
Cuidar la vida.

Relatos de lealtad y supervivencia

Coordinadores

Gerardo Amancio Armijo
Francisco Valencia Castillo



Narrativa

Cuidar la vida.

Relatos de lealtad y supervivencia

Coordinadores | Gerardo Amancio Armijo
Francisco Valencia Castillo





FACULTAD DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA

Tema: Enfermería y literatura
Colección Narrativa 2

Cuidar la vida.

Relatos de lealtad y supervivencia



Facultad de Enfermería y Obstetricia
Universidad Nacional Autónoma de México
México, 2024

PRIMERA EDICIÓN

Enero, 2024

D.R. © 2024 Universidad Nacional Autónoma de México
Av. Universidad No. 3000, Ciudad Universitaria, Ciudad de México,
C.P. 04510.

Facultad de Enfermería y Obstetricia

Camino Viejo a Xochimilco y Viaducto Tlalpan s/n Col. San Lorenzo
Huipulco, Alcaldía Tlalpan, Ciudad de México. C.P. 14370

www.feno.unam.mx

ISBN: 978-607-30-8660-8

ISBN DE LA COLECCIÓN: 978-607-30-8486-4

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio sin la
autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales

IMPRESO Y HECHO EN MÉXICO

La identidad y la lealtad

Siempre que es necesario comenzar un texto me pregunto por dónde empezar; entonces, recuerdo una conferencia de Jorge Semprún en el Centro Nacional de las Artes en 1999, en la que se hizo la misma pregunta al principio de su exposición.

Este escritor, político, simpatizante y crítico del comunismo; espía, prisionero en un campo de concentración de los nazis y funcionario de cultura del gobierno socialista de Felipe González en España, fue categórico: “¿Cómo empezar? Pues, por el principio...”

A finales de 2022, Universo de Letras de la Coordinación General de Difusión Cultural de la UNAM, me ofreció dar un taller de autobiografía a un grupo de la entonces Escuela Nacional de

Enfermería y Obstetricia.

Regularmente doy talleres sobre algún género literario, lectura y redacción; pero no de este género. Hube de recurrir al único escritor al que sigo y que tiene un estilo netamente autobiográfico, así que me inspiré en él para diseñarlo: Paul Auster y el inicio de su *Diario de invierno*, el cual describe el principio de su vejez y, de paso, el de la mía propia: “Piensas que nunca te va a pasar, imposible que te suceda a ti, que eres la única persona del mundo a quien jamás ocurrirán esas cosas, y entonces, una por una, empiezan a pasarte todas, igual que le suceden a cualquier otro...”¹

Dado que los participantes del taller se desenvuelven en el estudio y práctica de la enfermería, consideré importante iniciar por la enfermedad.

Todos obtenemos cierta definición de nuestra persona gracias a la carencia, en este caso, de la salud.

Recurrí a mis guías espirituales: Oliver Sacks y a un epígrafe de su maestro Ivy Mackenzie en *El hombre que confundió a su mujer con un sombrero*: “El médico (a diferencia del naturalista) se ocupa... de un solo organismo, el sujeto humano, que lucha por mantener su identidad en circunstancias adversas...”²

¹ Paul Auster, “Diario de invierno, Anagrama, Barcelona, 2012

¿Qué sucede cuando nos enfermamos? En mi caso, extraño y añoro el estado de salud: el cómo era mi cotidianidad antes de la inmovilidad o del dolor incapacitante para pensar que, en aquellos momentos, yo era feliz —aunque no lo fuera realmente.

La enfermedad nos permite *reencontrarnos* y, en muchos casos, recapacitar, de tal manera que bien nos sirve de algo: quizá desandar algunos pasos para adoptar otra perspectiva de nuestra propia existencia.

Antropológicamente parece demostrado que los seres humanos estamos especialmente diseñados para enfrentar la adversidad, proveída en grandes cantidades por un entorno hostil no solo de ahora, sino desde que el mundo es mundo.

Por eso competimos, tratamos de correr más rápido que los demás; nos sabotamos, agredimos y somos agredidos, pero, al final, como decían las abuelas, en alguien o algunos o algunas ha de haber cabido la cordura.

Esa cordura nos la da, curiosamente, la superación de la pérdida del “estado de alerta” —término técnico que tomo prestado de Rafaela Márquez Acosta, una de las participantes del taller—, porque necesitas perder lo que tienes para valo-

2 Ivy Mckenzie, citado por Oliver Sacks como epígrafe a El hombre que confundió a

rarlo.

De esta manera, las coordenadas de esta labor colectiva fueron: la construcción de una narrativa acerca de la propia identidad a partir de la enfermedad o los estados de indefensión y extrema vulnerabilidad.

La invitación consistió en describir esos extremos que forman parte de la propia existencia para, de acuerdo a la propuesta, narrar esos momentos de felicidad que nos marcan y nos sostienen: el nacimiento de cada uno de nuestros hijos e hijas, un instante luminoso en el que nos olvidamos de nuestras preocupaciones; ese segundo en el que recibimos una buena noticia; el viaje ganado a tierras extrañas; ese comprobar, mediante nuestras acciones —o el sufrimiento infligido por otros u otras por nuestro bien—, que estamos venciendo nuestra ansiedad...

Debo decir que el taller funcionó, sí, no solo por un diseño que surgió de mi introspección — el cual se dio precisamente en una época de mi existencia en que sentí en peligro mi identidad debido a la enfermedad, la vulnerabilidad por el inicio de mi vejez, la violencia ejercida contra mi persona, la mala economía y la ruptura amorosa: una tormenta perfecta—, sino por la voluntad y el deseo de cada una y cada uno de los participan-

tes de aceptar el reto de verse a sí misma y mismo desde el tú, la segunda persona del singular.

Verse desde el otro para crear empatía en personas que se vuelcan sobre los demás olvidándose, a veces, de sí mismas.

A principios de enero de 2023, había mucho material para hacer algo más.

Pensé que esto no se debería quedar así —como los chichones salen luego del golpe o el manazo.

Entonces, surgió la figura de la Mtra. Rosa Amarilis Zárate Grajales, directora de la ahora flamante Facultad de Enfermería y Obstetricia, quien autorizó llevar a cabo una segunda etapa del taller con miras a editar un libro — sí, éste que tienes ahora en tus manos.

Quiero mencionar especialmente a Francisco Valencia Castillo, co-coordinador de este taller y lo que resulte, por estar siempre a mi lado en este espacio que devino, muchas veces, en video sesiones de auto reparación.

Como corrector, he respetado la mayoría de los títulos originales, porque representan la visión de cada autora y autor, dado que la almendra —la que es nutritiva, sabe rico, es compacta y más

dura que el cacahuete—, está en el contenido, en lo narrado.

Agradezco a todas y todos que han tenido simpatía por este proyecto — participantes, autoridades y quienes se me olviden—, compartiéndoles lo que Paulino Ramírez, mi terapeuta —médico, enfermero y partero de mi alma—, logró extraer de mi memoria: “La paciencia es amarga; pero sus frutos son dulces.”

Leo y releo el resultado de este gran y hermoso esfuerzo como un fruto de la humanidad de todas y todos nosotros, las y los involucrados; uno maduro, hermoso en sí mismo por eso y, sí, dulce.

¡Disfrutémoslo!

Gerardo Amancio Armijo



La búsqueda

Catalina Armendáriz Beltrán

Canción mixteca

Aún recuerdo esas estrofas llenas de melancolía: *Que lejos estoy del suelo donde he nacido...* Esa fue la canción con la que mi abuela me despidió el día que partí de ese lugar apartado, a 20 kilómetros de cualquier comunicación con la urbanidad. Casas de adobe amarillento, encaladas, que se rehusaban a desmoronarse; ese fue el último paisaje que vi cuando poco a poco se iban prendiendo las luces del caserío.

Desde que subí al autobús no pude dejar de llorar, me esforzaba en recordar. ¡Cuando me extrañes canta la canción y el dolor disminuirá!: *Inmensa nostalgia invade mi pensamiento.* Solo tenía ocho años y me desprendía de todo lo que había conocido para llegar al mundo de la oportunidad;

sin embargo, con el paso de los años descubriría que ese futuro tendría sus costos.

Llegar a la gran ciudad no solo implicaba una hora continua de ver pasar casas antes de llegar a la terminal, eso fue lo primero que me sorprendió. ¿Cómo era posible que las casas no se terminaran? Nunca había visto eso. Lo más cercano era la ciudad de Durango, que en unos quince minutos se acababan las casas y llegábamos a la central camionera.

Después de la eterna fila de viviendas llegamos a la Central. Había tantos autobuses formados que los perdía de vista. Era temprano, empezó a amanecer en la ciudad. Mi mamá y yo habíamos salido de Juan Aldama a las nueve de la noche y de Santa Clara a las seis de la tarde. En una noche mi vida era otra.

Bajamos del autobús y la multitud salió de pronto; había gente por todos lados y los olores se mezclaban entre el mal aliento y el sudor. En medio de la sala, una virgen de Guadalupe recibía a los viajeros. Con el tiempo sabría que ese era nuestro referente.

No recuerdo haber visto a mi papá antes. Solo recordaba a don Benito, a doña Chayo, a mi mamá y vagamente a mis hermanos. No los ha-

bía visto en un tiempo. No había teléfono, por lo que esperamos a que ellos llegaran por nosotras. Después de muchas vueltas a las vitrinas de las tiendas, ver las filas de personas crecer y decrecer, llegó mi papá. Era enorme, nunca olvidaré esa impresión. Con el tiempo sabría que medía 1.85 metros. Lo quise abrazar —eso me dijo mi mamá—; pero mis brazos solo alcanzaron a cubrir su panza.

Bienvenida al barrio

Las puertas siempre estaban cerradas; en Santa Clara nunca se cerraban, siempre estaban abiertas. Les preguntaba a las señoras de la iglesia por qué pasaba eso y ellas morían de la risa. Ese fue mi segundo asombro; el que le siguió fue un intenso olor a basura que venía del bordo de Xochiaca. Eso nunca lo había olido; estaba familiarizada con el estiércol de las cinco vacas de mi abuelito; pero no me generaba esa sensación de podredumbre. Era todo tan extraño, a la par del olor a humo, basura en las calles, gente apresurada y calles sin pavimentar, estaban los mercados llenos de frutas que nunca había visto; sin embargo, no había tiempo para el asombro, todos tenían prisa.

A un mes de llegar, empecé a tomar clases en la primaria. Era la primera vez que usaba uniforme y siempre lo agradeceré, porque mi ropa era la

herencia familiar de mis hermanos. No tenía ropa nueva, no era algo que me interesara. Era bueno no estar decidiendo qué usar. Simplemente, era ponerse el vestido, las calcetas, el cuello, el moño y los zapatos negros. Muchos dicen que los más dulces y crueles son los niños. Mi forma de hablar no era común y las palabras que usaba, tampoco. Todo me asombraba y eso causaba risa, pronto me di cuenta de que compartir eso no era buena idea y tampoco lo era la convivencia. Así empezó un proceso de observación minuciosa para entender mi entorno.

De un pueblo apartado pasé a una comunidad caótica que era una mezcla de adversidad, hambre de superación, trabajo, olor a tiner, violencia e infinidad de perros callejeros: *Nezayork*.

Pasó poco tiempo para que yo entendiera que mi mamá no soportaba vivir en esta ciudad. Cada dos meses se iba a Santa Clara y las razones eran muchas. Así empezó lo que uno de mis hermanos resumiría en una frase: “¡Aquí cada uno es hijo de su madre y va y se la chinga!”

La única persona que podía cuidarme era yo misma. Si me quería bañar lo tenía que hacer yo, si quería uniforme limpio también lo tendría que lavar yo. Pasé de ser la nena de doña Chayo a una más de las hijas de don Antonio y como lo diría

mi hermano —“Aquí cada uno es hijo de su madre”. En ese año aprendí algo importante.

Ya estoy cansado de estar sin trabajar.

Ya solo pido, una oportunidad...

Víctimas del Dr. Cerebro

Estaba en la secundaria y tuve mi primera reta. Me sentaba junto a dos compañeros; con cuatro hermanos me era fácil hablar con ellos y bromear. Eso fue malinterpretado; no por ellos, sino por Beatriz. Ella juraba que yo quería robarme a su amor incipiente. Me enteré del problema a través del *chismógrafo*. Así llegó la hora del recreo y la adversaria de amores me retó a una pelea a la salida de la secundaria. No le tenía miedo a la violencia; solo que ya no quería más.

Tenía trece años y la mejor estrategia para obtener chocolates gratis era ser la mandadera de mis hermanos. Siempre tenía como cuota de mis honorarios un chocolate del mismo valor, evidentemente ser mensajera siempre deja beneficios; sin embargo, una noche, entendería otra lección. Nunca me habían dicho nada ni me habían vigilado; por ello, fue sorprendente que esa noche al comprar los chocolates mi papá estuviera frente a

mí. Lo único que recuerdo fue un golpe contundente, luego un golpe seco. Abrí los ojos y solo veía sus botas.

Me paré como pude, sentía mucha vergüenza, no solo por el golpe sino por la serie de palabras que vinieron después. Mi papá aseguraba que yo estaba con alguien y que seguro “¡vas a salir panzona!” Ese día dejé de hacer mandados. Cómo le podía explicar a Beatriz que eso del novio no era opción, ni siquiera la pensaba, que le tenía el miedo suficiente a mi papá como para ni siquiera pensar en visualizar la idea de gustarle a alguien, ni mucho menos que me gustara alguien. Evidentemente, nunca llegué a la reta, pasaron algunas semanas y el buen Gustavo tuvo el valor y, como decían en la secu, se la cantó a Beatriz y santo remedio. Ya no hubo retas ni comentarios provocadores.

Tristemente, el “Gus” le pagó mal a su amada.

En la secundaria fue la primera vez que noté la diversidad. Yo solo pensaba en lo que me decían mis abuelos: Tienes que estudiar, tienes que tener tu propia casa porque si te encuentras a un mal hombre, ¿qué vas a hacer?; tienes que ser una mujer de bien, tú sí saldrás adelante. Terminé la secundaria y en la playlist estaban el *Haragán y compañía* y *Víctimas del Dr. Cerebro*: “Ya estoy cansa-

do de estar sin trabajar. Yo solo pido, una oportunidad”.

Pasaron unos cuantos meses y algunas de mis compañeras vivieron la sentencia de mi padre. Otras empezaron a trabajar y nuestras vidas comenzaron a separarse. Sin darte cuenta, poco a poco avanzas y no ves a quién dejas en el camino.

“Ando buscando las formas ocultas de una mantarraya con neurosis ausente”.

Caifanes

Nada describe mejor esa fase como esta canción. Acababa de entrar a la preparatoria y el mundo se abría ante mí. Escogí una prepa lo más lejos posible de mi casa y del barrio, porque era la única forma de salir de esa vida. La idea era buscar una oportunidad; sin embargo, el mundo fuera del barrio era más complejo.

Tomaba una combi para llegar al Metro; eso implicaba batallas campales para tener un pedazo de asiento. Llegaba a la estación, bajaba en Eduardo Molina y caminaba. Un día, como a las 6:30 de la mañana, por primera vez entendí que ser mujer y estar sola tiene sus riesgos. Estaba caminando y una voz sonora me llamó, “¡Oye, te

estoy hablando!” Por inercia giré la cabeza y me encontré con una estampa aberrante y desconcertante. Solo tenía quince años. Estaba frente a mí un hombre con la bragueta abierta de la que salía un pene erecto. La cara de ese hombre era de orgullo y morbo. Hice lo único que podía hacer: correr como desquiciada; pero esa circunstancia se repetiría en la calle, en el Metro y en la combi. Tuve que aprender a sobreponerme a esas imágenes y eventos. La última vez que me sucedió tuve el valor de burlarme y decirle, “¡qué miserias!” Aprendí a seguir mi sombra, escuchar mis pasos, confiar en ese sentido que te dice si algo malo podría suceder y... prepararme para correr.

Pero eso era solo el principio, las relaciones humanas eran más complejas que las de mis vecinos de Neza. Mis nuevas compañeras hablaban de ropa, de quién tenía cable o antena y yo me decía: ¿de qué hablan? Eso de comprar ropa, ni siquiera se me ocurría, ni a mis papás. Ir a Plaza Tepeyac no le veía sentido, era como caminar como ratones y ver tiendas. La máxima adquisición era un helado, para el cual tampoco tenía dinero. Siempre había comentarios burlones que, aunque bien intencionados, incomodaban de cualquier forma.

Curiosamente, fue más difícil adaptarme a la preparatoria que acomodarme en esta ciudad.

Mi entorno era muy diferente. Tenía compañeros con automóvil; otros que celebraban sus cumpleaños en el *Helens* —yo ni siquiera sabía que eso existía. La música, las casas, las colonias, el contexto eran abrumadoramente diferentes, no encajaba. Así conocí a otra clase social, ajena y a la vez superflua.

En este contexto, la ropa, la belleza y la necesidad de pertenecer a un grupo eran relevantes. Desafortunadamente, nunca lo logré. Encontré algunas almas solitarias que compartimos esa incomodidad, y gracias a ellas descubrí a los Caifanes y otros ritmos; sin embargo, la sensación de no pertenecer siempre estuvo.

Curiosamente, años después volví a convivir con algunas de ellas. Fui al *baby shower* de una y descubrí algo desconcertante. Su mamá nos platicó que la manera en la cual logró sacar adelante a la familia era vendiendo “ropa de paca”. Ahí entendí, toda esa ropa de marca y bonita también era heredada, pero no de la familia.

La madurez llegó y ni quería

Era 1999, se estaba cumpliendo la sentencia de mi padre. Estaba en la universidad, la facultad y la carrera incorrectas. Desde que inicié la licenciatura mi papá me pedía que trabajara para no

morirme de hambre.

El terror a que esa profecía se cumpliera, me obligó a dedicarme y terminar la carrera en tres años y medio; sin embargo, cuando acabé, tanto el país, la universidad y mi vida estaban convulsos.

En mayo de 1999 mi papá se quejó de dolor de cabeza. Yo tenía 23 años y no tenía mucha idea de lo que pasaba; pero alcanzaba a reconocer algunos síntomas que ya había visto en él anteriormente.

Lo trasladamos a la clínica 25, atiborrada de pacientes con un olor a yodo y a caos. El silencio era interrumpido por gritos de las enfermeras que decían nombres; pero no se escuchaba el de Antonio, mi padre. Después de una eternidad, las escuchamos decirlo cuando, para ese momento, él ya no reaccionaba.

Molesto, el médico nos increpó: que cómo habíamos dejado que mi padre llegara a esto.

¿A esto?

La tomografía nos dijo a qué se refería el médico. No se requería ninguna formación médica: el hemisferio izquierdo de su cerebro ya no existía.

Estuvo un mes en la clínica y luego se fue seis meses al hospital Villalongín para su rehabilitación. Aún recuerdo —era enero de 2000— que mi papá llegó a la casa gritando: “¡No pudieron!”.

Nadie sabía en ese momento que esa frase sería una sentencia para él y para nosotros.

Pasaron unos meses y ya agotada, hablé con mis hermanos y fue cuando entendí mi nueva realidad:

—M’hija, usted ya se chingó. Así es esto. Usted es la chiquita y es mujer.

Le toca.

—Mira, tú eres la única que está soltera, nosotros tenemos familia y tú no.

Nosotros tenemos hijos y tenemos que sacarlos adelante. A ti te toca.

Como diría mi papá, los de Santa Clara se podrán estar muriendo de hambre, pero el orgullo los levanta. Nadie me vería llorar.

En menos de ocho meses mi vida ya era otra. Trabajaba de domingo a domingo en tres empleos diferentes para poder pagar la rehabilitación, a la tanatóloga y al geriatra. Todavía no llegaba a los

24 y mis noches estaban llenas de ese olor a orín y de gritos que se apoderaban de mis pesadillas.

Hoy no tengo ganas de cambiar el rumbo. Hoy no tengo fuerza pa' subirme al mundo.

Rosana

El ritmo de vida era agotador, pero no lo suficiente como para no pensar. La vida era demasiado abrumadora como para darse cuenta de que ahí vivía.

Pasó un tiempo y encontré a alguien con quien compartir mi vida; era un sobreviviente de cáncer y siempre pensé que era la persona correcta, dado que él se cuidaría y no le pasaría lo que en ese momento vivía con mi padre.

Pronto me daría cuenta de que eso era un pensamiento mágico. Las personas que sobreviven a una enfermedad tan devastadora como el cáncer traen consigo una serie de heridas muy profundas, que no son fáciles de manejar y mucho menos si fue a una edad temprana.

Esas heridas generan vínculos muy fuertes con la familia y más con la madre. Ahí empezó una rivalidad dolorosa y asfixiante. Supongo que debí

haber visto las luces rojas, pero no quise hacerlo.

Recuerdo que la señora me invitó a comer unas semanas antes de la boda. Ella me explicó que su hijo era especial, que tenía que entenderlo y asumirlo. Me reiteró que él no podía ser padre y que lo tenía que aceptar. Recuerdo fragmentos de esa conversación; al día de hoy, la entiendo.

La mujer tenía razón. La relación no era una buena idea; sin embargo, estaba enamorada. Como vivía una existencia diaria asfixiante, pensaba que el amor podría ayudarme a superar esta sensación.

Me casé con una buena persona; pero para él, la vida adulta era difícil. El estar casados era algo más complejo que la sola idea del amor. Ni él ni yo sabíamos qué hacer ni cómo convivir.

Yo me sentía culpable por someterlo a mi estilo de vida, por lo que le toleraba todo. Hasta que una noche, en un arranque de ira, su madre me insultó y me acusó de romper a su familia.

Este hecho me hizo volver a esa farmacia donde mi padre me tiró de un golpe y me acusaba de puta. El dolor era insoportable, no por el hecho de lo que me gritaba la señora, sino de ver que mi esposo no hacía nada. Solo nos miraba. No pude

articular una sola palabra. Nada más nos subimos al auto y regresamos a casa. Era un silencio doloroso. Llegamos a casa y el que fue mi esposo empezó a llorar, por lo que tuve que consolarlo.

Pasaron los días, semanas y meses entre manejar el matrimonio, la enfermedad de mi padre, el trabajo y mis carencias.

La vida iba.

Pero el 24 de diciembre de 2005 esa vida cambiaría abruptamente.

Mi papá llevaba años enfermo, hemipléjico. El olor a cloro era constante. La vida cotidiana era dura; pero cuando vives al día sin visualizar lo que pasa a tu alrededor no ves lo obvio.

La Navidad de 2005 la vivimos en el hospital, mi papá había empeorado. No pasó mucho tiempo para que su estado se agravara. En el mes de febrero de 2006, en una visita rutinaria, el médico descubrió una mancha negra en el segundo dedo del pie derecho.

En medio del sistema de salud pública, una gangrena puede empeorar todos los panoramas. Nadie quería operarlo, y después de una semana la mancha negra estaba en todos sus dedos. Lo

único que podían hacer los médicos era cortarle la pierna.

Nos juntamos los cinco hijos y empezamos a discutir sobre el cuerpo y la salud de mi padre. Por votación se decidió cortarle la pierna; no sabíamos que esa sería una de las situaciones más dolorosas para todos.

Aún recuerdo cuando mi papá descubrió que no había nada, que no tenía pierna; su rostro se llenó de terror, nos preguntaba por qué, eso también nos lo cuestionamos nosotros: ¿por qué lo hicimos?

Nuestras noches se convirtieron en turnos para guardias, en escuchar los quejidos de los otros enfermos, el sonido de los aparatos funcionando y el deseo de que la noche pasara lo más rápido posible. La clínica 25 fue nuestra casa por varias semanas. A los 15 días de la operación, mi papá dejó de luchar; supongo que esa no era vida ni para él ni para nosotros. El 26 de marzo mi papá respiró por última vez; sin embargo, lo que no vi fue que con esa muerte vendrían otras.

Pasaron unos meses y fui consciente de lo que vivía. Quería ser madre y retomar el matrimonio. Empecé a buscar adoptar, pero eso era la continuación de la crónica de un matrimonio que lle-

vaba tiempo muerto. Hasta ese momento vimos que lo que nos unía era la solidaridad, pero ésta terminó. Descubrimos que solo había amistad y que nunca entenderíamos lo que cada quien buscaba. De hecho, ni lo sabíamos. Él buscaba razones de su supervivencia. Siempre pensó que tenía una deuda con alguien porque debería existir una razón para sobrevivir al cáncer. Yo batallaba entre la culpa, el miedo, el enojo, el rencor, la enfermedad y la muerte. Aunque fue difícil, siempre agradeceré que él me acompañara en esos años aciagos y dolorosos. Estaba sola; pero al menos no me di cuenta. Lo entendí el día que amanecí sola en casa con un closet vacío. No había nadie, solo yo.

Después de eso no pude vivir por mucho tiempo en esa casa. De las cosas que debo agradecer fue que con tantas pérdidas fue más sencillo volver a empezar, ¿qué podía perder? ¡Qué lástima, pero adiós! Me despido de ti y me voy.

¿Cómo hacer que todo cambie de color alrededor?

Chenoa

Un día me descubrí sola en un departamento y con una carga muy pesada. No dejaba de pensar en todas las malas decisiones que me habían lle-

vado a ese momento. Solo pensaba que todo era mi culpa; sin embargo, jamás podré agradecer la importancia de la honestidad y la compasión.

Después de tantas pérdidas tenía que meditar y hacer las cosas de otra forma. Lo pude lograr gracias a esas mujeres cómplices y solidarias que estuvieron conmigo de manera unas veces callada, otras ruidosa y siempre amorosa.

Fueron duras, pero compasivas. Siempre dicen que la solidaridad femenina es transformadora.

Ellas tenían razón, decidí reanudar la vida. Una de las ventajas de sostener por siete años a un enfermo es que aprendes a ahorrar. Así pues, tenía dinero para el departamento e incluso para viajar y empezar a vivir. Fue con un grupo de amigas que salimos a bailar, comer y viajar. Así conocí Canadá, Estados Unidos e infinidad de lugares, sabores, colores y formas.

Pasaron algunos años y empecé a cerrar ciclos, obtuve mi título de licenciatura, tomé cursos y empecé a buscar el tipo de educación que quería. Pasaron varios años hasta que encontré lo que buscaba: a mí.

