

# Retrospectiva de la pérdida

Por Elena Arreola Vilchis

## **Desde la fractura recuerdo a papá.**

*Escribo desde la fractura*

*desde la herida aterciopelada*

*en la que se ha convertido mi cabeza*

*escribo desde la franqueza*

*desde el deseo infinito de mi boca guerrera.*

Escribir es purgar, es re narrar la adversidad, poner los ojos en la página mientras las emociones colapsan y una ola de estallidos internos se desgasta, se diluye entre las serpientes que a veces son los pensamientos.

Son las seis con diez del diecisiete de mayo y me siento triste.

El cuerpo de mi padre reposa en la sala en una cuna de flores, hay cirios alrededor de una caja que guarda los fragmentos del cuerpo de un hombre que en vida fue mi inspiración.

Sus ojos están cerrados y el color de su piel ya es otro, sus pequeñas pestañas recorren tranquilas las cavidades de dos manantiales que de vez en cuando sacaban sus aguas de forma silenciosa. Su delgada boca parece emitir una sonrisa que contrasta con las últimas imágenes de la intubación que tuvo que experimentar antes de perder la vida.

Sus pequeños cabellos flotan libre en sus patillas, son tan blancos que puedo imaginarme paisajes de invierno y muñecos de nieve con narices de zanahoria.

Sus manos están entrelazadas en una representación imaginaria entre lo que fue su vida y lo que ha sido su muerte. No puedo dejar de sentir un mar de pulsaciones que arremete con todo mi cuerpo, no sé cuántas pequeñas taquicardias llevo acumuladas esta madrugada; hoy todo me duele, me siento infinitamente frágil y descubijada en un instante lleno de preguntas.

No sé porque, pero tengo la imagen de varios tiburones agrupándose cerca de mi garganta, hoy sólo creo que he tomado malas decisiones, realice una lista que probablemente no me correspondía para seleccionar a los asistentes a la despedida en el panteón, porque nos ataca una pandemia y los cuerpos no pueden reunirse más allá de 15 personas, sin embargo, los afectos no pueden medirse en relación a eso, lo que importa son las presencias, los recuerdos y no esto.

Tengo momentos de temblor corporal, de miedo, de insatisfacción constante y ganas de llorar. Me siento tan profundamente sola, como embarrada de sangre e

impregnada de moscas, ¿es acaso mi presencia una infección?, ¿por qué mis hermanos no pueden quererme?, hace unos instantes pude comprobarlo; ellos nunca me quisieron, representé en su vida una ruptura, una transformación; después de mi nacimiento mi mamá murió, pero hasta ahora entiendo que fue el cáncer, no fui yo.

Han sido muchas decisiones para un cuerpo que en estos días se siente mutilado, profundamente herido e inestable. Quisiera encontrar respuestas, aleccionar a mi memoria y dejar de pensar en culpas que no son mías, ya no quiero creer que soy una carga, que no pertenezco o que apesto a recuerdos que acuchillan a otros.

La vida de nadie ha sido fácil, siempre habrá muchas versiones de un mismo hecho, las historias son infinitas como siempre lo han sido las preguntas, a veces nuestro miedo nos hace evocar a la desgracia, nos volvemos cuchillo en acciones y palabras para poder llenar nuestros propios vacíos.

En este momento sólo quisiera tener fortaleza, aceptar a despedirme desde la libertad, entregar mi corazón y mi psique a mi papá, para que pueda fluir por el universo sin arraigarse a ese pasado que tanto mal le causó. Hoy me han contado una versión muy triste de él, dicha situación me generó más fisuras, en un momento me vi más sola; perdida en la azotea, buscando consuelo en un perrito que hace unos años mi papá me regaló, he encontrado un poco de cariño en ese ser con suetercito de *bob esponja*.

La verdad es que estoy perdida, llena de miedo y con la garganta llena de espinas.

Ojalá pudiera purgar este dolor, entregarme a una idea más entusiasta, pero la verdad es que me encuentro en fragmentos. Siento que una parte de mi cuerpo se quedó en la ambulancia, las llamadas al 911, las escenas de agonía de mi padre en el cuarto de junto. Tengo episodios tan tristes de los latidos de su corazón, su sudor era el mar, ese mar tan inmenso que él no pudo mirar.

*Se me llena la hoja de recuerdos.*

Yo no puedo pensar en un padre como el que ellos dijeron en el funeral, ese no es el papá que yo conocí, ese no es el hombre que ha sido mi ejemplo, ese no es el ser de mis recuerdos. Me duele, me duele la contraposición del tiempo, de las historias y eso huecos pequeños que nos van hilando por dentro.

No han sido días sencillos;

Una noche me vi llamando a una ambulancia, informando sobre el estado de salud de mi padre, lidiando con policías que nos miraban con recelo y asco, mientras padre no podía respirar, estuve siguiendo indicaciones de médicos al teléfono, con el corazón en fragmentos, pero la mente fría para seguir adelante.

Sufrimos el eminente rechazo en todos los hospitales porque no había médicos de guardia, ni espacio en terapia intensiva o el personal creía que padre podría tener covid; él nunca lo tuvo, la causa era otra; un coágulo se formó en su pierna, se desprendió, llegó a su corazón y a sus pulmones; lo aniquiló.

Estuve en el infierno estos días, buscando opciones, hospitales, angiólogos. Peleando con el egoísmo de mis "hermanos", sacando la fuerza para tomar decisiones porque nadie más iba a hacerlo.

Todo fue una escena de terror, sin embargo, aquí estoy, recordando a mi padre y honrando su memoria, agradeciendo con todo mi ser las atenciones del doctor Valencia, las chicas de recepción de Medica Sur, los paramédicos de buen corazón, el señor de la carpintería que se rifó a hacer la cruz cuando todos dijeron que no, el chico de los rótulos que colocó el texto que le dediqué a mi padre, la poca gente que decidió acompañarnos; la que nos ayudó.

A un mes de este recuerdo de dolor que todavía no puedo desarrollar en su totalidad en palabras, continuo aquí; con una herida inmensa en el cuerpo y los detalles de aquella madrugada que llevo impregnados en el cuerpo y que no puedo re-narrarme en las palabras porque todavía me duele mucho, sin embargo, sé que podré hacerlo, es sólo que tal vez no es el momento, no debo apresurar mi proceso, ni dejar que el tiempo se lleve todo lo que soy por dentro.

En estos días he aprendido mucho acerca del tiempo, he valorado el estar, el recorrer el mundo con este cuerpo lleno de melancolía y recuerdos, pero infinitamente vivo; deseoso de seguir renaciendo.

*En las buenas siempre hay gente pegada, adherida como mosca a un pedazo de pan con azúcar, en las malas sólo un par de almas te rondan; aunque huelas a carne muerta y hayas perdido la sombra.*

*Uno aprende a estar sola, a quedarse donde es recíproco y pueden coincidir las historias*

### **Me han preguntado mi nombre y he entendido mi historia: Elena.**

Mi nombre es una ola furiosa que escurre entre los bordes de mi carne, se desliza por los huesos y se adhiere al movimiento de mi cuerpo; va naufragando entre poemas, se expande entre bostezos de perro, canciones de *Death Metal* y dibujitos de brujas mirando a la luna. Mi nombre es un torbellino que convive con las aristas de mi historia, se mezcla en el presente y forma corales de palabras que aparecen en mis dedos; salen peces de mis recuerdos.

Mi nombre es una extensión kilométrica de letras que palpitan; Karen María Elena Arreola Vilchis. Guardo en todos los nombres la posibilidad de una mujer diferente, en momentos siento que me agrupan varias mujeres; tres mareas llenas de espuma que acarician caracoles, escamas de peces perdidos, dientes de tiburón y medusas decididas invocando dioses muertos.

*Este es el único traje de astronauta que tengo: cuerpo, dermis, esqueleto.*

Sé quién soy; una mujer cohabitando en el interior de tres mujeres: Karen, María y Elena.

Tres personalidades replicando pensamiento: una silente y observadora, dispuesta a encerrarse en la memoria para analizar a detalle el conflicto, la segunda: de sentir melancólico y con tendencia a coleccionar objetos de terciopelo, siempre arraigada a los recuerdos y la tercera con ideas de ficción ansiosas por replicarse a través de las palabras.

Me he visto caminar por los pasillos, con los pasos lentos y el espejo pequeño que guardo en el bolsillo, atesorando el palpitar de un ave en el pecho, portando los tenis de plataforma que últimamente me guían en el camino, mientras ocultan discretamente mi 1.57, me he mirado transitar entre la carne y los viejos hábitos de animal domesticado que en ratos si cree en el amor, guardando el alma entre pantalones y chamarras de mezclilla, con las mangas dobladas para mostrar aquél tatuaje que narra la historia de una mujer no racional decapitada; sosteniendo un globo morado con un patito de hule en el centro y los órganos totalmente expuestos.

Recuerdo la capa castaña que llevo por cabello, los lentes negros, la mirada intensa que me ha traído más conflictos que coqueteos. Pienso en mis pies terriblemente blancos, fríos como un cadáver en plancha de *Semefo*. Llevo los residuos de las cicatrices en la pierna izquierda como recordatorio de sobrevivencia al veneno de una medusa, por escapar a Acapulco después de una fiesta con ingenieros, mientras me ahogaba e imploraba al mar que no me tragara, que no fuera comida para tiburón ni aderezo de mantarraya.

Me reconozco como Elena, a la que le gustan las charlas en el micro con extraños, escuchar a los ancianos, leer novela negra, resolver sopas de letras y mirar las formas del jengibre. Atesoro el ambiente de las pulquerías: la festividad del presente con el recuerdo prehispánico de los ancestros, los besos suaves que se vuelven violentos, los suspiros impúdicos después de descubrir los cuerpos.

Juego a la antropóloga de los recuerdos, a la libertina que baila en los centros nocturnos de luces neón, a la vampira de zona oriente que cuenta historias de amor, a la especialista en rehidratación cadavérica que investiga sobre procesos de putrefacción, a la arqueóloga que busca entre sus libros las palabras que no se ha podido decir a ella misma hoy. Soy una mujer que juega a la bestia sensible y habla de depresión para ayudar a los ansiosos, Elena la recolectora de memes, de historias y desamores que se vuelven canción.

Habito en tres mujeres a las que la vida les parece un charco de agua con confeti para meter las botas y mojar los calcetines. Mi nombre es una herida que guarda volcanes llenos de lava que arden por las noches, mi nombre es el nexo de la vida con la muerte; me llamaron Karen María como homenaje a mi madre, María Caridad era su nombre.

Mi nacimiento estuvo marcado por la enfermedad; mi madre biológica murió debido a un cáncer que le estaba recorriendo gran parte del cuerpo. El útero; mi primer espacio era ya un lugar enfermo, un territorio de células muriendo. No pudimos estar juntas, mientras yo descubría el mundo ella estaba en una plancha

de *Semefo*. El día de mi cumpleaños es un día muy complejo, es celebrar la vida y recordar ese triste momento.

*Llevo en mi nombre el recordatorio eterno de que seguimos juntas en el pensamiento: siento los fragmentos de su cuerpo brillando en mi pecho. Llevo en mis arterias sus deseos, tengo en mis palabras los latidos que en su cuerpo se durmieron.*

Actualmente mi nombre sigue mutando, yo misma lo he mutilado, no sé si por fines prácticos para formar un nombre artístico o por un miedo irreversible a hablar de lo que duele. He resumido mi huella de identidad a Elena Arreola Vilchis: Elena se ha convertido en un espejo con una mujer vestida para la guerra, cuando me reconozco en ella siento a mis otras mujeres punzando sin hacerme daño, Karen y María están nadando, las imagino como hermosos peces Koi encontrando destino entre mi sangre, van recorriendo mi historia y me impulsan a habitar mi carne.

Mi cerebro naufraga entre algas: Elena aparece lista para la lucha y se dispone a cortar prejuicios, malos entendidos y rencores no dichos. Elena se despide de la idea de la niña triste que se escondía bajo su cabello, de la terrible *Helena de Troya* que tan extraños referentes me ha traído. Elena es la posibilidad de habitar y encender un corazón, aunque sea con luces de estrellas muertas.

Durante mucho tiempo oculté mi nombre completo en un afán de ocultar mi historia e identidad, sin embargo, su muerte fue el inicio de mi vida y representa algo muy especial, es una forma de trascendencia a través de la palabra.

El nombre de Elena me lo puso mi papá y siempre me he sentido identificada con él, pienso en Helena las representaciones teatrales y la guerra; la percibo como una mujer fuerte y dual que puede permitirse sentir para crear. El apellido de Arreola antes aparecía como una A con un punto en mi nombre artístico, como una suerte de economizar palabras, sin embargo, desde que murió mi papá me es fundamental recordarme a mí misma que soy una Arreola, que él está en mi psique, en mi recuerdo y en mi nombre.

Me gusta pensar que tengo a tres mujeres diversas habitando mi cabeza, en ocasiones las desmenuzo y las llevo a explorar; Karen es el parteaguas de mi nombre, la conexión con mamá, mi forma de ser nombrada y una oportunidad para recordar a mi Karen niña corriendo entre conejos y volando papalotes en Amecameca, María es mística, le gusta todo lo que tiene que ver con el mar; los peces, las medusas y las ballenas con bocas gigantes que quieren jugar. Elena es enigmática y aparentemente silenciosa, pero lleva en su mente un laberinto de palabras que pueden recorrer historias, alimentar silencios que se acompañan con té y pan.

*Elena puede ser quién ella quiera; la mujer teatrera, la que recita poemas y encuentra belleza entre las historias más abyectas.*

Elena; es una danza de dos peces Koi que forman espuma en mar abierto.

