

EL VIAJE INTERNO

No quiero ser bonita.

Yo soy: una mujer que en este momento de su vida se está re-conociendo. He trabajado bastante en aceptarme.

Una gran etapa de mi vida me rechace. Porque en mi familia promovían la idea de que: “soy muy bonita”. Pero ese “*ser bonita*”, me costaba mucho. Primero: porque siempre me sentía abrumada de que las personas me observaran, segundo: porque además de observarme me decían lo bonita que era, y tercero: porque las personas se sentían con la libertad de hacer comentarios sobre mi cuerpo o mi apariencia, y cuarto: y el peor de todos, muchas personas se sentían con la libertad de tocarme, sin importar si yo quería tener contacto con ellas.

Mis ojos –eran- algo que rechazaba, porque me incomodaban, ya que al no ser comunes, me convertían en el centro de atención.

Mi piel, al ser tan blanca también parecía una invitación a que las personas me observaran e hicieran comentarios de cómo les parecía mi apariencia.

Y mi cabello delgado y claro, también era otro rasgo por el cuál las personas parecían sorprendidas con mi apariencia.

Esas personas me caían muy mal porque sin conocerme, me miraban todo el tiempo.

Yo misma me caía muy mal.

Yo solo quería ser distinta, me hartaba de que siempre hubiera personas observándome y me sentía como un bicho raro.

Hasta hace poco, tuve una experiencia con mi sobrina que me recordó lo que viví por muchos años y me sentí reflejada con los sentimientos de: rechazo e inseguridad. Íbamos en el transporte y unas personas empezaron a acosarla –Sí. Con ese acoso de “qué bonita”, “a ver enséñame tus ojos”, “me la voy a robar porque yo quiero una igual” y demás cosas- Mi sobrina inmediatamente se puso muy seria, se le notaba la incomodidad y mi cuñada, “la disculpó” diciendo: “es que es muy tímida”

Por otra parte, en mi familia como yo era “bonita”, no tenía derecho a enojarme, a llorar, a ser apática. Bueno, a nada. Porque cada vez que expresaba algún sentimiento que no correspondía al de: *“una niña bonita”*. Me decían: *“qué mal, tan bonita y haciendo esos berrinches”, “tan bonita y llorando, eso está muy mal”, “tan bonita y así de seria, que feo”*

Y yo lo único que quería en este mundo, era no ser bonita, no ser observada, no ser reconocida como una mujer bonita.

Durante mi adolescencia, que ya comenzaba a amarme y medio aceptarme, otra vez la inseguridad tocaba a mi puerta con comentarios como: *“tú no pareces mexicana, es que los mexicanos no somos así”, “te hace falta broncearte estás muy blanca”, “deberías de darte una vuelta a la playa para que agarres color”*

Y nuevamente sentía que no encajaba, y me derrumbaba por dentro con la poca aceptación y el amor propio, que apenas comenzaba a construir.

Poco a poco fui entendiendo, gracias al proceso terapéutico y a la carrera de psicología que: así soy yo. Tengo una piel tremendamente clara, que ni de chiste voy a exponer al sol solo por “tomar color” ja, ja, ja. Aun me sigue sorprendiendo lo

absurda e hiriente que puede ser la gente con sus comentarios. Pero bueno yo acepto, amo y cuido mi piel, así, como es. Porque me haría daño no aceptarme o intentar cambiarme.

Acepto mi cabello fino y súper lacio. Lo amo y procuro, para darle los mejores cuidados y no dañarlo cuando lo tiño de varios colores. Procuro siempre darle mucho cuidado y honrando mi amor propio y mi seguridad emocional elijo con felicidad cada cambio que deseo experimentar.

Acepto que tengo ojos que son muy sensibles debido a su color, que requiero lentes todo el tiempo, en especial lentes oscuros cuando estoy bajo el rayo del sol. Acepto que estos ojitos, que en su momento me parecían detestables, son mis ventanas al mundo. Los acepto, los cuido y los procuro.

Acepto que subí de peso y me alimento consiente de nutrir mi cuerpo y no para bajar de peso y encajar en una talla.