Camino a la sabiduría

¡Tienes que entenderlo! Acéptalo. Esas palabras

retumbaban en mi cabeza al unísono del dolor profundo que sentía mi cuerpo. Esas frases son fáciles de pronunciar y siempre hay personas, con buena voluntad, que te las dicen. Ahora esa oración me la digo a mí misma. Acéptalo, tu cuerpo no está hecho para eso. Pensé que estaba superado; pero ahora que lo escribo, me doy cuenta de que aún duele.

¿Alguna vez has pensado en lo violenta que puede ser la clásica pregunta: hijos? O... y los hijos, ¿para cuándo? Deberías intentar ser madre, es uno de los mejores regalos de la vida. Conozco varias historias de mujeres que han vivido lo increíble para poder cumplir con ese patrón de ser “mujer completa”; pero ¿qué es ser mujer completa?

Pasaron varios años para que volviera a casarme, mi esposo y yo decidimos tener hijos. Habíamos pasado por varios ginecólogos, uno u otro nos decían lo mismo. Tenía que someterme a tratamientos de fertilidad. Así que empecé a tomar píldoras para incrementar la ovulación y nada pasó. El siguiente proceso era la inseminación in vitro. Nada me había preparado para esa sensación de frustración. Me inyecté por semanas alrededor del ombligo. Después de inyecciones y píldoras llegó el momento para sacar los óvulos. Solo produje dos, una sensación de incapacidad

y vulnerabilidad me sobrecogió. El médico me decía que lo normal era entre seis y ocho. ¿De qué habla? Dos. Evidentemente, las posibilidades eran muy bajas.

Llegó el día de la colocación, tomé mucha agua para que se pudiera realizar el procedimiento. Solo recuerdo la incomodidad y el cuestionamiento constante, ¿por qué estoy haciendo esto? Al poco tiempo pasó lo obvio: inicié con un nuevo tratamiento; pero ahora era necesario una donación de óvulos. Una de mis amigas me regaló los suyos.

Fueron seis óvulos sanos. Inicié nuevamente con el proceso para preparar el cuerpo; colocaron a los mejores tres. Aparte de las sensaciones de enojo abrupto, ganas de llorar y ansiedad, no sentía mucho. Llegó la hora de saber. De nuevo negativo. El dolor era abrumador, el llanto era insuficiente para expresarlo. Era enojo, impotencia y empecé a buscar culpables. La respuesta inmediata fue: soy yo.

Pasó poco tiempo para el tercer intento. Nuevamente, me coloqué cantidades indecibles de hormonas. Cada vez estaba más insatisfecha y frustrada; mi esposo lo vivía. Las hormonas no ayudaban. Recuerdo perfectamente el día, fue un 12 de diciembre cuando estaba en el quirófano

lista para el tercer intento. Ya estaba más familiarizada con el proceso y tenía consciencia del procedimiento.

No sé si fueron las hormonas o la impotencia, pero ese día no paré de llorar. Me decía a mí misma, ¡tiene que funcionar! Oré, me encomendé y supliqué a todas las energías, dioses y seres celestiales. Tenía que quedar embarazada.

Pasaron los días y llegó el día “D”. El primer resultado, negativo. El llanto no se hizo esperar. Mi esposo me abrazaba entre lágrimas, no sabía qué decirme. ¿Qué le puedes decir a alguien que no puede soportar su propio dolor? Ese mismo día fuimos al médico y nos dijo que había un latido. Que sí estaba embarazada, que el latido era débil. No daba crédito. Estaba embarazada.

Después de tanto tiempo, lo había logrado. Estaba eufórica.

La consigna del ginecólogo era: no le digan a nadie. No alteren sus hábitos porque las cosas pueden cambiar. Recuerdo que lo primero que pensé fue: quiero escoger los libros que va a leer. No compré pañales, ni ropa. Solo la colección completa de Harry Potter. Pensé que sería una buena lectura.

Durante las dos semanas siguientes las cosas avanzaron. En teoría tenía dos meses. Hicimos todos los arreglos para el seguro médico y las finanzas. Mi esposo siempre ha sido muy organizado. Así que ya tenía el plan hecho. Hasta los gastos médicos fueron resueltos.

Fue en febrero, no recuerdo el día, que fui a una revisión de rutina. Yo me sentía igual, me subí a la mesa. Sentí el frío del gel para el ultrasonido. Todos sonreímos. El doctor empezó a revisar con mayor detenimiento las imágenes y tú sabes cuando algo pasa. Le pregunté y me dijo: “¡Lo siento!, ya no late.” Me rompió el corazón.

Un médico, cuando te revisa, siempre te pregunta cómo es el dolor, como punzón, expansivo, ¿cómo lo siente? Yo solo sentí que algo me atravesaba el alma. Pasaron unos minutos y el doctor empezó a hablar de lo inevitable, hay que sacarlo. “Solo está creciendo por las hormonas que traes en el cuerpo.” Aún no lograba entender el tipo de dolor que sentía y me estaba hablando de sacarlo para iniciar un nuevo proceso. “Según las estadísticas, la cuarta es la buena.” Fue la última vez que hablé con ese hombre.

Hice el procedimiento que indicó. Me dolía el alma, apenas podía respirar y nadie podía saberlo. Ese día se acabaron los intentos. Una de esas

mujeres cómplices me dijo: “¡Tienes que entenderlo! Acéptalo.”

Siempre me vi con hijos. Desde niña buscaba nombres para que ese hijo o hija tuviera una identidad propia, lejos de los nombres del pasado y de las historias ajenas. Soy Catalina por mi abuela paterna que no conocí.

Paradójicamente, soy la quinta descendiente con ese nombre. En la familia Armendáriz hay, conmigo, cinco Catalinas. Yo quería una historia diferente para mi hija. El nombre que escogí, después de mucho tiempo de analizar, fue Sofía Sabché. Era mi propuesta para una niña que tendría que hacer su camino a la sabiduría. El tiempo pasó y la biología hizo lo propio. Ahora no hay nadie que lleve ese nombre.

Escribo este texto para exorcizar ese dolor y convertirlo en algo que me permita crecer. Espero que ahora que lees estas líneas puedas encontrar tu transformación.



Historia de mi vida

María del Carmen Ayala

Sueña el rico en su riqueza, que más cuidados le ofrece; sueña el pobre que padece su miseria, sueña el que a medrar empieza, sueña el que afana y pretende, sueña el que agravia y ofende, y en el mundo, en conclusión, todos sueñan lo que son, aunque ninguno lo entiende...

Francisco Calderón de la Barca

La vida es sueño

Fue un día lluvioso de verano ese 14 de julio de 1962; entre calor y lluvia nació una niña, la quinta de cinco hermanos, quien fue bautizada el 16 de julio en la capilla de la maternidad con el nombre María del Carmen, de acuerdo al santoral.

Todo iba incluido en esa maleta que llevaba mi madre al salir del hospital, la cual también incluía la alegría y la angustia de alimentar una boca más; sin embargo, para mis padres eso no importaba,

ya que el sacerdote les decía que debían tener los hijos que Dios tendría a bien mandarles y así fue como encargaron dos hijos más.

Los años pasaron y esa pequeña cumplió cuatro años al momento de ir al jardín de niños. En ese entonces mis hermanos y yo íbamos al jardín más cercano que estaba sobre la calle donde vivíamos; era una escuela chiquita, con tres piezas y un cuarto pequeño a la entrada, que era la oficina de la dirección. Frente a la escuela había un parque y una pista de patinaje; ahí nos llevaban a la hora del recreo.

Me gustaba mucho estar junto a mi maestra, quien era muy joven, bonita y siempre olía a perfume de flores. Al cumplir mis cinco años nació una nueva hermana; su llegada me causó un gran desconcierto porque la atención ya estaba en ella y no en mí. Luego, cuando tenía siete años, nació otro hermano.

Su llegada me generó un sentimiento de tristeza y soledad, porque antes de eso mi padre me consentía y jugaba mucho conmigo; cuando llegaba de trabajar yo corría a abrazarlo. Siempre me llevaba algo, fuera un dulce o un juguetito; sin embargo, eso terminó —por el trabajo y las preocupaciones de nuestra manutención— y yo me sentí sola y aislada.

Recuerdo que mi madre compartía esta preocupación por la comida, la ropa y el dinero que no alcanzaba. Siempre estaba atareada, de mal humor y con migrañas frecuentes. Ahora la comprendo muy bien, aunque en ese entonces no me lo explicaba.

Yo jugaba mucho con mis hermanos mayores: a las canicas, carreterita, lotería, toma-todo... y también jugábamos al rey. En este juego Alberto, el mayor, era el rey y Jorge y yo los criados; pero no nos importaba con tal de echar a volar la imaginación. También salíamos a jugar a la calle con nuestros vecinitos, a las escondidas, chorreada, coleadas y listones. Mis hermanas, Tere y Judith, las más grandes, se encargaban de cuidarnos y de cuidar a los chiquitos.

Jugábamos mucho, pero también trabajábamos. Algunas veces un vecino —que era supervisor de las tiendas Conasupo—, nos llevaba a trabajar de cerillos para empacar mercancías y nos ganábamos nuestras buenas propinas. Para mí era un tesoro porque en ese entonces tenía diez años.

A los nueve años jugaba en un equipo de básquetbol y llegué a competir a nivel distrital y nacional. En la secundaria, a los trece años, mi maestra de francés nos llevaba al Instituto Francés para América Latina, a practicar con los pro-

fesores en formación. Creo que en ese momento nació en mí el deseo de ser profesora.

En la secundaria era muy solitaria, solo tenía tres amigas, quienes eran las mejores de la clase; tenía un pretendiente al que apodaban el “Abuelo”, porque era detallista, lo cual los demás consideraban cursi. No me gustaba que me pretendiera, por lo que salía huyendo de él para que los demás no se burlaran.

Tenía otro compañero que siempre se burlaba de mí por mi gran nariz. Un día la maestra nos leyó un artículo sobre lo que pasaba en Chile durante el gobierno de Pinochet; de ahí me puso “Pinochet”; eso me deprimía mucho, porque todo el salón me hacía burlas.

En mi colonia no tenía amigas y ya no me dejaban salir; solo podía hacerlo cuando fungía de chaperona y acompañaba a mis hermanas que salían con sus amigos. Eso sí, solo podían hacerlo si ellos llevaban a alguno de sus hermanos. Como no salía mucho, me dedicaba a hacer mis tareas y a leer.

A mi papá le gustaba comprar los libros de Seleccionados del Reader's Digest, los cuales traían muchas historias sobre la vida de Marie Curie, Abraham Lincoln y algunas novelas de Oscar

Wilde.

Mi maestra de español nos dejó hacer el resumen de cada uno de los capítulos del Quijote y del Lazarillo de Tormes; en tercero de secundaria leía a Horacio Quiroga. Me gustaba mucho sumergirme en las historias, las cuales eran las compañeras de mi tiempo.

En la preparatoria ya me iba sola a la escuela porque estaba como a una hora de mi casa. Tomaba en la esquina el autobús “guajolotero” que venía de La Merced y llegaba hasta el Colegio de Ciencias y Humanidades de Azcapotzalco. Esos traslados estaban llenos de olores, primordialmente de cebolla y sudor; en el trayecto se subían muchos compañeros y jóvenes que también iban a la escuela. Me gustaba tomar el de las 8:15 porque se subía un chico que me gustaba mucho y después nos hicimos buenos amigos.

Luego tuve otro pretendiente que no me gustaba, pero como andábamos en bola con mis amigos, nos hicimos novios en la escuela. En esa época uno de mis primos bailaba en un ballet de danza regional del DIF, y me invitó a integrarme; lo formaban egresados de la Escuela de Educación Física. Con ellos viajé mucho a los pueblitos de Valle del Mezquital. Fue una gran experiencia compartir con un grupo los viajes; todos en

el autobús cargando el vestuario y lo necesario para maquillarnos y peinarnos. Cuando terminábamos las presentaciones nos invitaban a comer, porque la gente del lugar preparaba ricos platillos tradicionales.

En el tercer semestre del bachillerato salió la convocatoria a un concurso de francés. Yo no creía poder ganarlo. El premio era una beca para un viaje a Francia por dos meses, con todos los gastos pagados.

Estaba en el CCH y tenía la ilusión de ganar, pero ésta se ensombrecía al pensar que mis papás no me dejarían ir —“¿Pero si me dijeran que sí?”—, pensaba. Nora, mi maestra, me preguntó si participaría en el concurso, y le contesté que para qué si ni siquiera tenía diccionario. Ella, muy entusiasmada, me dijo: “Ve. Tú eres muy buena. Yo te consigo el diccionario.”

Así que decidí concursar con otros 50 estudiantes. Cuál no fue mi sorpresa al quedar entre los primeros diez. Nora, ahora eufórica, me felicitó y me animó a continuar con la prueba de entrevista oral. Yo me preguntaba si sería capaz de superar esta etapa del concurso, y una vez más quedé clasificada con cuatro de mis compañeros.

Entre este grupo de cinco hacíamos conjeturas

acerca de quién ganaría; alguno decía que yo lo haría. De repente nos invitaron a pasar al salón para escuchar el veredicto del jurado.

“Nos gustaría que todos asistieran a ese viaje — dijo la representante del jurado—, pero solo una persona podrá asistir”. Y esa persona era yo. No podía dar crédito. Al llegar a mi casa pensaba y qué les voy a decir ahora a mis papás; pero ellos mismos no podían creerlo.

Mi papá hasta pidió un préstamo en el banco para comprarme ropa y darme algo de dinero para mis gastos; ese viaje marcó muchos cambios en mi vida. Fue el que me permitió elegir mi carrera y llegar hasta donde yo quise: ser maestra de francés.

Al año siguiente del regreso de mi viaje ingresé a la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM, a la carrera de Letras Francesas. No era sencillo porque mi nivel de lengua no era excelente. Debía leer un libro en francés por semana por cada materia de Literatura de los siglos XIX y XX, y hacer un reporte de dos cuartillas en francés. Me costaba mucho trabajo, por lo que sufría y me sentía frustrada. Mis maestros eran muy exigentes. Pensé en cambiar de carrera, pero resistí. Tomé cursos complementarios de redacción y disertación en francés, y gracias a eso pude

salir adelante.

En el tercer año comencé a dar clases en una secundaria particular de niños rechazados en el sistema educativo oficial. Fue un gran reto. Salía llorando luego de dar mis clases porque los niños eran groseros, inquietos e irrespetuosos. Como buena novata, no conocía mucho sobre pedagogía y metodología; sin embargo, poco a poco encontré la manera de darles actividades que los integraran a la clase. Duré tres años en esa escuela.

Al término de mi carrera entré a la Facultad de Estudios Superiores Aragón. Ahí conocí a alguien que me recomendó para ir al Centro de Lenguas Extranjeras del Instituto Politécnico Nacional, en Zacatenco. Ahí trabajé durante 17 años.

Me gustaba mucho el ambiente, había compañeros extranjeros muy generosos y dispuestos a trabajar en equipo para dar una buena calidad de cursos.

Durante ese tiempo asistía al coro de una iglesia donde había actividades para jóvenes. Ahí conocí al que ahora es mi esposo. Esa época no fue fácil, debido a que mis papás no les gustaba que saliera con él.

Empezamos a ser novios en el último año de

preparatoria, yo trabajaba como recepcionista con un oncólogo. En ese trabajo yo salía a las 20 horas y él me esperaba a la salida. Nos veíamos a escondidas y solo durante el trayecto a mi casa. Nos gustaba mucho caminar por la ciudad. Íbamos a conciertos de música folclórica en el auditorio Che Guevara de la facultad; todos los viernes eran culturales y asistían muy buenos artistas. Ahí conocí a Los folcloristas, a Alfredo Zitarrosa, Caíto, Amparo Ochoa y algunos más.

Nos gustaba mucho la música de protesta, por lo que algunas veces asistíamos a las peñas o íbamos al Teatro de la Ciudad. Como los conciertos terminaban ya tarde, por la noche nos gustaba caminar por esa parte del Centro, todavía era tranquilo y seguro. Llegábamos al Café Tacuba, donde encontrábamos a algunos de los artistas del concierto.

Algunos años después nos casamos y tuvimos dos hijos. La llegada de mi primera hija fue otro gran momento de mi vida. Llegué al hospital dos horas antes de su nacimiento. Como había tomado un curso de psicoprofilaxis, más o menos sabía a lo que me iba a enfrentar. Así que llegué al hospital del ISSSTE a las 11:00 y a la 1:40 nació mi niña. Al ver sus ojitos llorosos me conmoví y me sorprendí cuando le hablé porque inmediatamente siguió mi voz. Con la maternidad aprendí

a vencer mis temores.

El nacimiento de mi segundo hijo fue más difícil y quedé muy agotada. A los nueve meses de su nacimiento tuve que llevarlo —junto con Betzabé mi hija mayor, ya de tres años— a la guardería del IPN que estaba enfrente de mi trabajo. Así podía trabajar y estar al pendiente de ellos.

Fueron años difíciles porque mi esposo se había quedado sin trabajo y económicamente no la pasábamos bien, pero ver crecer a mis hijos me llenaba de gozo.

Ya con empleo, mi esposo viajaba mucho, así es que yo sola tenía que cuidarlos; sin embargo, en el año 2000 tuve que renunciar a mi trabajo para irnos a vivir a Monterrey, por un proyecto de construcción de mi esposo que duraría cuatro años.

No fue fácil el cambio, porque la sociedad regia no aceptaba a los defeños. Se burlaban de nuestro acento. En la escuela mis hijos tuvieron que enfrentarse a quienes se mofaban de ellos para que dejaran de molestarlos, aunque poco a poco fueron ganándose un lugar e hicieron amigos.

En ese entonces, era muy común que en la tarde cuando bajaba el calor, los niños y la gente salie-

ran a los parques y a sus porches a tomar el fresco. El haber decidido irnos me ayudó a salir de mi zona de comodidad y a descubrir nuevas capacidades en mí, sin familia cercana y sin amigos.

Afortunadamente obtuve trabajo en la Alianza Francesa, por lo que mejoré mi nivel de lengua, ya que la mayoría de los profesores eran franco hablantes. Adicionalmente, gracias a los convenios de la Alianza, trabajé en diferentes universidades de la ciudad, lo que fue una gran experiencia.

Cuando terminó la construcción del puente en el que participaba mi marido, tuvimos que regresar a México con todo mi pesar, porque ya me había acostumbrado a una vida más tranquila, sin tanto tráfico y gente.

Ya en la Ciudad de México, mi hija iba a ingresar a la preparatoria y mi hijo a la secundaria. Como vivíamos en ese entonces en el norte de la ciudad, nos cambiamos al sur, dado que mi hija entró a la preparatoria 6 de la UNAM, en Coyoacán.

Encontré trabajo en la Alianza Francesa de San Ángel, así como en otras escuelas. Mi ritmo de vida era muy ajetreado. Luego de dar clases en dos escuelas diferentes durante la mañana regresaba a casa a comer con mis hijos, quienes ya se

desplazaban solos. Luego, me iba a la Alianza por la tarde hasta la noche.

Ahora no resistiría ese ritmo de vida, pero como mis hijos ya estaban en la universidad había que buscar más ingreso. Betzabé terminó la carrera de arquitectura y Roberto concluyó Finanzas, lo que fue de gran alivio porque empezaron a trabajar y a mí me ofrecieron clases en la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia.

Decidí bajar mi ritmo de trabajo, además de que tuve la oportunidad de ingresar a esta escuela, donde he encontrado cosas para mi desarrollo personal y profesional. Amo mi trabajo, el cual me da muchas satisfacciones, sobre todo, la relación con jóvenes, ya que siempre aprendemos de ellos y a quienes podemos transmitirles un poco de nuestras experiencias.

Mi vida de casada no fue fácil. Me casé con la ilusión de poder tener mi casa, mi marido y mis hijos, como en los cuentos de hadas; pero en realidad no fue así.

Cuando me casé me di cuenta de que mi esposo era muy apegado a su familia y eso nos causaba mucho conflicto, porque ellos no aceptaban el gusto por mi independencia. Para colmo, como vivíamos en el mismo edificio, la situación no era

nada cómoda. Así viví encerrada y apegada a mis hijos.

Pasado el tiempo ellos crecieron, se independizaron y se fueron de casa a realizar cada uno su vida y sus proyectos. Ahora estamos solos como al principio; participamos en un ensamble coral que nos da la posibilidad de tener amigos en común y compartir algo que nos gusta: cantar.

Los hijos viven fuera, Roberto en Londres y Betzabé en Baja California, con nuestro nieto Leonardo, ya de un año, que nos llena de ilusiones y alegrías; aunque no vive aquí, cada vez que podemos vernos nos da felicidad.

Teníamos una perrita labradora que fue nuestra amorosa compañera por ocho años. Acaba de fallecer nuestra buena compañera cuidadora, a la que solo le hacía falta hablar. Me dolió mucho. La extraño y hasta ahora me doy cuenta del gran espacio que ocupaba en mi vida.

Viajamos con frecuencia y eso también nos ayuda a integrarnos y a enfrentar esta nueva etapa de la vida en la que estamos para jubilarnos, pero pensando también en tener un proyecto en qué ocuparnos sin que nos absorba tanto tiempo.

A través de estos años y de este camino por el

que Dios me ha guiado —porque gracias a Él siempre he encontrado la respuesta a mis inquietudes y a mis carencias—, en los momentos más difíciles, de angustia o de incertidumbre, le pido ayuda con todo mi corazón y toda mi fe.

De esta manera, siempre hay algo que se presenta y te dice tómallo o déjalo; es entonces cuando tenemos que abrir muy bien los ojos para no dejarlo pasar y poder encontrar la solución a nuestros problemas. Tampoco desistir, porque hay oportunidades que solo se presentan una vez en la vida; si tenemos un objetivo o un sueño hay que cumplirlo.

Puedo decir que la persistencia es la que me ha ayudado a lograr mis objetivos y a realizar mis sueños.



Nada es para siempre

Norma García Solís

Te digo adiós, y acaso te quiero todavía. Quizá no he de olvidarte, pero te digo adiós. No sé si me quisiste... No sé si te quería... O tal vez nos quisimos demasiado los dos.

Este cariño triste, y apasionado, y loco, me lo sembré en el alma para quererte a ti. No sé si te amé mucho... no sé si te amé poco; pero sí sé que nunca volveré a amar así.

Me queda tu sonrisa dormida en mi recuerdo, y el corazón me dice que no te olvidaré; pero, al quedarme solo, sabiendo que te pierdo, tal vez empiezo a amarte como jamás te amé.

Te digo adiós, y acaso, con esta despedida, mi más hermoso sueño muere dentro de mí...

Pero te digo adiós, para toda la vida, aunque toda la vida siga pensando en ti.

José Ángel Bueza.
Poema de la despedida

Hay días en los que duele más, y en otros menos; pero no hablo del dolor físico, sino del emocional, aquel que te pone de rodillas mientras esperas que algo cambie.

Algunas veces cruzaba el portón del sitio donde vivía, en una calle donde solo había ocho casitas alumbradas por la luz de la calle, así como por la luz tenue de un foco tratando de no dejar a oscuras una imagen de la virgen de Guadalupe, la cual muchas veces fue testigo de mis súplicas, mis reclamos y mi desesperanza.

El sonido de la alarma hizo que me despertara de manera súbita. Es abril —pensé por un instante en mi próximo cumpleaños—; pero, de pronto, la realidad se apoderó de mi mente. Tenía qué ver cómo estaban mis hijos.

Ahora ya no viven conmigo. Estos jóvenes universitarios —a quienes muchas veces usé de pretexto para continuar en ese lugar—, me convencieron de que la tranquilidad no se paga con nada.

Dejar esa relación de tantos años me permitió replantearme si vivir en pareja es ideal para el ser humano. Sanar las heridas que me dejó puede hacer que me relacione desde el amor a mí misma. No como un acto de egoísmo, sino como una

acción de empatía con los demás, con el objetivo de dar lo mejor y permitirme también recibir lo mejor.

Pasaré a ver a mis hijos, como todos los días; el ambiente se siente tan tibio, aunque esté oscuro; el olor de las flores hace percibir la primavera. Estoy tan ilusionada porque hace algunos meses conocí a una persona que me hizo pensar que a estas alturas de mi vida puedo encontrar el amor; las carencias afectivas de mi matrimonio y el trato tan distinto de él, me hacen verlo como el “hombre perfecto”. Gracias a eso, ahora estoy convencida de que vale la pena el amor en pareja, debido a que existen hombres excepcionales.

Lo que más me atrajo de él, fueron las interminables horas que pasábamos platicando acerca de mis planes, lo que me demostró su capacidad de escuchar sin juzgar.

Encontrarme a mí misma ha costado muchas noches de insomnio, meses de terapia psicológica y psiquiátrica; lágrimas, frustración e interminables días de soledad. En el recorrido de mi vida, he amado profundamente a quienes han estado en cada estación conmigo; a mis padres, que desde cualquier tipo de carencias sembraron en mí el respeto; mis hermanos, que me permitieron saber que siempre “duele más el cuero que la camisa”,

a mis hijos, que me convencieron de que el amor incondicional sí existe y que, si alguien los toca, me hieren a mí también.

También, que no hay nada ni nadie por encima de ellos. Luego viene el amor de pareja, ése que se idealiza y que te permite fantasear sobre lo bello que sería ser el uno para el otro —aunque esta estación de mi vida haya dejado en mí un profundo dolor, pero también enormes enseñanzas.

Observé el portón de la casa donde viven mis hijos; me tomé unos minutos. No sabía si tocar el timbre o llamarles, pensé que tenía que encontrar la forma para que su papá no me viera y recordé que hace algunos años, justo a las cinco de la mañana iba a la universidad siendo apenas una joven estudiante de la carrera de Administración Pública.

Fui la tercera hija de un matrimonio de cinco hijos; crecí en una colonia popular, entre el alcoholismo de mi padre y la actitud colérica de mi madre. Aunque llena de carencias afectivas y económicas, siempre destacaba en la escuela, seguramente porque me refugié en los estudios para defenderme del entorno y como una búsqueda de mejores oportunidades.

La década de los ochenta pasaba. La falta de

oportunidades para los jóvenes egresados de la secundaria para continuar sus estudios me llevó a ingresar a una Preparatoria Popular. Cuatro años pasaron para poder entrar a la universidad, a la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales, en la carrera de Administración Pública, en el turno vespertino.