Elena se ha vuelto el escenario de sus pensamientos, Elena es la euforia y el anacronismo de su/mi comienzo. Elena es una larva que danza entre las tumbas y enciende veladoras a sus deseos. Elena ya no es un desierto, Elena es un comienzo.

### **Me cansé de no nombrar, me cansé de esperar.**

Hay noches en las que asumo el papel de consejera mientras escucho a mis amigas preguntarse; ¿por qué no me ama como yo quisiera?, ellas esperan; yo también espero que ese otro se dé cuenta de lo grandiosa que soy y en la medida de mi espera- sacrificio vuelva; pero eso no pasa, al menos no con entereza. Él se entrega en fragmentos; pequeños episodios de un día sí y una semana no, así me quiere, a medias, por ratitos y sin comprometerse. A él le cuesta entregarse, hacer un verdadero estado de naufragio hacia lo interno, analizar todo aquello que lo invade por dentro, prefiere engañarse mientras deja segmentos de ego. Pero yo no tendía porque sacrificarme, ni esperarle en un anhelo eterno.

Alguna vez leí en una obra de teatro de Calderón de la Barca lo siguiente:

“Por si alguna vez soñamos y lo haremos, pues estamos en un mundo tan singular, donde el vivir es sólo soñar y la experiencia me enseña que el hombre que vive y sueña, lo que es hasta despertar”. Me quede pensando en la frase, ¿y si realmente todo es un sueño?, algo efímero que en un instante ya es recuerdo, ¿para qué tanto aferrarme a obtener lo que dijeron que debo?, quizás mi felicidad en este momento no sea a partir de una historia de las que cuentan en las novelas. Mi felicidad es iniciar un viaje para conocer los escenarios que llevo adentro, recuperar mis mareas y zarpar a otros barcos de deseos, Necesito regalarme un viaje para entender quién soy en el presente.

Entregar los sentimientos a la voz, no es debilidad, es una verdad que se vuelve acción. La honestidad y la ternura no deberían ser vistas como una transgresión, por el contrario, valdría la pena valorarlos, acurrucarlos. Ya me cansé de ocultar mis emociones para no parecer frágil, me cansé de sacar lo que siento solo en la escena; cuando juego a ser otra y la gente conecta con las frases porque piensa que soy un personaje y no acepta que esa que dice, siente; también soy yo.

Ya no quiero pausar lo que siento para caber en los espacios de lo permitido. Domesticar mis emociones sólo me ha traído más confusiones que -supuestas- libertades, creo que el desapego no siempre es una virtud. Tengo muchas frases en el cuerpo, las enseñanzas de mis maestras que mezclan la antropología con la ciencia y el teatro, compañeras de clase que luchan con su imagen mientras se ponen el vestuario, mujeres guía que inspiran; mis amigas me enseñaron valentía; de ser por todos los espacios ellas mismas.

Tengo en la carne los ejemplos de mi madre biológica que a pesar de todos los consejos decidió hacer caso a su intuición y no abortarme, tengo en el pecho el amor de Aurora, que decidió cuidarme, aunque no fuera su hija y se volvió una madre para mí, en medio de una familia que mayoritariamente nos despreciaba.

Tengo la voz de mi padre guardada como una pócima mágica que saco cuando la tristeza arraiga, tengo sus ejemplos, su fuerza, su valor y las señales de su estar, que aparecen cuando siento que ya no puedo más.

Quiero poder soltar, arraigarme a las palabras de bienestar; ya han sido muchos años viviendo en la negatividad, sin reaccionar, borrando los recuerdos de paz, ¿por qué he decidido nadar en el pantano cuando allá afuera está el mar?, alguna vez alguien me dijo; eres muy fuerte, has transformado mucho dolor en creatividad, puedes hacerlo, puedes volver a empezar. Ese alguien era yo misma, cuando comprendí que si podía estar en el sepelio de mi mejor amigo en la mañana y a las dos horas podía estar en el Centro Cultural Futurama calentando voz para presentar una obra de teatro donde yo era una estudiante rebelde que le decía a su maestro *Sócrates* que por favor fuera valiente, que no tomara cicuta, que valía la pena estar vivos. Aunque horas antes no pude decírselo a mi amigo cuando tomó la decisión de suicidarse, a pesar de que me dijo que me esperaría un año más. Ese día entendí que yo no podía tener injerencia en las decisiones de los demás y que siempre hay maneras de estar, en la vida, en el teatro, en la verdad.

Aunque a veces todo me duela, tengo que volver a empezar, llevando mis muertos, los recuerdos y las ansias de no claudicar. Desaparecer no es mi estilo, quiero afrontar los duelos no sanados; quiero volver a ser. Re-habitar mi cuerpo, ese al que alguna vez le dijeron que no era bonito y le hicieron sentir que era tonto, pero no es verdad.

Alguna vez una pareja me dijo: “te necesito”, yo creía que eso era una muestra de entrega y de lealtad, pero no, después entendí que era la manifestación de una violencia que se estaba por gestar. A la única persona que necesito es a Elena, a esa mujer que aparece como otra voz y me ayuda a entender, a indagar entre la verdad. Necesito a Elena, necesito a mi yo real, no ese constructo que han intentado transformar para ser, para caber, para aceptar. Necesito a la mujer lúdica que se sienta a jugar con los niños, pero después analiza el escenario desde la antropología y el teatro. Esa mujer que cree en los afectos, en la escritura de ficción y la entrega desde la verdad.

Ya recorrí todas las flechas

ya me ahogué en el mar

derramé sangre al levantarme

escupí la sal

sin embargo; sé que encontraré la paz.

### **A mi cuerpo**

*Fuente de respiro; mi cuerpo, sólo a través de él me manifiesto, existo entre los rincones de la carne y las dimensiones sensibles de los vellos.*

*Mi cuerpo es una burbuja transparente donde se han resguardado flores, raíces de jengibre y labios llenos de deseo.*

*Mi cuerpo es una red de sueños, una lava interna que genera calor en el ombligo de mi tierra. Mi cuerpo no es una caverna; es una lista de comienzos y recuerdos bellos.*

Estaba frente al espejo, ese objeto del que tantas veces me oculté, si pasaba cerca de una tienda de ropa y veía un espejo prefería no entrar, era como si no quisiera ser la mujer del reflejo, si por descuido lograba verme en un vidrio de auto evadía la mirada. Verme por más de dos minutos era muy complejo, estaba acostumbrada a ocultarme en mi recuerdo, no quería afrontar el presente ni entender lo que llevaba adentro. Sin embargo, ahora estaba aquí, en esta habitación con maniquíes, después de varios años de autoconocimiento, mirando las paredes y los tres espejos grandes donde después de mucho dolor disfrutaba **estar**. Era yo, eran mis recorridos atemporales frente a mis ojos, esos ojos grandes con mirada fuerte que atraviesan historias, recorren libros y aprecian la vida, las formas; la melancolía.

Tengo los ojos enmarcados en unos lentes medianos que se han vuelto característicos de este rostro de niña mujer que hace gestos raros en las fotos. Mis labios son delgados, en momentos secos pero fértiles para crear debates y expulsar la voz de forma libre. Mi voz es un espiral de terciopelo que guarda pulpos, residuos de estrellas, oraciones marinas y un timbre suave donde caben todos los cantos para ir a morir a *Xibalba*.

Guardo en el cabello las raíces y la conexión con la tierra; mi cabello es libre, color café y es tan largo que en él podrían escalar hormigas los domingos. Atrás ha quedado la capa negra en la que cubría parte de mi frente, ahora he dejado que todo vuelva al origen, al color castaño, los rizos propios de un cabello “quebrado” (aunque ya no me siento rota, ni creo que mi cabello lo este), lo estoy dejando volver a ser. A veces se vuelve un manto calentito y un espacio para guardar el olor del té.

Mi cuello es mediano, delgado, en él se esconde el nexo entre mi psique y el impulso salvaje de la acción, guardo entre sus formas la posibilidad de colgar dijes de corazón, paliacates de colores, gargantillas y pashminas de calaveritas. Mis hombros siempre se están transformando; entre alinear la postura y guardar la carga simbólica de mi caos, mis hombros son una danza que baila al ritmo de mi estado de ánimo; reflejo de mi interior. Llevo en el pecho el espacio perfecto para guardar buganvillas, palpitaciones salvajes cuando la ansiedad aparece, pero también todos los recuerdos de poemas tiburón y los escenarios a los que el teatro me ha llevado.

Mis senos son dos suaves manifestaciones de vida, refugios redondos de colibríes que volaban a la deriva. Mis senos son grandes, llevan en sus marcas la historia de una mujer que crece, las estrías en vertical, como dos relámpagos iluminando los pezones para crear ciclones e iluminar un paisaje de carne natural. A veces

aparece un vello salvaje entre sus formas, propio de un desajuste hormonal por una formación de quistes en los ovarios. Ese vello es el recordatorio de la unión de mis senos con los ovarios, para entender que todo siempre está conectado. Ya no me da pena mencionarlo, porque también ese pequeño pelito forma parte de quién soy.

El ombligo, ese huequito nexo poético con mamá, ese espacio para guardar mareas profundas de aguas en placenta. Mi ombligo nexa tierra, nexa con la femineidad. Tengo en el ombligo un espacio para la libertad, lo acompañan dos rollitos que forman una pancita donde guardo todas las buenas historias de cenas alocadas con champiñones y hamburguesas de lentejas. Mi vientre es un espacio de movilidad, en él caben los ritmos; la sensualidad.

Mis piernas son hermosas, a veces peludas, otras lampiñas, en ellas está representada mi manera de mutar, la carne y las decisiones; también se transforman. Mis piernas han sido gorditas, actualmente son medianas, forman una cadera que siempre me ha gustado tener. Llevo dos tatuajes como estandartes de guerra, uno en cada muslo, en el izquierdo duerme un cráneo con flores, en donde cada flor arrulla a uno de mis muertos. Del lado derecho tengo un esqueleto gigante, acostado en una tumba representada en un especie de rombo, han sido las seis horas de espera más complejas de mi vida, el dolor transformado en arte corporal me emociona y me conecta con la idea de lo efímero, ese día pude aprender que soy fuerte, paciente.

Lo muerto puede renacer, ya sea en otras formas, otros cuerpos, la muerte es ese misterio que se vuelve nexa con el desierto ajeno. Me gusta pensarme como un ser finito que quiere apreciar lo infinito. Tal vez la vida es un funeral constante, donde vamos perdiendo fragmentos de lo que alguna vez creímos ser, sin embargo, seguimos cambiando, esa Elena que le tenía miedo a los espejos ya no aparece más, ahora puedo mirarme sin miedo, sin complejos y juicios ajenos. La mujer en la que estoy habitando es una fuente de creación y poco a poco se vuelve un espacio de paz, un lugar para mirar las cascadas sin tener que llorar. Poco a poco vuelve a ser una mujer real.

### **Mis objetos, los recuerdos y mi proceso como acumuladora de sueños**

Los objetos con los que transito dicen mucho de mí, de lo que soy y pienso. Un objeto a veces es una metáfora transformada en el material que me habita, revela quien he sido, es una suerte de poción mágica que circula por la memoria y se impregna en la carne para empezar a ser; desde lo que contiene. Siempre he sido una arraigada a los recuerdos, a los objetos; es como si la esencia de las cosas me ayudara a formar lo que creo de mí misma. Regularmente escribo en esta habitación con maniqués, recorro la forma de mis pensamientos mientras las paredes moradas con negro me acompañan.

Mi propia habitación es una suerte de concha que agrupa todo lo que me ha gustado a lo largo del tiempo, refleja mis procesos de cambio y anuncia los comienzos.

Me causa algo de melancolía recordar que este lugar estaba lleno de telarañas y las vivencias de varios de mis hermanos, aquí reposaban las escenas de repudio que mi hermana emitía hacia mí cuando era un bebé; “todo es tu culpa, si no hubieras nacido, ella no hubiera muerto”, en referencia a la muerte de mamá. Recuerdo los pellizcos, la sensación de culpa y las fracturas en el pecho. Sin embargo, este cuarto se transformó al igual que lo ha hecho mi vida, ellos se fueron, yo me quedé y el cuarto se volvió mío.

Al principio era un espacio oscuro, una oda a la tristeza, una habitación llena de pulsares ajenos que poco a poco se fue llenando de papeles viejos, textos de la primaria, manualidades del kínder, investigaciones y trabajos de excelencia en física de cuando iba en la secundaria, estos dos cuartos que representan mi interior, estaban plagados de basura y un exceso de pasado que no me dejaba avanzar, me estaba convirtiendo en una acumuladora, de repente sentía que nada me pertenecía, que yo no era parte de nada, por ende mirar los objetos me hacía sentir que realmente existía, que estaba presente y al menos en ese collage de agonía algo era mío.

Un día me di cuenta de que esto estaba llegando demasiado lejos, teniendo dos cuartos para mi sola, estaba amontonada, durmiendo en un pedazo, conviviendo con hojas y objetos que ya no correspondían con mi presente, me sentí harta y me pregunté por qué me estaba haciendo eso, así que empecé a sacar todo lo que ya no correspondía con Elena, dejé atrás todo y depuré desde mi pensamiento hasta esa habitación tan triste donde me sentía asfixiada, arraigada a otro tiempo por no poder desprenderme de lo que creía que me formaba; desechos.