Acepto que tengo estrías y celulitis, me amo y me cuido para mantener mi cuerpo activo y no pensando en encajar en una talla.

Acepto que en estos días me veo a la cara con enormes arrugas alrededor de los ojos. Y las acepto, no quiero cambiarlas porque me estoy convirtiendo en está mujer de treinta y tantos que irá acumulando signos de expresión.

Porque así es la vida y aunque no me es tan sencillo quiero sentirme feliz con quien soy y no estar ocupada tratando de revertir el paso del tiempo.

Me siento feliz de ir librando esta batalla, que se nos impone a las mujeres socialmente para no aceptarnos e ir en busca de convertirnos en ideales de belleza inalcanzables. Me siento tranquila de amarme, cuidarme y respetarme conscientemente.

No soy: introvertida pero últimamente me he dado cuenta que puedo mantenerme así porque deseo escuchar a otras mujeres, sus experiencias y aprender de ellas. No soy una mujer que se aleje de sus afectos. Sin embargo, me he dado cuenta que yo soy muy consecuente con mis relaciones y hay personas que no son así conmigo. Por lo que, por respeto a mi he marcado límites, para cuidarme emocionalmente y no dar a quien no es recíproco conmigo.

Me cuesta trabajo escribir lo que no soy, porque en algún momento he sido furiosa, introvertida, exagerada, invasiva, manipuladora, envidiosa, crítica y otras tantas cosas que me han ayudado a darme cuenta de que no quiero ser así. Acepto que si en algún momento me comporto así, es porque es una manera de hacer un viaje interno para cuestionarme qué pasa conmigo que estoy siendo así. Y eso que “no soy” también lo soy.

Me da miedo: no regresar a casa. Me da miedo que una de mis amigas desaparezca. Me da miedo que mi madre no regrese a casa. Me da miedo saber que alguna de las mujeres a las que amo pueda llegar a ser víctima de feminicidio. Me da miedo que el Estado, continúe siendo omiso y las cosas sigan así para nosotras.

Me da miedo no tener trabajo estable. Me da miedo no tener prestaciones. Me da miedo saber que no tendré pensión.

Me da miedo no saber qué hacer para que estas cosas cambien.

Espero: que todas las mujeres de forma consciente podamos ir revolucionando el sentido de ser mujeres. Que cada una pueda ser libre de amarse profundamente sin importar lo que pase afuera. Que cada mujer se habite viviendo consciente su vida y pueda vivir sin miedo.

Espero que como ciudadanía despertemos, nos unamos y organicemos para garantizar nuestro derecho a una vida digna.

Mi mundo es: utópico, porque si no fuera así estaría hundida en la depresión y quiero, como dice Galeano moverme, caminar hacia la utopía. La utopía de que puedo colaborar de forma organizada con muchas más personas, para que se construyan estructuras políticas que nos garanticen el goce de nuestros derechos.

Mi reconstrucción.

Hasta hace pocos años es que comencé a darme cuenta cuáles eran esas actividades que me satisfacían, entusiasmaban y nutrían. Esto sucedió gracias a que perdí mi trabajo y comencé a trabajar por proyectos y mayoritariamente en casa. De esta forma disponía de más tiempo para mí y eso fue una fortuna.

Me doy cuenta de lo afortunada que fui, porque en sociedades patriarcales y capitalistas (es decir en el 90% del mundo) las mujeres disponemos de muy poco tiempo para nosotras, y la cultura nos enseña a gastar nuestro tiempo libre en procurar a otras personas.

Al tener la fortuna de reflexionar qué otras cosas podría hacer para mí, por supuesto que lo primero que vino a mi mente fue ocuparme en trabajo. Y bueno, eso no estuvo tan mal porque de ahí nació en 2014 el concepto de la consultoría psicológica que tengo ahora. Y de haber estado ocupada con un horario de 8 horas de oficina, más tiempo extra en traslados, no sé si lo habría logrado. Después de cimentar la consultoría, pensé en que cosas me gustaban o me entusiasmaban y fue ahí cuando decidí reconstruirme porque creo que uno no puede pasar la vida anhelando cosas y no hacer nada para tenerlas.

