picante con chile rojo, que gusta mucho y la textura de la pasta que lo acompaña, los *tteok*, con base de (cómo no) arroz algo gomoso. A la salsa picante se le añade kimchi, y *gochujang*, una pasta fermentada con un potente picante y sabor agri dulce que hace las delicias de todos los que lo prueban. Además, lleva un caldo dashi, elaborado con anchoas, algas y copos de chile para aumentar su picor y, como ginda final, el *eomuk*, un pastel de pescado parecido a un surimi frito.

Quizá a alguien se le ha hecho la boca agua pero, tal es el poder de la gastronomía en ocasiones, para Baek Sehee, el *tteokbokki* se convirtió en un aviso silencioso de que hay algo que no marchaba como debería a nivel emocional.

Baek Sehee, la autora del libro, es una joven cuya vida profesional es bastante exitosa, aunque siente que patina en su vida personal. Pero los trastornos psicológicos no son tan fáciles de detectar. Imaginamos que alguien con depresión se pasa el día entero llorando, cuando la realidad se suele esconder siempre tras una máscara de alegría o normalidad. «Escuchar voces, ver alucinaciones o autolesionarse no son los únicos indicios de estar sufriendo», dice Sehee.

Diagnosticada con distimia, un trastorno depresivo leve pero persistente, Baek decidió grabar y transcribir las conversaciones con su psiquiatra durante doce semanas



ANA RIVERA MAGAÑA  
@nitandbooks

### Viva, Ama, Rie... Lee

Una joven coreana descubre que su única ilusión es degustar una comida de su país y le hace saltar las alarmas

## El plato que me salvó



El tteokbokki es una propuesta gastronómica coreana que ofrecen muchos puestos callejeros. FOTO: GASTROLAB

de tratamiento. «De la misma forma que un resfriado leve puede hacer que nuestras gargantas duelan, una depresión leve puede dañar nuestras mentes», recordando a los lectores que no debemos olvidarnos de cuidar nuestra salud mental y, a su vez, estar atentos a los avisos que podamos percibir de la gente de nuestro alrededor.

La escritora coreana no se había sentido cómoda en su piel durante distintas etapas de su vida y todo fue haciendo mella en su autoestima, cada vez más menguada y dejando una puerta cada vez más abierta a la depresión. Atreverse a escribir el libro, en el que también muestra otros textos personales y apreciaciones de su psicólogo, ayudaron a Baek a sentirse más reconfortada y mejorar emocionalmente.

Con su delicadez, *Quiero morir; pero también quiero comer tteokbokki* ha conseguido convertirse en un éxito total de ventas a nivel internacional. Desde la editorial Tendencias, quienes han adaptado el libro al mercado español, destacan que «ha tenido gran acogida por parte de los lectores, e incluso ha sido recomendado por RM, líder de BTS», una de las bandas coreanas con más repercusión a nivel mundial.



### Quiero morir pero...

**Autora:** Baek Sehee  
**Editorial:** Tendencias  
**Páginas:** 224

## Arte

## La Galería Antoni Pinyol expone piezas inéditas de Josep Nosàs

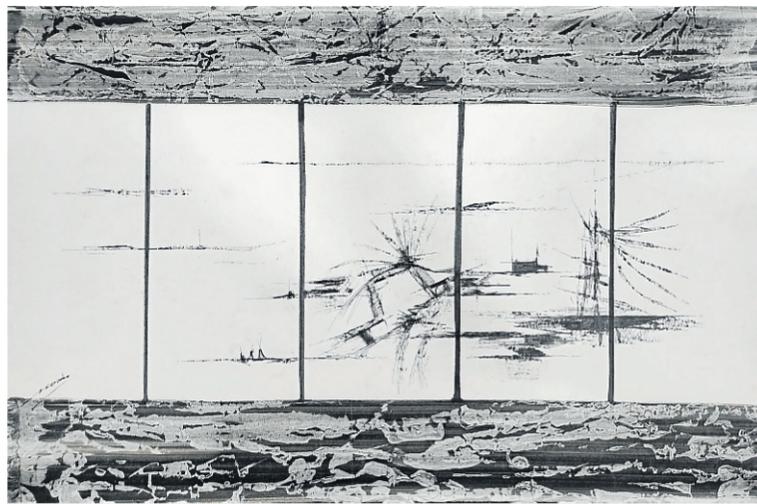
REDACCIÓN  
REUS

Se trata de unas obras que Josep Nosàs trabajó entre los años 1983 y 1987 en su masía de la Selva del Camp, cuando su vida estaba enfocada en la creación artística.

A pesar de los diferentes abecedarios que encontramos, el nexo que les une es el uso de la tinta china y otros materiales que lo llevan por los caminos del negro sobre el papel blanco que se convierte en paleta cromática. Un trayecto donde también transita por una matizada y sutil gama de grises. Josep Nosàs experimenta de forma creativa con estas ma-

terias y trabaja con diversas técnicas propias. Sobre una base de dibujo, incorpora otras fórmulas y herramientas que dan como resultado obras que nos hablan con el lenguaje del equilibrio y de la armonía.

Es el concepto abstracto de la forma y la línea que le permiten remarcar la gestualidad y el trabajo riguroso en la ejecución. Se



Una de las piezas inéditas de Josep Nosàs que se podrá disfrutar en la exposición que tendrá lugar en la Galería Antoni Pinyol. FOTO: CEDIDA

percibe el gesto lleno de espontaneidad en unas obras y la precisión reflexiva en otras, y ambas fruto del conocimiento del oficio y de las posibilidades de los materiales.

### Silencio y calma

Sus creaciones nos comunican silencio, calma y quietud en algunos casos y, en contraste, en otras en-

contramos energía, dinamismo y vitalidad. Y todas son la ventana abierta a su mundo interior, sus sensaciones y sueños más íntimos. El artista se sentía libre trabajando en su estudio, alejado de cualquier ismo, moda o tendencia, siempre siguió su camino creativo abierto, honesto y personal.

Hay que mirar estas obras de Josep Nosàs con los ojos puros, sin prejuicios y, de forma personal e intransferible, experimentar la sensación que transmiten y dejar volar libre la imaginación. Sólo así podremos percibir el lirismo y la verdad intrínseca de cada obra.

Nosàs fue también, o antes de pintor, un gran dibujante. Dejamos para una próxima ocasión la vertiente del dibujo que merece otro capítulo.

La exposición se inaugurará este próximo 20 de enero y se podrá visitar hasta el 29 de febrero.

La aportación de estas piezas inéditas hace que esta muestra, llamada *Del Blanc al negre*, resulte del todo atractiva.