El cuarto se volvió negro con morado, con un espacio en blanco donde mis sobrinos han desarrollado sus habilidades de pintura, los libros están ordenados, hay un espacio grande frente a un espejo gigante donde puedo bailar y practicar hula hoop. En este cuarto caben todas mis Elenas, tanto las que se han sido mutiladas como las que han aprendido a mirar hacia adentro. Tengo en mí todas las memorias, la energía fluye en mi respiración, en los pocos objetos que conservo. Se ha ido ese cementerio de recuerdos, me he quedado con lo que realmente tiene que ver conmigo y me hace estar en mí. Lo demás ya no lo quiero, no lo necesito, no va con mi hacer.

Mi cuerpo es la representación de mi historia, hay en mi postura las inseguridades de una niña, la imaginación de una yo adulta que apela a lo lúdico y juega a crecer cuando lleva plataformas. Me he vuelto un vampiro que carga dijes de corazón como recordatorio de que el amor propio es posible. Antes tenía conflictos con el señor tiempo, llegaba tarde, peleaba con los momentos, actualmente respeto el tiempo de los otros y guardo las vivencias en un reloj con imágenes de Halloween que anuncia el conteo de mis pasos y los latidos de mi propio músculo arterial.

Me acompañan los dijes de calavera, las gargantillas negras, los paliacates de colores y mis lentes para observar con claridad desde que las dioptrías aparecieron. Llevo en el cuello de manera frecuente un listón que se une a mis llaves, el listón dice; Festival de Teatro Clásico y agrupa una bicicleta de metal que además de ser un llavero me ayuda a destapar mis cervezas cuando el calor se presenta. Tengo una muñequera negra que me hace sentir fuerte y me recuerda a otra extinta que perdí en un hotel y que tenía un cierre interno para guardar dinero de forma misteriosa.

No sé porque me siento tan desnuda cuando no llevo mochila, es como si ahí estuviera todo lo que creo necesitar para una emergencia; desodorante, colores, libretas, agenda, una caja de metal con condones, credenciales, pastillas para calmar diversos males, dulces, una navaja por si hay que defenderse o por si se tiene que cortar madera para una escenografía, una muda de ropa por si el ensayo se prolonga o el impulso amoroso me desborda. Un peine, una botella de agua, gas pimienta, tijeras, cinta de aislar, una regla, juegos didácticos, mini botiquín de emergencia...

Quiero creer que es por el oficio de Regidora de Escena que a veces desempeño, mismo que se unió a la participación de un curso de verano con niños donde siempre tenía que estar prevenida por si algo se presentaba, sin embargo hay algo en mí que me pide siempre estar lista para todo, pensar en los peores escenarios y tener como enfrentarlos; no sé si es ansiedad o prevención pero siempre funciona, llevar un caparazón de tortuga con municiones cargadas para una nueva aventura, ya sea en el trabajo, las fiestas con amigos, los campamentos, los eventos, el teatro o las salidas con niños. Tengo un mar de posibilidades posibles en la mochila y en el pecho.

Siempre tengo una chamarra de mezclilla, es como mi capa ante el frío y siento que alimenta mi identidad. Llevo en el cuerpo mis historias impregnadas en la dermis en forma de tatuajes, tengo un piercing en la nariz para celebrar la diferencia cultural ante la representación de sumisión en otros países y la libertad de decidir sobre mi cuerpo y mi reapropiación de sentido. Llevo otras dos perforaciones en mis labios, cada joyería representa mi pasado, mi presente y mi futuro, es una forma de recordarme que todo es transitorio. Hace un año decidí hacerme otra perforación en la oreja, se llama transversal, en donde una pieza crea un nexo entre dos puntos y me hace recordar la felicidad y la melancolía de mis tiempos.

Colecciono Furby's de peluche, madera o cualquier material, en una suerte de viaje en el tiempo hasta los 90's, cráneos que me conectan con lo efímero del estar, mientras pulsan en la cabeza desde mi propia fragilidad. Los espejos que antes me aterraban ante mi imagen ahora son cómplices que muestran la verdad de lo que soy. Las cangureras siempre me acompañan, guardo lo elemental, el dinero, el celular. Mis botas industriales o mis tenis para viajar. Las plumas por si me dan ganas de escribir o hacer mis listas de pendientes, tengo una muy especial porque además de permitirme escribir es un destapador; dirían algunos que es toda una pluma (*prejuiciosa*) de escritor.

Mi habitación y mi cuerpo es una recolección de conchitas marinas, piedras de colores, geodas, altares wiccanos para la Diosa como una forma de honrar mi lado femenino y la posibilidad de relacionarme con la tierra desde los frutos hasta el nexo con la raíz simbólica del cuerpo. Tengo flores, esferas transparentes y al tiempo suspendiendo en mis objetos. Se vuelven una fotografía de lo que siento, los objetos son mágicos en la medida en la que se les entrega el poder de ello, sin embargo, también sé que los objetos son algo efímero, algo que se va a acabar con el tiempo, desde hace dos meses que murió mi padre, he comprendido que lo único que tengo y que vale la pena habitar es mi cuerpo.

Sé que un día tendida en una caja solo me llevaré mis recuerdos, los episodios de duda, de amor y de rencuentro. Los objetos se van a quedar en este otro lado del universo, tal vez adherido en algún espacio de mi psique, pero al final ya no van a estar conmigo, de nada servirá trabajar tanto para obtenerlos, pues cuando sea polvo de estrellas y agua putrefacta aminorando la sed de las moscas, todo esto que creía poseer ya no va a ser. Tal vez hay ocasiones en las que uno no posee los objetos, son ellos los que nos poseen, en la medida de querer permanecer, pero al final todo va a diluirse, como la cerveza y los besos que fueron dados en una azotea.

Quizás solo somos cuerpo, un mecanismo perfecto que nos permite sentir cada uno de los nervios y experimentar el amor, aunque después todo termine. Es el amor el único flujo que nos gobierna; es el amor el único alimento que mi cuerpo acepta.

Los objetos ya no gobiernan mi cabeza son transitorios, puedo dejarlos ir para empezar a ser.

Cuando todo acabe me armaré con mis huesos y caerá en el desierto un pedazo de pan, las aves llegarán a comer y esa que creía que era Elena en medio de la explosión volverá a crecer, las aves seguirán volando y entre la ruina tal vez todo vuelva a crecer.

### **Huellas; mis primeras experiencias con el teatro**

Soy lo que he sido y lo que decido ser; mi yo es una construcción de instantes, recuerdos y decisiones futuras. Ya no soy la misma niña perdida y enojada que un día se encontró en el patio de la escuela levantando veinte papeles:

“Elena, pequeña concentración de células con ganas de jugar a la cuerda, en el stop siempre quería ser uva o Guadajara, se esforzaba por dar pasos grandes (no quería tener más de dos hijos, ahora no sabe si tendrá uno), siempre se escondía atrás de los pinos que crecían afuera de su puerta, en la calle siempre fue la más alta (tal vez los infantes de aquella época crecían más lento que ella), actualmente no rebasa el 1.57, tiene complejo de duende saltarín, se atraganta con pecositas y de vez en cuando secuestra lápices de madera para babearlos

con sus dientes de monstruo morado, aún se resiste a cepillarse el cabello, conserva los calcetines de pucca.

7 años, segundo o tercer grado de primaria.

Rin rum ran (no sé cómo se hace una chicharra de recreo en sonido para letras)

¡RECREO!

La pequeña H, corriendo por el patio de la primaria, dispuesta a *agandallar* lugar en la fila de los tacos de papa (eran realmente baratos y me gustaban con mucha salsa y queso), las tripas se mordían, se peleaba, algo pasaba allá adentro, debía apurarme, pausa, segunda corredera para obtener una congelada de rompopé. Devorar, devorar; está fresca, aunque algo azucarada.

Una voz desde la dirección

- Niños, hoy tenemos un evento especial para ustedes, al finalizar el recreo deben juntar 20 papeles y meterlos al bote azul que está junto a las escaleras de metal.

Pensamiento de Elena: maldita sea otra vez los de la guardia atacarán (eran unos mastodontes enormes de sexto grado que siempre se pasaban de lanza con los de tercero)

5 segundos después gesto de niña enojada y un gran ash de boca, con aroma a taco con crema (aún no me terminaba la congelada). Iba en los 12 papeles cuando entraron unos seres vestidos con colores muy fuertes, música de circo, todo el ruido de infantes sobresaltados y con dedos llenos de salsa con papas, cesó. Los miramos extrañados. Había papeles en el piso, popotes. Los seres de ultratumba con colores brillantes empezaron a hacer cosas extrañas, no entendíamos bien que sucedía. Una mujer llamó mi atención, era muy bonita y tenía un recogedor.

Los seres extraños tenían una batalla, el mundo estaba en dos, había un vagabundo monstruo que tenía mal humor, se sentía feliz de que hubiera basura en el patio, se me acercó, me quitó mis 12 papeles y los aventó al piso, se burló, se burló de mí, silencio, niña enojada al ataque, lo miré fijamente, su ropa estaba sucia, se revolcaba entre los papeles y nos decía que la mugre era la mejor opción para el nuevo mundo, la mujer que me había agradado se le acercó cuando tomó mis papeles para aventarlos, le dijo que eso no estaba bien, que vivir en la basura era malo para nuestra salud y que nos podíamos enfermar, que era verdad que para ser felices debíamos hacer lo que nos gustara pero que no podíamos dañar a otros con nuestra felicidad, que la vida no era así.

El enojo crece, todo termina, ellos se despiden, los niños y yo quedamos sorprendidos, algunos aplauden sigilo con el gesto ante berrinche próximo. Ese tonto se había burlado de mí, los niños emocionados van por sus libretas y les

piden que les escriban algo, no sé, cualquier cosa, el chiste era estar cerca. Elena sigue mirando fijamente al vagabundo monstruo grosero, algo en su cabeza trae el recuerdo, eran 12 papeles recogidos, aventados al suelo. Toma aire, mientras los niños le hacen una rueda para pedirle que mire su libreta, que agarre su lápiz, su marcador rojo de márgenes, Elena se dispone a atacar, se acerca, usa el truco para llegar a la fila de los tacos, EMPUJA y entonces explota, su boca explota:

- Oyeeeeee tú, quiero decirte que un día yo voy a ser como ella (la mujer del recogedor que luchaba por “la limpieza escolar”) y no voy a dejar que nadie tire basura, voy a ser como ella.

El hombre vagabundo desconcertado le responde; niña esto es una obra de teatro, no es de verdad, yo soy actor, tranquila. Elena no entiende, no sabe diferenciar, para ella en su mente infantil todo ha sido verdad, todo; el enojo, las ganas de patearlo, de hacer que él recoja los papeles, de ser como la mujer del recogedor, las ganas de luchar, las ganas de que todos los niños recojan la basura, de que los de sexto no sean tan desgraciados, las ganas de disfrutar la congelada sin prisas, las ganas de gritar, él la había puesto en ridículo frente a toda la escuela, él tiró su esfuerzo a la nada, todo esto era injusto y ella no se iba a dejar.

Días pasando, quinto de primaria, H y su cuerpo se transforman, algo en su mente como un estallido, un chirrido ante renovación constante. Clase de español, página 57 “El Teatro”, una niña lee, en el libro se explican los componentes del teatro, de dónde viene, qué es, Elena comprende, Elena comprende todo. Su recuerdo infantil haciendo eco, la experiencia de años atrás, el mismo enojo, ganas de aprender más, de participar, semanas después Elena al ataque, “Las bacterias”, sí, es verdad empecé siendo una sucia bacteria, llené mi pants con la tierra del carro no lavado de papá y me dispuse al ataque de los niños en la obra de teatro, luego “Mónica y la brecha generacional”, los niños y los padres no se entendían, era cosa de romper el miedo y una vajilla, yo estaba en escena.

Años más tarde, le mente de una mujer en transformación, la idea, el enojo de la infancia como un catalizador, la visión de un TEATRO como arma, capaz de transformar el enojo en el aprendizaje colectivo. La idea recurrente “pasar de una idea alocada a una representación sensible y artística”, el anhelo de cambiar ese enojo de infancia por una realidad, un contraataque creativo, capaz de hacer sentir, de salir del escenario y concentrarse en pensamiento, sentidos, dientes, náuseas, risa. Aún me sigue moviendo esa idea, a veces cuando me siento triste recuerdo a la pequeña Elena, esa pequeña guerrera que enfrento “a un monstruo” para después convertirse en una actriz capaz de “transformarse para transformar a los otros”, ser en mí, para ser en otros, los otros, separar esos dos mundos de batalla que miré en la infancia y formar con el TEATRO UN -NOSOTROS-

CORTE.

Han pasado varios años de esta experiencia y aunque ya no soy una niña me percibo como una mujer caracol que va dejando un poco de baba con su hacer, me he reconocido en los espacios del teatro, primero en el escenario ejecutando mi hacer como actriz, después mezclando mis saberes con la asistencia de

dirección y producción, posteriormente conocí un rol que permanece en las tinieblas del teatro mexicano: la regiduría de escena, en donde pude transformarme en un ojo supremo que está pendiente de cada detalle de la puesta en escena.

Es como jugar a ser un fantasma que espía y acerca, un ojo gigante que filtra cada detalle; se vuelve nexos entre el equipo artístico y el equipo técnico, es el soporte, la organización detallada del tiempo, el responsable de que todo se encuentre en el lugar correcto, da indicaciones de audio y luces, brinda soluciones ante el caos, se vuelve aliado, reacciona ante los percances y siempre tiene un plan a, b...z, corrige, construye, soluciona y se emociona con cada función.