Descubrí que me gusta disfrutar sabores y olores en la cocina, pero no sabía cocinar más que lo elemental -como huevos, sopa aguada o caldos- pero mi

mamá tiene un gran sazón y yo no había aprendido a cocinar como ella. Porque cuando intentaba cocinar, ella estaba en casa y me pedía que me ocupara de mis responsabilidades escolares. Después yo trabajaba y ella se seguía haciendo cargo de la cocina. Sin embargo, mis hermanos tienen todo su sazón y cocinan muy bien (lo que me causa envidia ja, ja, ja pero también me gusta que cocinen para mi). El hecho de que mis hermanos tengan el sazón de mi mamá y cocinen muy bien, fue porque mi mamá como mujer trabajadora no podía hacerse cargo de tantas cosas en casa y comenzó a involucrar a mis hermanos en la cocina. Por ejemplo, ella adelantaba un día antes la carne o verduras cocidas y les pedía a mis hermanos que hicieran el guiso, dándoles las instrucciones e ingredientes. Y fue ahí donde ellos aprendieron los secretos, las recetas y el sazón.

Así que mi primera reconstrucción fue comenzar a aprender en la cocina, los sabores de la familia. Fue una experiencia que jamás imaginé, porque con cada receta aprendía cosas de las ancestras. Aunque mi mamá no las hubiera conocido, cada receta llevaba un: *“tu abuelita decía que esta (especia, cocción o verdura) se hacía de esta manera porque da más sabor”* o también había un: *“esto no se pone porque no sirve, da mal sabor”* o cosas así. En cada receta aprendía algo porque mi mamá me decía: *“decía tu abuelita que decía Chuche (Tatarabuela) que -esto sí, o esto no- para que esta receta quede más buena”*.

Aprendí trucos de cocina que me enseñaban de cómo las mujeres se relacionaban entre sí y se vinculaban con la naturaleza. Por ejemplo, algo que aún no supero y me parece maravilloso es que para hacer la sopa de arroz y que este quede entero y esponjoso, hay que lavar el arroz, escurrirlo, sacarlo al extenderlo en una servilleta de tela y dejarlo al sol hasta que se quede seco. Y es un truco infalible, dependiendo del tipo de arroz la sopa queda excelente.

Y bueno mientras se hace este proceso de secado, la dinámica es esperar, conversar o disfrutar el sol ¡uuff! no imagino cuantas cosas debían platicar o sanar las abues en ese espacio. Ahora sé que no se deja de aprender en la cocina y confirmo que es un lugar místico donde entre el calor, sabores y olores se construyen historias.

Ahora ya me siento segura de cocinar, experimentar y disfrutar mis platillos. Puedo sentir como hay voces que me acompañan, porque sé la historia familiar de platillos y especias.

Otra de mis metas o anhelos por cumplir es la jardinería. A mi mamá y abuelas se les daba de maravilla tener jardines hermosos y mi plantas se secaban al poco tiempo; así que comencé a acompañarme del asesoramiento de mi mamá, para ver florecer y dar frutos a las plantas. Descubrí que no hay ningún secreto más que estar en contacto con las plantas, comprender sus personalidades y ciclos, además de por supuesto ser muy disciplinada con darles su agüita y procurar su comodidad. Desde noviembre del año pasado inicié a cultivar cempasúchil y desde enero los he visto florecer y florecer, creo que ya me gradué en esta materia.

Algunas de las cosas en las que sigo disfrutando y aprendiendo es meditar, tocar el tambor para conectarme con la espiritualidad, hacer sanaciones, acompañar en la crianza de mis sobrinas y sobrinos por conciencia y recibir amorosamente lo que otras personas me quieren dar.

Por último y aunque ya tengo los cimientos sigo trabajando en ello y dándome un espacio para el ocio, para detenerme sin hacer nada más que estar conmigo. Sigo en este camino porque hay días en los que con la dinámica de vida, el trabajo y los quehaceres en casa, me doy cuenta que con el cansancio, durante la noche solo quiero descansar y reponerme y no tengo espacio para detenerme. Por eso trabajo para, de forma consiente detenerme varias veces al día, para estar en contacto conmigo y mantenerme en mi centro y para disfrutar de manera consiente cada momento ya sea de disfrute o complejidad y aprender de la vida y mis habilidades para afrontar esos momentos.