Las carencias en casa me obligaron a trabajar de manera simultánea, con un horario de las 6 de la mañana a las 22 horas. Exhausta, pero llena de sueños, cruzaba el tercer semestre de la carrera cuando conocí al que sería el padre de mis dos hijos, con quien viví cinco años de noviazgo y veintitrés de matrimonio —lapso que evidenció la violencia que desplomó todos mis sueños.

Mi hijo salió, se subió al coche e inmediatamente se quedó dormido. Llegados al semáforo lo observé, como cuando era pequeño; vi sus largas pestañas y esa mirada tan inocente. En ese momento pensé en la suerte que tenía: yo a los quince años ya tenía muy clara la situación que en materia educativa se vivía en nuestro país, debido a que muchos jóvenes éramos excluidos del ingreso a la educación media superior.

En aquellos años se disolvía la Unión Soviética y la perestroika reformaba su sistema económico; Gorbachov tomaba el poder al tiempo en que se

daba una reestructuración económica mundial que comenzaría a modificar aspectos como la gratuidad de la educación.

¡Cuánto desgaste y cuánto idealismo!

Asistí a muchas manifestaciones y mítines impulsada por mi adolescencia revolucionaria, enarbolando una bandera que, por supuesto, me correspondía: la educación debía de ser gratuita para todos los jóvenes en el país. Sin embargo, en ese momento México ya se había incorporado al nuevo orden mundial, por lo que entendí que no había mucho qué hacer y que era necesario entrar a la universidad porque, si no, el futuro se tornaría más incierto.

Mi hijo durmió todo el camino, casi no habló conmigo, sólo me preguntó si le había llevado su comida. Él no entiende mucho de cuestiones sociales y políticas; su campo de estudio y sus condiciones de vida no le han permitido reflexionar sobre estos temas.

Honestamente, me agrada que su vida sea diferente. Los jóvenes de los años noventa teníamos claro que el idealismo no perdura ante una realidad aplastante, había que trabajar si querías seguir estudiando. Iniciaron los primeros semestres. A los diecinueve años me levantaba a las cuatro

de la mañana, caminaba tres calles para tomar la combi (por cierto, ya habían privatizado Ruta 100) para emprender mi odisea diaria para llegar a la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia.

Fueron mis años maravillosos porque, a pesar del desgaste físico, me sentía muy feliz. Sin embargo, en ese entonces, comencé una gastritis crónica. Con poco dinero y sin tiempo casi no comía.

Ahorrraba todo lo que ganaba y, a los veintitrés años, ya tenía un automóvil. A los veintiséis compré una casita.

En la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales conocí al padre de mis hijos; estaba planeando la estancia en España porque los intercambios académicos eran posibles —era la otra cara de la globalización.

Este encuentro definió los siguientes 28 años de mi vida, porque se me volvió muy complicado realizar un proyecto personal. Las dotes de persuasión y carácter de mi pareja me lo hacían replantérmelo cada vez. Ahora que lo pienso, no sé porque me quedé con él tantos años; será que siempre creí en la frase tan trillada de “Y vivieron felices para siempre” —sigo creyendo que esta frase que romantiza el matrimonio es una utopía.

El tráfico sigue siendo igual de intenso y denso para llegar a Ciudad Universitaria; en contraste, las jacarandas y los rayos del sol que empiezan a asomarse hacen más llevadero el viaje.

Medité que —a excepción del tráfico— algunas cosas sí han cambiado en el país, porque actualmente se cuestionan fuertemente las políticas económicas neoliberales, se han implementado nuevas estrategias y el sistema educativo busca cada vez más absorber a más jóvenes, aunque todavía existe mucha exclusión.

*Fiando en el instinto que me empuja, desprecio los peligros que
señalas. «El ave canta, aunque la rama cruja, como que sabe lo
que son sus alas».*

*Erguido bajo el golpe en la porfía, me siento superior
a la victoria. Tengo fe en mí; la adversidad podría, quitarme
el triunfo, pero no la gloria.*

*¡Deja que me persigan los abyectos! ¡Quiero atraer la envidia,
aunque me abrume!*

La flor en que se posan los insectos es rica de matiz y de perfume.

Salvador Díaz Mirón, A Gloria

La victoria

Por fin llegué a la Facultad de Ingeniería luego

de una hora de viaje. Mi hijo caminó hacia el edificio sin mucho entusiasmo. Lo observé durante algunos segundos: las condiciones de su estancia en la universidad son mucho mejores que las que tuve. Quizá encuentre el amor y termine la carrera.

Aunque no parece tan entusiasmado, sé que tiene muchos proyectos. Es un joven maravilloso porque recibí un ultimátum de él: “O lo dejas o yo me voy de la casa”. Gracias a ello, entendí que ya no quería seguir dañando la salud mental de mis hijos; sin embargo, esta decisión implicó el inicio de una batalla legal que no iba a ganar. Como perder todo me iba a salir barato, hice un convenio por el cual él se quedó con todos los bienes, inclusive aquella casa que había comprado siendo muy joven.

Aún recuerdo a la persona que me la vendió; yo tenía apenas un año de casada y en esa compra se fueron todos mis ahorros. La dueña me pidió hablar a solas conmigo para decirme lo siguiente: “Le ofrezco que firmemos un contrato de compra venta con fecha anterior a su matrimonio; por lo que observé, usted compró la casa y quiero protegerla”.

Esas palabras no sirvieron. Yo lo amaba y a pesar de todo me mantuve veintitrés años casada.

Ya han pasado casi dos años del último día que viví con él y, ¡claro que sí!, acabé ganando al librarme de toda la violencia que viven muchísimas mujeres en nuestro país.

Hace tiempo leí sobre los mitos del amor romántico; especialmente, sobre aquellas “conductas aprendidas que van normalizándose en las relaciones de pareja” y que muchas de éstas nos ilusionan al pensar que son muestras de cariño.

Muchas veces me repetí “Está celoso”; o “Solo quiere que esté con él”. Seguro es porque me quiere; sin embargo, hubo situaciones que acabaron abrumándome: me alejé de todos mis amigos, porque siempre que intentaba verlos surgía la discusión y pasaba semanas sin que me dirigiera la palabra.

Pensaba —ilusamente— que las diferencias que teníamos, sobre todo en la forma de pensar, nos hacían más compatibles. Ahora entiendo que se normaliza el conflicto y se afianza la falsa idea de que “el amor lo puede todo”.

Podría escribir un libro completo sobre los episodios de violencia. Está ya tan normalizada, que siempre pensé que igual y me lo merecía; para qué quería seguir estudiando en un mundo en donde los hombres son mejor vistos para seguir

con “mi obligación y mi papel de quedarme a cuidar de mis hijos”.

No obstante, yo tenía que aportar económicamente, debido a que no podía pedirle dinero, lo que era impensable. Necesitaba seguir preparándome si quería obtener mayores ingresos; esto me permitiría ya no exponerme a sus maltratos.

Me inscribí a un posgrado en la Facultad de Contaduría de la UNAM. Es todo un reto porque hay que pasar varios filtros, dos exámenes de conocimientos, una entrevista, etcétera; finalmente fui aceptada y todo lo mantuve en secreto porque tenía mucho miedo.

No sabía cómo lo iba a convencer. Traté de hablar con él unos días antes de que iniciaran las clases. En el fondo, estaba convencida de que no tenía por qué oponerse porque, al final, yo cuidaba de mis hijos y aportaba el cincuenta por ciento de los gastos.

No fue así.

El día que iniciaron las clases me dejó ir la camioneta encima y aunque no le aceleró lo suficiente logró aventarme. Me levanté, me sacudí, me sequé las lágrimas y me fui a la escuela.

No me dirigí la palabra durante varios meses, porque siempre estaba enojado.

De camino a mi trabajo, pensaba que el amor es una emoción que se siente, que debe permitirte compartir con alguien momentos inolvidables; no es admisible, en ninguna circunstancia, que el otro te ponga contra la pared.

Tampoco podemos perder de vista que “el amor romántico”, empapado de una sustancia llamada poder, solo sirve para perpetuar la violencia.

Me detuve en un semáforo y le marqué a mi hija. Su padre es quien la lleva a la universidad. Amanece y puedo ver claramente las jacarandas. El asfalto refleja la luz del sol. Hacia el oriente hay poco tráfico. Avanzaba en contrasentido del tránsito vehicular. Mientras hablaba con mi pequeña recordaba su mirada penetrante y sus ojos color miel cuando me confrontó y me dijo “¡Déjalo! ¡No te mereces esta vida!”.

El matrimonio —lo cuento desde mi historia— no es lo mejor que me pasó. Creo que lo mejor que me dejó esta etapa de mi vida son mis hijos —ahora dos jóvenes universitarios—; ambos tuvieron mejor suerte e ingresaron a la UNAM sin complicaciones. Su historia es distinta a la mía.

Recuerdo cómo pasaron todos esos años de la infancia. Vivíamos en ciudad Nezahualcóyotl; una localidad con pocos servicios y muchas calles sin pavimentar.

A mis hermanos y a mí nos cuidaba mi abuelita paterna —esa mujer que merece un capítulo completo de un libro— y algunas veces una tía. Mi mamá siempre trabajó, mientras mi papá lo hacía por temporadas —por lo menos eso decía mi madre.

Los hermanos nos llevábamos un año de diferencia; cuando cumplí cinco, mis papás se mudaron a una colonia frente al Reclusorio Oriente. Ahí estaba peor. No había una sola calle pavimentada; alrededor del terreno donde sería la casa, había milpas. Mis papás eran tan jóvenes. Recuerdo a mi papá colocando tabiques para armar unos cuartos; no había piso, solo el suelo de tierra. En esas condiciones vivimos algún tiempo. Ahora que leo las características de las personas que viven en pobreza extrema, me doy cuenta que de ahí venimos y, aunque fue muy difícil, todos mis hermanos se prepararon y construyeron un patrimonio.

Las inclemencias del tiempo, la falta de agua potable y la pobreza, fueron muy difíciles. Mis padres trabajaron duro, no había cumplido los ocho

años cuando ya teníamos un espacio, un poco más digno, con cuartos desordenados y en obra negra. Eso aminoró el frío —quizá también porque dormíamos hacinados en una misma cama.

Así crecimos y acabamos desarrollándonos. Los juegos con mis hermanos siempre hicieron más llevadera la vida, considerando la carga de mi madre con tantos hijos y la pelea de mi padre con la inmadurez y el alcohol.

Cuando llegué al trabajo, saludé a algunos compañeros en el camino. La sonrisa es mágica porque, ante ella, nadie sabe la carga que traemos. Tampoco es necesario enterarlos. Todos tenemos una historia con la cual negociamos o nos peleamos todos los días.

Hace ya tantos años que entré a trabajar a esta maravillosa institución, la cual me ha llenado de infinitas alegrías... Caminé frente a las oficinas en donde inicié mi trabajo hace casi treinta años y recordé mis estudios de licenciatura, a mis hijos, el ingreso a la docencia. Son muchos sueños cumplidos y otros que todavía no se han escrito.

Me quedé detenida por unos segundos y recordé cuando terminé la universidad y, como hilo de media, todo se siguió: ya estaba metida en el matrimonio, pensaba que quizá no era tan malo, que

el amor lo puede todo, total yo ya tenía trabajo y las cosas se irían acomodando, y vaya que tenía razón. Luego, a los veintiséis, conocí al ser más maravilloso que cambió mi vida; sus ojos grandes, llenos de luz y esa inmensa sonrisa; sus primeros años entre pañales, control de esfínteres y guardería se fueron en un suspiro.

Aquel sábado tan ordinario, todo parecía transcurrir sin mayor sobresalto; sin embargo, la lluvia golpeando sobre la ventana me recordó que tenía que salir a comprar fruta para la papilla. Caminé con la mejor compañía cuando, de pronto, vi un charco de agua cristalina sobre el pavimento que reflejaba los pocos rayos de sol que empezaban a asomarse. Nadie nos miraba y, en un instante, me salpicó con sus pequeños zapatos; me volví y lo salpiqué yo a él. Entonces, entre risas y carcajadas, ya estábamos empapados; lo tomé en mis brazos y decidí dejar pendiente la papilla y regresar a casa.

Camina siempre adelante, Tirando bien de la rienda, Más nunca ofendas a nadie Para que nadie te ofenda. Camina siempre adelante Ve marcando tu senda Cuando mejor trigo siembres Mejor será la molienda.

Alberto García Gallo

Nada es para siempre

Caminaba sobre el estacionamiento de la ahora Facultad de Enfermería y Obstetricia (FENO), la cual ha cambiado mucho. Se nota en los árboles preciosos que hace años no estaban. Si bien algunos compañeros ya se fueron, entiendo que nada es para siempre.

Me vinieron a la mente mis seres queridos, algunos me acompañan en mi camino y aunque otros se han marchado, sus historias me llenan de tristeza y de una profunda empatía.

Ma'Grego

Tuvimos que salir huyendo, iban a llegar muchos y las mujeres no podían defender sus tierras, solo los hombres se quedarían. Tomaba clases de piano y tenía maestros particulares, pero nunca quería estudiar, a pelo me montaba en el caballo y recorría las tierras de mis padres, nunca las recorrí en un día, teníamos mucho dinero, pero llegaron los revolucionarios y mataron a todos; así llegué a la sierra norte de Veracruz, huyendo, para acá nos vinimos muchos, nadie nos encontraría.

Esta es la historia de mi abuela, una mujer muy alta y bonita, pero hosca; siempre pensé que estaba enojada, aunque fue linda conmigo. La vida le quitó comodidades y lujos, toda esa frustración y enojo lo canalizó con sus hijos; las golpizas a mi madre la marcaron para siempre, tuvo que salir

de su pueblo muy joven. La ciudad de México la hizo forjar un carácter todavía más duro, escuché varias veces a mi abuela decir, “Grego es una mujer muy fuerte, y difícil. A veces me da un poco de miedo...”.

José

Jugaba siempre con Javier, mi hermano; apenas tenía cinco años, la enfermedad lo mató, pasé muchas noches escapándome de la casa para dormir sobre su tumba, después de varios años me trepé al tren, rumbo a la ciudad de México para ir a buscar a mi papá, ya después se vinieron todos, mis hermanos y mi mamá.

Un día llena de empatía le pregunté a mi padre sobre su vida, porque quería entenderlo; él nunca hablaba. Siempre pensé que era bueno, pero el carácter de mi madre no ayudaba, me preguntaba ¿por qué prefería el alcohol antes que llevarnos a la escuela? O ir a las juntas, siempre andaba en la calle, parecía un vago sin oficio ni beneficio, aun así, mi madre lo metió al carril.

Lupita

*Sin ti no puedo seguir...
Abuelita fantasía que haces té de limón.*

Salí de Zacatecas con mis hijos para buscar a mi marido que se había venido para acá, llegamos a la Vasco de Quiroga y después para Nezahualcóyotl.

Ella siempre fue un bálsamo en mi vida; era muy bonita, de piel blanca, parecía un ángel. Así la vi siempre. También era una mujer sumamente religiosa; me llevaba a misa y, aunque nunca hice mucho caso de la religión, ella me dejaba jugar en la iglesia y nunca me regañó. Cuando iba a verla, ponía una olla de barro con hojas de té de limón y me preparaba de comer. Las vacaciones con ella eran lo mejor que me podía pasar. La adolescencia y las responsabilidades escolares me hacían cada vez verla menos; siempre que podía, juntaba dinero para llevarle porque ella estaba sola. Su muerte me derrumbó, han pasado varios años desde entonces y no logro acostumbrarme; siempre duele menos, pero siempre sigue doliendo.

Cuando recorro el estacionamiento de la Facultad para llegar hasta mi área de trabajo, no puedo evitar sentir miedo, de ese que te paraliza y te angustia; sin embargo, con los años ese miedo ha disminuido.

El recuerdo de ese terrible accidente me viene a la memoria. Aunque ha pasado mucho tiempo, aún recuerdo los vidrios empañados, las luces de una noche sombría, acompañados del triste sonido de la ambulancia; recostada en una camilla pensaba si volvería a caminar, si iba a poder escribir, si otra vez jugaría con mis hermanos.

Regresaba a casa de mis padres, con una alta no tan esperanzadora luego de un mes en el Hospital General.

Vaya suerte, creo que el único vehículo en la calle me atropelló. Siendo tan niña no comprendía mucho de lo que estaba pasando; escuché al médico decirle a mi madre que era una suerte que estuviera viva. Después de una semana en coma, dos paros cardiacos, dos fracturas de cráneo, otra de pelvis y muchas más, volví a nacer; sin embargo, los médicos previnieron a mis padres sobre las posibles secuelas por lo que debían estar atentos. Han pasado más de 40 años desde entonces y de ese accidente sólo tengo recuerdos.





Pérdida del estado de alerta

Rafaela Márquez Acosta

Retrato de mí en 20 palabras

Yo soy Rafaela Márquez Acosta, apiñonada, bajita, gordita, apasionada, comprensiva, compartida, bailadora, cantadora, emprendedora, comprometida, perseverante, alegre, besucona, cariñosa, demostrativa, emotiva, llorona, enojona y espiritual.

Historia de mis enfermedades

Hace 38 años, el 24 de diciembre de 1985, tuve un golpe en el ojo derecho jugando basquetbol; cabe mencionar que me encontraba embarazada de mi segundo hijo.

En el párpado se me hizo una bolita como del tamaño de un chícharo; sentí muchas náuseas. En ese momento salí del juego y me fui a mi domicilio, muy cercano al hospital, como diez minutos

caminando.

Cuando mi esposo regresó de trabajar me preguntó qué tenía, por qué estaba llorando. No le contesté, pero le dije “Vamos afuera, hay más luz”. Al verme detenidamente me dijo que tenía un derrame en el ojo.

La razón es que tuve un sangrado intraocular, desprendimiento de retina y una catarata traumática; finalmente, me evisceraron el ojo y tuve que usar unaprótesis. Gané peso por estar en reposo absoluto y desarrollé diabetes mellitus tipo 2.

Algunos de los momentos más felices de mi vida (narrados en segunda persona)

Fuiste con tus hermanos Mago y Rober, tus papás Rober y Goyita a vivir a Tepexpan. Ingresaste al kínder y la primaria. Hiciste la primera comunión. Conociste Acapulco. Te graduaste de la educación primaria y secundaria junto a tu hermana. Ingresaste a un curso de un año de técnico en enfermería. El festejo de los XV años de tu hermana, luego los tuyos. Trabajaste en el IMSS como auxiliar de enfermería. Tu primer sueldo. Ingresaste al CCH Vallejo; a la Secretaría de Salud y Asistencia como enfermera “J”. Tu casamiento. El nacimiento de tus tres hijos. Ingresaste a la ENEO. El matrimonio de tus dos

primeros hijos. El nacimiento de tus siete nietos. Viajaste por algunos estados de tu hermoso México. Hiciste un curso postécnico en la ENEO. Tu graduación.

El asalto y el desarme de uno de dos asaltantes

Un día regresé a mi domicilio después de una consulta en el 20 de noviembre. El subespecialista me confirmó que tenía que eviscerar el ojo derecho; abordé el Metro en la estación Indios Verdes para subir al autobús con la ruta a Teotihuacán. Al dar la vuelta en “u” se subieron dos hombres, drogados, olían a todo. De pronto uno saca una pistola revólver.

Disparó al techo del autobús para que supiéramos que el arma era de verdad. El otro joven se dirigió a la parte posterior, nos empezó a despojar, diciendo “¡Ya se los cargó la ching...!”

Yo vi la oportunidad de que, al apuntarme, el otro asaltante me dispararía, así que súbitamente me puse de pie y le arrebaté el arma, se sorprendió y grito “¡Ya valimos madr... ¡!”

“¡Vámonos!” , cuando lo dijo dejó todo en el pasillo.

Mis encuentros con la muerte

Uno

La primera vez que me encontré en una situación crítica, contaba con 18 años de edad; estaba embarazada de mi hija, Mago, como le llamamos todos amorosamente

El 14 de marzo de 1980, al dirigirme al trabajo en la clínica 24 del IMSS, sufrí una caída de mi propia altura; en segundos me vi bañada en sangre. Perdí el estado de alerta, las personas que me asistieron llamaron a la Cruz Roja de Ecatepec; en ambulancia me trasladaron a la Gineco 3, en la Raza.

Recobré el conocimiento, ya internada. Me recuperé después de la transfusión de sangre total; esa bebé se mantuvo dentro del útero hasta el día 27 de agosto para hacerme el honor de llevar el nombre de mi hermana y darme uno de los momentos más felices de mi vida.

Me dieron de alta por mejoría el lunes 17 de marzo y mi hermana egresó el miércoles 19 del mismo mes, por defunción.

Dos

Me atropelló un carro de frente; mi hermano

me llevó al hospital 1° de Octubre del ISSSTE, en Lindavista; me quedé hospitalizada para observación; me hicieron una tomografía.

Todo está bien, todo resulta bien y me dan de alta al segundo día por mejoría, solo estaba golpeada y dolorida.

Tres

Resbalé de la azotea, caí parada, extrañamente el zapato del pie derecho no me quedaba: parecía que mi pie había crecido mucho.

Todo pasó en segundos, la sandalia se rompió y eso ocasiono la caída; nuevamente con mucho dolor en el hospital, me pusieron un yeso cerrado, el médico ortopedista se sorprendió de que únicamente se desalinearon los cuboides, otra vez moretones solamente.

Cuatro

Salí de la casa de mis compadres en el centro de Tepexpan; de pronto siento un golpe en el rostro: un señor me correteó casi un kilómetro hasta muy cerca de mi domicilio.

Aproximadamente 250 pasos antes, me alcanzó y jaló del cabello, me golpeo contra la pared.

Como pude escapé de sus manos y llegué a mi domicilio. Antes de levantar el acta en el Ministerio Público, volví al hospital por pérdida del estado de alerta; me hicieron placas y solo tenía un hematoma en el occipucio.

Cinco

En esta ocasión todo comenzó con un impacto aparentemente insignificante; el médico propuso operar, previo a un legrado terapéutico. Sentí angustia. Tuve sueños extraños: me vi volar alto con la sensación de cuando abor das el avión con la diferencia que no puedes bajar; de repente y de manera súbita bajo a unas dunas de arena, ahí está lo más temido. En ese momento del sueño estaba ciega.

Por fin terminó el embarazo. Mi bebé nació por cesárea. En un mes pasé nuevamente al quirófano; me operaron para liberar un coágulo en la cámara posterior del ojo derecho. La evolución continúa su curso durante seis meses, pero empieza una incomodidad rara, que no supe qué pensar.

Soy enfermera y no entendía por qué en lugar de sentir mejoría, empeoraba. El ojo estaba con más dolor.

Imaginé cosas terribles: que si retinitis pigmentosa, desprendimiento de retina, rechazo al lente intra ocular, etc. Entonces pude ver que, al perder la salud, cambió toda mi condición: me supe vulnerable, sentí un grado de indefensión que me llevó a caer en depresión.

En ese momento la imposibilidad de ver, de conciliar el sueño, de atender al bebé y el dolor agudo no me dejaban en paz. Sentía dolor físico, tan intenso que me agobiaba; continué tomando fármacos que no ayudaban a quitar el dolor, después de estar una y otra vez en procedimientos quirúrgicos, entre más de 70 cirugías.

Seis

Me encuentro embarazada de mi segundo hijo, casi al final de la gestación, de pronto entra mi papá, llega la casa con el rostro golpeado, con una herida sangrante en el párpado izquierdo y otra en la cabeza. Sentí esa descarga de adrenalina, lo llevamos rápidamente a la Clínica 68 del IMSS en Tlaxpetlac, Estado de México; lo atendieron de inmediato y de regreso a casa le digo a mi mamá que me siento mareada; no le doy importancia.

Al amanecer del día 18 de junio de 1985, siento un fuerte dolor en el epigastrio; no eran contracciones, me internan de urgencia y a interrumpir

el embarazo por medio de cesárea, me dan una sobredosis de anestesia y hago paro cardio respiratorio, me reaniman y por fin en recuperación, despierto con un dolor tipo ardoroso, pero estoy bien de nuevo. Egreso del hospital con mi bebé, mi segundo regalo de Dios. Motivo de mucha felicidad.

Siete

El transporte público: choca el autobús Dina en una carambola por neblina cerca del gran canal de Ecatepec; sufro contusión en el rostro, directamente en la boca, despierto y voy de nuevo al hospital 1° de Octubre. Me llevan inconsciente al área de tratamiento máxilo facial. Encuentran fractura de maxilar superior y del segundo incisivo superior izquierdo.

Ocho

Me diagnostican anemia ferropriva, el médico internista me receta hierro Dextran I. V. con terapia de infusión intra venosa; al instalar la solución veo pasar la solución amarillo canario. Empiezo a sentirme mal, con taquicardia, mucho calor, náusea; pienso que es sugestión: voy a estar bien, me digo. No es así: termino en la unidad de cuidados intensivos, intubada, por presentar choque anafiláctico.

Nueve

Voy entrando, el piso se encontraba con lluvia y granizo, al momento de colocar el segundo pie, caigo golpeando el occipucio. Una herida sangrando. Con mucho dolor me llevan inconsciente al hospital 1° de Octubre. Me suturan la cabeza, alta por mejoría.

Diez

Salgo de la clínica de especialidades de Indianilla del ISSSTE y, de pronto, siento un dolor en la nuca, como si me hubiese golpeado; también dolor abdominal en el cuadrante superior izquierdo, náusea y vómito en proyectil de contenido gástrico; embarazada de mi tercer hijo, hago ruptura hepática.

Había que interrumpir el embarazo por vía abdominal en el hospital 1° de Octubre. Al despertar estaba intubada, me colocan un catéter venoso central, con edema, anuria, dolor tipo ardoroso por la nueva cesárea. Egreso doce días después.

Once

Caigo de la azotea, otra vez por las escaleras, arranco la llave del agua con la espalda, al finali-

zar la caída quedo sentada; mi esposo me lleva al hospital, porque estaba toda golpeada; me hacen la tomografía y afortunadamente no tengo ninguna fractura, solo múltiples contusiones.