La baba se mezcló con la palabra, la narración que comparto arriba la escribí hace varios años. Todo inició como una forma de purgar lo que sentía y como no tenía a quién contarte, entonces escribía. La niña solitaria empezó a acercarse a la lectura, me gustaba leer en voz alta, escuchar mi voz, sentir que el eco de las palabras me habitaba el cuerpo. Años más tarde la necesidad se hizo más grande, se mezcló con la escritura de narrativa, después me di cuenta de que me gustaba escuchar, sobre todo la sonoridad de la ciudad, así que inicié con la crónica, me di cuenta que mis aventuras en primera persona además de volverse un semillero de temas, era una oportunidad para registrar mis días y por lo tanto mis emociones.

Cuando ingresé a la carrera de Literatura Dramática y Teatro conocí lo complejo de la dramaturgia y me di cuenta que el sentido no podía ser totalmente poético, el texto estaba diseñado para la acción, para cobrar vida, no sólo para sentir la emoción de un ejercicio literario palpitando en el papel. La dramaturgia ha sido una de las confrontaciones más emocionantes que he tenido, porque debes contar como se transforma una vida en aproximadamente 60 min. Actualmente acabo de terminar un taller para escribir teatro para niños, honestamente es un mar de confrontación y una responsabilidad social muy fuerte, aún no termino mi obra, sigo indagando en mis personajes porque justamente en este momento me resuenan mucho con mi yo niña.

Después de viajar por el mundo de la escritura desde una libertad ficcional me di cuenta de que no hay nada más complejo que hablar de una misma y de su propia historia, estaba filtrando todo en un proceso de ver hacia afuera, retomar fragmentos de la realidad y combinarlos con la ficción, sin embargo, cuando tuve que escribir sobre mi misma en un plano autobiográfico, me di cuenta de la complejidad porque escribir es indagar, es ir al dolor y expulsar la pus en medio de la hoja. Todo aquello que había creído sanado ha vuelto a salir y la verdad es que estoy en un caos muy particular, pero sobre todo muy constructivo sobre mi misma.

La evolución de las palabras se ha mezclado con mi voz no solo en los textos sino en la participación como narradora de cuentos para niños, lectura de poemas en homenajes de escritores, lectura en atril, lecturas dramatizadas y teatro. Todo lo

que tiene que ver con la voz me seduce, las voces me atrapan, siento que revelan a profundidad quien somos, nuestra voz tiene una carga de nuestra historia y nuestro estado de ánimo, una voz es mutable, verdadera y sobre todo, posee una particularidad que nos define porque ningún aparato fonador es igual a otro, siempre se mezcla con los detalles corporales de nuestro rostro, estatura y el entrenamiento de la respiración.

Mis huellas de caracol también han salpicado mis pies, me gusta correr, me gusta sentir que solo soy yo y mi camino, correr es emocionante porque te invita a estar en presente, pensar solo en el momento en que debes arraigarte a la fuerza de tus pies y avanzar, aunque todo este doliendo y sientas que la respiración se agita, que ya no puedes más, que todo en ti rebota y estas a unos minutos de colapsar: pero avanzas, respiras, crees en ti, te dominas, calmas el miedo, te concentras en ti, en la siguiente canción, en el sol que está saliendo, el sudor que te recuerda que sigues con vida. Correr es emocionante y aunque nunca he participado en una carrera deseo poder retomar esa libertad y salir en cubre-bocas a dominar mis propios miedos.

Me gusta pensar que mi manera de ser paciente y preguntona con los niños, les demuestra que merecen ser escuchados, que lo que dicen es importante, debe ser tomado en cuenta y tiene mucho que aportar. Desafortunadamente me he encontrado con muchos niños tristes que sienten que no son queridos, que tienen miedo de jugar y por esta razón he mezclado lo que sé para ayudarles a creer en ellos mismos, dejando claro que los roles de género no nos dejan ser libres, es aquí donde a partir de estrategias de juego, aprendemos que todos los cuerpos son valiosos y capaces sin importar su color, forma o tamaño.

Mis huellas de baba caracol son pequeñas, pero siento que si cada una de ellas se replica puedo formar una carretera infinita para poder transitar en mis días de tristeza, siento que las acciones van armando un gran rompecabezas donde poco a poco me estoy volviendo a reconocer, nunca pensé que esa mujer tan triste pudiera hacer todo esto e incitar a los demás a confiar en sí mismos. Creo que estoy vaciando un poco de mí en todo lo que hago, estoy mezclando mis inseguridades con la idea de escucha que se vuelve un potenciador para los demás y a la vez me va liberando mientras me ayuda a darme cuenta de mi propio valor.

Mis huellas baba caracol, son transparentes, honestas y están en construcción, ya no quiero encerrarme en esta concha y pensar que nada en mí es emocionante, ni valioso, sé que si quiero compartir con los niños esta visión, primero debo aprender a ver lo luminoso que hay en mí.

**Mis ecos; el eterno recordatorio de mis muertos**

A veces cuando estoy a solas pienso en todas las mujeres que he sido y en los acompañantes que han dejado semillas en el jardín de mi presente; entonces pienso en mi yo niña, una pequeña idealista que participó en un concurso de televisión mandando un dibujo con la esperanza de rescatar la selva lacandona o el concurso sobre las adicciones y resultó ganadora de un reloj de mano color rosa con negro, al que la por primera vez en su/mi historia; mis padres me acompañaron juntos a recibir el premio por Parque Tezontle.

La niña solitaria que fui se refugiaba en los libros y entre ellos hubo uno muy significativo que marcó el inicio de mi mundo en la lectura; se llamaba "Perdido", era la historia de un perrito que había salido de casa, después de buscarlo por días y narrar sus aventuras, la voz del libro decía que perdido había regresado y les había contado la historia a sus compañeros "amos" y ellos habían escrito la historia para el libro. Este fragmento me impactó, la idea de que un perrito podía hablar; por primera vez no me sentí tan sola y boba hablando con los insectos del jardín o con Susy mi conejita. Me di cuenta de que todos pueden contar su historia.

En la primaria cuando no quería jugar basquetbol sacaba mi libro y me sentaba junto a los salones de primero a leer, el texto era: Robinson Crusoe, era la historia de un náufrago que tuvo que buscar la manera de sobrevivir en solitario; creo que en momentos me sentía así, ya que a pesar de tener muchos hermanos me tocó crecer en silencio, a solas y sin nadie con quién jugar dentro de casa. La historia de Robinson y su desesperación al contar los días, las marcas entre la arena se mezclaban con mi espera, con mis ganas de encontrar un espacio para sentirme querida. Yo también me sentía perdida en el mar.

Después comencé a relacionarme con mis primos y a entender que, aunque su sangre no era la misma podíamos sentirnos al menos en ese momento como una familia: recuerdo a mi prima Nayelli, jugando conmigo, me peinaba con trenzas, me colocaba ligas de colores y gel con brillitos muy al estilo de los noventa. Juntas tuvimos muchas aventuras, creo que era muy sumisa y maleable con su presencia, ella me incitaba a aventar piedras a los panales y yo le hacía caso, no sin antes aprender las consecuencias de perturbar la paz de las abejas y recibir muchas picaduras en las manos.

Nuestros padres nos llevaban a Amecameca a comer, jugábamos entre el pasto y contemplábamos caballos corriendo en libertad, yo quería ser como ellos, corriendo entre las flores, a veces cuando volábamos papalotes pensaba en eso. Su papá se llamaba Rodrigo, era una persona muy alegre que me hacía sentir muy feliz, me llevaba a los columpios, yo flotaba en ese lapsus entre la tierra y el cielo. De verdad lo quería mucho, nunca me hizo sentir que no era parte de su familia, al contrario, su cariño era honesto, sin embargo, un día le detectaron un

tumor en la cabeza y él no pudo con esa noticia. El hombre más alegre y divertido de mi vida decidió ya no estar con nosotros; un día tomó veneno para ratas en su casa, lo encontraron muy mal, la espuma en su boca era como el del mar de mi espera, donde alguien me quería, pero ya no iba a estar más. A partir de ese momento entendí que la vida era un constante perder, que a veces las personas aparentemente más felices son las más deprimidas y que hay que poner atención en la salud mental. Mi yo niño quedó muy triste.

Infinitamente herida en una funeraria, impactada con su imagen, el color de su piel, mis primos en momentos lloraban, yo me quedaba en silencio pensando en la imagen de los columpios, era muy pequeña para entender que esos días de juego no iban a volver. Entre los primos tristes estaba Javier, una de las personas más lindas que he conocido, era mi primo favorito, siempre me escuchaba, me preguntaba cómo me había ido en la escuela, jugaba conmigo y me decía que tenía que confiar en mí.

Fue una de las pocas personas que me dijo cosas positivas sobre mi misma cuando era una niña, sin embargo, la vida y sus giros me lo arrebataron, una enfermedad irrumpió en su cuerpo: Lupus, un lobo entro en su sistema, lo mordió de tal manera que ya no pudo seguir con vida. Otra vez Elena pequeña en un funeral con el corazón destrozado y la experiencia de la ausencia. En momentos pensaba que había algo mal en mí, que cada vez que quería mucho a alguien y que ellos me querían, eso malo en mí hacía que murieran, crecí sintiendo que había sido mi culpa que ellos no estuvieran.

Creo que estas situaciones y el rechazo de mis hermanos hicieron que algo en mí se rompiera; dejara un pequeño hueco donde la depresión supo colarse y adherirse a mi sistema. ¿Por qué una niña tan pequeña podía sentirse como una asesina?, no sólo de su madre biológica como lo decía mi hermana, sino ahora también de estas dos personas que tanto quería. En mi mentalidad infantil, morir era posible si alguien llegaba a quererme. Era un pensamiento muy triste que desencadenó mucho dolor en mi vida.

Durante mi adolescencia conocí a Fabián, él trabajaba en una farmacia cerca de casa, en ese entonces yo no sabía cómo trabajar mis emociones, compraba lancetas (unas lamitas para sacar sangre) y me cortaba los brazos, el estómago, en un intento de expulsar todo eso que no sabía cómo hablar. En una de esas ocasiones me encontré con Fabián, me atendió, hubo una atracción que estaba estallando en todo mi cuerpo, preguntó mi nombre, salí de la farmacia dispuesta a cortarme, pero al hacerlo caí en una zanja que estaba en reparación, media pierna quedo atrapada, Fabián salió a ayudarme y me acompañó a mi casa con el riesgo de ser despedido.

Después de ese momento nos hicimos amigos, hablamos de arte, metal y poesía, nuestra atracción era evidente pero mi desconfianza a que alguien pudiera quererme era grande, así que nunca me atreví a decirle que yo también lo quería. Conforme pasó el tiempo él me confesó que iba a suicidarse, en el momento no le creí, pero el tema era recurrente y me hizo varios encargos, hasta que un día le dije que yo también lo haría, que ya no me sentía bien aquí, sin embargo, le fallé, me quedé aquí, con este inmenso dolor que crece cuando vuelvo a recordar que hice todo por ayudarlo, pero no pude, él ya lo había decidido. Se fue, no sin antes enseñarme lo que era la amistad, el amor, el respeto...

Sobre todo, el respeto a una decisión que no me correspondía y que aunque me causó un infinito dolor, yo no iba poder evitar, él ya no quería estar aquí, aunque mi amor hubiera llegado hasta su cuerpo no iba a ser suficiente ante una vida de dolor continua. Otra vez Elena en un funeral llorando una ausencia, otra vez perdiendo a la persona que le demostraba que la quería. Esta situación volvió a abrir el camino de la idea de que había algo mal en mí porque siempre atraía a la muerte.

Fue inevitable no llorar al intentar agrupar esto, fue inevitable no pensar en el daño que me hizo mi hermana al decir que por mi culpa había muerto mamá, porque a partir de esa idea la huella de abandono y de culpa inició, fue creciendo tanto que me impidió tener una mentalidad saludable, se sumó con mi personalidad, mis carencias y todo ese hueco de dolor, mismo que se fue llenando de ausencias, las ideas negativas que yo misma me decía y todos los procesos de pérdida. A veces siento que mi vida ha sido un duelo constante en donde por momentos se cambia de destinatario, sin embargo, siempre está en mí.

Es curioso que escriba esto justamente en un momento donde también estoy en duelo por mi papá. A veces la vida parece un mal DJ, porque mientras uno está bailando una canción el ritmo ya cambió, la vida ya te sorprendió con otro cambio y la fiesta se acabó.

He sido el resultado de todas estas huellas, de los autores, los amigos, los primos, los tíos, mi padre de quién hoy no me atrevo a escribir. He sido la sedimentación de las ideas compartidas, los momentos de juego y las historias que se han mezclado con la mía para llevarme a ser quién soy: una mujer entre las fracturas, el duelo y la posibilidad de reconstrucción.

## **Me hicieron sentir como Frankenstein; muerta y ajena a mi cuerpo.**

Las palabras tienen un eco especial, se quedan como reverberaciones en el cuerpo, ondulan de forma rítmica en nuestra memoria, forman un tejido de experiencias; hay palabras que me han curado, otras que me han lastimado, creo que tienen que ver con la persona que las enuncia, el tono de voz y la intención con la que se dicen. Recuerdo que cuando era pequeña la palabra cachorro me gustaba mucho, me hacía sentir ternura y significaba que tendríamos otro animalito en la casa; tuve de todo, conejitos, iguanas bebé, perritos, tortugas, patos, pollitos, arañas, caracoles, cochinillas, hasta una ardilla rescatada que estaba herida, a la que siempre le quise poner un tutu de ballet.