Este es, y ha sido el camino en que he puesto los cimientos y he levantado bases para mi reconstrucción. La verdad es una reconstrucción que disfruto mucho y que quiero seguir haciendo.

Oscilación.

Me encuentro en una parte de mi historia que oscila entre:

- la vulnerabilidad que me hace sentir incapaz, triste y desesperanzada
- la fortaleza de mi coraza, que me hace sentir que: soy capaz de crear opciones para vivir una vida plena para mí y que puedo invitar a otras mujeres a que desarrollen habilidades para vivir plenamente.

Desde hace tiempo que he incorporado al feminismo a mi vida -14 años- y he descubierto el valioso poder de compartir y aprender de otra. También he aceptado que la vulnerabilidad por más atemorizante que sea es parte de mi humanidad, pero en este momento en el donde me tocó enfrentarme al sistema de justicia tan machista después de haber pasado una situación de violencia en el trabajo. Me siento en un torbellino de emociones: tristeza, temor, desesperanza, cansancio, tranquilidad, fortaleza, duda...

Escucho a mucha gente decirme: *“te admiro por haber tenido la valentía de renunciar a tu trabajo y denunciar, quisiera tener tu valor”*

Coincido yo también me agradezco esa valentía, pero también escucho sus relatos de la violencia dentro del trabajo, la dificultad de muchas mujeres para renunciar, porque renunciar significaría poner en riesgo su supervivencia y la de sus seres más queridos. Y quisiera que supieran lo difícil que es para mí

atreverme a regresar a una empresa, me da pánico volver a vivir lo que pasé y la vida no espera.

La vida requiere que yo sea autosuficiente, que genere ingresos y es ahí donde comienzo a oscilar y pienso ¿qué puedo hacer por mi cuenta? Me siento segura de saber que desde mi profesión, del aprendizaje del feminismo.

Desde mi propio viaje a incorporar al feminismo como eje rector a mi vida, lo que mejor puedo hacer es acompañar a otras a crecer, a vivir liberándose de ataduras sin ponerse en riesgo procurando su amor propio y autocuidado. Sin embargo, cuando pongo en práctica mis proyectos poniendo en primer plano el crecimiento personal de las mujeres, me topo con este mundo lleno de recovecos de mercadotecnia, capitalismo consumista y mucho machismo interiorizado en donde mis iniciativas no prosperan porque *“no venden”, “no son consumibles”* Y llego a la vulnerabilidad de sentirme tan pequeñita en este mundo voraz, en donde no soy capaz de promover posibilidades distintas para que otras mujeres se acerquen a un espacio feminista y por ende tampoco soy capaz de generar ingresos.

Es en este momento donde la seguridad, esperanza y alegría de mis horas de trabajo generando contenido y realizando reflexiones se ven aplastadas y llega la vulnerabilidad.

Trato de escuchar este sentimiento de humana, escucho esta vulnerabilidad que me conecta con la realidad de esta sociedad y me dice que necesito aprender a motivar a otras a que se acerquen y se den cuenta que juntas podemos crear espacios de crecimiento, desarrollo y sororidad que nos llevarán a vivir en plenitud.

Una amiga que pasó años medicada por depresión y ataques de pánico, me ayudo a comprender e integrar la vulnerabilidad a mi vida con estas palabras:

“La vulnerabilidad es humana. Nuestros ancestros la vivieron, por más que digan que no. Nuestras madres y nuestros padres la vivieron, cuando sintieron que no podían sostener un techo sobre nuestra cabeza, que no les alcanzaba el dinero para alimentarnos o darnos educación. Ellos no lo dicen, pero lo vivieron porque la vulnerabilidad es humana. La vulnerabilidad es natural, la diferencia entre nuestros ancestros y nosotras, es que ellos tenían comunidad, y en este mundo voraz cada persona tiene que cuidar su estabilidad, porque de lo contrario se volverá vulnerable y si es vulnerable ya no será capaz de producir, pero si produce no será capaz de vivir. El sistema nos quiere ocupadas ya sea produciendo o deprimidas ocupándonos de la medicación porque así ya no somos capaces de defender nuestros derechos”