Doce

Un choque en el transporte público me provoca esguince cervical grado III, me indican el uso del collarín rígido de Thomas, y acudir a rehabilitación; me recetan un medicamento que se llama *Amitriptilina* vía oral. Me lo tomo al llegar a casa, desencadena una reacción de psicosis. Llegué con mi familia al hospital. Los médicos de urgencias indicaron un análisis *antidoping*, comentaron “esta señora está drogada”. Yo les digo, muy molesta: no médicos, ni siquiera consumo cigarro común o alcohol, mucho menos drogas, estuve inconsciente por una semana con apoyo ventilatorio, hasta tener una reacción favorable. Egreso por mejoría.

A manera de epílogo

Escribir, en el aspecto personal, me es útil porque es una aspiración que he tenido durante mucho tiempo; me gustaría que mis descendientes leyeran alguna vez todo esto.



Aquí, pasándola bomba con la ansiedad

Julieta Martínez Álvarez

Quien escribe, teje. Texto proviene del latín, “textum” que significa tejido. Con hilos de palabras vamos diciendo, con hilos de tiempo vamos viviendo. Los textos son como nosotros: tejidos que andan.

Eduardo Galeano

Cuando me da ansiedad, escucho música; en este momento particularmente me siento feliz. Hay algo en la música electrónica que me relaja y mi mente se pone en estado meditativo, hoy en particular estuve escuchando *Cosmos* de Sam Paganini, lo que me llevó más adentro de mi ser, a mi origen antes de nacer.

No sé cómo describirlo, cierro los ojos... como en un viaje a las estrellas; voy viajando, no como

un cuerpo, sino como una energía: me encuentro en un lugar cálido —eso es lo que me hace sentir cada beat, cada ritmo— y siento que estoy en el vientre de mi madre, un lugar acogedor y suave... con luz tenue. Un lugar que me hace sentir segura; ahora más que nunca valoro la paz en el alma y la mente.

Siempre le pido a Dios, a mis ángeles, a mis arcángeles y a mis ancestros, que me ayuden a sentirme mejor; confieso que me siento exhausta en este pinche estado... me quita mucha energía... y literalmente en esos momentos me está cargando el payaso, ja, ja, ja, ja.

Han pasado casi tres años y hasta este momento siento de nuevo que mi cuerpo, mi mente y mi alma se conectan amorosamente, de manera consciente y más equilibrada. Todo aquello que sentía y que quemaba hasta los huesos, como una bola de fuego; ese tragarme mis emociones por años; el tener miedo a amar y ser abandonada; el no hacer caso a mi intuición en la toma de decisiones pequeñas y grandes; el dejarme a mí misma por los demás; el no llevar a cabo los duelos tan complejos que había vivido en el momento indicado y más, fueron los ingredientes para un cóctel perfecto de crisis existencial.

En el momento de esa crisis, quise morirme va-

rias veces y de varias formas; fui consciente de que pedir ayuda era lo más importante para salir adelante, además de ser valiente.

Debía aprender a trabajar mis miedos. Conocer mis emociones y atravesar cada una de ellas fue un reto. Tenía la sensación de que mi mente me llevaba a los momentos más difíciles y oscuros de mi vida; me recordaba todo aquello que se sentía desagradable y me hacía recordar los motivos por los cuales no me sentía suficiente para enfrentar la vida.

Estaba tan desconectada de mí que mi mente, mi cuerpo y yo íbamos en direcciones diferentes; corriendo en todas direcciones con una alerta permanente de miedo paralizante (no le deseo a nadie esa sensación). Era una flor que había perdido todos sus pétalos en cuestión de días, una que se había marchitado, secado y agotado. Se cerraba un ciclo de nueve años, con sus altas y sus bajas. Una vida que a días transitaba muy rápido, como un huracán que todo lo devoraba, y días que pasaban lentos, y la película se repetía más de una vez. Días que representaban grandes aprendizajes, en ocasiones bellos y la mayor parte de las veces caóticos. A veces, días en los que quería ser un ave. Hasta que llegó el día que sentí que desaparecí...

Pienso que soy una flor que estaba apagada y nuevamente empieza a florecer con nuevos rayos de sol resplandeciente. Nutriéndose con nueva energía para soñar, amar, compartir, crear, descansar y ayudar, porque no estoy aquí por casualidad, sino para dar.

Parte de mi historia es un tejido que se entrelaza con otras vidas, con otras historias que dan lógica a un todo. Y para mí, eso tiene sentido.

Siempre he pensado que el conocimiento y la palabra son la base que nos impulsa a continuar nuestro camino, nos empuja a indagar, averiguar, sumergirnos en nuevos mundos llenos de significaciones, de escenarios, de emociones y sentimientos. La palabra, para mí, tiene una relevancia importante. A los ocho años sabía el potencial y su fuerza desde que estudié oratoria y gané el tercer lugar. Una emoción y sentimiento de alegría se grabaron en mi mente, mi mano derecha y mi alma, al comprender lo poderosa que es la palabra. Una danza de palabras y flores se hacía presente.

Desde pequeña me gustaba estudiar cosas nuevas, justo las que despertaban mi curiosidad. Esa curiosidad era una aliada para obtener grandes beneficios; tenía hambre de estudiar, conocer, explorar.

Años más adelante, en la etapa de mi adultez, esta curiosidad me ayudaría a conocer, aprender de y a aceptar la ansiedad por la que estaba pasando. Me daba herramientas que fincaron un camino hacia la esperanza, el cual recorría en el día a día, esperando no morir en el intento. Este deseo me ayudaba a no seguir hundiéndome y a evitar los espantosos ataques de pánico. Los ataques me dejaban sin vida, sin aire, sin fuerza en las piernas, sentía que me explotaba la cabeza.

La ansiedad es un monstruo de mil cabezas que no respeta horarios, días festivos, ni rutinas; cada mañana, desde que despertaba, se presentaba bajo formas diferentes de ideas, preocupaciones, angustia, recuerdos y malos momentos, por lo que se activaba la respuesta biológica inmediata de mi cuerpo en modo *huida*, con un llanto por tiempo prolongado, hasta terminar agotada y devastada.

Esa escena iba acompañada de una dolencia en diferentes partes del cerebro que llegaba como una lanza aguda; ese dolor se expandía y comenzaba a imaginar un número infinito de escenarios catastróficos. Estaba dentro de un bucle y me ahogaba y quería morir, como cuando no ves llegar una enorme ola y terminas tragando agua.

No podía hacer nada que requiriera mi atención en lo absoluto. Mi concentración se reducía

a pensamientos catastróficos y de muerte. La ansiedad es un ruido continuo que no paraba, no descansaba, y me hacía sentir con el alma enferma. El reconocer que había un fuego dentro de mí que no se apagaba, me dio la fuerza necesaria para sobrevivir y valorar cada segundo que respiraba.

Este viaje a través de la ansiedad es lo que me salvó, me mantiene viva y sana. En muchas ocasiones lloré de desesperación, desesperanza y pavor. Tenía miedos irreales, me faltaba el aire y me temblaban las piernas; me preguntaba si había nacido con el alma rota, defectuosa o algo descalabrada. Pensé en por qué o para qué vivir porque ¿qué ganaba? Solo sabía que cada despertar significaba ganar una batalla, dado que mantenerme consciente durante el día era mi objetivo.

En plena pandemia, unos meses después —en julio, lo recuerdo bien— apareció en mi vida la ansiedad como un “gran monstruo voraz que carcomía mi alma”. Experimentaba un gran malestar en mí, en mi entorno y en lo que hacía. Estaba en uno de los momentos más oscuros de mi vida, llenos de mucha incertidumbre, y me sentía muy vulnerable. Imaginaba escenas de películas que me habían impactado en circunstancias violentas y locas, fue una sensación aterradora y demoledora que derrumbaba mi espíritu.

La sensación de fastidio y de frustración hacían que me preguntara ¿por qué dejo que mi mente juegue conmigo de una manera cruel, fantasiosa y loca?

¿Por qué soy tan sensible y todo en este momento lo siento tanto? ¿Por qué dejo que mis demonios del pasado se alimenten de mi carne en el presente?

No quiero sentir tanto, pensaba eso una y mil veces, como si fuera una maldición. Fue tanta mi angustia que consideré que morir era una de mis mejores opciones para dejar de sentir aquello tan abrumador, tan aplastante. No quería pensar, ni sentir, porque hacerlo me hundía. Un gran vacío se hacía presente y no tenía fondo, ni forma. Era el limbo. Era estar muerta en vida.

Pasaban los días y pedía a Dios no quedarme loca. Me rompí en mil pedazos, emocionalmente. Mi mente enviaba señales de peligro a mi cuerpo cada hora, todos los días, cada semana. Busqué muchas maneras para mejorar mi estado de ánimo y afortunadamente las encontré, entre una de ellas, escribir.

Esta crisis me ayudó a hacer nuevamente las paces conmigo misma. Ha sido sanador comprender, aceptar y trabajar mis heridas emocionales.

El gran dolor emocional no trabajado, me llevó a un dolor físico que jamás pensé que podría experimentar. Acepté que las grandes heridas son nuestras grandes maestras, porque a través de ellas se forja nuestra actitud que guía nuestras vidas y nuestros corazones.

Esas heridas se convierten en maestras, en sabiduría, en una brújula.

Poco a poco, la oscuridad de esas heridas refleja la luz que hay dentro, cuando nos atrevemos a atravesar el dolor. Todo sana con amor, con determinación y tiempo. Llevo este amor al terreno del autocuidado. Mi cuerpo, mi casa, mi alma: el jardín de girasoles que sonríen cada día frente al sol y bailan con la luna.

Recuerdo que siendo muy pequeña me costaba mostrar lo que sentía y que no era una tarea fácil expresar y conocer mis emociones, sobre todo después del divorcio de mis padres, el cual resultó ser traumático.

Nací en la colonia Agrícola Oriental, lugar muy conocido en este momento en redes sociales por ser el origen de la cantante reguetonera Bellakath, famosa por su canción “Gatita”.

Formo parte de una familia cuyos padres se di-

vorciaron cuando tenía seis años. Esa separación dio como resultado una crisis estructural que ya se venía cocinando desde tiempo atrás y cuya consecuencia era como una bomba atómica.

Debido a este acontecimiento, conocí y experimenté emociones que causaban una revolución en mi ser, así como una gran tristeza, ya que estaba viviendo la transición hacia un nuevo contexto familiar que me hacía sentir completamente frágil.

Era como caminar desnuda con los ojos vendados sobre un puente de madera viejo que en cualquier momento se iba a ir abajo. Yo me derrumbaba junto con mi mamá y no sabía cómo procesarlo.

Me daba miedo estar con personas que no fueran mis padres o que no fueran muy cercanas a mí; sentía mucha incertidumbre a mi alrededor. Estaba bloqueada emocionalmente y no sabía para dónde correr.

Mi familia siempre me ha querido mucho y hacía todo lo posible para que yo me sintiera *bien*. Entre el juego, la escuela, mis abuelas y mis tías, el transcurrir del día era más llevadero. Me expresaban de una y mil formas que me querían y me cuidaban.

Sin embargo, estas nuevas emociones que conocí a través de este *suceso* eran sobre todo conflictivas: la melancolía, el miedo, el enojo, la ira y la tristeza. Representaban una gran ola de energía que me devoraba y experimentaba todo esto en un contexto de incertidumbre en el que un sentimiento de pérdida acechaba mi corazón.

El conflicto estaba presente en todas partes, por lo que sentía una constante opresión en el pecho, así como una gran tensión provocada por mi familia: tías, tíos, abuelas y abuelos. Todos opinando qué era lo mejor para cada una de las partes, así como para mi mamá, mi hermano y para mí.

En la escuela todo era más fácil; pero en casa de mis abuelas maternas, este nuevo espacio que nos iba acoger resultaba desconocido para estar ahí de lunes a domingo, porque una cosa era estar ahí de visita los fines de semana, pero no de base.

Como en todo proceso de duelo y separación, me dolía mucho ver a mis padres sufrir; cada uno lo hacía a su manera. Además, con un hermano casi recién nacido, era demasiado para comprender y digerir en ese momento. Vivíamos en constante disputa: entre el llanto, el arduo trabajo de mi madre —para que tuviéramos todo lo necesario en este nuevo hogar—, el acomodarnos y organizar las pocas cosas que nos llevamos, eran

parte de mi día a día.

La parte afectiva era muy compleja; crecí con la creencia de que no debía abrir mi corazón y que ese órgano tan valioso que nos provee vida se cerraba ante el miedo. Siendo niña, mis padres no tenían las herramientas para orientarme acerca de cómo manejar y manifestar mis emociones.

El futuro me daba temor y prefería no pensar en él. El compromiso tampoco me agradaba mucho. Al fin y al cabo, no se sabe con claridad qué va a suceder y esto en gran medida es la gasolina de la ansiedad, así como la manera y el modo en que nos afecta. Todo dependerá de cuánto somos capaces de tolerar la incertidumbre. Y desde ahí empecé el camino de pensar en exceso...

La intolerancia a la incertidumbre es parte de la esencia de la depresión y de la ansiedad. Esto se suma a la incapacidad para asumir y aceptar los cambios. Y juega un papel importante en nuestra tendencia a preocuparnos en exceso.

En ese punto temprano de mi vida inicié con la ansiedad y no sabía que aquello que sentía tenía nombre. No soy una víctima, solo sé que me tocó vivir ciertas situaciones.

¿Cómo sanar un evento de enfermedad que

hizo cimbrar mi esencia, mi cuerpo, mi vida y mi alma? ¿Cómo consolar el alma de una persona que acababa de recibir la noticia de que tenía cáncer de endometrio etapa uno? ¿Cómo resignarme a la pérdida de mis órganos, matriz y mis ovarios? ¿Cómo sobrellevar los sentimientos encontrados de no haber engendrado vida en mi cuerpo?

¿Cómo sanar el recuerdo de aquellos eventos que me llevaron a esa enfermedad?

¿Cómo hacer las paces conmigo misma por todo lo vivido?

Pienso que, a pesar de todo, estoy aquí y eso hace que me brote una sonrisa.

El amor a la vida y a la familia, a los amigos, a las flores, a mis perros —Candy y Lenin—, son mi fuente de inspiración y resistencia. Resistir y aprender, para seguir descubriendo los milagros de la vida. Y a su vez, tejer nuevas historias.

El cuidado y amor infinito que me brindan las mujeres más importantes de mi vida —mi madre Lupi, mis abuelitas (Sol y Mariquita), mis tías (tantas y cada una tan particular... que mi corazón se ilumina de amor por ellas), mis primas y amigas—, me ayudaron a recobrar la confianza, el coraje y la fortaleza para seguir adelante. Me

acompañaron a recoger los trozos de mi vida para hacer una nueva composición. La energía de mis padres (Francisco y Ricardo), mi hermano Javier, mis tíos (Marco, Rubén y Víctor), y amigos, me ayudaron a seguir mi camino y fluir.

La respuesta es vivir el aquí y el ahora, estoy en el lugar correcto, así como en el tiempo y momento correctos. La vida y la muerte siempre van unidas por un cordón dorado que va del cielo a la tierra y viceversa, tiempo divino, tiempo finito.

Cada día suceden milagros en mi existir interior y he comprendido que las pérdidas son parte de nuestro ciclo de vida.

Ahora... ¡yo soy esa payasita que se carga a sí misma! Y después de que pensé que todo era gris...

Mis ojos imaginaban jugar con los rayos del sol, trazaban figuras en el cielo; jugaban con hilos de oro resplandecientes y brillantes, lluvia o brisa temporal, imaginaba dibujar girasoles en el cielo de todos tamaños y colores. Mi corazón se iluminó nuevamente, descubrió inesperadas notas musicales.

Termino con unos versos que un amigo me dedicó y cuyo título es

La flor y el trueno:

[...el trueno suena aquí luego de que el rayo brilló en la montaña llueve la luz se divorció de la tarde nuevamente el trueno la flor, aquí en la oscuridad espera la luz del ocaso la nube es negra la flor, aquí no hay color de una flor en la oscuridad el cielo es fiero la flor, delicada la tormenta, una embestida una furia diluida en agua y pan la flor enjorada con gotas de agua brilla.]



Lo que se cuenta

Maribel Pérez López

Todas las personas que me conocen desde que era una bolita rosada con olor a leche, saben que Mary y Panchito hicieron hasta lo imposible porque hoy esté aquí brillando en sociedad.

Siempre me han contado que Mary padeció mucho para poder embarazarse de mí; lo intentaron todo: mi madre ponerse patas arriba después de la inseminación de mi padre, relaciones en luna llena, en cuarto menguante; comer mariscos, tomar pulque... de todo.

Sin embargo, nada lograba la concepción.

Al respecto, hubo quienes se atrevieron a acusar a mi madre de estar haciendo brujería para no embarazarse; pero lo que en verdad creo que ocurrió, fue que desde siempre he sido muy ca-

prichosa y mi concepción se daría en el momento en que yo decidiera venir al mundo nueve meses después.

Luego de intentarlo mucho —y de poner hasta en riesgo su matrimonio—, decidí crecer en la pancita de Mary, pobre de ella. El precio de mi vida le costó tener náuseas, mareos y vómitos durante los primeros meses del embarazo: cosa que entraba en la boca, cosa que solía, pero al triple. ¡Qué complicado es traer vida al mundo!

Para el sexto mes, decidí que era tiempo de conocer el mundo, por lo que mi madre estuvo a punto de tener un parto pretérmino. Era el colmo, tanto tiempo y esfuerzo intentando dar principio a mi existencia y a mí se me ocurre intentar salir antes, algo inaudito.

Todo en casa se paralizó. Mi madre, que hasta el momento era una enfermera trabajadora y ejemplar, no quería dejar su labor en el hospital; pero se vio obligada a pasar semanas postrada en una cama sin mucho que hacer y mucho por leer. Por extraño que parezca, esa indomable mujer se mantuvo quieta para que la vida de su pequeña no corriera riesgo. La madre siempre en constante sacrificio.

A pesar de su reposo, mi visión era clara: quería

salir ya de ese espacio donde todo era húmedo, líquido y cómodo —según yo y lo que me han contado y estudiado.

Intenté salir nuevamente del útero de mi madre. Esta vez nos hospitalizaron. Mi insistencia en nacer era fuerte, pero no así mis pulmones, que aún carecían de la madurez necesaria para enfrentarse al mundo.

Un día, mi abuelo Jesús visitó a mi madre en el hospital; cosa rara, porque en el imaginario de toda la familia *papá Chucho* —como solía llamarlo— había sido un padre ausente y abuelo que cuando aparecía sólo consentía y malcriaba a los niños y niñas de la familia, los ponía a pelear y luego desaparecía para evitarse el regaño.

—Vamos a San Juan de los Lagos, Chiquis, sabes que la virgencita es bien milagrosa— dijo con esa mirada infantil y con esos ojos verdes a los que nadie se resistía.

—Papá, pero no puedo viajar, las condiciones de la niña no dan para andar paseando. ¿Qué tal que nos vamos y a mitad de camino se sale? —argumentó mi madre preocupada por esa loca idea—

Tú sabes lo que se debe hacer, ¿no? Tu madre

los parió a todos ustedes, ella puede ayudar, invita a tu suegra, por si las moscas —respondió mientras salía del cuarto de hospital.

Así, mi madre, mi padre y mis cuatro abuelos emprendieron el viaje a la semana siguiente rumbo a San Juan de los Lagos para pedirle a la Virgen que no me saliera antes de tiempo. También, para hacerle la promesa fiel de que si nacía vivita y coleando mi primer nombre sería Juana, en honor a ella.

Y vaya que la Virgen cumplió su promesa, tanto así, que después no quería salir del útero de mi madre. Después de 26 horas de labor de parto y el uso de fórceps, logré salir a la luz; esa luz que tanto me había empecinado en conocer. Por fin veía el mundo que mi madre y padre habían dibujado para mí.

Después de esas horas de sudor, lágrimas y gritos, mi gran cabeza logró salir y por fin mi madre conoció mi rostro, el rostro de Juana.

Siempre he creído que ese nombre —mi nombre, Juana—, es un nombre muy fuerte, un nombre que pesa y que impone. Las personas que me conocen desde que soy una bolita rosada con olor a leche, siempre han creído que es muy mío. Por el contrario, creo que hasta la fecha no he podido

llenar ese imaginario.

Lo que se cuenta es que mi nombre es muy mi nombre.

La primera cicatriz

Todo pasó muy rápido.

Era el cumpleaños de algún primo o prima y la fiesta era a lo grande; comida por todos lados, bebidas para grandes y chicos, dulces y más dulces.

Para entretener a esa cantidad de infancias desbordantes, la familia consideró que sería bueno y nada salvaje contratar un carrusel para que, mientras las criaturas se divertían, las personas adultas pudieran beber sin mucha preocupación.

Honestamente, nunca fui una niña a quien le gustara jugar; yo prefería estar sentada escuchando lo que platicaban las personas antes que ir a jugar cualquier cosa —jugar implicaba moverse, sudar y ensuciarme, por lo que no, gracias—; pero ese día algo cambió.

Decidí que era un buen día para convivir con mis primas y primos. Entre ellas y ellos tenían una relación muy cercana; vivían todos en la casa de mi abuela materna y solo los veíamos cuando hacían alguna fiesta y llegábamos de visita.

Subí al carrusel y desde que sentí el tubo del pasamanos sucio supe que no había sido una buena idea eso de jugar. Monté al elefante, uno de mis animales favoritos.

Estaba un poquito incómoda porque el vestido que llevaba puesto se atoró con algo; pero no importó porque ahí me quedé dando vueltas como toda la chamacada. Algunos iban parados y sin agarrarse, los muy aventureros. Las primas más grandes eran las encargadas de hacer girar el carrusel y eran las que decidían la velocidad de los giros.

Al principio, la velocidad la moderaba mi tía Güera, quien a lo lejos veía que mis primas mayores no abusaran de nosotros. Pero, con el paso de la fiesta, se ocupó en otras cosas y olvidó mirarnos, por lo que estábamos a nuestra suerte.

Nunca me he jactado de tener buena suerte, así que decidí que bajar del carrusel era la mejor opción. Sabía que si les pedía a mis primas que pararan el carrusel para que pudiera bajar no lo harían, y si les avisaba corría doble riesgo, así que decidí apearme del elefante en movimiento.

Me sudaban mucho las manos y, como pude, me acomodé en la parte plana del carrusel. En ese instante pensé que la había librado.

Un miedo tremendo se apoderó de mí; en ese momento me sentí carnada de leonas. Sentí el peligro en las rodillas temblorosas. Era claro que mis primas habían notado que me quería bajar y era aún más claro que habían olido mi miedo y no iban a parar ese juego endemoniado.

Todo pasó muy rápido.

Me acerqué a la orilla del carrusel para intentar brincar y bajar; probablemente el salto no sería de mucha altura, pero para alguien que difícilmente se mueve, parecían los Juegos Olímpicos.

Dejé que el carrusel diera una vuelta más para saber más o menos por dónde caer; nunca me di cuenta de que una de mis primas subió al carrusel, se colocó tras de mí y, sin más, me empujó.

Salí volando.

Mi madre corrió hacia mí tras escuchar mi grito, pero ya era demasiado tarde: estaba en el suelo, con un gran hoyo en la barbilla y la sangre se escurría entre mis dedos, los cuales trataban de entender cómo era que mi barbilla tenía un agujero.

Todo fue muy rápido.

Mis padres, mi abuelo Jesús y yo subimos al taxi

que él manejaba. Mi tía *Güera* y su esposo se fueron en nuestro carro. La fiesta terminó.

Llegamos al hospital donde trabajaba mi mamá; todo el trayecto la pasé en silencio porque estaba en shock: la sangre siempre me ha generado sensaciones difíciles de explicar.

Tras tomar la radiografía, el médico dijo que no había fractura de mandíbula; pero sí una ligera desviación, por lo que sería necesario usar collarín un par de semanas, además de suturar la herida.

En la sala de urgencias, una enfermera hablaba con mi mamá explicándole lo que me harían. Recuerdo la sensación punzante en mi barbilla; sentía el ardor y cómo podía entrar aire a través de esa abertura en mi piel.

Me inyectaron para que no tuviera dolor al momento de suturar y, efectivamente, no hubo dolor, pero sí mucha sensación. Cuando lavaron la herida, la persona que curaba metió su dedo para asegurarse que no se quedará alguna piedrita. Eso se sintió muy raro.

Al término del procedimiento me colocaron un collarín que me hacía mantener el cuello muy erguido; sentí que había crecido como diez centí-

metros.

No podía hablar muy bien, mi lengua se quedó un poco dormida por la anestesia y empezaba nuevamente la sensación punzante en la barbilla.

Por dos semanas comí papillas y usé el collarín. Tomaba agua con popote, y si de por sí ya era la consentida de la casa, me volví ama y señora mientras estuve convaleciente.

La cicatriz que dejó es como una serpiente, otro de mis animales favoritos.

Después de todo ese show, entendí que mi madre y mi padre habían tomado la mejor decisión al habernos ido a vivir lejos de toda la familia.

A veces lo dudaba, pero no por mí. La soledad siempre me ha caído de maravilla; lo pensaba por mi hermano menor, que siempre jugaba solo y se aburría por horas; o por Lau, mi hermana mayor, quien seguro extrañaba la dinámica de aquella casa familiar.

El accidente hizo que las dudas se disiparan y me convenciera de que era mejor estar lejos de las personas que te lastiman y que tienen el descaro de llamarse “familia”.

Ahora que lo pienso con un poquito más de

calma, las madres nos otorgan la primera cicatriz de vida, cuando cortan abruptamente ese cordón que une literalmente las vidas; nos dan la primera cicatriz que se convierte en nuestro ombligo, en el centro de nuestro ser.

Tomasa

Bajita, de carita redonda, de piel morena y dorada por el sol, con sus cabellos largos y blancos, me recordaba la historia de una hechicera sobre la que había leído en alguno de los muchos libros que mi madre y mi padre me compraban.

Tomasa: siempre con una sonrisa y una llama de amor en sus alargados ojos.

Tomasa era mi abuela paterna.

Vivía en El Azafrán, un pueblito que colinda con el Estado de México y Querétaro. A diferencia de su nombre, El Azafrán olía a todo menos a esa peculiar especia. En el rancho donde vivía mi abuela, y toda la familia paterna, olía a vacas, a borregos, a tierra mojada. Olía a trabajo.