Me gustan las palabras que riman, las imagino como piezas de una gran familia donde sus terminaciones hacen que se reconozcan en una hermandad literaria, hace un tiempo yo sentí que rimaba con miseria, histeria, blasfemia, ahora siento que rimo con presencia, esencia, conciencia. Hay algo en mí que se transformó al igual que las palabras, ya no me percibo anclada a los significados con los que cargué hace un tiempo en donde una ex pareja lleno mi pensamiento con destellos que explotaron en escenas de dolor:

“Estás toda gorda y peluda, antes no estabas así”

“Es que yo voy hacia arriba y tú, pues apenas estás empezando, yo necesito una mujer autosuficiente, no una niña, además siempre me gustaron las mujeres de cabello corto y tú ya lo traes muy largo”

“¿En serio vas a salir con esa falda?, se te ve todo, Elena, así no salgas, te ves muy puta”

Esas palabras resumen la sensación de insuficiencia que esa persona me hacía sentir, era como si cada sílaba me hiciera sangrar y poco a poco me fuera quedando seca por dentro, no podía entender porque la persona que decía amarme tanto me estaba hablando de esa manera, pero en ese entonces yo no me daba cuenta de que el proceso de violencia estaba iniciando. Creía tanto en lo que decía que empecé a dejar de confiar en mí, le entregué el poder de nombrarme, de hacerme sentir una inútil, una mujer fea, absurda y llena de complejos. Había iniciado la guerra contra mi cuerpo a través de las significaciones de un hombre violento.

La dependencia era tal que me estaba transformando en una muñeca, totalmente maleable, dispuesta a vestirme como el otro dijera, omitía mis opiniones para no dejarlo en “vergüenza”, yo misma era un cachorro perdido atado a la ilusión de una relación que me estaba invalidando. Me guardaba todas las palabras para no crear un problema, cuidaba mi tono y procuraba no llevar la contraria; en ese momento era un monstruo que se comía sus pensamientos, las emociones y las lágrimas, era un ser invisible flotando entre una laguna de miedo y una boca seca.

Era una mujer ajena a mí misma, una especie de criatura Frankenstein manipulable y armada de retazos de violencia, desencanto y mucha confrontación silenciada.

Mi autoestima era un pantano lleno de telarañas, en mi cabeza cabían desencuentros, episodios de odio y la imagen de una marioneta con mi cara. En ese momento sus palabras tenían el poder de anclarse en mi cuerpo, como alfileres que se agrupaban en mi carne; estaba sangrando y quería pensar que esa línea de tejidos con glóbulos rojos era la manifestación poética de un amor enteramente real. Me había creído la idea de que el amor debía doler, torturar.

Las palabras que en ese momento me invadían eran:

Culpa

Irreparable

Inenarrable

Continuidad

Insuficiencia

Suciedad

Pensaba que esa sensación nunca se iba a acabar, estaba atrapada en el campo semántico del daño, sentía que su boca me mordía de forma violenta mientras yo colocaba un camino de flores en las huellas dolientes, siempre con la esperanza de que todo cambiaría, pero eso no pasaba.

Han sido varios años en los que me he narrado nuevamente las escenas, han sido episodios de cuentos, poemas y charlas donde capturo letras que me digo en las noches para dejar de escuchar sus ofensas, su voz agitada, su maldita violencia. Me he dicho otras cosas, he escuchado nuevas agrupaciones formadas desde la empatía y la ternura, mis palabras son espejos que me muestran lo que la rabia ya no calla.

- Autoestima
- Sororidad
- Acompañamiento
- Resignificar para crear desde la herida otro pulsar
- Lectura, poemas y ganas de soñar
- Cardumen ideológico fluyendo en libertad

Palabras para acariciar, para amarme desde las dimensiones sensibles de esa que me hicieron odiar, palabras para acompañar con té en las mañanas antes de trabajar, palabras para compartir y sanar. Palabras que se vuelven espirales donde me puedo deslizar. Las letras se unen, se coquetean, se conectan y separan, las vocales se miran entre consonantes, se gritan historias desde la pc, la libretita de notas con portada de cola de sirena. Las palabras se juntan en una

fiesta poética, danzan junto al cursor y se besan después de la coma vocativa, se juran rencuentros después del punto y aparte, se sueñan cercanas como el punto y la coma. Se acarician, se conocen, se comparten.

Las palabras me han cambiado, me han sanado; he vuelto a resignificarlas mientras hago lo mismo conmigo. Mi cuerpo no es una guerra en el espejo, es una especie de arcilla que se desintegra para volverse cuento, leyenda, crónica, historia, poema. Mi cuerpo no es una isla, en él caben memorias de mariposas, miradas marinas de miedos muertos. En mi cuerpo viven estrellas, libélulas y libertades, tengo el pecho lleno de experiencias, regeneraciones y amores desde formas horizontales.

Las palabras de este momento son:

Resiliencia

Paciencia

Presencia

Agradecimiento

Amor

Evolución

Comprensión

Corporal

Volver

A

Empezar

**Sanar**

Entrar

Abrazar

La

Dualidad

### **Transformé mi dolor en una estrella y a veces en luminaria teatral**

Después de vivir encerrada en la caverna de mi psique y en la habitación oscura en la que creía se estaba convirtiendo mi vida, me di cuenta de que en ese espacio lúgubre también se colaban pequeños reflejos de luz: fui testiga de cómo se iluminaban los rostros infantiles cuando después de mucho tiempo alguien se interesaba en escuchar lo que pensaban, de repente la luz se mezclaba con los

cuentos de Dinosaurios en patines que se iban de viaje a Japón y se encontraban con *alebrijes* que bebían té misteriosos traídos de África.

La luz se hacía cada vez más grande, nos llenaba la espalda al correr en el pasto y caminar sobre un pasillo con lodo mientras escapábamos del *perro roba tortas*, eran momentos donde debíamos sujetar las agujetas, preparar la mejor canción y recorrer juntos el faro de oriente en el curso de verano. La luz me fue creciendo en el pecho, como una especie de estrella que era iluminada por la luna, la dualidad de mi ser oscuro; ataviado en terciopelo y tatuajes de cráneo, se mezclaba con la capacidad de admirar desde lo sensible, para crear universos infantiles donde dibujábamos planetas, cerdos con cabello de pasto y trolls que se sabían historias de niños fantasma perdidos en Nezahualcóyotl.

Mi cuerpo es luminoso como cuando el módem no está lento y la señal del wifi es la correcta, mi cuerpo era una selva, una agrupación de chimpancés cargando velas para llevar sangre a mis arterias. Todo en mí se volvía una fiesta, como cuando vas a cumplir treinta años y eres feliz aunque en el pastel ya no quepan las velas. Aún siento dentro de mí una sustancia misteriosa con estrellas molidas que atraviesa mi sistema. Mis estrellas han sido la posibilidad de reencontrar el camino cuando creía que había llegado a la meta.

Puedo imaginar las luminarias antes de salir a escena, el repaso mental de donde debo colocarme para que mi rostro sea visto, pero también pienso en el montaje técnico donde las luminarias son revisadas, limpiadas y colocadas para que la magia del escenario suceda. Mi estrella es una lengua, las palabras ajenas que en el teatro se vuelven parte de mi carne para hacerme entender la vida de otras maneras, en las que Elena nunca hubiera imaginado que se podía pensar la existencia. Sentir el teatro desde la escritura, el montaje, la logística y la transformación en escena, son parte de mi luz y de todo lo que Elena niña todavía juega.

He creído ver mis destellos cuando leo para alguien y en su mirada la alegría se acrecienta, he sentido el pulsar de los autores cuando subo a la azotea a mirar las nubes, esperar la noche e imaginar que las luces de avión también son estrellas. Me quedo mirando fijamente y pensando en papá, en como él también es una luz/ estrella, probablemente me acompaña desde las alturas y desde mi pierna derecha; ahora que he decidido tatuarme desde el primero de agosto para tenerlo cerca. Nunca pensé en tatuarme un corazón pero en su interior cabe una rosa roja y con ello el recuerdo de un padre amoroso que amaba las flores, la siembra y que se ha transformado en mi fuerza, aunque ahora sea un recuerdo y una luz que contemplo desde una distancia suprema.

En mis estrellas también caben mis madres; la que cuidó de mí desde la placenta y murió y la que me arropó en sus brazos, aunque nuestro linaje fuera muy distinto.

Siento todas las luces que me habitan aun cuando la depresión me abraza por las noches antes de tomar *Sertralina*, siento que soy una luz muy grande aunque a veces todo mi ser demande arrojarse a una idea trágica que me pulsa de manera fuerte por los labios, las manos.

Mis luces también son voz, un reflejo de mi interior que anuncia en cada palabra **quien soy**.

Los picos de mi estrella son los dedos con los que labro en hojas blancas para ver crecer sentimientos e ideas que necesitaba contarme a mí misma y entenderme en ese momento. Mi luz a veces se esconde en mis ideas y procesos de ansiedad, en donde el tiempo va más rápido que en los relojes del mundo, sin embargo, pensar tanto y pretender avanzar al futuro también me brinda la posibilidad de imaginar escenarios para hacer del pensamiento una canción. A veces me gustaría ser tierra, conectar con mi semilla interior para dejar que el sol y el agua me sanen mientras florezco.

Quisiera poder percibirme como una mujer hierba, una especie de mujer líquida-infusión, que puede brindar instantes cálidos para aquel que necesita decir algo, quiero ser un espacio de paz donde las personas puedan reposar sus ideas sin miedo a ser juzgadas, quisiera ser una cascada que deja caer su ser ante las rocas y sigue fluyendo con el agua, la brisa fresca y su libertad de decidir el camino, ya sea para nutrir a los árboles o salpicar con un brinco las nubes.

Mi luz es una confrontación con lo que creía saber de mi historia, sin embargo, también me muestra que de mis oscuridades retorno, que de mis silencios emerjo. Tengo muchos espirales en el cuello y unas ganas infinitas de a pesar de mis dualidades; **seguir siendo**.

### **No sabía que eso se llamaba violencia**

Hablar de mis parejas es analizarme en el espejo de otros tiempos, recordar momentos que ayudaron a la construcción de la mujer que ahora soy. Debo confesar que nunca fui una chica ilusionada con la experiencia romántica: mientras mis amigas me contaban de sus primeros besos o encuentros eróticos, yo pensaba en libros, perritos y mi deseo de ser “buena”, me importaba mucho ser inteligente, saber mucho, estar sola...

En ocasiones sentía que no iba al mismo ritmo en el que giraban los engranes del mundo, todo estaba predispuesto para accionar de manera acelerada y yo solo estaba ahí, pensando en personajes de libros que nunca iba a conocer, o enamorada de integrantes de grupos juveniles nacidos en Venezuela. El amor me llegó muy tarde, la primera vez que tuve una especie de novio fue a los 12-13, él era un hombre de 27 años que vivía cerca de mi casa. Yo era una niña muy desarrollada y él me decía que era muy madura para mi edad, de ese modo me enganchó, salimos una semana y nunca lo besé, tenía miedo, pero la idea de saber que era un hombre mayor me hacía sentir protegida, sin embargo, no era así.

Un día reciclé un folder color verde y le dibujé un corazón, corte una lata de refresco y coloqué los pedazos en él a modo de decoración, le escribí una carta donde le explicaba que mi corazón era como ese dibujo; duro, lleno de aluminio y con miedo, pero que estaba dispuesta a quererlo, él lo miró con extrañeza y dijo: “ahhh, gracias”, después mencionó que ya era tiempo de tener una *noche bonita juntos*, en ese momento me bloqueé, teníamos una semana de vernos y él ya quería tener sexo conmigo, al otro día le externé que no estaba lista, él se enojó y dijo que yo era una niña tonta y mojigata.

En algo tenía razón; **yo era una niña** y él un maldito pedófilo que sólo buscaba niñas para tener sexo con ellas y abandonarlas, después de un tiempo me enteré de esa situación, me dolió mucho pero me sentí a salvo; ahora que lo veo a la distancia agradezco mis señales de alerta para no tener sexo con alguien que me presionaba, sin embargo la idea de que *alguien por fin me quería y se había ido*, me marcó, se sumó a mi lista de abandonos, dolió, me hizo sentir insuficiente, boba y cobarde.

En casa mi madre nunca fue cariñosa, demostraba su afecto a través de las atenciones, la comida, los licuados o el cuidado, pero nunca de manera corporal o con palabras, mis hermanos eran muy desapegados y después de un tiempo se fueron, me tocó crecer sola y las únicas manifestaciones de amor eran de mi papá, sin embargo estas situaciones hicieron que yo empezara a imaginar que no era digna de amor, *que si ni mi familia me quería nadie más iba a hacerlo* y como veía que todas las compañeras de la escuela tenían novios comenzaba a sentirme extraña, sola, ajena, en ocasiones pensaba que era fea, demasiado masculina o seria.

Empecé a desarrollarme de forma más rápida que otras amigas, me veía mayor para mi edad y eso hacía que muchos adultos hombres intentaran cosas conmigo, eso en cierto momento ayudó a construir mi seguridad, sin embargo, ahora que lo analizo me doy cuenta de que estaba muy jodido buscar la validación de mi misma en otros. Después de saberme atractiva utilicé ese “especie de poder” (aunque sólo era una trampa del patriarcado donde me veían como trofeo, exaltando mi ser de manera corporal y no por lo que era de forma interna), al saberme atractiva me comportaba con desdén y muchas veces fui cruel, creo que después de sentirme invisible comencé a construirme desde un panorama de poder, que poco a poco se volvió muy dañino.

Después de sentir esas miradas y el reconocimiento de mi existencia a partir de mi cuerpo empecé a cubrirme, no me quitaba el suéter u optaba por usar ropa holgada, pants, etc. Esto desencadenó un rumor en la secundaria respecto a mi orientación sexual, me gritaban “lesbiana”, como si esa palabra fuera un insulto, sin embargo, para mí en ese momento era una palabra muy complicada porque significaba no encajar en los estándares de belleza, ser denominada como “masculina” dolía y a su vez era una purga cultural y una venganza por todos los sujetos a los que había rechazado cuando me había sentido bien. En un momento pasé de mujer deseo a la fea lesbiana.