Admiro tanto a mi amiga, ella dejó la medicación y está regresando a su vida. Y yo aunque no estoy en tratamiento médico, hay momentos en los que me siento cada vez más perdida, cada vez más incapaz y quisiera desaparecer pero recuerdo a mis compañeras y amigas, pasando por situaciones complejas como yo y logrando vivir. Logrando trascender el dolor, el miedo, la vulnerabilidad y generando opciones para salir adelante, y entonces oscilo hacia la esperanza, hacia la posibilidad de poder seguir adelante gracias a la motivación que me da escucharlas.

Sororidad

Reflexionando, logré conectar con mis tinieblas. Mis tinieblas comienzan con una historia que viví en secundaria junto a mi mejor amiga y no podía superarla.

En el segundo nivel de secundaria, con la edad de 14 años, tenía una gran amiga con quien compartía todo. Por supuesto nos platicábamos todo. Uno de los chicos más guapos de la secundaria comenzó a pretenderla, hasta que lógicamente se hicieron novios. Eran la pareja perfecta, ambos eran guapos y populares, y yo

estaba feliz pero pasados los meses comencé a sentir envidia. No solo era envidia de que mi amiga no pasara tiempo conmigo, también era envidia de que yo no tenía novio y sí tenía ganas de tener uno. Así que comencé a decirle a mi amiga que ese novio no le convenía, inventaba chismes de él pero ella los aclaraba con él y seguía siendo mi amiga.

Mi amiga me comentó que tenía miedo de decirle a su mamá que tenía novio pero que iba hablar con ella y decirle la verdad porque creía que la iba a entender. En ese momento sentí más envidia, yo conocía a su mamá ¡claro que la iba a entender! Pero yo no tenía la misma comunicación con mi mamá. Así que decidí robar su diario, yo sabía en qué parte de su mochila estaba y agregue unas páginas fingiendo su letra, donde decía que este chico la estaba presionando para tener sexo y le entregué el diario a su mamá.

Es la cosa de la que más me avergüenzo en la vida, traicione a mi amiga, a su mamá porque me creía y confío en lo que le dije y la “prueba” que le entregue. También me traicione a mí, porque no supe escucharme desde mi yo real, sino desde la envidia. No supe como compartir la felicidad con mi amiga, no la apoye sino que busque hacerle daño, abuse de su confianza, fui demasiado lejos y le busqué un problema en su casa y con su familia. La cambiaron de escuela, perdí toda comunicación con ella. Nunca volvió a llamarme por teléfono y era obvio porque su mamá le debió haber mostrado el diario y supo, que yo no fui su amiga, en ese momento.

Me duele mucho haberme dejado llevar por ese sentimiento de envidia y haber perdido a una amiga tan maravillosa. Esa amiga que sí fue incondicional conmigo y me apoyo, esa amiga que me perdono por sentir envidia sin decirme “te perdono”. Porque era obvio que cada vez que yo inventaba un chisme y ella terminaba aclarándolo con su novio, se daba cuenta que yo le mentía y aun así quería seguir siendo mi amiga.

Esa historia muestra ese lado oscuro que habita en mí por muchas razones, por el patriarcado, por las diferencias que tenía con mi mamá, por no saber cómo comunicar mis sentimientos y regularlos, y por otras razones. Esa historia es el reflejo de muchas más. Como cuando decidí coludirme con un amigo hombre mientras engañaba a su novia, cuando llame puta a una compañera, cuando acorde con otras cerrarle el camino a una compañera con chismes o comentarios de desprestigio. Esa historia que me avergüenza y por la que nunca pude disculparme con mi amiga para admitir que fallé, es una historia que se repitió una y otra vez con mis actitudes de competencia y enemistad con otras. Porque no veía a las otras como iguales, no las veía como compañeras o como aliadas.