Desde que Mary y Panchito se casaron existió el acuerdo de que el periodo de vacaciones escolares, sus hijos e hijas lo pasarían con la familia del rancho, para fomentar la convivencia, los lazos de amistad y, sobre todo, porque era muy difícil que

Mary o Panchito pudieran cuidar de nosotros y nosotras debido a sus respectivos empleos.

Así que esa temporada en el rancho era china libre. Los días eran muy iguales, muy rutinarios.

Despertar desde tempranito, aun cuando no había salido el sol, era para ir a moler el maíz. Mi prima Hortensia era la encargada de ello. A mí me gustaba acompañarla. Caminábamos alrededor de 20 o 25 minutos entre la penumbra de la noche y el amanecer, entre el canto del gallo y el rebuznar de los burros. Llegábamos a las cinco al molino y a la fila de mujeres que había comenzado, todas con sus botes de 4 litros llenos de granos de maíz, cubiertos con servilletas bordadas por ellas mismas, esperando convertir el maíz en masa, masa rica para preparar tortillas.

Moler el maíz es un arte, porque hay que saber calcular cuánta agua echar, cuánta cal y qué tanto moler el grano para que la masa quede tersa; en eso Horte era una experta, y yo pensaba que lo hacía maravilloso para su corta edad.

Después de moler la masa volvíamos con paso lento; Horte sabía que apenas estaba comenzando la jornada que para mí era juego y que para ella y el resto de mis primos era el día a día.

Al llegar a la casa, mi abuela Tomasa nos recibía en su cocina de humo, uno de los lugares más mágicos en el rancho.

Su cocinita era un cuarto chaparrito, como ella, siempre lleno de humo porque algo siempre se cocinaba en ese lugar. De las imágenes más chulas que tengo de mis vacaciones en el rancho es verla a ella, a Tomasa, sentada a lado de su comal, acomodando la leña para que calentara parejo y las tortillas no se quemaran. Siempre con su olla de agüita de canela puesta para apapachar el alma; siempre sonriente cocinando para la familia.

Cada mañana nos decía: Vengan mis niños —refiriéndose a Javi, mi hermano menor, y a mí— tómense esta canelita calientita para que no extrañen a su mamá —la verdad es que no sé si era la agüita de canela o la bella sonrisa de Tomasa—, pero luego de beber el té, extrañaba menos a mamá.

Después del desayuno salíamos con el resto de los primos y primas a pastar las borregas y los caballos. Caminábamos como treinta minutos hasta llegar a la laguna, a unos terrenos que tenía la familia.

Ahí dejábamos los caballos y las borregas, y las siguientes dos o tres horas las pasábamos corrien-

do de un lado a otro, subiendo de un montículo de tierra a otro más grande o más pequeño, pero siempre corriendo.

Eran mis momentos de más movimiento. Honestamente, nunca he sido una persona muy activa si a actividad física se refiere, pero ante esa inmensidad del campo, de la laguna y del viento, no había manera de quedarse quieta.

La grandeza de los montes me hacía imaginar que eran dinosaurios cubiertos de tierra y en cualquier momento despertarían para perseguirnos. Aunque me causaba angustia ese hecho, me emocionaba pensar que esos grandes seres podían estar entre nosotros.

Después de jugar por horas, volvíamos con un hambre tremenda y ahí estaba otra vez ella, Tomasa, sentadita a un costado de su comal, preparando nuestra comida; he de decir que siempre nos preparaba comida diferente a la de mis primos, ya que en aquellos años Javi y yo éramos tremendamente melindrosos y sólo comíamos, de manera invariable, dos o tres guisados.

Tomasa siempre nos consentía con comida rica de nuestra elección, al contrario de las tías que decían que debíamos comer lo que se comía allá, que debíamos alimentarnos como la gente del

rancho. Pero Tomasa pensaba diferente.

Cuando terminábamos de comer, salía de la cocina y se sentaba en una sillita de palma, chiquita también, y se sentaba bajo su gran árbol de pera que daba una sombra deliciosa en medio del sol abrumador de las cuatro de la tarde.

Tomasa sacaba montones de hilos y telas con diversas formas, casi todas ellas flores, frutas en canastas o paisajes; así comenzaba la hora del bordado. Siempre fui trucha para eso del bordado, porque mi abuela me enseñó las puntadas, me daba sus mejores hilos y las telas mejor pintadas, para que les diera color y las llevara a casa. A Mary le encantaba recibir las servilletas bordadas por mí.

Bordábamos por horas enteras, en silencio.

Ella y yo casi no hablábamos, preferíamos escuchar la melodía del alrededor: el canto de los pájaros, el peculiar sonido de las borregas a lo lejos y el rebuznar del burrito del abuelo Toño.

Ahora que lo veo a la distancia, esas horas de costura eran las más sabias con mi abuela. De repente comentaba hechos que ocurrían en la familia, pero sólo lo mencionaba como hecho aislado, como una frase al aire, como aventando

sus ideas para acomodarlas y después compartirlas con las personas implicadas o adecuadas.

Para terminar el día, bebíamos agüita de canela y un trozo de pan, a veces cocoles o bolillos. Dormíamos en casa de mi tío Mateo.

Así pasábamos las vacaciones en aquel caluroso lugar, El Azafrán. Esa rutina la hicimos hasta que teníamos como diez u once años; posterior a ello, sólo visitábamos a la familia en la fecha de la fiesta patronal y en las decembrinas.

Tomasa siempre nos recibía en su amada cocina, en su lugar mágico.

Con el paso de los años, Tomasa enfermó de diabetes, lo que le generó graves complicaciones y muchos cuidados. Siempre que era necesario se trasladaba a nuestra casa para que mi mamá pudiera cuidarla. Era momento de regresar un poco del cuidado y agradecimiento que sentíamos por esa noble mujer. Su enfermedad no fue un camino fácil, pero lo supo llevar, supo cómo encontrarse en medio tanto pesar.

Cuando Tomasa falleció, algo en la familia de papá se rompió.

Las reuniones de la familia se hicieron más es-

porádicas; tardábamos más en visitar al abuelo Toño, que de repente se puso muy flaco, más de lo que naturalmente era, y es que le habían quitado a su viejita, la alegría de su vida.

Ocurrió lo que naturalmente ocurre en las familias de nuestra cultura cuando muere la matriarca, se desploman las relaciones y cuesta más trabajo la unión.

Mirando hacia atrás, pienso que Tomasa me dio grandes lecciones de amor, que en ese tiempo no podía ver. Siempre cuidó de mi hermano y de mí con abnegación para que mi madre pudiera descansar un momento de nosotros.

Siempre quise decirle que mi amor por la costura y la intervención de prendas viene de nuestras tardes de bordados. Gracias, Tomasa.

Las fiestas

La secundaria fue una de las etapas donde más energía desbordé; fue una época en la que conocí mis límites y mis temores, pero también donde supe de la amistad y la lealtad.

Durante la secundaria, como cualquier adolescente bajo la presión social del entorno, centré mi energía en ser popular, en estar entre la gente *nice* y no en el grupo de los que pasan como sombra.

Físicamente nunca he cumplido con los estándares de belleza impuestos por la sociedad: siempre he padecido sobrepeso, cosa por la que se anulan todos mis otros atributos, como que tengo unos ojazos que impresionan, unos labios que invitan a besar, pero también se suma que mi busto nunca ha sido grande y ni hablar de tener un trasero prominente. Pese a todo ello fui una chica popular. Desde pequeña fui muy ñoña para el estudio; siempre me jacté de tener buenas calificaciones y ser sobresaliente para los y las profesoras, cosa que me permitió tener mucho tiempo libre para hacer amistades.

El grupo de personas con las que me juntaba no eran populares; creo que conforme el tiempo pasó y por las pericias de cada uno o una, conformamos un gran *crew*.

Edith y Tania eran las bonitas, una morena y una güera; Lilian y la China entran en la categoría de las buenotas. Alicia, la del dinero; Roberto, el guapo; Jaime y Manuel, los chistosos y yo la gordita bonita buena onda.

— Acotación al margen —

Importante es mencionar que mi hermano menor y yo nos llevamos solo un año de diferencia, por lo que compartimos la mayoría de las escue-

las, y la secundaria no fue la excepción.

Mi hermano ha sido amiguelero, es de las personas que cuando llega a un espacio su vibra contagia y su presencia es grata. Cosa que venía bien a mi tan ansiado objetivo de no ser invisible.

En los recesos las chicas del grupo y yo nos paseábamos por la escuela; quienes podían o querían pavoneaban su cuerpo llamando la atención de más de un adolescente calenturiento que no perdía la oportunidad de ver bajo nuestras faldas.

Debo decir que más allá de ser popular, el grupo de amigos y amigas que consolidé durante esa época me brindó los mejores ejemplos de amistades que he tenido. Si bien el contacto es casi nulo con la mayoría de las personas, aquellos días a su lado fueron una gran llamarada de energía y alegría en mi vida.

Recuerdo perfectamente cómo inició la racha de tres años seguidos de fiestas, de la Secundaria 464.

Estábamos en un receso a mitad de semana y se acercaba el 14 de febrero. Lilian comentó algo que a todas nos hizo sonreír nomás de imaginar las posibilidades de ese hecho

—Deberíamos hacer una fiesta. Todas gritamos que sí.

—Yo no puedo poner mi casa, es bien chiquita —comentó la China.

—Después de como quedó mi casa en la fiesta que hizo mi hermana, a mí no me van a dejar hacer nada —dijo Edith

—A mí ni de pedo me van a dejar hacer algo en casa —murmuró Lilian.

Hubo un silencio en el que todas nos pusimos a pensar en opciones que nos pudieran ayudar.

—Creo que yo puedo poner mi casa, lo malo es que vivo en la Torres, y quién sabe si quieren ir para allá —les dije, algo temerosa de lo que podrían responder.

—Yo si voy.

—Yo también.

—*A huevo*, no se hable más, la fiesta será en la casa de la Mary. Hay que decirle a los demás.

Ese día la panza se me había hecho nudo, no estaba segura de si mi madre aceptaría una jauría de adolescentes gritando y bailando en la casa;

pero yo ya me había aventurado a ofrecer el espacio.

En la tarde que llegó de trabajar me puse a hacer distintos menesteres para que viera que era una hija gustosa de ayudar en las labores de la casa y que por ende merecía divertirme en ella.

—Andas muy modosita Mary — dijo mi madre.

—Claro que no —respondí medio temerosa—, siempre ayudo.

—¿Quieres algo? —me preguntó sin tanto rodeo—. Si es otro libro de una vez te digo que no habrá más, hasta que termines todos esos libros apilados.

—No, no, esta vez no son libros, creo que es algo más fácil de cumplir.

—¿Qué quieres? —dijo mientras me miraba de forma inquisitiva.

—Mis amigos y yo queremos hacer una fiesta, van a venir a la casa.

Se hizo un silencio tenso. Ella no decía nada, sólo me miraba. Seguro pasaron un par de segundos, pero a mí me pareció una eternidad.

—Pues ya estás diciendo que vienen, lo diste por hecho.

—¿Entonces sí?

—¿Cuántos van a venir?

Después de esa pregunta sabía que estábamos del otro lado, porque mamá siempre fue muy consentidora y siempre nos dijo que si íbamos a hacer algo, sería mejor hacerlo en casa, para que ella pudiera cuidarnos.

A la semana siguiente una jauría de adolescentes bailaba y bebía sin mayor preocupación

—¿En serio tu mamá pagó las chelas? —preguntó el Chaneque (su nombre era en realidad Jaime, pero era de estatura muy baja y un habla de velocidad asombrosa).

—Si, dijo que ella pagaba los primeros cartones y si queríamos más, esos ya los pagamos nosotros.

—Qué chingón, quiero una mamá como la tuya —dijo la China, que en realidad tenía el cabello muy lacio.

—No —dije, pero lo pensé para mis adentros, y la verdad es que mi mamá sí que rifaba. Era muy liberal para las mamás de esa época, y eso

me gustaba.

Bebimos y bailamos como los adolescentes calientes que éramos.

A las nueve de la noche mi mamá encendió el auto y dijo que iba empezar a repartir a las personas que aún quedaban. Que ya era tarde y en casa debían estar preocupados.

Así comenzaron las fiestas en la casa. Una vez por mes, durante casi los tres años de secundaria.

Pasaron cantidad de cosas. Hay cientos de historias por contar de todas las tardes de locura. Seguro que, si mi cuarto y el baño pudieran comunicarse, las historias serían infinitas y macabras, además de sexuales. Pero, sin duda, la más épica de todas las fiestas fue aquella en la que, en cuestión de segundos de diferencia rompieron el vidrio de la habitación de mis padres y la mesa del comedor.

El crujir de la madera hizo un eco tremendo. Imaginé cientos de cosas con semejante ruido. Salí del baño acomodándome la blusa. Mi preocupación sobre lo que había pasado aumentó cuando escuché el romper de un vidrio y a mi hermana mayor gritar “¡Agárrenlo, fue ese cabrón!”

Al entrar a la cocina vi todo el caos, un montón de mujeres tiradas en el piso sobando diferentes partes de sus cuerpos.

—¿Qué pasó? —pregunté con un tono de voz preocupada, pero también enojada.

—Nos subimos a bailar a la mesa —dijo Edith, mientras se sobaba la espalda.

—Pensamos que la mesa resistiría...

—No mames, Tania, cómo chingados iba a aguantar tanto pinche peso —lo dije mientras trataba de levantar la tapa de la mesa.

Todas las personas que nos encontrábamos en la cocina intentamos revisar qué había ocurrido con la gran mesa de madera de mi madre.

—Rompieron el vidrio del cuarto de Mary —entró gritando mi hermana mayor.

Se quedó boquiabierta cuando vio la mesa.

—El vidrio se queda corto, ahora sí te van a cagar —Laura, mi hermana mayor, salió de la cocina moviendo la cabeza.

Por unos segundos me sentí helada, no sabía cómo resolver lo que estaba pasando.

Miguel, un amigo incondicional durante la secundaria, se acercó y me dijo que todo estaría bien; me abrazó, empezó a sacar a todos y sólo dejó a las personas más cercanas.

Entre los ahí reunidos limpiamos el desorden, algunos subieron a barrer los vidrios del cuarto de mi madre y padre, y a pegarle un hule para evitar que se metiera la lluvia, que no tardaba en llegar.

Miguel revisó la mesa y se dio cuenta de que una de las patas se había safado, pero sin romperse por completo. En las herramientas de mi padre encontramos alambre para reforzar la pata de la mesa y que nadie se diera cuenta de lo ocurrido.

Pero el vidrio era otro tema, algo imposible de ocultar.

Mis amigos y amigas se fueron, me quedé sola con un nudo en el estómago nomás de imaginar cómo le iba a decir a mamá todo lo que había pasado.

Cuando ella llegó, notó que todo estaba limpio, cosa rara después de una fiesta.

—¿Qué pasó? ¿Por qué se fueron temprano todos?

(Aquí una vez más comprobé que las madres

tienen un sexto sentido, tienen esas antenitas que avisan de los problemas.)

—Pues no sé, alguien se peleó y se fueron todos, dije entrecortadamente.

—¿Qué pasó, Mary?

—Rompieron un vidrio de tu cuarto —dije en seco y con voz temblorosa.

—¿Alguien se lastimó?

—No, todos estamos bien. Alguien desde afuera aventó una piedra y se rompió.

—Bueno, toda raya en lo material, no hay problema mientras ustedes estén bien.

Al día siguiente compramos el vidrio y nada se habló sobre el tema.

Los días pasaron y Mary no notó lo que había ocurrido en la mesa; durante todo ese tiempo yo me encargué de barrer y trapear el comedor, para evitar que ella viera el amarre de alambre que habíamos improvisado.

Las semanas también pasaron, incluso yo olvidé lo que había sucedido; pero un día, mientras hacíamos la limpieza, Mary notó ese bello alambre

sosteniendo la mesa del comedor.

No preguntó mucho, le hice un pequeño resumen de ese día y solo movió la cabeza y dijo:

—Pues ese amarre funciona porque hasta ahora nunca había imaginado que estuviera rota la mesa. Lo que aún no comprendo es por qué se les ocurrió que bailar sobre la mesa era una buena idea.

—Se sentían teiboleras, ma. Las dos reímos.

Pese a lo ocurrido, las fiestas no pararon. Mensualmente nos reuníamos en casa para emborracharnos. Pero ahora bajo el ojo vigilante de mi madre desde su habitación. Se encerraba ahí y solo cuando escuchaba que las cosas no andaban tan bien solía asomarse y preguntar si todo estaba en orden.

Debo confesar que durante esa época fui feliz, muy feliz. Y no por las fiestas, la popularidad o algo similar; era feliz porque mi madre me dejaba beber en casa, con mis amigas y amigos, y con ella también. Cosa que en casa de mis amistades no ocurría.

Mamá Lupe y el valor de la amistad

Nunca imaginé que el Colegio de Ciencias y

Humanidades sería una de las mejores etapas de mi vida.

Todas las mañanas me levantaba a las cinco para bañarme y desayunar algo antes de salir. Javi también iba en el mismo CCH-A, y Lucía, amiga de la secundaria, y Héctor, mi primo con el que jugábamos en el rancho cuando éramos chiquitos —había llegado a vivir a la casa porque tenía más posibilidades de seguir estudiando acá, en la “ciudad”, que en el rancho—; así que los trayectos no eran para nada aburridos o tediosos, porque siempre había alguien con quien platicar.

Hicimos esa rutina de levantarse temprano durante un semestre, hasta que mi abuela materna, mamá Lupe, nos ofreció unos cuartos en su enorme casa. Fue así que nos mudamos mi hermano, mi primo y yo al segundo piso de la casa de mi abuela materna.

Sin saberlo, ese hecho daría paso a la idea de libertad. Desde ese día no volví a habitar de forma permanente la casa de mi infancia.

Pasábamos todos los días en casa de mi abuela, y sábado y domingo regresábamos a casa. Mi mamá nos preparaba comida para toda la semana, y una o dos veces pasaba a vernos después del trabajo. Pero siempre teníamos el ojo vigilan-

te de mi mamá Lupita. Y lo digo en el mejor de los sentidos, porque nunca fue entrometida, nos cuidaba y, sobre todo, se preocupaba por nuestra alimentación.

Guadalupe García era una mujer admirable, bella, entrona. Educó y mantuvo a sus seis hijos mientras el abuelo le daba la gozadera a la vida y el cuerpo. Tuvo distintos empleos, pero quizá el más significativo para ella y la familia fue la cocina económica que tenía cerca de la casa, con la que alimentaba a toda la gente de la colonia. Tenía una sazón de diosa.

Siempre por las mañanas, antes de salir para el CCH, nos daba alguna fruta con yogurt, sándwich o algún pan con montones de azúcar. Siempre decía *“Si la pancita va llena se aprende mejor”*. Nos daba la bendición y ese abrazo de mamá que se necesita para iniciar el día. Olía a rosas, usaba un talco para cuerpo que le dejaba un olor inconfundible.

Era muy cariñosa con mis hermanos, con mi hermana y conmigo; nos consentía de muchas maneras. Era atenta y siempre buscaba que estuviéramos alegres, felices. Ahora que lo pienso, no creo que el resto mis primos y primas tengan la misma percepción de mamá Lupe, porque siempre nos trató de manera diferente.

Ahora que vivíamos en su casa, nos dejaba hacer fiestas con nuestros amigos y amigas del CCH, no tan épicas y grandes como las de la secundaria, pero sí nos permitía que las personas de *la banca* estuvieran ahí casi todos los viernes.

La “banca”, según el argot del ceceachero, es un grupo de jóvenes con gustos similares. Había bancas de *emos*, *chakas*, *punks*, *fósiles*, *otakus*, *los color-citos*, que eran personas que se vestían de forma extravagante y con ropas fluorescentes. Y estábamos nosotros y nosotras, que éramos personas muy comunes, normales. Éramos personas existiendo y aprendiendo.

Fue un martes, quizá, cuando Lucía nos dijo a Javi y a mí: “Cuando termine la primera clase nos vemos atrás del F, en la jardinera junto al edificio de cómputo”. Llegamos muy puntuales a la cita, estuvimos reunidos en ese punto como cinco minutos y luego cada quien volvió a sus clases. Nos prometimos estar ahí al término de la otra clase y, si era posible, ir con una persona más. Así nació *la banca*: Lucía, Aurelio, Fátima, Omar, Javi, Citrus, Chovis, Marimar, Paco, el Tote, Carmen, el Molo, el Negro, la Roja, y otras personas que iban y venían durante los tres años que compartimos en el CCH.

Creo que la banca significó, para mí, el confort,

la seguridad y confianza que se necesitaban durante la etapa en la que se comienza con la consolidación de la persona adulta que quieres o pretendes ser.

Nos abrazamos y entendimos las particularidades y peculiaridades de cada una y cada uno. Conocí, a través de todas esas personas que la conformamos, las primeras muestras de amor externas a la familia.

Estar cerca de esas personas me hizo entender muchas cosas en la vida, o al menos eso creía; eso me daba seguridad, por lo que aprendí a confiar en la gente. Hablar de todo y de nada era de las cosas que más disfruté de esa época. Crear lazos de amistad y amor con ellas y ellos hizo que la realidad de la futura vida adulta fuera más llevadera.

Si las etapas de la vida fueran tonalidades de color, esta etapa sería resplandeciente, rosada o color durazno, o como sea que se vea el color del amor. Con los miembros y miembros de la banca aprendí que el amor tiene muchas presentaciones, formas e intensidades.

Nos gustaba frecuentar una pulquería por la estación del Metro Azcapotzalco, cerca de las vías del tren. El lugar era de antaño, por lo que su

clientela estaba cargada de personas mayores, por lo que un montón de jóvenes dispuestos y dispuestas a beber les llamaban la atención, por lo que terminábamos con varios litros de pulque gratis que esos parroquianos nos invitaban.

También hicimos algunos viajes juntos, pero quizá el más entrañable y significativo fue el de las grutas de Tolantongo. Fue una travesía intensa desde que íbamos en camino. La camioneta de Mary se averió y tuvimos que pasar por dos mecánicos distintos para encontrar la falla —aprovecho para mencionar que mi madre era quien siempre nos llevaba de viaje, porque era el *sponsor* de la banca. Después de casi seis horas de retraso, llegamos a nuestro tan anhelado destino en Tolantongo. Acampamos a la orilla del río. Mientras algunos y algunas montaban las casas de campaña, otras personas junto con mi mamá encendían la fogata y preparaban la cena.

El cielo estaba estrellado de una manera fabulosa, cientos de estrellas por doquier iluminaban la noche, estábamos rodeados de cerros, los cuales estaban cubiertos por enormes y majestuosos cactus. El sonar del río daba el toque musical preciso para sentir la armonía de la naturaleza.

Mientras bebíamos, hablamos de todas nuestras aventuras vividas hasta ese momento. Llevába-

mos casi tres años estando juntos y juntas; habíamos compartido conciertos, fiestas, borracheras, viajes, tareas, exposiciones. Habíamos peleado porque en el equipo alguien trabajaba más que otro u otra, llorado y sonreído en distintos momentos de ese tiempo compartido.

Teníamos una tradición de cada borrachera, la tan añorada sección de los tres versos. Era un momento de la ingesta donde cada persona presente decía unas palabras para todas las personas presentes

—Ya cállense, ya le toca a Lucia— dijo el Molo mientras repartía una cerveza a cada quien.

—Sólo quiero agradecerles por aguantarme todos estos años. Sin ustedes no lo habría logrado, estoy segura —Lucia nos miró con los ojos llenos de lágrimas, pero también llenos de gratitud.

Esa noche Lucia fue la última en hablar y los tres versos terminaron, pusimos música y no paramos de bailar y cantar hasta muy entrada la madrugada.

Esa noche supe lo que significa la amistad. Sabía que, de alguna manera, quizá no todas las personas que se encontraban esa noche ahí durarían para toda la vida, pero al menos, hasta ese

momento, me enseñaron que confiar en las personas es una posibilidad a ser alguien mejor en este mundo.

Viajes como ese tuvimos varios más; seguimos acudiendo a nuestra pulquería favorita casi de forma ceremonial cada viernes, hasta que terminamos el *ceceache*. Cada quien eligió carreras y planteles distintos, aunque algunos no tuvieron tanta fortuna y tuvieron que quedarse un tiempo más ahí.

Cuando terminamos esa etapa, regresamos a la casa de nuestra infancia mientras transcurrían los meses de vacaciones y nos daban el resultado de nuestra elección a la licenciatura.

Mamá Lupe se quedó un poco triste tras nuestra partida, pues nuestra convivencia se había hecho muy cercana.

Lo que mi abuela no supo es que con todo el tiempo compartido me había dado grandes lecciones de vida. Me inspiró mucho. No comprendo aún como tuvo que lidiar con los estereotipos con los que la identificaban como madre soltera o una mujer “dejada” y ser ella la culpable si algo salía mal con la crianza de sus hijos e hijas, y no de aquel abuelo simpático y bonachón que aparecía de vez en cuando.

Mi abuela es estandarte de lucha en un mundo que gira contra la independencia de las mujeres.

La indecisión

Me parece una falta de respeto tremenda por parte de la sociedad que nos obligue a decidir qué queremos ser en la vida antes siquiera de entender qué es la vida adulta y la responsabilidad que eso implica.

—Ma, si tú no hubieras sido enfermera, ¿qué te hubiera gustado ser?

—Siempre quise ser enfermera, lo tuve claro siempre.

—Si ma, pero qué otra cosa hubiera sido...

Su respuesta siempre fue confusa, tanto que ahora mismo no la recuerdo, pero siempre concluía con que yo debía estudiar enfermería.

Ella decía que yo sería una buena enfermera, pero mi madre estaba completamente equivocada; lo que menos deseaba era hacer lo que ella hacía con tanto amor: cuidar enfermos. Eso no figuraba dentro de mi radar de posibilidades de ser en la vida.

Recuerdo el día en que metí el pase reglamenta-

rio de la UNAM. Dudé muchísimo. ¿Qué quería estudiar? No lo sabía. ¿Y qué hice? lo que siempre hago cuando no sé qué hacer con la vida: le copio a los demás la forma de enfrentar la situación.

Lucía dijo que estudiaría Psicología, así que decidí hacer lo mismo.

—Número de cuenta —dijo la señora mal encarada de la ventanilla de Servicios Escolares.

—308217645 —respondí un poquito temerosa.

—Carrera.

—Psicología.

—Plantel de primera elección —me preguntó de forma automatizada, la muy mal encarada.