Actualmente me reconozco como mujer bisexual y me siento cómoda con ello, pero en ese momento fue muy duro, sentir ese rechazo porque no eres femenina, ese desprecio porque decidiste decir que no y entonces a ellos les fue más fácil correr un rumor; que me marcó de una forma muy cruel, ya que no sólo indagó en mi seguridad sino que hizo que perdiera amigas, ya que creían que iba a intentar algo con ellas y que no podían confiar en mí, aunque en ese momento ni siquiera sabía que me podían gustar las mujeres y que el amor de otras maneras era posible.

Cuando estaba en CCH tuve varios amores platónicos y estuve muy cerca de tener relaciones muy lindas pero el miedo a que alguien quisiera hacerme daño fue muy grande, por esa razón siempre procuraba dejar a las personas que quería como amigos, para ese momento me sentía mejor conmigo misma, sentir la libertad de ser yo por todos los espacios, viajar sola hasta Azcapotzalco, conocer amigos de otros territorios me hizo sentir muy feliz. Mis amigos no me juzgaban por vestirme de negro ni preguntaban sobre mi pasado, podía ser enteramente yo por todos los espacios y a ellos les pasaba lo mismo. Me dediqué a disfrutar de mí, tener buenas calificaciones, experimentar con las fiestas y entregarme a mis decisiones.

Al salir de CCH mi vida iba bien, otra vez me sentía yo, iba a estudiar Teatro y mi vida parecía ser mía otra vez; mis decisiones, mi libertad al vestirme y hacerle lo que quisiera a mi cuerpo, me estaba habitando de forma libre, además la transición a ser adulta me gustaba, me hacía sentir contenta. Ciudad Universitaria me parecía un lugar de ensueño y había luchado mucho por estar ahí. Recuerdo que era buena en las redes sociales (en ese tiempo Hi5 y Myspace), mucha gente quería hablarme y mi personaje de "Doña Podrida Vilchis" hablando de poesía y teatro tenía mucho éxito, muchas invitaciones a salir y muestras de afecto, pero no había algo real.

Hasta que una compañera de la carrera le pasó mi contacto a Omar, un chico que estudiaba en el Poli y no sabía nada de mi personaje en redes; comenzamos a hablar por msn, nos entendíamos muy bien, le gustaba el arte y la física como a mí, teníamos debates y hablar con él era un desafío, eso me hacía sentir muy motivada. Acordamos vernos, decidimos seguir saliendo hasta que nos hicimos novios, la relación era bonita, hasta que un día lo invité a un taller de teatro y poco a poco inicio un rol competitivo entre nosotros, nos invitaban a diferentes actividades, nuestros rumbos se fueron separando.

Además del proceso de competencia yo me estaba volviendo muy dependiente de él, esto se notaba en pequeñas acciones donde pensaba que era lindo compartir cosas sin embargo no me estaba haciendo responsable de mi misma porque sabía que él llevaría agua para el entrenamiento, dulces o me prestaría su suéter, además de esta codependencia con toque infantil me costaba pensarme a futuro sin él, por esa razón fui desencadenando acciones poco saludables, mismas que se fueron nutriendo con su lejanía e interés por otras mujeres, fue entonces cuando nos dimos cuenta de que esto no estaba funcionando así que terminamos. Esa situación fue muy dolorosa porque era mi primera relación, el primer espacio

donde me sentía querida e iba descubriendo cosas de mi capacidad de amar y de mi sexualidad, sin embargo, no estaba siendo saludable. A la semana él ya tenía otra novia y yo seguía viéndolo en el taller de teatro, no sé cómo le hacía para separar las cosas, pero en el escenario era una mujer muy fuerte.

Pensar en Omar me hace recordar la necesidad que tenía de ser vista, amada, querida y en como mi deseo de recibir amor se fue transformando en codependencia. Mientras andaba con Omar conocí a Fabián, él me quería mucho y yo a él, pero tenía un miedo infinito porque él era un par de años mayor que yo, además en ese momento estaba muy deprimida, nunca me atreví a tener una relación con él, aunque en el fondo siempre supe que estaba enamorada; fue más grande mi miedo, mi cobardía, el hecho de pensar que era mejor estar con alguien de mi edad. Y ahora, a casi diez años de su suicidio he podido entender cuando le amé...

Después de la relación con Omar conocí a Rodrigo, era amigo de mis amigos de la cuadra, en ese momento nuevamente muchas personas sentían interés por mí, creo que la darky triste que estudiaba teatro y hablaba de Baudelaire causaba un impacto en la gente. Para ese momento otra vez era vista como la mujer trofeo y dos amigos estaban haciendo el intento de salir conmigo. Cuando estaba con Rodrigo me sentía muy bien, él era más grande que yo y era muy atento, fue honesto conmigo, me habló de su ex esposa y su hijo. A pesar de que tenía muchos gustos en común con Rea que estudiaba derecho y con Wyzek que amaba escribir y la poesía, me decidí a andar con Rodrigo.

Él era muy diferente a mí, no había terminado la prepa pero era cálido, me sentía feliz con él, podíamos reír, hablar de ovnis imaginarios y dinosaurios, con él no tenía que pagar la cuota de la chica intelectual, con él podía mostrar ese lado absurdo o bobo sin ser juzgada. Nuestra relación iba muy bien, duramos un par de años, mi verdadero descubrimiento sexual fue con él, creo que el sexo era uno de los ejes que más nos unía.

Rodrigo era muy detallista conmigo, me compraba muchas cosas y de cierto modo su poder adquisitivo tristemente también me brindaba seguridad porque yo estudiaba teatro, lo de la beca era poco y él siempre me apoyaba con lo que necesitaba o quería. Esa situación le brindaba poder sobre mí pero en ese momento yo no lo notaba, además él tenía la experiencia de un matrimonio y yo apenas era una morrita que estaba iniciando la universidad. Nunca pensé que la edad tuviera importancia, pero al final sí la tuvo.

Rodrigo empezó a manipularme para que dejara de hacer las cosas que me gustaban, poco a poco me fui aislando de mis amigos, las salidas al teatro o mis ensayos por estar con él, creía que era una muestra de amor, pero no, sólo me estaba sumergiendo en una esfera de control que se disfrazaba de cariño, de comprensión. Él se sentía inseguro por no saber de autores ni poder hablar de manera profunda conmigo, así que lo compensaba con sexo o regalos, yo no era consciente de la situación, sólo sentía que él era lindo y quería pasar tiempo conmigo. De un momento a otro ya no tenía amigos, todo mi mundo y mi vida era él, no hacía otra cosa más que faltar a clases y estar con él.

Comencé a descuidarme, subí de peso, dejé algunas clases, mis prácticas de corporal y de yoga sólo para estar con él, su manipulación era tan fuerte que estaba abandonando mi sueño de estudiar teatro para quedarme en su casa a que me cocinara algo. Mi cuerpo y mi espíritu se fueron deteriorando, ya no era yo. Al subir de peso él empezó a rechazarme, decía cosas sobre mi cuerpo y me hacía sentir muy triste, cada vez me iba haciendo más pequeña y me sentía más herida. El círculo de la violencia iniciaba, me hacía sentir triste, después me regalaba rosas, un perfume, una computadora, poco a poco iba escalando con los regalos, pero también con los daños.

En ese momento yo no sabía que era la violencia psicológica, pero sabía lo horrible que era verme al espejo y recordar sus palabras, él tenía todo el poder sobre mí, mi aspecto, mis decisiones. Había pasado de la mujer trofeo a la que querían conocer, invitar a salir, a ser la mujer más triste que no quería encontrar un espejo, que tenía miedo de sí misma o de que Rodrigo se enojara con ella. Nunca pensé que Rodrigo pudiera hacerme tanto daño, en ese momento no lo creía y al no tener redes de apoyo justificaba todas sus acciones, prefería echarme la culpa de todo antes de dudar “del amor de Rodrigo”.

Comencé a tener crisis de ansiedad, pensar en lo que podía pasarme me impedía respirar, él fingía entenderme, decía que era por mi depresión, pero gran parte de lo que me pasaba era por el grado de manipulación y control que él ejercía. Mi dependencia era abismal, sentía que después de él no iba a encontrar a nadie, que ya no me iban a querer porque era fea, gorda, que sin él estaba perdida, le había creído todo, me estaba convirtiendo en un títere, un ser incapaz de sentirse valioso, útil.

Pasaron dos años de este proceso, de girar en el círculo de la violencia, de creer que él iba a cambiar, *que en el fondo me amaba y que por eso me cuidaba así*, pero no, él no me cuidaba ni me quería, sólo me manipulaba. Era un narcisista y yo una tonta que había creído en el amor, después de esta situación me volví muy celosa, insegura, repetía patrones de codependencia y por más que intentaba volver a mí, escapar de la situación no podía, era muy doloroso y frustrante.

Un día me dijo que ya no podíamos estar juntos, que se iba a cambiar de casa y que yo era una niña, que él ya iba para otras cosas y yo seguía estudiando, no sabía muchas cosas y él necesitaba una mujer no una niña perdida, que a él le gustaban las mujeres de cabello corto y yo ya lo tenía muy largo, además me estaba poniendo gorda y ya no le daban ganas de tener sexo conmigo, que las cosas eran así y debía irse, que habíamos estado muy chido y todo pero que hasta ahí. En ese momento algo en mí se rompió, no sé si fue lo último que me quedaba de autoestima o mis ganas de vivir.

Empecé a tener conductas muy autodestructivas con el alcohol, me gastaba lo de mi beca en cerveza y me iba a tomar a cualquier bar, me perdía entre desconocidos, hablaba sobre poesía, desamor y muchas veces me besaba con cualquiera solo para sentir que todavía podía gustarle a alguien, como si en esa

medida recuperara mi valor. Rodrigo seguía intermitente en mi vida, el daño era cada vez más grande.

Un día estaba en una fiesta bebiendo y fui con mi amigo Joel a la tienda para comprar más cerveza, entonces lo vi, Rodrigo venía con una chica de la mano, estaba muy sonriente y me miró con asco, en ese momento me dejé caer a la mitad de la calle, me puse a llorar y sentí como todo se volvía a romper; ya me había sustituido, me sentía insuficiente, fea, gorda, depresiva y ahora, además alcohólica.

Joel fue ese amigo que siempre me apoyo sin embargo no era el momento y se empezó a crear un lazo afectivo, ahora sé que fue mi miedo de estar sola el que me unió a él y no el verdadero deseo de volver a intentarlo con alguien...

Rodrigo aún después de meses seguía ejerciendo violencia hacia mí, una llamada suya y movía todo para estar con él, así pasaron varios meses en donde volvía a verlo, él actuaba como siempre, era cariñoso y lindo, eso hacía que creciera mi ilusión de volver, pero todo era mentira. Un día me escribió, me pedía ir a conocer su nuevo departamento, eran las 10 de la noche, sin embargo, mentí, dije en casa que tenía un ensayo nocturno y me fui con él, me trato de una manera cariñosa y me hizo sentir especial, estábamos sintiendo sexo y yo creí que era hermosa, que si él otra vez quería estar conmigo era porque se había dado cuenta de que me amaba.

Pero no, sólo quería reafirmar su poder conmigo y así fue, mientras teníamos relaciones sexuales se quitó el condón, me di cuenta, le reclamé y me dijo riéndose; "era lo que yo quería", entonces me asusté, él me jalo del cabello, me dijo que me callara, después me abrazo y dormimos juntos, al otro día me sentí infinitamente sucia, triste y rota por dentro, ¿por qué si decía quererme tanto me trataba así?, ¿por qué me hacía tanto daño?

Al poco tiempo me di cuenta de que estaba embarazada y tenía que tomar una decisión, pero su violencia seguía ahí, todo el tiempo hacía de mí lo que quería y no podía decirle que no, en verdad no sabía cómo, no podía escapar de él, no podía salir de ahí. Recordarlo me hace sentir que pierdo el aire otra vez, me da miedo pensar que esto que escribo me pasó a mí y que en ese momento no podía darme cuenta.

La historia no termina ahí, pero recordar todo esto me ha puesto en un estado raro y por este ejercicio prefiero pausarlo y seguir después.

### **Continuación; no quiero ser mamá**

Después de sumergirme hasta el fondo de mi misma en una relación violenta y enterarme de que estaba embarazada mi vida se transformó, esa noticia fue el detonante para darme cuenta de que nada en mi vida estaba bien, que mientras una pequeña célula se formaba adentro, todo en mí estallaba y los pequeños

fragmentos me rompían más la psique y el corazón; yo no era capaz ni estaba lista para ser madre.

Después de caer en el chantaje emocional y la lucha de poder con Rodrigo al ir a su departamento, desperté sintiéndome usada, recorrí la línea azul del metro con una tristeza infinita y el deseo de borrar esa experiencia de mi vida; ¿por qué me estaba permitiendo todo esto?, ¿por qué mi fuerza no era suficiente para decir basta y anclarme a la vida sin él?, no podía responderme, mi autoestima estaba completamente rota.

Me sumergí en un estado permanente de ensueño, intente convencerme de que estaba bien y que ese episodio no había sido real, sin embargo lo fue; comencé a sentirme mareada, todo me daba asco, despertaba directamente a vomitar, no podía tolerar el olor a papaya, me sentía más sensible y no quería comprender la realidad; estaba embarazada y no sabía que hacer; una parte de mi quería tenerlo, imaginar que era una niña, una pequeña libre corriendo por los campos junto a un conejo, esa niña que fui alguna vez. Pero no, la idea era absurda, no podía tener una hija libre si yo estaba inmersa en esa cárcel de codependencia tan destructiva.