Fue gracias al feminismo y a la terapia feminista, que comencé a cambiar esa oscuridad por luz. Entendí que no estaba mal sentir envidia pero al prestar únicamente atención a ese sentimiento, me mantenía tan ocupada en lo que no era mío que me perdía a mí misma. Entendí que cada vez que traicionaba a otra, me traicionaba a mí misma.

Cuando estaba en la facultad y comencé a adentrarme en el feminismo y en mi trabajo personal, me sentí devastada de saber que estaba abandonándome por intentar estar en una guerra de enemistad con las otras al verlas como enemigas e inferiores a mí. Comprendí que tenía recursos, pero no sabía bien cómo usarlos.

Al final adentrarse en el feminismo es un trabajo personal, que requiere una deconstrucción y es doloroso desprenderse de aquello que parecía “normal” o “natural” en la relación con otras mujeres. Comprendía, que quería modificar mi relación con otras mujeres y tener aliadas pero no me sentía totalmente segura de saber cómo hacerlo, hasta que leí los *Cautiverios de las mujeres* de Marcela Lagarde. Después de leer ese libro tan esclarecedor, comencé a buscar más en el internet acerca de la autora y descubrí la sororidad.

Ese término sí que me hizo sentido, después de leer más y conocer de él, incluso ahora sigo aprendiendo. Porque como decía, esta historia de sombras es una historia que se ha venido repitiendo de una forma u otra.

Por ejemplo, después de egresar de la facultad en el lugar donde estaba trabajando como voluntaria, las terapeutas que ahí trabajaban estaban replicando con Secretaría de la Mujer, un taller de empoderamiento para mujeres en comunidades rurales. Ellas habían sido pioneras del proyecto cuando comenzó por allá en la época de los 80's (creo) y trabajaron con Jesusa Rodríguez. Por supuesto que me invitaron al taller para vivirlo y me fui a participar. Esa experiencia me nutrió mucho, pero me dejó un aprendizaje que me sirvió para continuar replicando mis tinieblas. El mensaje es: "la comunicación de nosotras debe ser fuerte y clara, sin importar con quien estemos hablando", esto para evitar repetir patrones de ser ignorada con mis ideas en diversos espacios.

Pues bien tomé esa frase y al no ser consciente de que aún no erradicaba de mi sombra, de mis tinieblas. Hablé fuerte y claro con otras mujeres, para imponerme y minimizarlas, para ignorarlas y así seguir generando enemigas.

Hoy puedo entenderme y escucharme en mis facetas más oscuras, con esas ganas de impresionar, de imponer, de competir, mentir y envidiar, entre otras. Me escucho, me reconozco porque también soy esa mujer, pero busco escucharme mucho más a fondo. Ejercito la posibilidad de recuperarme y honrarme, así que me pregunto:

¿Qué es en realidad lo que quiero? ¿Qué herida estoy tratando de cubrir?

Qué actitudes estoy repitiendo para obedecer el mandato patriarcal de la enemistad entre mujeres y abandonarme a mí, por estar en una competencia con otra o con otras.

Ahora mi código de ética es: la sororidad. He ido poco a poco dejando de romantizarlo, para no caer en el lado opuesto de la enemistad y buscar ser amiga

de todas, creyendo que con esto soy sorora. Gracias a este valor y código de ética es que ahora cuento con una red de mujeres donde puedo ser libre, puedo compartir, crecer, aprender y nutrirme, siendo recíproca.

Hace poco escuchaba a Marcela Largarde, hablando de sororidad y me quedó claro cómo pueden caber tantas conductas honestas y éticas con otras, por lo que anhelo seguir abrazándome de este pilar que adopté voluntariamente. Así como también deseo seguir observando mis tinieblas en donde no quiero volver a perderme, para traicionarme y hacer daño a otras. Más bien quiero usar esas tinieblas para escucharme y atenderme, para escuchar y entender el mundo de otras compañeras sororamente.

Deseo a cada mujer que tenga la posibilidad de emprender su viaje interno, se sumerja en el bello universo que posee a través de la escritura, para saber quién es, cuáles son sus tinieblas, qué quiere y a dónde desea ir.