—Ciudad Universitaria —estaba segura que no me asignarían en mi primera opción.

—Segunda opción.

—FES Iztacala.

Esas fueron las respuestas que Lucía y yo dijimos a las personas de Servicios Escolares, seguras de que nos quedaríamos en nuestra segunda opción, según nuestro promedio.

Nuestra sorpresa fue realmente grande cuando en los resultados me asignaban un lugar en la Facultad de Psicología en Ciudad Universitaria y a Lucía en la FES- Iztacala.

Estaba en problemas, no sabía qué me aterraba más: la idea de tener que ir a Ciudad Universitaria o no tener la más mínima idea de qué significa ser psicóloga y tener que dedicarte a ello toda la vida.

Para tranquilizarme un poco recordé el tiempo que estuve tomando terapia psicoanalítica después de la separación de mis padres; recordé a mi psicóloga y la imagen que tenía de ella, lo que resultaba algo confortable. Entonces pensé que no estaría tan mal eso de tratar de ayudar a las personas a resolver sus problemas, porque según yo, eso es la psicología.

Los primeros semestres de la licenciatura los cursé de forma entusiasta, realmente quería aprender y hacer las cosas bien. Traté de entender qué significaba dedicarte a eso toda la vida, y me asusté, no me gustó el futuro que me deparaba.

Una mañana, casi para terminar el cuarto semestre, Mary y yo platicamos sobre mi poco compromiso con lo que estaba haciendo

—Es que ya no sé qué hacer, en serio no me gusta, no me atrapa —le dije a Mary

—¿Y entonces qué quieres hacer? —me dijo mi madre mientras me miraba con sus enormes y bellos ojos.

—No sé, te lo estoy diciendo —le respondí en un tono de enfado.

—Pues tienes que hacer algo, no puedes quedarte sin hacer nada. Tienes que estudiar.

—No te estoy diciendo que no voy a estudiar. Sólo no sé qué quiero ser.

—Estudia enfermería, serías una excelente enfermera, lo sé, mira...

—No empieces con eso otra vez —la interrumpí—, no me gusta la sangre, no me gusta como huele el hospital, no me gusta nada de eso. No voy a estudiar enfermería

Como una especie de milagro terminé el cuarto semestre.

Según el plan curricular de la facultad, a partir de quinto semestre se empieza a perfilar al egresado y egresada, al elegir asignaturas con enfoques particulares; y como era de esperarse, yo estaba

pérdida, sin saber qué opciones de asignaturas elegir.

Al inscribir las asignaturas pensaba en qué cosas me disgustan menos de la psicología para poder orientarme por esas, así que elegí aquellas que tenían que ver con la rama social y social comunitaria.

Fue en ese momento en que la pequeña magia apareció. Nunca supe si fue la compañía o el alcance de ese tipo de psicología que me atraparon y concluí la licenciatura haciendo mi servicio social con un equipo interdisciplinario en una isla en Mazatlán, Sinaloa.

Estudiar psicología fue la indecisión más larga de mi vida, me costó cuatro años y medio entender que lo que buscaba era otra cosa. Pero no me arrepiento para nada de la experiencia que mi indecisión dejó.

Los últimos semestres de la carrera fueron experiencias que me desbordaron el corazón de distintas maneras. Conocí personas fabulosas que me enseñaron a mirar la vida y la psicología misma de otra manera. Personas que se volvieron amistades entrañables y me ayudaron a sobrellevar los momentos más oscuros y tristes de mi vida. Conocí a César, Rosa, María, Albert, Lilian, Ángel y

Marian, quienes me brindaron confianza y amor como nadie.

Con ellos y ellas compartí tardes de increíble discusión sobre un montón de cosas; nos gustaba problematizar las lecturas de las clases o los temas vistos en el aula, pero rodeados de árboles y de la vibra universitaria que se generaba en el Edén de CU.

Todos los jueves eran de *torcido*. Lo llamábamos así porque nos reuníamos bajo la sombra de un árbol con el tronco precisamente torcido. Hablábamos de nuestros problemas amorosos, de nuestros problemas sexuales, de nuestro sentir hacia la carrera y la forma en cómo nos enseñaban. Soñábamos con revolucionar el aprendizaje.

Creo que se comete un gran error al cuestionar a los y las adolescentes sobre su futuro académico y económico, ya que somos tan inmaduros y contamos con tan pocas herramientas para saber con certeza a qué nos queremos dedicar el resto de la vida.

No dudo que existan las excepciones, y que haya personas que siempre hayan tenido en claro cuál es su futuro, como si éste se les hubiera revelado en un sueño, pero creo que son las menos.

La indecisión nos lleva a estar en lugares que no queremos. Nos lleva a desempeñar espacios laborales donde no estamos cómodos.

Aunque demore un poco más, siempre vale la pena tomarse un tiempo para tomar decisiones de vida.

Mary. En el cuerpo de otra, la pena mía

Cuando entré al cuarto el olor era agrio, hacía mucho calor y el ruido de las máquinas me recordó el zumbido molesto del mosquito que no te deja dormir. Me impactó verla postrada en la cama sin poder hablar, sin moverse, sin sonreír. Su cuerpo estaba cubierto de mangueras y tenía moretones por todas partes, su rostro era otro y un tubo le ayudaba a respirar. No era ella. El accidente la dejó irreconocible, al tomar su mano y sentir su calor, comprendí todo su dolor. Mi dolor.

Después de cuatro días de lucha decidió que su camino era otro. Decidió convertirse en todo y en nada. Se volvió sin forma para poder volar y andar en el mundo, se volvió la espuma que cosquillea en la mar; se volvió las nubes que invitan a soñar, el viento que te besa. Transformó su vida —y ahora su muerte— en algo que ni ella imaginó.

Mi madre murió el 14 de mayo de 2013, tras un

accidente automovilístico causado por personas que manejaban a exceso de velocidad tras robar un vehículo.

En un abrir y cerrar de ojos el amor de mi madre desapareció. Me sentí vacía, rota. La vida me quedaba muy grande, no estaba lista para enfrentar lo que se venía.

Desde que tengo la capacidad de crear y guardar recuerdos, siempre he presumido la magnífica mujer que fue mi madre. Siempre he disfrutado hablar sobre la confianza que nos teníamos, la apertura a hablar de cualquier cosa y el amor incondicional que siempre nos dio.

Su muerte tan repentina nos dio una sacudida tremenda a toda la familia, de la cual, a la fecha, me atrevo aventuradamente a decir que aún no hemos superado. Cada quien desde su trinchera se replanteó lo que estaba haciendo en la vida, sus metas, sus objetivos y lo que estábamos haciendo para cumplirlo; pero nadie habló abiertamente del dolor causado por la muerte de mi madre.

Mary siempre nos motivó a ser mejores cada día; buscaba que diéramos el extra en todo lo que hacíamos. Cuidaba nuestra alimentación lo más que cada uno y una le permitimos, porque siempre fue una mamá consentidora que prepara mu-

cha comida para tener a todos y todas conformes.

Toda mi infancia la llenó de libros; pasé horas, semanas y meses pegada a ellos; fomentó mi gusto por la lectura y las letras, por crear historias e imaginar cosas.

Mary era de esas madres a las que no necesitas decirles que algo te pasa; con el sexto sentido maternal sabía que algo no anda bien y nos decía: Recuerda que siempre que quieras podemos ir al *cuarto de los secretos*.

El cuarto de los secretos era una habitación donde teníamos todos los chuches que no se usaban; herramientas de mi papá y algunas cosas de papelería que usábamos durante el ciclo escolar.

Ese cuarto era el cómplice cuando queríamos hablar de forma confidencial con mi mamá, lo platicado ahí era como secreto de confesión.

—Soy amante de Jorge.

—¿No es mayor que tú?

—Me lleva algunos años.

—No creo que debas estar con una persona así. No te respeta.

— No dije nada, me quedé muda.

— Si él no te da un lugar, no te está respetando. Ustedes ahora dicen que hacen relaciones de tres o cuatro, y yo no me meto con eso, pero si en esa relación que tienen a una persona le están mintiendo, no hay respeto.

Seguía sin poder decir nada. No podía verla a la cara.

— Nunca te has creído lo bonita que eres, eso hace que creas que mereces cualquier cosa. Y vales mucho, hija, como para andar a escondidas o cuidándote de alguien.

— No soy bonita, siempre lo dices, pero no lo soy.

— Ay Mary, cuando confíes en ti verás las cosas de otra manera.

Mi madre tenía mucha razón: cuando una confía en el amor que se tiene a sí misma, entiende la vida de otro modo.

Mary me enseñó muchas lecciones en la vida, y que lo más importante en la existencia es buscar ser feliz y siempre respetar a las personas; pero, sobre todo, respetar el pensamiento propio, buscar la congruencia entre el decir y hacer.

A veces he pensado que su muerte fue eso, un acto de congruencia con la vida; tras ese duro accidente sabía que no quedaría bien, el médico que la atendía daba un pronóstico muy reservado sobre las habilidades que podía recuperar si despertara del coma.

Pienso que Mary entendió lo limitada que sería su vida si luchaba un poco más para quedarse en el plano terrenal y por eso decidió dejar su cuerpo y convertirse en bosque, en nieve, en volcán; decidió convertirse en todo y abrazarnos con el calor del sol, y mirar nuestros caminos desde donde pudiera mover las piezas y ayudarnos un poquito más a resolver nuestras angustias.

A veces me acuso de no recordar su voz, de no recordar su aroma y de no ser capaz de recordarla al cerrar los ojos. Ya no recuerdo su número celular, y a veces olvido recordarla en su cumpleaños y en su aniversario luctuoso. Navidad, Año Nuevo y el Día de las Madres perdieron la chispa para ser celebrados.

La vida no es la misma sin el amor de mamá.

Mazatlán

Las plantas de mis pies palpitan casi tanto como mi corazón, siento el sudor recorrer toda mi piel caliente, el dolor de toda la vida en la rodilla no se

había hecho presente.

Apenas se podía reconocer a la de junto, la noche era espesa, y aunque la luna brillaba en lo alto, era complicado saber a lado de quién estabas danzando.

El sonido de la mar apaciguó los tambores, y la danza arrebatada en la que nos encontrábamos se sumió en el vaivén de las olas al romperse en la arena.

En silencio avanzamos hacia la entrada del temazcal, ese lugar donde el aroma de las hierbas al tocar las piedras calientes sirve como susurro que invita a mirar al interior.

Suenan los caracoles como signo de que la ceremonia ha terminado. Bebemos té y tomamos miel, y cada una se sumerge en sus pensamientos, esperando que llegue la noche para danzar una vez más.

Fue parte de la ceremonia lunar que compartí con las mujeres medicina que conocí en Mazatlán, mientras hacía mi servicio social en psicología.

Mazatlán es un lugar mágico.

Arropó mi alma después del gran dolor que

causó la muerte de Mary.

Conocí personas increíbles que me han ayudado a entender un poco la vida sin mi mamá, a construirme y entenderme un poquito más.

Mazatlán es un paraíso. El vaivén de la mar acompaña los sueños de quienes ahí habitamos; la mar nos mueve algo desde dentro y nos da la energía necesaria para enfrentar la vida.

Volví a nacer en Mazatlán, mi ombligo renació entre palmeras y las olas del mar; me volví pata salada de corazón y por decisión.

Estuve casi dos años viviendo en la bellísima Isla de la Piedra, una parada turística obligada al visitar Mazatlán. Para llegar a ella se debe cruzar el canal de navegación en una lancha, la cual te deja en el embarcadero principal; al no ser un espacio tan grande, se puede recorrer la isla caminando.

En la isla, la brigada multidisciplinaria contaba con una médica, Miriam; tres veterinarias, Ana, Karla y Angélica; dos trabajadoras sociales, Yes-hua y Beatriz; y dos personas en psicología, César y yo.

Las ocho personas vivíamos en un camper en un terreno lleno de maleza que la marina le ha-

bía concedido a la UNAM para realizar investigación.

La convivencia en un principio era complicada, porque era un espacio muy pequeño para ocho personas, teníamos solo un baño y era un tremendo lío cuando había que salir temprano y todas queríamos bañarnos porque había que esperar hasta 40 minutos para lograr el épico baño.

Después de unos meses perdimos el pudor y aprendimos a organizarnos mejor.

César y yo salíamos a las seis de la mañana a correr a la orilla de la mar. Me encantaba correr y sentir mis mejillas enrojecer de poco en poco; me gustaba sentir el latir agitado de mi corazón, me encantaba la vista al correr. Creo que puedo decir que han sido los días en que más viva me he sentido.

Después de correr, desayunábamos y emprendíamos el camino: César, Yeshua, Beatriz y yo íbamos a las escuelas de la isla para tratar de incidir y fomentar la participación de las personas en edad escolar en los diferentes asuntos de la isla.

Mi horario de trabajo se limitaba al horario escolar, de tal suerte que tenía las tardes libres. Así que me la pasaba en la playa, nadando o con Flor,

una mujer medicina que, a través de la oratoria y la lectura, busca transmitir sus conocimientos a las nuevas generaciones.

Durante las vacaciones de abril, Erre —amigo del CCH— me visitó en Mazatlán.

Mientras caminábamos por la orilla de la mar me dijo:

—Estás muy cambiada.

—Sí, ahora soy de piel dorada —le dije, mientras alzaba los brazos para que notara el color de mi piel

—Bueno sí, ahora eres una morena muy sensual

—dijo Erre tocando mi hombro.

(Abro un pequeño paréntesis para acotar que Erre y yo habíamos tenido diferentes encuentros sexuales que estaban en el anonimato, nadie sabía que teníamos algún tipo de relación. Y digo una especie de relación porque él tenía novia y yo salía con otras personas. Cierro paréntesis.)

Los dos reímos.

—Pero no, no me refiero a que ahora seas morena —continuó diciendo, te ves distinta. Como

si brillaras.

No dije nada, pero sentí que estaba sonrojada. No sabía si lo decía para que fuera más fácil llevarme a la cama o porque en realidad lo veía.

Erre regresó a Ciudad de México dos días después. Durante su estancia no ocurrió nada sexual entre él y yo. También pensé que él se veía diferente, como más libre.

Durante mi estancia en Mazatlán, una vez por mes iba al temazcal con Flor, esas tardes-noches eran mágicas y curativas; de alguna manera salía sintiéndome otra.

El calor que emana de las piedras y las hierbas que se utilizan crean la atmósfera correcta que permite conectarte con tu pensamiento más lejano.

Mazatlán me dio la confianza de creer en mi poder de mujer.

El camino con corazón

Quisiera decir que el llamado a elegir este camino me llegó por mandato divino; pero no.

Me gustaría recordar el momento en el que decidí que quería esto, que sería una buena idea y

que tenía madera para ello; pero la realidad es que no recuerdo muy bien cómo fue que decidí emprender esta aventura.

—Voy a estudiar enfermería — dije un poquito temerosa

—¿Estás segura?

—Sí.

—Sabes que siempre te apoyaré en todo lo que decidas hacer.

—Gracias —Erre me abrazó como él solo sabe hacerlo.

Comentar la noticia con el resto de la familia fue menos complicado de lo que pensaba; todas y todos lo entendieron de la mejor manera, pues siempre se había creído que ese era mi camino.

Y ahí estaba yo otra vez, iniciándome en la universidad por segunda ocasión, sin saber que sería más complicado que la primera.

Con complicado me refiero a la estructura del aprendizaje.

Las clases me costaron mucho trabajo. Había que llegar puntual y hacer tareas: no podías dis-

traerte ni un instante porque ya habían dicho los nombres como de 50 huesos, de tantos músculos del cuerpo, sabrán las diosas cuántas teorías del cuidado se te pasaban si parpadeabas o mirabas afuera.

Sentí que había vuelto a la secundaria. Alguien tomando lista, anotando si había o no entregado la tarea, algo fuea de serie.

Y no es que en psicología las y los docentes fueran salvajes sin el control de la clase, simplemente las clases se prestaban para favorecer otro tipo de aprendizaje, con menos memoria y más discusión, más diálogo.

Entonces me pregunté si realmente sería mi camino obtener un diez de calificación memorizando cosas en vez de poner en juego mi capacidad para replicar y dialogar.

Las clases de sociales en enfermería no son tan válidas como la anatomía o la fisiología, y se entiende el por qué. Lo que aún no logró entender es la razón por la cual el ámbito social siempre es tan relegado —si de lo social y en lo social es donde vivimos y nos desarrollamos.

También fue bastante complicado entenderme con mis compañeros y compañeras, quienes eran

considerablemente más jóvenes que yo, porque de pronto no concordaba con la manera en que afrontaban el estudio y las prácticas, lo que me desesperaba un poco. Al final, esto se convirtió en una fortaleza porque me ayudó a cultivar la paciencia.

Pero siempre que el camino se hace con amor, lo bendecido llega por añadidura: encontré personas maravillosas que me dieron confianza al momento de hacer equipo con ellas y ellos, que me llenaron de seguridad al momento de atender mi primer parto. Hice amistades.

Cuando reflexiono cómo llegué aquí, también pienso en lo que me gustaría haber platicado con Mary. —Este un cachito de los muchos diálogos que tengo con mi madre en sueños, los cuales me consuelan y orientan cuando no sé muy bien a dónde ir.

—¿Alguna vez te imaginaste verme así, de blanco? —le pregunto a mi madre cuando miro el rayito de sol que se cuele en medio de una nube.

—Siempre, siempre supe que llegarías aquí.

—Aquí sí me gusta estar —le digo mientras siento el calor de su abrazo. Los caminos que se nos presentan en la vida son muchos y muy varia-

dos; lo que nos ayuda a elegirlos y recorrerlos son el amor y el ponerle corazón al viaje, alimentando la convicción de que eso que hacemos es lo que deseamos hacer.

Enfermería es mi camino con corazón.





Mi bolsa de mano, vínculo con mi vida familiar y profesional

Virginia Reyes Audiffred

Mi bolsa de mano es de tamaño reducido: es similar a una hoja media carta o tal vez un poco menos: es una compañera constante que cuelgo de mi hombro derecho, lo que me permite mantener mis manos libres en todo momento y, por ello, reaccionar de manera rápida y eficiente ante cualquier eventualidad.

Siempre he sido una persona práctica y minimalista. En mi bolsa de mano solo albergo los elementos necesarios para llevar a cabo mis actividades diarias de manera eficiente. No soy amante de cargar cosas pesadas o innecesarias, por lo que mi bolsa se convierte en una selección cuidadosa de lo indispensable.

Si llegaras a abrir mi bolsa, encontrarías una serie de pequeños objetos que para mí son de vital importancia: mi credencial del INE y de la Facultad de Enfermería y Obstetricia; tres llaves — que no solo representan el acceso a lugares físicos, sino también a oportunidades y experiencias que me esperan en esos lugares tan preciados para mí. También una memoria USB, mi teléfono celular y una estampa de la Virgen de Guadalupe.

Mi credencial del INE representa más que un simple documento. Es un símbolo de mi identidad como ciudadana y una herramienta que me empodera y me permite ejercer mis derechos plenamente. También, la credencial de la Facultad de Enfermería y Obstetricia tiene un significado especial para mí.

Esta credencial universitaria representa el vínculo entre lo pasado y lo presente. Cada vez que la veo me transporta a recuerdos hermosos relacionados con mi madre, quien fue enfermera dedicada y apasionada por su profesión.

La palabra *enfermera* evoca en mí una profunda admiración hacia ella. Su ejemplo fue el motor principal que me impulsó a decidir estudiar enfermería y a buscar la superación personal día a día.

Al día de hoy, cada vez que miro mi credencial de la facultad, siento un profundo sentido de gratitud por el camino que he recorrido y por todas las experiencias que he vivido en el campo de la salud. Me recuerda la importancia de seguir aprendiendo y actualizándome en esta profesión en constante evolución, con el objetivo de brindar el mejor cuidado posible a mis pacientes y de honrar el legado de mi madre.

Recuerdo claramente aquellos días de mi infancia, cuando apenas tenía seis años. Mi madre, vestida de enfermera con una impecable bata blanca, zapatos relucientes y una cofia impecable, ejercía su labor y, en ocasiones, me llevaba con ella al hospital y me dejaba por una hora en un pasillo, mientras daban las nueve de la mañana, hora en que me tomaba de la mano para cruzar la calle y dejarme en el jardín de niños.

Su lugar de trabajo era tan limpio como un espejo, muy cercano a la central de equipos y esterilización, la sala de urgencias y al estacionamiento de las ambulancias. Desde allí podía observar cómo el equipo de salud entraba y salía apresurado, esmerándose en brindar atención a las personas.

También recuerdo varios olores que impregnaban el ambiente: cloro, yodo y otros productos

químicos utilizados para mantener los cubículos, el piso y todo el equipo y material sanitizado. A veces me dejaba del otro lado del hospital, en una pequeña sala de espera, donde podía observar a las personas que esperaban su turno para pasar a la consulta médica o para recibir noticias de su familiar. Sus semblantes reflejaban preocupación y angustia. Todo esto fue el origen de mi deseo de estudiar enfermería, pues desde esa etapa temprana sentí la necesidad de ayudar a las personas a calmar sus dolencias y sufrimientos.

Desde entonces, esas imágenes se grabaron en mi mente y se fortalecieron a lo largo de mis años durante la primaria. Diario veía a mi madre muy contenta salir de la casa para ir a trabajar al hospital. Al finalizar la secundaria, mi madre dijo: “Sería bueno que estudiaras enfermería, es una profesión bonita. Si te casas a una edad temprana, podrías trabajar y salir adelante incluso sin el apoyo de un esposo.” La idea no me pareció descabellada, pero mi papá dijo: “No, ella es inteligente para estudiar una carrera a nivel técnico. Sería mejor que estudie enfermería a nivel licenciatura.” Mi madre insistía: “No, porque seguro se casará y ya no terminará la carrera.” Fue entonces cuando yo dije: “No, yo pienso estudiar la licenciatura y más.” En ese momento hablé por rebeldía, ya que mi madre repetía una y otra vez

que no terminaría una carrera.

Recuerdo que ese día hubo una discusión entre mi madre y mi padre, ya que mi papá insistía en que debía estudiar la licenciatura. Al día siguiente, cuando tenía que tomar la decisión de solicitar ingresar a la preparatoria o a la carrera de enfermería a nivel técnico, me preguntaron y respondí: “Si, quiero estudiar la licenciatura en Enfermería.”

Nuevamente surgieron problemas entre mi padre y mi madre. Recuerdo que mi madre le dijo a mi padre: “Si no termina la carrera, tú serás el responsable.” Desde ese momento, tuve muy presente que debía enfocarme en mis estudios para no decepcionar a mi padre.

Sin embargo, surgieron problemas que impidieron que mi objetivo se cumpliera. Todo comenzó cuando conocí a Ernesto, quien se convirtió en mi novio a partir del segundo año de preparatoria. Mi madre aprovechaba cada oportunidad para decirle a mi padre: “Te dije que no terminaría la carrera.”

Así transcurrieron los tres años de preparatoria y los dos primeros años de la Licenciatura en Enfermería. Pero en el tercer año, surgió un problema: Ernesto deseaba que nos casáramos. Le co-

muniqué esto a mis padres, pero no lo aceptaron. Entonces Ernesto y yo decidimos vivir juntos, lo cual provocó un fuerte disgusto por parte de ellos, por lo que me sentí culpable. Fue entonces que terminar la Licenciatura en Enfermería se convirtió en un desafío.

A los tres meses la situación se complicó aún más, ya que quedé embarazada de mi primer hijo. Contrariamente a lo que yo esperaba, cuando nació mi hijo Daniel, mis padres se mostraron felices de recibir a su nieto, y mi suegra estaba más que contenta. Todos me brindaron su apoyo para cuidar a mi primer hijo.

Finalmente, llegó el 14 de julio 1989, cuando presenté mi examen profesional para obtener el título de Licenciada en Enfermería y Obstetricia, cumpliendo así mi promesa a mi padre. ¡Ese día sentí como si me liberara de un gran peso! Casi de inmediato comencé a buscar empleo y encontré una oportunidad de trabajo que se adaptaba mejor a mi situación como madre y esposa: trabajar como docente en el Conalep.

Posteriormente, uno de los días que acudí a la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia (ENEO) para culminar los trámites de titulación, gracias a una compañera me enteré de la oportunidad de trabajar como docente. Así que inicié los

trámites de solicitud de empleo y logré ingresar.

El 15 de agosto de 1989 fue mi primer día de trabajo en la entonces ENEO. Aún recuerdo a la profesora que fue mi compañera en el grupo. Era una mujer amable, de aproximadamente 65 años, comprometida con la disciplina. Ella me orientó sobre lo que debía y no hacer como docente. Sin duda fue la profesora que me enseñó el amor a la docencia.

Durante este periodo también tuve la inquietud de trabajar en un hospital, así que terminé trabajando en tres lugares al mismo tiempo. Por la mañana me encontraba en la ENEO, por las tardes en el Conalep y por las noches en el hospital.

En 1991, recibí la maravillosa noticia de que estaba embarazada. ¡Me sentí la mujer más afortunada del mundo! Después de haber experimentado dos abortos y numerosos intentos frustrados, siempre me acompañaban sentimientos de tristeza, desesperanza e impotencia.

En ocasiones llegué a creer que nunca volvería a ser madre. Por eso, cuando recibí la noticia de mi embarazo ¡no podía creerlo! Fue en ese momento cuando decidí renunciar a mi trabajo en el hospital y en el Conalep. Me cuidé mucho durante todo el embarazo. El 24 de julio de 1992 nació mi

segundo hijo. Cuando escuché su llanto, lo vi y lo abracé por primera vez, experimenté uno de los momentos de mayor felicidad en mi vida.

De las tres llaves que guardo en mi bolsa de mano, una de ellas tiene un valor inmenso para mí. Esta llave representa el abrir la puerta de mi hogar, lugar donde se encuentran mis seres queridos y donde he experimentado los momentos más felices de mi vida como esposa y madre. Me considero una mujer muy afortunada, ya que aún hoy en día sigo casada con Ernesto, mi compañero de vida, y mis hijos son profesionistas exitosos en el ámbito de las tecnologías de la información y la ciencia de datos.