Todo me dolía, sobre todo la realidad, cuando se lo conté a Rodrigo sólo obtuve lejanía. En mí no sólo crecía una concentración de células, también el terror de tener un bebé y no saber qué hacer con él, mi depresión era grande y con un bebé corría el riesgo de desarrollar depresión post parto. Un día tuve un sueño horrible, donde estaba matando a mi bebé; lo metía a bañar y lo tomaba del cuello hasta ahogarlo, su cuerpo se retorció y sus ojos me veía fijamente. Desperté muy asustada, me di cuenta de que ya no lo podía negar, debía hacerme una prueba de embarazo, saber la verdad.

Tengo escenas llorando frente al lavabo, o en posición fetal debajo de las cobijas sin comer y con un dolor infinito que ya no sabía dónde guardar, en ocasiones tocaba mi vientre e imaginaba que se movía, que estaba ahí para darme fuerza, pero creo que sólo romantizaba la idea, porque un bebé no iba a reconstruir todos los fragmentos que yo tenía regados en mi historia.

Mientras todo esto pasaba estaba en terapia porque ya no podía más, pero no sé si fue lo mejor, en una ocasión mi psicóloga me confesó que no podía tener hijos y que mi embarazo le daba una posibilidad, en ese momento me sentí muy confundida, estaba muy frágil y que alguien en quién yo confiaba me pidiera algo así me conflictuó, por un lado abrió mi empatía sobre su anhelo de ser madre, pero por otro no me parecía algo bueno ni sano para mí, sentí como si quisiera sacar provecho de mi inestabilidad para lograr un objetivo que no me correspondía, tenía poco que había retomado la consulta pero esa situación me

hizo darle una pausa a la terapia. Ya nada me hacía sentir bien, era muy duro no tener redes ni en quién confiar. El monstruo de la soledad mordía fuerte.

Después me hice otra prueba en sangre (Rodrigo me acompañó) y el resultado era el mismo; positivo, en ese momento salí un poco del letargo; tenía que afrontar las cosas, así que le conté a Rosalina, aunque ella ya no quería saber mucho de mi debido a la relación con Rodrigo, decidió apoyarme y me fui a hacer un ultrasonido para saber el tiempo de gestación. Todavía tengo imágenes de mi misma bebiendo agua mientras evitaba llorar, no sé cuántos litros fueron, pero esa presión que experimentaba en la vejiga también la tenía en el pecho, me sentía un fracaso, una tonta, me regañaba por no haber tomado la pastilla de emergencia, por quedarme el shock los días siguientes y sobre todo por no querer ver la verdad.

De las cosas afortunadas que analicé después de terapia fue que el sexo con Rodrigo era una manera de reafirmarme, de sentirme validada, aunque sólo se trataba de placer momentáneo bajo la sombra de una lucha de poder de Rodrigo sobre mí y yo con la tonta idea de que podía tener su atención, porque al menos en ese instante “nos queríamos”, recuerdo que muchas veces ingerí pastillas de emergencia (aunque no hubiera riesgo y hubiéramos usado condón) porque siempre tenía miedo, estar embarazada me provocaba terror, por ello inicié mi vida sexual muy tarde, no quería defraudar a mis papás, ni a mí misma, pero en ese momento ya todo había pasado, el embarazo era real. Mi psicóloga me dijo que si seguía tomando las pastillas de emergencia me podía generar un derrame cerebral o un infarto. Mi vida estaba en peligro.

Entre la premisa de poder morirme y la negación, dejé que pasaran varias semanas y no tomé la pastilla, en verdad fue muy difícil vivir ese proceso porque sentía que no era real, que Rodrigo no me haría algo así, que no estaba en riesgo, que sólo lo imaginaba; estaba en negación. La ingesta de tantas pastillas me provocó quistes en los ovarios y un desajuste hormonal severo, que a la fecha es un recordatorio a través del dolor menstrual de esas malas decisiones cubiertas por el miedo.

Recuerdo que cuando estaba en el laboratorio miraba fijamente un cartel del sistema óseo, miraba mis manos, contaba mis pulseras, veía mis pies, buscaba respuestas; Rodrigo prometió estar en el ultrasonido, lo esperé, pero nunca llegó, sólo estaba mi amiga Rosalina y las ganas inmensas de salir corriendo hasta encontrar un pozo donde arrojarme para ya no sentir dolor, para ya no experimentar este caos, este miedo.

La recepcionista me pidió seguir tomando agua, me sentía inflamada, casada y sin ganas de volver a respirar, quería que todo terminara. Mientras tomaba miles de cucuruchos con agua, pensé en el suicidio, la idea fantaseó largo rato en mi

psique, no era la primera vez que me invadía, pero ya estaba a punto de pasar a consulta, mi vientre estaba inflamado, mi vejiga anhelaba liberarse, de repente me sentí muy mareada, salí del laboratorio y mi amiga me siguió, di unos veinte pasos y vertí todo mi interior en un río rosado en la banqueteta, esa escena me hizo sentir tan miserable porque no sólo estaba vomitando un licuado, era el vómito en mis botas, era el vómito hacia mí misma por todo lo que me estaba pasando, me sentía perdida, sola y con un hueco inmenso.

Al volver al laboratorio ingresé a la sala de consulta, me recuerdo acostada en una camilla, una doctora pidiendo permiso para remover mi blusa, yo asintiendo sin hablar, recuerdo la temperatura del gel, ese frío en el vientre, en el pecho, en los recuerdos. Una pantalla frente a mí y ahí estaba, lo escuché o creí escucharlo. La doctora dijo: estás bien jovencita; ¿es tu primer bebé?, entonces ya no pude más, me puse a llorar con mucha fuerza, el bebé/feto estaba ahí, en esa pantalla de colores grises y la palpitación conjunta desde mi vientre, su cuerpo estaba en mí. La doctora pensó que lloraba por la emoción, me dijo que me calmara, que estaba todo en orden y que era normal emocionarse así, me tomó la mano y me dijo que todo iba a estar bien.

Después de ese día inició un proceso de investigación sobre clínicas para abortar, estaba llena de miedo sin embargo sabía que no era mi momento para ser madre. Rodrigo en momentos era atento me hablaba de que sería lindo que fuera niña porque él siempre había querido tener una, esas ideas podían hacerme dudar sobre mi decisión, pero en el fondo sabía que abortar era la mejor opción. Recuerdo que cuando le llamaba se portaba distante o grosero, Rosalina era la que estaba conmigo y también mi amigo Joel, él me acompañaba a hacerme estudios o mientras hacía llamadas para cotizar precios.

Cuando el día de la cita llegó me acompañaron Rosalina y Yazmín, planeábamos estar juntas porque mi intuición me decía que Rodrigo no iba a llegar. Entré a Marie Stopes, me atendieron con total respeto y de forma muy empática, me explicaron de las tomas y la importancia de hacerme un ultrasonido de forma posterior, me tome la primera dosis, recuerdo el vaso y mi mirada fija en el fondo. Yazmin recibió una llamada, era Roy, le avisaba que estaba afuera. Recuerdo que el doctor me dijo que si quería me podían regalar un método anticonceptivo como el DIU o condones pero en mi mente estaban las palabras de Rodrigo: “yo no voy a pagar para algo que vas a usar al coger con otro güey”, ahora puedo ver toda su violencia.

Desde el hecho de quejarse siempre por el dinero para el legrado, poniendo encima de todo lo que yo estaba experimentando tanto a nivel emocional como los cambios en el cuerpo, la cantidad de hormonas, la soledad, el sentimiento de insuficiencia, de fallarme, el duelo, el abandono. Mientras él decía que como yo no tenía que juntar el dinero por eso no me “estresaba”. Al salir de la clínica Rodrigo

me abordó, ni siquiera preguntó como estaba, sólo me dijo que ya nos íbamos, mis amigas se quedaron muy sacadas de onda, pero yo totalmente ciega ante su violencia le dije que “sí”, que ya nos íbamos, mis amigas me preguntaron si estaba segura, Rodrigo me vio y asentí.

Fuimos a un hotel, yo tenía la ilusión de que él iba a ser empático conmigo, que me iba a brindar apoyo, pero no fue así. Estábamos viendo la televisión, creo que era la película de *Titanic*, había intentado ser fuerte, estar bien pero su distancia, el dolor corporal y todo lo que estaba experimentado lograron quebrarme; me puse a llorar, esta acción hizo enojar a Rodrigo y me dijo; “ay, ¿en serio?, eso me partió el corazón, traté de respirar y tranquilizarme, pero no podía. Cuando por fin lo conseguí Rodrigo se había dormido, después despertó y me dijo que le dolía la garganta, que se sentía muy cansado, le dolía el cuerpo, entonces me pidió hacerle un masaje.

Y ahí estaba yo, con el alma en pedazos haciéndole un masaje al pobre hombre porque se estaba enfermando de gripe mientras yo experimentaba un aborto y el dolor corporal era casi tan grande como el del espíritu. No podría pensar en mí, cuando intentaba salir de esa maldita ola que me ahogaba él me chantajeaba con un; eres una egoísta y yo le creía, le creía todo todo. Después de unas horas pasó lo peor; él empezó a tocarme de forma sexual y yo le dije que no, que me sentía mal, pero él insistió y agregó; “que valga la pena la pagada de hotel”, comenzó a besarme y me abrazo, después siguió tocándome, le dije que no, pero no me hizo caso, él nunca paró. Ahora entiendo que Rodrigo me violó el día que aborté, me lastimo el cuerpo, la autoestima y cada una de mis esperanzas. No pude ponerme ni ponerle límites, mientras la sangre del legrado corría él estaba encima de mí, sometiéndome, haciéndome daño. ¿Por qué me hacía todo esto?, ¿por qué me causaba tanto dolor? Yo nunca pensé que un novio pudiera violarme, no pensé que él sería capaz, pero pasó...

Mientras las horas pasaban y yo iba continuamente al baño a vomitar; ya no supe si por las reacciones al medicamento o por la necesidad de tener una purga ante tanto dolor. Ya no pude llorar, si él me veía iba a enojarse, además no podía irme, no tenía dinero para pagar un taxi, me quedé esperando a que el sueño me venciera. De repente él recibió una llamada a su celular y se puso raro, me dijo que era su tío, que le pedía apoyo para un trabajo, entonces se cambió, me dijo que ya se iba, le pregunte si era en serio, si iba a dejarme ahí, dijo que sí, que la habitación vencía a las 12:00.

De verdad no lo podía creer, no podía con su egoísmo, con su crueldad. El médico me recomendó no estar sola por si algo se complicaba, sin embargo, aunque Rodrigo se hubiera quedado yo ya estaba completamente sola. Pidió un taxi y miré la luna, la inmensa oscuridad, me sentí frágil, perdida, como pescado de feria que no se vendió y que huele a sangre, totalmente lejos del mar que la formaba, lejos

de su identidad, su fuerza, estaba ahí sin aire rumbo a mi casa. Saqué las llaves y sentí como la sangre escurría por mis piernas, fui al baño, las líneas de sangre eran una carretera al infierno. Estaba en casa desangrándome, pero no podía decirle nada a mis papás.

Recuerdo mis cortinas rojas y la poca luz que entraba, recuerdo el inmenso dolor y la frustración de no poder llamar a mis amigas porque yo les había dicho que todo estaba bien, que Rodrigo me iba a cuidar, iba a estar conmigo en este momento tan difícil. Pero no estaba y además me acababa de violar. Imaginaba espectros rondándome, tenía fiebre y empezaba a alucinar, intenté calmarme sola, respirar, no sé si era un ataque de ansiedad o algo relacionado al medicamento. Intente dormir, pero el dolor era grande y la sangre aparecía de una forma que no era normal.

Me metí a bañar y entonces lo vi, un fragmento de carne, una ofrenda en la coladera, me gusta pensar que volvió a la tierra. Me hubiera gustado levantarlo, meterlo en una caja de cerillos, darle una despedida, quizás comprar flores, prender un incienso, despedirme con fuerza, pero no pude hacerlo, las lágrimas estaban invadiendo mi cuello y se mezclaban con el agua de la regadera. Ese fragmento de mi escapaba, se diluía entre el agua, entre las mareas de mi tristeza. Perder esa posibilidad de vida fue un evento muy duro en mi vida, uno de los más enterrados y fuertes para mi psique, sin embargo, también fue una especie de ofrenda, una oportunidad para liberar el dolor en un momento de caos, fue un aceptar que no estaba lista para ser madre, que en ese momento no podía ni con mi vida.

Por primera vez y de forma dolorosa, por fin estaba pensando en lo que era mejor para mí. Estaba viendo mi dolor esfumarse entre mareas rojas, por primera vez entendía que solo me tenía a mí, que tenía que volver a empezar para mí.

## **Después de tanto dolor aprendí a creer en mí, empecé a ser mi propio Dios-A.**

Crecí con una vela iluminando la casa; cada día primero del mes, madre encendía una vela y colocaba en ella toda su esperanza. Recuerdo esa pequeña luz, pienso en la flama, los tonos amarillos con naranja. Cuando era pequeña me gustaba ver la chispa aferrándose al pábilo, tenía una necesidad curiosa de mirar a detalle la transformación de esa luz, estaba muy al pendiente de cómo se iba consumiendo, al paso de los días ya no quedaba nada de ella, la veía escurrir mientras la cera llenaba los bordes de un plato con grabado de flores rosas. Estaba expectante pero no tenía deseos de orar o de pedir por alguien, a pesar de crecer en una familia católica no tuve el deseo de impregnar mi paz en una imagen, realicé todos los rituales de esa religión; aprendí el credo, más por el deseo de conocer las rimas y la pasión por leer en voz alta que por verdadera convicción.