Ambos trabajan en empresas internacionales; uno de ellos ha fundado una empresa que cuenta con inversionistas de varias partes del mundo. Por su trabajo y las ganas de seguir avanzando, ambos constantemente están de viaje. Aunque esto implica estar separados en ocasiones, me llena de felicidad saber que están expandiendo sus horizontes y adquiriendo experiencia en diferentes lugares del mundo.

A pesar de la distancia física en algunas ocasiones, el hogar sigue siendo un lugar de encuentro y la base sólida en nuestras vidas. Cuando vuelven de sus viajes, la puerta se abre nuevamente

y el hogar se llena de risas, abrazos y emociones compartidas. Es en estos momentos cuando me doy cuenta de cuán importante es tener un hogar cálido y acogedor, donde podamos disfrutar de la compañía mutua.

Sin embargo, a lo largo de mi vida he experimentado también momentos de tristeza.

Uno de los más dolorosos fue la pérdida de mi querido hermano. En 2012 falleció, luego de una valiente batalla contra el cáncer. Después de la ceremonia luctuosa sentí un miedo abrumador a desarrollar esta enfermedad. Sin perder tiempo, acudí al médico debido a la presencia de un nódulo que había notado debajo de mi oreja derecha.

El otorrinolaringólogo me informó que debía someterme a una cirugía para extirpar el nódulo. Los resultados del estudio histopatológico determinarían si era un tumor maligno o no. A partir de ese momento, el miedo se apoderó de mis noches, dificultando dormir tranquilamente.

Los resultados del estudio llegaron y, por fortuna, no se trataba de un tumor maligno. Cada vez que me veo en el espejo le doy gracias a Dios por haberme otorgado una segunda oportunidad y permitirme seguir desempeñando mis papeles de

esposa, madre, docente e investigadora.

Es cierto que la cicatriz en mi cuello deforma ligeramente mi rostro, pero he aprendido a vivir con ello. Más que una imperfección, lo veo como un símbolo de mi fortaleza y mi capacidad para enfrentar los desafíos con valentía y esperanza. Aunque el miedo todavía me acecha en ocasiones, he aprendido a transformarlo en una motivación para cuidar mi salud y disfrutar de la vida al máximo.

Siempre llevo mi teléfono celular en mi bolsa de mano y se ha convertido en una herramienta indispensable en mi vida diaria. Con él puedo enviar mensajes, hacer llamadas telefónicas y tomar notas en cualquier momento. También puedo grabar mensajes de voz y acceder a cualquier documento. Mi teléfono alberga aplicaciones que me mantienen organizada y productiva, permitiéndome estar al día con mis responsabilidades y metas.

Estoy sorprendida por la manera en que mi teléfono se ha convertido en una extensión de mi vida cotidiana. Representa una ventana al mundo, ya que puedo estar conectada con mis seres queridos y, al mismo tiempo, mantenerme al día con mi vida profesional. Gracias a las aplicaciones y herramientas que ofrece, puedo llevar a cabo ta-

reas importantes, administrar mi tiempo de manera eficiente y acceder a información relevante en cualquier momento y lugar.

Además de mi teléfono, en el interior de mi bolsa guardo otras dos llaves que son de suma importancia en mi vida profesional. Cada una de ellas tiene un propósito y un destino específico. Una de ellas abre la puerta de mi cubículo, donde desarrollo mi labor como profesional. En este espacio donde me sumerjo en las responsabilidades de mi trabajo, como las asesorías de tesis para mis tutoradas de licenciatura, maestría y doctorado en enfermería, la preparación de clases y la revisión de trabajos y exámenes.

La otra llave abre el cajón de mi escritorio. En él guardo los objetos que me permiten cumplir con mis responsabilidades de manera eficiente, como mi laptop y todo tipo de adaptadores necesarios para realizar las conexiones que me permiten visualizar archivos vinculados a la Facultad.

A lo largo de mi camino, mis hijos han sido mis guías y maestros en el mundo de la tecnología, al enseñarme de forma paciente a utilizar diversas aplicaciones y herramientas necesarias para un trabajo organizado. Este vínculo especial ha fortalecido nuestra relación y ha permitido que la tecnología se convierta en un terreno común en

el que nos encontramos y se fortalece la cercanía con mis hijos.

El camino que he recorrido en el mundo de la tecnología no ha sido fácil. He enfrentado desafíos y miedos, pero cada obstáculo ha sido una oportunidad de aprender y crecer. La tecnología me ha desafiado para superar mis propias limitaciones y a explorar nuevos horizontes. A través de ella, he adquirido conocimientos y habilidades que nunca habría imaginado.

La memoria USB en mi bolso es solo una pequeña parte de mi historia, pero representa tanto los sacrificios como las recompensas que he experimentado en este viaje tecnológico. Es un recordatorio constante de mi capacidad para adaptarme y evolucionar en un mundo cambiante. Me inspira a seguir aprendiendo para aprovechar al máximo las oportunidades que la tecnología ofrece en mi vida personal y profesional.

Esas dos llaves representan la importancia de mi compromiso y dedicación en mi vida profesional. Al utilizarlas, entro en un espacio donde puedo dar lo mejor de mí y cumplir con mis responsabilidades de manera eficiente. Son símbolos tangibles de mi crecimiento y progreso en mi carrera.

Uno de los desafíos tecnológicos que enfrenté

fue estructurar, organizar y subir mi currículum al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) para pertenecer al Sistema Nacional de Investigadores (SNI).

El proceso requería escanear y subir los documentos probatorios en formato pdf, con ciertos requisitos de calidad de imagen, además de organizarlos en carpetas para compartir en línea. Estos requisitos eran nuevos para mí, y representaban un desafío; pero logré superarlo para, finalmente, ingresar al sistema. Este logro significó una gran satisfacción en la vida, por todo el esfuerzo y trabajo que tuve que llevar a cabo.

Recuerdo que a principios de 2016 empecé a considerar la posibilidad de presentar mi solicitud, pero lo veía como algo muy lejano e inalcanzable. Después de un periodo de reflexión decidí enfrentar el reto de ingresar al SNI. Me dediqué a actualizar mi currículum desde 1989 a 2015 y recopilé todos los documentos probatorios de los tres años que serían evaluados: 2015, 2016 y 2017. Sin embargo, me di cuenta de que me faltaban varios de los documentos del último año. Luego tuve que subir toda la información de mi currículum a la página del CONACYT.

Una vez que salió la convocatoria en febrero de 2017, ya había avanzado en el proceso, pero

al revisar los requisitos y procedimientos en el portal del CONACYT, nuevamente me pareció algo inalcanzable. Mucha de la información me resultaba confusa y, por un momento, pensé en posponerlo para el siguiente año. Sin embargo, al compartir mis sentimientos con mis compañeras docentes me di cuenta de que también se encontraban en la misma situación. Decidimos apoyarnos mutuamente y así logramos cada una completar toda la información requerida.

Pasé noches enteras trabajando en esta tarea. Lo que me animaba era que, al día siguiente, al compartir las dificultades con mis compañeras, seguramente encontraríamos soluciones, como solía suceder. Una vez que lo subí y cumplí con todos los requisitos en el tiempo establecido por el Conacyt, sentí un gran alivio. Así, cuando recibí la noticia de que había ingresado al SNI como candidata, experimenté una gran emoción.

Después de dos años de un intenso trabajo científico para lograr la publicación de diversos artículos, libros y capítulos de libro, fui evaluada en 2021. Todos los documentos probatorios los tenía escaneados y organizados en carpetas en la nube, que constantemente estaba actualizando. Entonces, esta vez, organizar y subir la información para completar la solicitud de permanencia en el SNI, ¡fue fácil!, por lo que recibí con gran

satisfacción la promoción al nivel 1.

Después de seguir trabajando intensamente, llegó el momento de ser evaluada. Pensé que esta vez sería más fácil, ya que con la pandemia por COVID-19, me familiaricé más con la tecnología. Se me presentó la oportunidad de solicitar la prórroga de la fecha de evaluación, la cual fue aprobada, por lo que soy nivel 1 hasta el 2025.

A lo largo de mi carrera como investigadora, he logrado grandes avances, y ahora trabajo con equipos multidisciplinarios y disciplinarios. Formo parte del Seminario Universitario Interdisciplinario sobre Envejecimiento y Vejez (SUIEV), donde coordiné un libro junto con una reconocida investigadora del Centro de Investigaciones Interdisciplinarias en Ciencias y Humanidades (CEIICH/UNAM). A nivel internacional, logré publicar un capítulo de libro financiado por la Organización Panamericana de la Salud, fruto de un arduo trabajo colaborativo con colegas de Brasil. También otro capítulo de libro coordinado por reconocidas investigadoras de la Universidad de Antioquia, Colombia. Actualmente, soy la coordinadora de la región sur de la Red Enfermería de Salud del Adulto Mayor, y colaboro con un grupo de investigadoras en un libro que será financiado por la OPS. Trabajar con colegas de diferentes nacionalidades e idiomas ha sido una

gran experiencia y un desafío enriquecedor.

Por último, pero no menos importante, una estampa religiosa completa el contenido de mi bolsa. Representa mi fe y espiritualidad, recordándome que siempre hay una fuerza superior que me guía y protege en mi camino. Esta pequeña imagen me brinda paz y fortaleza en momentos de dificultad, ya que me hace sentir que siempre me acompaña mi madre, quien también se llamaba Guadalupe. Entonces, mi bolso contiene objetos indispensables para mi día a día como madre, docente e investigadora.

Todos han resultado ser un tesoro invaluable para mí, no tanto por el valor monetario, sino por lo que me permiten lograr. Están dentro de mi compañera fiel en mis jornadas de trabajo, facilitándome mis responsabilidades tanto en el ámbito familiar como en el profesional.

Mi bolsa de mano puede parecer pequeña y discreta, pero para mí es un reflejo de mi personalidad y estilo de vida. A través de su contenido, se revela mi enfoque minimalista y práctico, así como mis prioridades y valores fundamentales. Cada objeto que llevo conmigo tiene un propósito y un significado especial, y juntos forman parte de mi historia y mi camino hacia el crecimiento y el éxito en mi vida personal y profesional.

Mi vivencia de la relación médico paciente, base para mi autobiografía

Irma Isabel Téllez Ortiz

Las autobiografías contienen la historia de una persona; en mi caso, creo que me perdería en detalles que, si bien valiosos, no reflejan las enseñanzas que he obtenido de la vida.

Considero que durante mi niñez y juventud, la vida familiar pasó junto a mis hermanos y mis padres en armonía, y fueron la base para hacer de mí una mujer menudita llena de anhelos, esperanzas y metas a cumplir.

Sin embargo, ahora veo que el tiempo nos hace ver más allá de los detalles vividos en casa, en la escuela y en la sociedad. Por ello, en esta etapa de mi vida me aplico el refrán “más sabe el diablo

por viejo, que por diablo”.

En mis pensamientos considero que a veces esa sabiduría que todos tenemos y logramos con la edad madura, en ocasiones queda dormida y enmarañada, sin poder expresarse.

Es por ello que quiero iniciar mi autobiografía a partir del intento de entender una condición de enfermedad que antes no tuve oportunidad de conocer.

La aparente realidad de la ilusión de vida es sólo una parte de la inmensa riqueza del ser humano.

La muerte de mi prima

Tal vez la visión humanista que se gestaba en mí inicia en la infancia, prácticamente cerca de la pubertad. A los 12 años veía a mi prima hinchada como un “sapito”; de pronto, dejó de ir a la escuela. Ella era mi amiga y compañera de juegos desde muy niñas. Éramos obedientes y ella una hija modelo a quien todos queríamos mucho.

Recuerdo que no entendía exactamente por qué no mejoraba, a pesar de que iba constantemente al doctor. A nosotros sólo nos decían que sus riñones estaban fallando.

Yo sabía de su enfermedad, pero nunca supe lo

que ella sentía. Después de varios meses, ella estaba consciente de que iba a morir y no lo tomaba trágicamente, sino con optimismo.

Una noche, ya estando acostados mis hermanos y yo, entra mi papá a la habitación y nos dice “Niños, levántense, que nos vamos a despedir de su prima”.

Yo creí con entusiasmo que íbamos al hospital, como en otras ocasiones, a decirle adiós. Ella se despedía desde la ventana del tercer piso del Hospital 20 de noviembre, mientras nosotros le respondíamos desde la calle.

La sorpresa fue muy grande porque entramos en una sala funeraria de los velatorios del ISSSTE y vi un féretro blanco. Ahí entendí que estaba muerta y fue un gran golpe, tan grande que no atinaba realmente a entender qué había pasado, pues ella iba con los médicos a que “la curaran” y no pudo ser así.

Fue tan fuerte la impresión que tuve pesadillas y estuve realmente triste durante mucho tiempo. No podía entender qué era la enfermedad y qué la muerte. Yo sabía desde antes de este acontecimiento que quería ser médico y este acontecimiento lo reafirmó.

La vida y la muerte en mi carrera

Desde la muerte de mi prima me preguntaba ¿por qué las personas mueren?, ¿por qué hay quienes viven muchos años?, ¿por qué murió ella y yo no?, ¿por qué algunas personas tienen todo y otras no tienen nada?, ¿por qué existen tantas diferencias en la vida entre las personas?

Cuando cursé mi bachillerato en el Colegio de Ciencias y Humanidades empecé a sentirme atraída por la ideología marxista, porque me parecía que pugnaba por la igualdad de todos los seres humanos. Sin embargo, la realidad era diferente: cuando veíamos las novelas que mi mamá ponía al compararme con ciertos personajes, deseaba tener mejores condiciones de vida.

Nosotros formamos parte de una clase media baja; mi padre era mecánico automotriz y la ocupación de mi madre era atender a cinco hijos. Aunque tuvimos carencias, nunca nos quedamos sin comer o ir a la escuela.

A pesar de que mi papá proveía los ingresos de la casa, mi mamá tuvo que salir a trabajar para ayudarlo con la manutención de la familia, ya que nuestras necesidades habían aumentado.

Estando en el taller de redacción en el CCH, nos dieron la tarea de leer la Bhagavad Gita, libro

hinduista en el que el Dios Visnú habla con su primo y combatiente Arjuna sobre conceptos que en ese momento a mí me llamaron la atención; el principal fue que la vida es eterna, que la muerte es solo una ilusión, que las reencarnaciones nos hacen vivir varias veces para aprender los valores verdaderos de la vida.

Gracias a esta obra conocí los conceptos de karma y reencarnación, por lo que pude entender por qué mi prima, siendo un ser tan bueno, había vivido tan poco tiempo. Este pensamiento me consoló, aunque mi razón seguía considerando que su muerte era injusta.

Posteriormente me hice afín a las lecturas transpersonales, o que iban más allá de lo aceptado y comencé a leer los libros de Carlos Castaneda, los cuales contenían, a mi parecer, historias fantásticas, entre ficción y realidad, pero con un fondo de sabiduría.

Me interesaba el crecimiento espiritual del que se habla en las teologías orientales como la budista o hinduista. También leí libros de JJ Benítez — toda la saga de *Caballo de Troya* —, así como otras lecturas sobre humanismo y comunismo que leíamos en el CCH.

La carrera de medicina y la lectura de Laín Entralgo

Siempre experimenté el deseo y la necesidad de ser médico —o eso es lo que creo. A pesar de esta convicción, dudé un poco a la hora de escoger carrera.

Desde niña jugaba a ser doctora, pero al comenzar a estudiar la carrera de medicina sentí las desventajas de una preparatoria tan abierta como era la del CCH.

Las asignaturas tan científicas y profundas en la Facultad de Medicina de la UNAM, me hicieron dudar de mi elección, pero no de la intención de seguir. Bioquímica me hacía llorar, porque ¡no sabía nada!

Intentar aprender conceptos tan complejos en un semestre resultó demasiado para mí —¡por poco y reprobé!—; tal vez ahí habría terminado mi sueño de ser médico. Sin embargo, pude seguir adelante gracias al esfuerzo, el empeño y la ayuda de una gran amiga.

Al iniciar los ciclos en los que íbamos a los hospitales para ver pacientes de verdad, leímos parte del libro *La relación médico-paciente*, del doctor Pedro Laín Entralgo, médico y filósofo español de mediados del siglo veinte.

En esta obra expuso sus ideas acerca de la relación humanista que debía privar entre médico y paciente.

A través de él encontré la esencia humanitaria que debía poseer el médico, no tanto como apóstol sino como el profesional que encuentra su razón de ser al aplicar sus conocimientos y destrezas; al hacerlo, los pacientes quedan muy agradecidos al obtener lo que esperan, si no la salud completa, al menos el consuelo para su dolencia.

Pude constatar el agradecimiento de las personas enfermas durante la práctica del servicio social. Me conmoví profundamente por esa gratitud, particularmente en la zona rural de Cadereyta, Querétaro. Cuando existe esa relación de confianza entre médico y paciente, llegan a entregar lo que tienen, sean gallinas, frutos, flores, objetos, etc.

Pero en la práctica no todo fue sencillo. Sucedió lo que tenía que pasar, dada mi juventud e impericia en una región en la que, con mis compañeros y compañeras, éramos la máxima autoridad de salud de una amplia área rural en la que nuestro objetivo fundamental era salvar vidas.

Comprobé lo que acabo de decir durante la guardia del servicio de urgencias —que yo aten-

día con otra compañera pasante—; fue el momento en que los familiares de una mujer de edad avanzada la trajeron inconsciente, entre gritos y alboroto, para que la salváramos.

En ese momento, ante la urgencia y los gritos, sumados a nuestros pobres conocimientos prácticos, nos pusieron nerviosas.

Mi compañera desapareció de pronto y me dejó con el paquete completo, por lo que yo, por más que trataba de disimular, no atinaba sino a sentirme más nerviosa e impotente.

Intenté revisar el fondo de ojo y, quizás por la tensión nerviosa, no veía nada. Cuando la presión alcanzó su clímax, regresó mi compañera, muy segura y desenvuelta, a dar indicaciones una por una hasta estabilizar a la paciente.

¿Qué había hecho? Fue a revisar el libro de texto, para compensar nuestra impericia. ¡Uf!, logramos descansar un rato; luego me enteré de que el ojo que trataba de explorar era una prótesis, por eso no veía nada.

Aproximadamente tres horas después sucedió lo inevitable: la muerte de la mujer. Los gritos de sus hijos despertaron a todos los enfermos hospitalizados. Este fue otro aprendizaje: tener que de-

cir a los familiares que su ser querido ha muerto.

Mi práctica como médico institucional

Tras dos largos años de trabajar en clínicas particulares y dispensarios para mantenerme económicamente, laboré como médico general en un consultorio que un amigo médico y yo pusimos en una colonia periférica, en el entonces Distrito Federal.

Cuando se publicó la convocatoria para el examen de residencias médicas, mi amigo me preguntó si presentaría el examen, a lo que contesté que ya lo había hecho dos veces anteriormente sin aprobarlo y que, además, no me había preparado, que no había estudiado.

Me convenció de hacer otro intento y fuimos al estadio Azteca, en el sur de la ciudad, a pagar nuestra inscripción. Después de dos o tres meses, salieron los resultados y cuál fue mi sorpresa al ver mi nombre en el listado para hacer Medicina Familiar en la sede de Cuernavaca, Morelos —ciudad en donde había hecho mi internado de pregrado y de la cual tenía muy buenos recuerdos—.

Quería saltar de alegría porque, a partir de esta oportunidad, ya podía entrar al gremio de “especialistas” y ser “alguien” en la medicina.

Fueron tres años de aprendizaje intenso, durante los cuales adquirí una visión diferente acerca del primer contacto del médico con el paciente. Volvimos a revisar esa relación médico-paciente desde un punto de vista humanista, pero también científico. Ahora, con la diferencia de considerar al individuo como un ser integrado a su familia y a la sociedad.

Leímos sobre la historia de la seguridad social, ya que mi sede fue en el Instituto Mexicano del Seguro Social. Durante dos años permanecemos en el hospital y, al tercero, fuimos a campo, al estado de Michoacán.

En la población de Tuxpan, nuevamente pude constatar la importancia de ver al enfermo como una persona vulnerable y necesitada de mi intervención como médico preparado, para resolver sus problemas de salud.

Asimismo, constaté otra vez el agradecimiento de las personas —en su mayoría campesinos o amas de casa de medianos o bajos recursos—, que me daban canastas de fresas, rollos de gladiolas, o alguno de los diferentes tipos de flores que ahí cultivaban para exportar a Estados Unidos, quesos y muchas otras cosas.

El cambio en la sociedad y la falta de educación para la salud

Al terminar el “año de campo”, tuve que elegir una plaza en la Ciudad de México para trabajar en el IMSS. Yo quería quedarme en la provincia, ya fuera de Morelos o Michoacán; sin embargo, el destino me llevó a quedarme en donde vivían mis padres; de esta manera regresé a la casa familiar cuando ya casi todos mis hermanos se habían casado.

Aún tenía la visión del médico como un apóstol comprensivo, interesado en todos los aspectos que intervienen en las causas de las enfermedades; pero yo aún seguía siendo una profesional con poca visión de futuro. Comprendía la importancia de la educación para la salud, pero no encontraba por dónde abordar el tema.

Empecé a sentirme saturada, pues institucionalmente debía cumplir con varios programas prioritarios y, por otro, la demanda de consulta era demasiada para dedicar el tiempo adecuado para hacer un diagnóstico integral. Ahí todas mis acciones eran cuestionadas por el coordinador del grupo médico, lo cual se fue haciendo incómodo.

Desde otro punto de vista, no me di cuenta de que la sociedad había cambiado también. En for-

ma drástica, los hábitos de vida eran diferentes con la llegada de la comida rápida y los alimentos que ahora llamamos “chatarra”, pero que resultaban y siguen siendo muy baratos.

Advertí un alto índice de neurosis en los pacientes, que no se daban cuenta de que los suyos no eran problemas reales de salud; así, la consulta solicitada por ellos muchas veces era el pretexto para obtener una incapacidad o se trataba de alguna dolencia que se podía resolver con un poco de sentido común.

Trataré de ejemplificar lo anterior con el caso de una mujer joven que recuerdo acudía casi cada semana. Ella trabajaba y tenía un hijo pequeño, pero el padre de su hijo era un médico pasante en servicio social que los tenía casi olvidados. Ella se daba cuenta de esto y no lo quería aceptar; cada vez que iba a consulta le dedicaba tiempo —que a veces no tenía— en darle un poco de orientación familiar.

Constantemente quería que le recetara pastillas. Como si con ellas pudiera aliviar su problema de desamor, su menguada economía y poca educación. Tenía malos hábitos alimenticios y maltrataba a su hijo. Recuerdo que le dediqué mucho tiempo en las primeras visitas, le hablé de la educación para la salud, le sugerí algunas cosas y le di

algo de terapia familiar, pero ella seguía solicitando lo mismo. Para entonces yo sentía impotencia, porque cuando pensaba en casos como éste —que no era el único—, observaba que tenía que remar contra una corriente mucho más fuerte que yo.

¿De qué sirve —pensaba— que le hable del daño que ocasionan ciertos alimentos, el sedentarismo y la consecuente obesidad, si la persona es presa de los medios de comunicación, los cuales le repiten y repiten que comer alimentos poco saludables es placentero, y más si lo hace mientras ve televisión?

En ese entonces yo veía los problemas, pero también estaba envuelta en un burocratismo institucional que no me dejaba ser más proactiva para sugerir grupos multidisciplinarios de apoyo y educación para la salud. Lo lamento tanto, porque ahora se están viendo las consecuencias de no haber actuado apropiadamente hace 20 o 30 años, pues las causas de muerte actuales obedecen con mayor frecuencia a complicaciones de la obesidad, como la diabetes mellitus, la hipertensión arterial, los problemas cardíacos y otras complicaciones que pueden prevenirse con acciones bien definidas para educar a la población.

Ya había iniciado un largo curso de acupuntura cuando tenía tres años en la Clínica de Medici-

na Familiar. Pensaba que tal vez podría apoyar a los pacientes con terapias alternativas y encontré que la medicina tradicional china tenía otra visión de la salud y la enfermedad. Al terminar el curso puse un consultorio y tuve algunas sorpresas agradables con esta técnica terapéutica, que lamentablemente no aplicaba igual para todas las personas.

Tuve la oportunidad de viajar a China a tomar un curso avanzado de esta materia con un grupo de veinte personas provenientes de diferentes escuelas. Creo que a casi todos nos atraía más el paseo que el propio curso; sin embargo, en aquella época hubo una masacre de estudiantes en la plaza Tiananmen de Beijing. Aunque teníamos mucha incertidumbre, viajamos gracias a un plan bastante económico que incluía el vuelo en una aerolínea rusa, el curso y las estancias en Beijing y en dos provincias más, ShJia Chuang y Tian Jing.

Pude darme cuenta de que la cultura china era totalmente diferente a la nuestra. Se veían personas cálidas y, en general, muy curiosas y cultas, pues hablaban inglés, que era el idioma en el que en ocasiones nos podíamos comunicar, aunque la mayoría del curso tuvimos la traducción del chino al español directamente.

Pude apreciar que su estilo de vida era muy

relajado, a diferencia del nuestro. Al menos en aquella época, en 1989, las personas hacían ejercicio, pues se transportaban más en bicicletas que en automóviles. A mediodía, todo el mundo hacía una pausa para dormir una hora, su alimentación incluía muchas verduras y poca carne, un poco más la de cerdo, pollo y pescado, menos la de res.

Al terminar su jornada laboral los parques se llenaban de jóvenes practicando artes marciales y adultos mayores reunidos, ya fuera para tocar instrumentos autóctonos o para jugar una especie de damas chinas, o practicar artes marciales como Taijiquan y Qigon.

Algo que se veía en muchas calles eran mujeres y hombres cosiendo a mano pequeños muñecos de trapo o de peluche, que en Estados Unidos y en otros países, incluido México, regalaban en las “cajitas felices” de McDonald’s.

En ese país, las personas acudían a la medicina tradicional china muchas veces antes que a la medicina occidental. Los tratamientos herbolarios eran muy comunes. Quedé asombrada de las farmacias herbolarias que tenían en los hospitales que visitamos.

Mis observaciones me llevaban a ver que la acupuntura, como un sistema de salud, requería

más que sólo la técnica terapéutica; para sistematizarlo se necesita un estilo de vida diferente al nuestro, lo cual no sería tan fácil de realizar en culturas como la mexicana.