Era como si las imágenes religiosas no me provocaran deseo de penitencia, sólo me gustaba verlas, algunas eran bastante surreales, tenían ojos profundos y ropajes de terciopelo morado, cuando íbamos a la iglesia me sorprendía con la imagen de San Francisco de Asís, creo que me gustaba porque era el santo de los animales, además así se llamaba el pueblo donde mi papá comenzó a construir otra casa con la ilusión de irnos a vivir a Ixtapaluca, aunque eso nunca pasó y siempre vivimos en Iztapalapa.

Ese lugar tenía una iglesia en una parte muy cercana al cerro donde la gente creía que se había aparecido una virgen, la imagen era una especie de pintura tornasol, recuerdo mucho los tonos verdes y amarillos, también el cómo me esforzaba por encontrar la forma de la virgen de Guadalupe, pero no lograba ver nada. Creo que a veces rezaba el padre nuestro, sobre todo porque si lo hacía, al final de la misa mis padres me dejaban explorar el terreno; una vez encontré un panal de abejas y un hormiguero, el espacio era hermoso, recuerdo las piedras pequeñas formando un círculo, una especie de puerta para la casa de las hormigas, pensaba en como a pesar de ser pequeñas podían cargar ramas y piedras, me gustaba mucho verlas. Mi papá me llevaba a visitarlas.

Conforme fui creciendo me di cuenta de que ese Dios del que tanto hablaban no correspondía a un ser en quién yo pudiera creer, sobre todo porque cuando le pedía que la gente que me quería no muriera, él parecía no escuchar. Me sentí decepcionada, después esa decepción se mezcló con lecturas y la necesidad de poner la fe en otros ojos, por ejemplo, en el teatro, en las palabras. Coquette con una rama de la filosofía que se llama **Panteísmo** en donde se afirma que si Dios existiera estaría en todas las cosas, no sería necesariamente un hombre, también podría ser mujer, estaría en cada espacio, sentimiento o árbol, sería una rama, una gota de lluvia o incluso un graznido de pato.

La naturaleza sería Dios, esa idea me emocionó, me permitió pensar que mi cuerpo también podía ser una creación maravillosa; la oportunidad de respirar, de sentir los objetos con mis manos, percibir los olores y pensar en la casita de mi interior. Me gustó pensar que yo también podía ser una Diosa, un espacio receptivo de amor.

Y ahora que lo analizo, creo que siempre me tocó ser mi propio Dios, porque no había muchas personas que pudieran creer en mí:

Crecer con el estigma de ser la hermana de los drogadictos, la niña depresiva y solitaria, la que se vestía de negro y no hablaba con nadie, la mujer trofeo, “la puta” injusta que no le hace caso a nadie, la suicida y alcohólica, la tallerista de teatro, la que organiza actividades para niños y escribe crónicas de ciudad.  
**Actualmente la mujer que vuelve a re- empezar.**

Mis propias palabras me brindaban consuelo, mi ficción y mis puntos de fuga por imaginar otros escenarios me hacían estar en calma, jugué a ser mi propia Diosa mientras aprendía a creer nuevamente en mí, fueron muchas veces, porque han sido demasiadas caídas. Me tocó crecer emocionalmente sola, reconstruir esas ausencias, dibujar mis propios horizontes; yo misma me coloqué mi estrella en el pecho y jugué a ser mi propia *Sheriff* en un pueblo profano de carne y arterias.

Mi papá me brindaba confianza, con él si podía hablar, estaba dispuesto a escuchar, algo que ese Dios nunca hizo. Mi papá tejía mis recuerdos y aunque a veces no sabía cómo hilar sus emociones, siempre estaba para mí. Mi papá no era un Dios pero ha sido el hombre que más me ha querido, a pesar de tener un problema con el alcohol logró superarlo, buscar ayuda para que alguien pudiera cuidarme después de que mi mamá murió, así fue como llegó Aurora a mi vida; una mujer viuda que quiere tener otra hija pero que ya no podía hacerlo y Alfonso, un hombre desesperado porque su pequeña hija no muera de diarrea y fiebre mientras la cuidan personas que se dedican a la prostitución y sus propios hermanos la rechazan mientras la llaman asesina.

Los vecinos lo juzgaron como un traidor, pero él sólo buscaba quien pudiera amarme, creo que veía en mí el último fruto de la mujer a la que tanto amó. A veces pienso que fui afortunada a pesar de todo. Conozco miles de historias de abandono paterno, pero, aunque las circunstancias eran horribles mi papá nunca me dejó, procuró ser el mejor. A veces cuando lo extraño me pongo su chamarra y le rocío un poco de perfume, es como imaginar que lo abrazo, que él está conmigo, que al menos por un momento podemos estar juntos y eso me da algo de consuelo. Estamos a tres días de que se cumpla un mes más de que él murió y el hueco sigue siendo enorme, yo no sé cómo borrarle este dolor del pecho, me siento como caminando en el lomo de un lobo, en momentos me acurruco en el pelo, pero en ratos siento que estoy muy cerca de llegar al hocico, siento que ese lobo de la tristeza en cualquier momento me va a morder tan fuerte y ya no voy a poder escapar. Me hubiera gustado pedirle a Dios serenidad y todas esas cosas con las que a veces las personas nos consolamos, pero no, me gusta más pensar en papá, en el poder de depositar la ilusión en una vela, con la esperanza de que esa luz frente a su foto, le llegue hasta el cielo, aunque eso probablemente no sea cierto.

Hace un tiempo me gustaba pensar en Ixtab (la de la cuerda) o la Diosa del suicidio, ella protegía a los suicidas, muchas veces cuando la depresión me estaba asfixiando sentía que debía “encomendarme” a ella y dejar que todo el dolor se fuera, después el panteísmo me llevo a conocer el mundo wicca y los rituales me dieron paz, pensar en la femineidad también me llevo a reconectar con la propia. Me pensaba sensible pero también con gran fortaleza, imaginaba la tierra y me colocaba los dijes de luna plateados, cargados de luz para consolar un

pecho tan herido. Aprendí a ser fuerte o a creer que lo era, porque la vida comenzó a golpearme con la ausencia desde que nací y perdí a mamá.

Creo que mi vida ha sido un duelo constante, primero por mí misma, por la pérdida de mi mamá a causa del cáncer, la muerte de mi primo por lupus, mi tío por no soportar que tenía un tumor en la cabeza y su deseo de salir de este mundo tomando veneno para ratas, mi mejor amigo que decidió concluir con su vida, las pérdidas de amigos, parejas, autoestima. Y actualmente el duelo profundo de perder a mi papá, la transformación en la relación con Aurora ahora que papá no está, las constantes peleas y el caos.

Ya no sé con qué duelo vestirme ni donde volver a sembrar mi corazón, para ver si al estar con la tierra florece. Se me han caído las ramas y en días como hoy se me posan las emociones y terminan tejiendo un tapete de lágrimas que escurren en la vieja chamarra de papá. Hace rato que inicie con el texto, me quedé viendo fijamente la vela que acompaña cada noche su fotografía de ausencia, me concentré en la flama como cuando era niña, la flama se movía mientras mis ojos se posaron en la fotografía; miré su cuerpo, sus patillas largas llenas de canas, su sombrero que rara vez se quitaba, miré su lunar, esa marca tan especial que el otro día me hizo llorar cuando en el puesto de barbacoa un señor se sentó en la mesa y al voltear rápido creí encontrar en el presente otra vez a papá

Tengo ausencias que ni Dios me suprime, tengo lobos aullando de maneras muy violentas adentro de mi cabeza, tengo golpes de ausencias, flores marchitas y silencios que se han quedado a reposar en mi cuerpo. A veces quisiera que todo este recorrido ya no doliera, pero el pulsar sigue siendo fuerte mientras busco paz. El viento me trae alas, el viento me trae palabras, pero también me trae realidad, me habla de la sangre y los ríos coloreados en un rojo intenso que exalta mucho dolor en espiral.

Hay en mí, varias luces que vienen y van, pero también hay pozos muy profundos debajo de la piel y se están quedando secos, ya no encuentro ramas de donde anclarme, de repente todo se vuelve muy trágico, me brota la melancolía y derramo lo que soy en realidad. Quizás nunca más seré igual a la Elena que recuerdo, pero sé que me esfuerzo mucho por estar, por empezar, aunque en ello se me vaya la energía. Sé que mi Diosa interna necesita velas, pero también confrontación y aceptar desde las astillas su propia realidad. La Diosa interna también necesita llorar, brindarse honestidad.

Me quedo dando vueltas en mis palabras en un hula hoop, pensando en todas las velas muertas, pero también en la posibilidad de las estrellas, que aún muertas desde hace años, siguen brillando y trayendo paz en escenarios donde la luna acompaña los aullidos de esta alma, tan necesitada de encontrar y ser querida.

## La escritura autobiográfica me salvó; me liberó

Escribir es liberar lo que la psique guarda de forma punzante en las neuronas, es una confrontación muy fuerte con el espejo de lo que soy y lo que me han dicho que debía ser. El proceso de escritura me ha ayudado a entender mis emociones, fue como colocar en el microscopio cada una de mis ideas, observar a través de ese lente profundo, lo que estaba sintiendo en el presente y como el pasado aún reverbera en mi cuerpo, de repente me descubrí furiosa pero también dispuesta a poner límites sobre todo aquello que me ha dañado, el poder de sanación que tienen las palabras y la relectura me han ayudado a entenderme sensible y dispuesta a ser mejor. Han sido madrugadas de reconexión y té de limón.

Cada texto surgido de este proceso es como una escena de una obra de teatro en donde la protagonista y la autora por fin soy yo. Este ha sido mi espacio para decir quién soy, mientras hago un recuento de todas las Elenas por las que he transitado, me siento dueña de todas mis telarañas, las cavernas y la naturaleza muerta que me adorna el interior, pero sobre todo me siento capaz de habitarme desde un sentido verdadero, capaz de realizar un autoanálisis y entender que hay cosas que me van a seguir doliendo, sin embargo, los avances que he tenido me han permitido observar cuanto he cambiado.

Ese dolor profundo con el que inicié escribiendo esa noche sobre la pérdida de mi papá, hoy vuela con toda su fragilidad en cada esquina de la hoja, pero esa emoción me hace fuerte; puedo reconocer que los procesos de duelo están en mi cuerpo, que todas las pérdidas que he tenido son reales, que no estoy interpretando un personaje; esta es mi historia, esta soy yo y estas son mis huellas, tengo derecho de irme hasta el subsuelo, quedarme recostada abrazando mis rocas pero también tengo la opción de decantar cada palabra para entender qué pasa en mi interior.

Siento como si todo este proceso fuera un ejercicio de alquimia, en donde cada sílaba libera un especie de óxido que al someterse a temperaturas muy calientes va cambiando de estado; he quitado muchos elementos pesados y he recuperado la sustancia; la capacidad de aceptar desde el dolor y el amor quién soy; **una sobreviviente** que lucha contra sus sombras para hacer de su historia un ritual, un proceso sagrado de entrega y verdad.

Tenía mucho que no se me iban las palabras, pero es que son tantas emociones invadiendo mi pecho que no puedo agruparlas en esta hoja; me siento infinitamente contenta y dispuesta a continuar escribiendo mi historia desde la acción y la toma de decisiones hasta la creación de un texto donde vuelva a narrarme momentos que han transformado a la Elena que me habita en presente.

Tengo un agradecimiento infinito y ganas de seguir escribiendo, ha sido un autodescubrimiento muy fuerte, muchas veces estuve en crisis frente a la hoja, sin embargo, pude ir liberando barreras mentales para entender a través de la escritura mis emociones y procesos. Escribir mi historia con los estímulos proporcionados en este taller, fue un viaje a mi interior donde me permití sentir, llorar si era necesario y darme cuenta de la valentía que está en mí. Tengo en el cuerpo los recuerdos de las madrugadas pensando en todo lo que he vivido, la hoja en blanco y el deseo de contar, contarme nuevamente lo que viví.

Mis dedos punzan y acompañan a este corazón acelerado al ritmo de death metal, tengo en mi todos las lagunas y la baba de cada uno de mis peces, siento que estoy formando un acuario donde quiero que habiten corales, medusas y tiburones felices. Quiero adentrarme entre las aguas y mareas internas, tengo tantos deseos de seguir escribiendo, de seguir siendo yo a pesar de todos los momentos de oscuridad. Quiero encontrar desde mi pulso una oportunidad para crear.

Esta es **mi retrospectiva de la pérdida** donde a partir de contarme mi propia historia he encontrado los huecos que están siendo sanados a partir de las palabras por ello me atrevo a decir que la escritura ha salvado mi vida; primero en el Faro de Oriente cuando conocí los talleres de DEMAC y entendí que lo que me había pasado se llamaba violencia y ahora; al inicio de un duelo que me ha ayudado a despedir con amor a mi padre, mientras entiendo nuevamente quién soy desde la posibilidad de narrarme nuevamente mi historia para habitarme desde el respeto y la confrontación.

El teatro y la escritura siempre me han dado razones para no tomar una cuerda, a pesar de que al iniciar el duelo por la pérdida de mi padre pensé que era lo mejor, ahora he decidido tomar la cuerda para ponerme a saltar después de escribir. Mi vida ya no es la misma, pero me alegra continuar aquí, escribiendo y compartiendo quién soy, mientras me reconstruyo entre ese bálsamo de palabras que me mueven desde el proceso autobiográfico y el amor.