Estuvimos en China tres meses, tomando clases casi todos los días y paseando mucho por los principales lugares turísticos. También viví una experiencia amorosa con un compañero del grupo, la cual no llegó a buen fin. Esto me afectó mucho emocionalmente; después comprendí que asocié la decepción amorosa con la acupuntura, lo que no impidió que la practicara al regresar a México, pero con intensidad menor.

Ya no me sentía a gusto trabajando institucionalmente en el primer nivel de atención. Presenté un examen, ahora para hacer la especialidad de Medicina Física y Rehabilitación, que yo asocié un poco con la acupuntura, y que en la práctica pueden complementarse.

Esto fue así por un tiempo, ya que para entonces mantenía una relación que parecía seria para formar una familia; sin embargo, duró pocos años. Tuve una hija de dicha relación; me dediqué al trabajo institucional, a la par que al privado en esa área de rehabilitación, con la intención de ofrecer a mi hija mejores oportunidades de crecimiento.

Durante 17 años trabajé en un hospital de segundo nivel haciendo medicina de rehabilitación de manera muy precaria, por no tener un servicio formalmente instalado en una clínica hospital del IMSS, pero también trabajé en la medicina privada, incluyendo la acupuntura.

Gracias al intercambio de opiniones con colegas médicos, así como con algunos pacientes, me había dado cuenta de que la relación médico-paciente estaba sufriendo cambios, a la par que la sociedad. Entre estos cambios noté que era evidente que muchos jóvenes médicos querían escoger especialidades quirúrgicas, no necesariamente porque les gustaran, sino porque podrían ganar más dinero.

En épocas más recientes he podido advertir que, gracias a la tecnología tan avanzada, hay mucha facilidad para acceder a la información. Esta condición ha hecho que el paciente investigue primero en internet su problema, muchas veces con una mala interpretación del diagnóstico. Lejos de tenerle confianza a su médico, busca varias opiniones. Lo cual está bien, pero quizás no tan bien, porque esto habla de que ya apareció la desconfianza en la relación.

La docencia y las nuevas expectativas de la visión humanista en enfermería

Aunque en el hospital inicié mi actividad docente con médicos de pregrado, siempre estuve estudiando temas teóricos de patología y fisiología como ayudante de profesor. En ese tiempo traté de incluir consejos a los estudiantes para que no les faltara la visión humanista en su relación médico-paciente.

Después realicé un diplomado en Ética Clínica, donde me volví a encontrar con los escritos del Dr. Laín Entralgo; en esta ocasión, para considerar la visión humanista en los dilemas éticos y complementarlos con los principios bioéticos. Fue una experiencia de aprendizaje importante, y formé parte del Comité de Ética Clínica del hospital, aunque fue por poco tiempo, porque dos años después me jubilé de la institución.

Mi intención era trabajar más en la clínica privada y la acupuntura al jubilarme, pero el destino me puso en otro camino, nuevamente. Me invitaron a participar como docente en la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la UNAM, en 2010, para construir materiales para la asignatura de Procesos Bioquímicos y Farmacobiológicos del Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia.

Pude continuar ahí gracias a mi perfil profesional. Con el transcurso de los años, he sido incluida para asesorar otras asignaturas como Procesos fisiopatológicos, Cálculo y dilución de medicamentos, Psicoprofilaxis y Terapéutica para el cuidado holístico, entre otras.

Durante los últimos 12 años, la UNAM me ha dado la oportunidad de tomar cursos y diplomados en temas del área del uso de las herramientas para las tecnologías, pero también en temas del área de Enfermería. Ha sido a través del estudio de sus principios teóricos y fundamentos de las terapéuticas para el cuidado holístico, que he encontrado una luz de humanismo en la enseñanza a los jóvenes, tan importante entre el cuidador y el enfermo, o aún más, entre el cuidador y la persona sana, pues la visión del sujeto de cuidado como una entidad completa, es decir, holística, es precisamente lograda por medio de una relación humanista.

Los profesionales de enfermería pueden practicar desde esta corriente, dedicando su esfuerzo y visión, tanto en los aspectos teóricos y técnicos, como en la visión del ser humano en todos sus ámbitos: cultural, familiar, social, religioso, a partir de las preferencias y diferencias de cada individuo. El sujeto requiere de cercanía y profesionalismo para informarlo, educarlo, atenderlo,

cuidarlo y hacerlo partícipe consciente de su propio estado de salud.

La práctica de disciplinas integrales como el Taijiquang y el Qigong en mi vida. La presencia de la enfermedad

En términos generales me he considerado sana, y siempre me gustó hacer ejercicio, como trotar y gimnasia simple, pero después de haber estado en China me sentí muy atraída por el Taijiquang, que es una disciplina que favorece varios campos de acción de la persona, como son la atención, la memoria, los movimientos musculares muy conscientemente y otros aspectos de la mentalidad de la persona. Lo practiqué durante treinta años, aproximadamente, aunque no con la profundidad ni la duración que hubiera querido en mi práctica cotidiana; sin embargo, me ayudó a estar bien por muchos años.

Uno nunca sabe lo que es ser paciente hasta que vive una enfermedad. En el año 2020, después de una caída y fractura del codo izquierdo, comenzaron unos dolores “raros” en diferentes partes del cuerpo. Terminé los tratamientos con analgésicos y antiinflamatorios por la fractura, y dichos dolores poco a poco me fueron limitando más y más los movimientos, apareciendo además insomnio, ansiedad y depresión, al no poder ca-

minar o subir escaleras ni bajarlas.

Como médico de rehabilitación, yo había estudiado a fondo la anatomía y fisiología del sistema nervioso. Me daba cuenta de que los dolores no cursaban por los trayectos precisos en las regiones sensoriales o motoras que me dolían. Como médico, empiezas a pensar en muchas cosas ante la incertidumbre en el diagnóstico, y terminas por darte cuenta de que son muchas “tonterías”, pero entonces empecé a experimentar una gran ansiedad, debido al malestar y los dolores.

Después de una batería de estudios de laboratorio y Rayos X, empecé a consultar a diferentes especialistas, entre ellos una internista inmunóloga, dos amigos ortopedistas, una neuróloga y una reumatóloga.

Ahora estaba del otro lado, del lado del paciente. En ocasiones tuve la sensación de no poder confiar en mi médico tratante y de que lo que yo decía que sentía, él lo debía encasillar en la explicación de su diagnóstico, aun cuando claramente yo no lo compartía.

Por fin, después de tratarme con varios medicamentos, comienzo a sentir mejoría; pero creo que me faltó ser más constante como paciente, aunque también considero que hizo falta mayor

sensibilidad de mi médico para entender lo que yo sentía y cómo vivía la enfermedad. Por ello solamente me dejé llevar y tomar el tratamiento. Al sentir que los dolores desaparecían seguí el manejo, pero sin apego al médico, sin tener una relación médico paciente adecuada, cercana. Tal vez por soberbia, o como decía, quizá por la falta de sensibilidad de mi médico para entenderme.

Por varios años, había estado practicando Qi-gong en una modalidad conocida como Zhi Neng Qi Gong. Esta disciplina trabaja más con la mente que con todo el cuerpo, ya que no podía seguir haciendo Taiji por el dolor en las piernas. Con esta nueva práctica poco a poco pude mantener los dolores a raya y por los medicamentos, pero con la confianza de que en algún tiempo podría retirarlos. Esta es una práctica alternativa que mi médico ortopedista no podría aceptar como válida para la curación, pero que yo he estado confiando en ella y he mejorado substancialmente.

Conclusión

La visión humanista y holística de un individuo enfermo puede cambiar la relación médico-paciente, o la del cuidador-enfermo, pero para mí, ha sido necesaria una vida de estudio y comprensión —además de tener que vivenciar la enfermedad—, para poder tener cabal cuenta de su im-

portancia. De aquí mi convencimiento de la frase que me define: “La aparente realidad de la ilusión de vida es sólo una parte de la inmensa riqueza del ser humano”.





Cinco piezas

María Concepción Valdés Parra

No son las ideas ni la cultura las que constituyen lo íntimo de la persona, sino que lo son sus sentimientos.

FG. Colombero

Los sueños son un enigma, están ahí, tan cotidianos, tan nuestros, tan nítidos en ocasiones y en otras tan efímeros que se nos escapan de la conciencia.

En mi caso, quiero saber más de ellos; si son una manifestación de mi cuerpo, si son parte del procesamiento de mis emociones o si me quieren decir algo acerca de mi pasado, mi presente o mi futuro.

El deseo de explicarme a mí misma me hace mirar en perspectiva cinco de mis sueños más recordados, los cuales son algunas de las piezas del

rompecabezas que soy.

El bebé recién nacido

¿Si te dieran a elegir un momento de mayor felicidad, cuál eliges? Cuando hay muchos de ellos, podrías decir que todos ocurren en ese instante, en ese preciso momento. Por ejemplo, cuando escribes y encuentras deleite y una felicidad enorme al ver plasmada una idea; cuando vives tu primer romance; cuando encuentras una bella amistad o das un beso especial a un enamorado, a un amigo o a tus padres; cuando te dedicas a lo que amas y cuando nació tu primer hijo y luego cuando nació el segundo.

A mis 19, yo estaba convencida de que no quería tener hijos; ése era mi discurso. Estaba enfocada en mi desarrollo personal, en el estar con mi familia, en la convivencia con amigos; si podía, colaboraba con gusto para el mantenimiento familiar, tanto de mi madre y hermanas e, incluso, de mis hermanos ya casados, si así lo requerían.

Sin embargo, mi sueño me llevó a reflexionar de otro modo. Estaba recostada en una cama con barandal y, de pronto, sentí un intenso dolor en mi cuerpo sudoroso. Las personas a mi lado me daban ánimo para continuar mientras otra persona, situada a los pies de la cama, gritaba “¡Es un

niño!”. De pronto el dolor y la sofocación se detuvieron y, en un segundo, tenía a un pequeño ser humano en mis brazos, enrollado en una sábana blanca que me miraba fijamente.

Quizás en ese momento me revelaba a mí misma la decisión de tener algún hijo en algún momento de mi vida.

El aparecido

De mis sueños repetitivos hay uno que me impactó y persiguió un rato durante mi niñez, adolescencia y quizá parte de mi juventud; aún ahora dudo si fue una ensoñación o la memoria de un hecho real. Lo recuerdo tan vívidamente que siento estar en brazos de mi padre, medio dormida: veníamos de algún evento familiar y caminamos por la avenida Morelia, la cual recorríamos para llegar a casa una vez que bajábamos del camión que nos dejaba en la entrada de la colonia.

Tendría yo como seis años. Recuerdo que desperté y venía así, recargando mi rostro en el hombro de mi padre y veía lo que él ya había pasado un paso antes — ¡un gran paso! — porque él daba zancadas como las que yo daría después —al menos eso decía mi madre: “das pasos grandes como tú papá”.

Entonces, ante mis ojos estaba el patio de la

casa de la esquina de la avenida Morelia y calle Chilpancingo. Ahí divisé a ese hombre alto vestido con un jorongo de tela de jerga gruesa; su rostro parecía sonriente, algo burlón, y estaba de pie frente a una mujer que le arrojaba agua con una cubeta.

Era un patio con un piso irregular, con pedazos de concreto y otros de tierra; un patio como el de muchas casas de la colonia, con una pequeña construcción a un costado de un terreno no muy grande —aunque ahora que pienso que, comparado con los departamentos que construye alguna de las instancias de apoyo a la vivienda, ese terreno era de buen tamaño.

Frente a esa pequeña construcción, quizá a unos tres metros, estaba un lavadero con una llave y un tambo de color negro —o tal vez café— del que la mujer sacaba agua con una cubeta de mediano tamaño para arrojarla a ese hombre, que desaparecía para luego volver a aparecer. Yo estaba atenta para ver que ese hombre desapareciera; en tanto, la mujer le decía algo así como “¡Vete!” con cierta desesperación o quizá miedo.

Y yo ahí, viendo todo desde los brazos de mi padre, podría haber cerrado los ojos y decirle a mi papá lo que estaba viendo; sin embargo, no lo hice. Decidí explicarlo con lo que tenía, como

mucho de lo que viví de niña.

Recuerdo tan vívidamente este sueño como cuando de niña lo soñé... o lo presencié, como observé la vida de los adultos que me rodeaban, esa vida que, en ese momento, evidentemente entendía a pedazos.

El hombre de fierro

Y otro, que no sé cuándo lo soñé y me persiguió algunas veces.

En casa había un patio grande; al frente, en una esquina, se encontraban unas rocas negras de origen volcánico. No sé cómo llegaron ahí. Al parecer, el tío Manolo las llevó para hacer la mampostería de las paredes que limitarían su terreno. Ahí estaba tirado un gran tubo de cobre que, según había escuchado, era parte de una tubería profunda del desagüe.

Con el tiempo ese tubo cada vez estaba más oxidado; tenía una especie de rosca y luego le seguía otro tramo. En mi sueño este tubo tenía su relevancia y, de hecho, era su protagonista, pues se levantaba de entre esas piedras y se ponía de pie, alto, esbelto y atlético; aunque se notaba un poco lento y quizá un tanto torpe.

Volví a soñarlo. Ese hombre de fierro se levanta

taba de nuevo con más facilidad; lo veía igual de grande y se ponía en medio del patio frente a la casa para observarla sin asomo de crítica y sin sorpresa. Esa vez yo estaba a sus espaldas mirándolo a él, sin duda era el mismo.

Una vez más apareció en mis sueños o yo me vi en ese patio, el cual ya no era de tierra. Ahora estaba el firme —que mi madre mandó poner— y el hombre de fierro caminaba por él siendo en el sueño más pequeño. Si alguien más lo hubiese visto, tal vez pensaría que deseaba trepar a la casa en construcción parado en ese firme; que estaba esperando a que se construyeran los muros que iban a sostener lo que sería la cocina, la cimbra de lo que sería la sala-comedor y el estudio.

No tuve miedo, ya no; ahora era como ver a un viejo amigo que —no lo sabía en ese momento— se despedía de mí, de mis sueños.

Observó con atención toda la casa, se volvió para mirarme directamente a los ojos. Caminó hacia mí, haciendo una leve inclinación de su grande y oxidada cabeza; dio unos pasos y siguió avanzando. Me hice a un lado para dejarlo pasar; no sabía a dónde se dirigía. Él avanzó y desapareció entre el camino a la puerta o al espacio, ahora más pequeño, en el que se encontraban las piedras volcánicas y ese gran tubo oxidado. Yo

me emocioné al ver nuevamente a mi amigo el hombre de fierro; sentí tristeza por su partida y gusto de haberlo visto de nuevo y saber que no me haría daño.

Las escaleras y mis brincos

Me encuentro mirando las escaleras blancas sobre un fondo un tanto oscuro; me da la impresión de que me invitan a subirlas y eso hago, empiezo a subir un peldaño, otro, otro y parece que no llego a ninguna parte, aunque subo y subo.

Son blancas, ¡tan blancas! En cada tramo hay un descanso en el que gira el sentido de la escalera; son como las de una casa, solo que sin recámaras o estudios o cuarto de lavado o azotea, porque solo siguen y siguen esos peldaños que yo subo y subo.

Son bloques de escaleras, parecen no tener fin; brinco de una a otra. Siento miedo al hacerlo, pero lo logro, y una vez que ya estoy en otro bloque de peldaños, me sorprende que todavía hay más tramos para subir y subir y subir.

De pronto me encuentro en una sección de la escalera que se parece a los escalones de la escuela secundaria, la “88”, en la que trabajaba mi hermana mayor, mi querida hermana Lita.

Ahora me veo sin poder salir de esas escaleras; parece que estoy en una calle cerrada —¿o escalera cerrada?—, así que tengo que brincar de nuevo. Se ve fácil y siento vértigo, uno agradable, y ahora estoy en un nuevo bloque de escaleras: parecen de una escuela de otro tipo con paredes a los lados.

Hay salones y camino por sus pasillos; aunque parece que estoy perdida, veo a los niños de ¡tercer grado! —¿cómo llegué ahí?—. Suena la chicharra y los niños salen de sus salones; no sé cómo, pero llegan a la planta baja y se forman. Desde ahí, un segundo piso muy alto, veo hacia un costado de la construcción en la que me siento atrapada y distingo algo: una construcción familiar.

Son los salones de una primaria, mi primaria; esos salones nuevos que construyeron para meter a los niños de primero. Yo estuve ahí, los veo desde lo alto de esta construcción y entonces quiero bajar a mirarlos para saber si estoy ahí.

Quiero comprobar si está el espacio entre la parte trasera de los salones y la barda que limita la escuela; en ese lugar primero estuvo un jardín en el que sembramos arbolitos y algunas plantas. Quería saber si permanecía o solo estaba un solar con pasto en partes verde y otras seco, con algo de tierra.

Ahí nos sentábamos unas compañeritas y yo, no recuerdo sus nombres; me acuerdo que me cuidaban y pasábamos parte del recreo sentadas y comiendo nuestro almuerzo.

Había unos niños que se asomaban por la barda y le pasaban su desayuno a una de ellas, en ese momento solo entendía que esos niños eran divertidos, decían cosas chistosas; yo me la pasaba bien. Dos de ellas decían que le gustaba a uno de sus hermanitos o primitos o vecinitos, no lo tenía claro en ese momento ni ahora. Solo sé que me la pasaba bien ese rato del recreo. No sé cuántos recreos fueron así, creo que pocos.

Y desde la altura del edificio, viendo los salones de primero de mi primaria “Julio S. Hernández”, quise entonces bajar de ese edificio de salones y camino por el pasillo buscando las escaleras que me lleven hacia abajo, porque las que están en medio están clausuradas. Camino hacia el final de pasillo y veo salones de niños de otros grados escolares, qué raro, ahora se ven más grandes como de quinto o sexto, ¿qué no estaban aquí los niños de tercero? Esos niños que bajaron al sonar la chicharra.

Tengo el recuerdo de que esto es parte también de otro sueño, uno que se desarrolla en este salón o uno parecido. Aquí están las otras escaleras, es

como en la secundaria, la secundaria Sor Juana: ¡qué bellos recuerdos!

El edificio de segundo año tenía dos escaleras: una en un extremo y otra en medio. Sí, solo que no hay escalones que lleven abajo, solo arriba, por lo que sigo y me olvido de ir a visitar los salones de primero de primaria.

Pronto me doy cuenta de que estas escaleras son diferentes; se parecen a las de otra escuela, las del Colegio de Ciencias y Humanidades, en el que yo estudié, o tal vez las del Tecnológico de Tlaxpantla, el otro trabajo de Lita, donde mi hermana Rebe estudió el bachillerato y la licenciatura. Son una combinación de tramos en donde se ven los árboles y otros en los que se visualiza la planta baja.

Ya casi llego, ¿a dónde?, a la planta baja.

Estoy en el descanso, el último antes de la última sección de diez escalones para llegar abajo; está oscuro y hay que brincar de nuevo para llegar a ese último tramo, nada más que ahora tengo más que vértigo porque temo no poder dar el salto.

Hay un alambre que me estorba. Está un poco lejos el escalón. Tengo miedo, así que me siento en el escalón para estirarme y alcanzarlo, pero no

puedo porque está lejos. Me acuerdo que estoy soñando, así que puedo hacerlo, podría si yo quiero brincar y seguir a donde quiero, así que me pongo de pie y alcanzo otras escaleras al mismo nivel en el que me encontraba.

Éstas siguen pareciendo escaleras de interiores, aunque no hay construcción alrededor. Están rodeadas de árboles y pasto; el cielo azul con nubes blancas me deslumbra y yo, en medio de estas escaleras, necesito saltar, pasar de unas a otras, pero cada vez es más difícil.

Ahora, cada vez hay menos vértigo y más miedo. Desperté, tal vez lo logre en el próximo.

El incendio en el bosque

En uno de esos sillones rojos, con el apoya brazos un poco roído por el uso —no solo del uso de mi familia sino también del de la familia que lo usó anteriormente— estaba haciendo tarea o leyendo un libro. Desvelada, tomaba café de olla con canela y sin piloncillo, bastante fuerte y bien caliente; de pronto se iluminó la habitación ligeramente, así que, curiosa, me levanté.

Me dirigí a la puerta de la casa y de frente al patio veía cómo el cielo se iba poniendo algo más oscuro en algunas partes; más gris con algunos reflejos de claridad.

No entendía.

Caminé a la puerta de la calle y, en ese momento, desde el portal de la casa, vi el cielo rojo.

Me dirigí a la salida trasera atravesando el patio forrado de piedras —cuidadosamente acomodadas de su lado liso sobre el piso de tierra bien apretada— y, al abrir la puerta, vi el humo a lo lejos. Era mucho. Estaba sobre las casas y las llamas rojas y altas ya se alcanzaban a distinguir entre lo espeso del humo gris y negro.

En un instante me encontré al final de la avenida central, donde comenzaba la calle 608: ahí estaban las enormes llamas que avisaban de un gran fuego que se alzaba hasta casi tocar el azul del cielo.

Divisaba un espacio sin llamas en otro extremo del bosque; casi de inmediato visualicé el fuego que parecía avanzar. Me preguntaba si las llamas llegarían hasta donde yo estaba y pensaba hacia dónde iba a correr.

Desperté y me escuché decir ¡qué sueño tan raro! y yo solo pensando en voy a correr, y no pensé en los árboles, en los animales que habitan el bosque. ¿Y qué pasaría con el zoológico que está en la otra acera? No llegaría, claro: los separa

una calle, y tampoco llegaría a las casas que están alrededor del bosque porque las separa la avenida, ¡qué suerte!

Me levanté y fui por mi ropa para correr; me lavé la cara, me peiné y salí dispuesta a correr en el bosque y, al hacerlo sentí un escalofrío que recorrió todo mi cuerpo, producto de un miedo enorme que crecía conforme avanzaba.

Mis sospechas crecían. Al final de la calle vi humo, mucho humo y no una columna; se extendía a lo ancho de mi visión de derecha a izquierda y mi temor se volvió realidad: ¡ahí estaban las llamas! Qué impactante. Corrí para ver hasta dónde llegaba el fuego y vi que llegaba hasta la industrializadora de desechos sólidos; eso quería decir que las calles no habían detenido el fuego por lo que tal vez se extendería aún más.

Entonces me pregunté, ¿por qué estoy tan tranquila aquí parada?, ¿por qué no tengo preocupación de que llegue a mi casa?, ¿por qué no hay gente en la calle?, ¿por qué no oigo las sirenas de los bomberos? A lo lejos oía la voz de un hombre que anunciaba una canción, era la radio, era mi radio reloj que me servía de despertador, ¡qué descanso!, estaba soñando.

A modo de reflexión

Ahora puedo ver que los adultos siempre estamos ocupados tratando de resolver la vida, procurando hacer rendir lo que hay y procurando vivir, disfrutar lo que se pueda y sonriendo todas las veces que podemos.

Definitivamente me he enfrentado a retos y desafíos que nunca imaginé; sin embargo, he conseguido encontrar caminos alternativos que, por fortuna, han estado llenos de experiencias, éxitos y satisfacciones.

Siempre hay forma de seguir adelante. En ocasiones el arranque es difícil, tal vez doloroso, incluso puede que no se vea claro por dónde seguir, aunque siempre, ante la perseverancia, el camino se asoma.

Estoy convencida de que mis sueños son elementos, trozos o fragmentos de mí misma, puestos en claves comunes, organizados de forma misteriosa, simbólica o transparente, a veces fáciles de entender y en otras tan inescrutables.

Nuestros sueños son un elemento más para entender nuestras experiencias; en ellos colocamos todo lo que ha sido significativo en algún momento de nuestra vida y los reflejamos en una obra de arte, en una película genial, escalofriante, tierna o

impactante.

Así son los sueños, son la representación y la manifestación de nuestros más profundos sentimientos.





Escribe y escribe

Verónica Valdez Hernández

La tía que me cuidaba se llamaba Marcela; era la menor de doce hijos y la tía más querida de mi familia. Desde mi nacimiento mis padres vivían en la casa de mis abuelos paternos, así que mi tía Marcela me tenía muy a la mano; no sé por qué precisamente fui su elegida, si había otros sobrinos; dicen que yo era su consentida y me llevaba a todos los lugares a donde iba.

Lamentablemente falleció cuando yo tenía tres o cuatro años; debo confesar que casi no me acuerdo de ella —al menos no de manera consciente—. Solo tengo recuerdos muy vagos de su presencia en mi vida; pero, eso sí, lo que no olvido es que siempre me compraba una barra de chocolate *Toblerone* para mí solita.

Te preguntará por qué empecé este relato hablando de mi tía. Pues resulta que me cuidó como una mamá desde que nací; tanto así que eligió mi nombre y mis padres estuvieron de acuerdo. Ella quizá no sabía del trasfondo de este nombre, es decir sus orígenes, pero sí puedo contarte que, la época en que yo nací (1976), estaba de moda la canción “Verónica” de un cantante llamado Víctor Iturbe, “El Pirulí”.

También me puse a investigar un poco más sobre el origen de mi nombre y me encontré con que Verónica es la traducción latina del griego Berenice. En esta búsqueda descubrí que sus raíces significan “Aquella que trae la victoria”.

¿Qué te parece? A mí me sorprendió y me llenó de fortaleza. Hay otras definiciones como “La imagen verdadera”, que tiene su origen en la cristiandad. Bueno, yo me quedo con todas las acepciones, porque creo que tengo un poco de cada una.

Pensándolo ahora, mi tía y yo compartimos esto, el ser las más pequeñas de nuestros hermanos, no tener hijos, y brindarles nuestro amor a nuestros sobrinos. Me hubiera gustado tenerla más tiempo en mi vida porque, seguramente, mi historia habría sido muy diferente.

Soy la menor de cuatro hermanos, por lo que crecí prácticamente como si fuera hija única, ya que la diferencia de edades entre ellos y yo era muy grande. A pesar de que mi mamá estaba en casa, yo me sentía sola; creo que mi mamá no sabía cómo estar cerca, quizá porque no vivió con su propia mamá, así que no sabía cómo hacerlo.

Lo único que hacía era ir a la escuela, jugar con mis primos, ver televisión, o estar sola. Recuerdo cómo me subía a la azotea y miraba cómo jugaban otros niños a lo lejos, con ayuda de unos binoculares que tomaba del cuarto de mi hermano cuando él no estaba.

Crecí sin escuchar algún eco de motivación que yo recuerde; lo que sí, los consejos de mamá sobre cómo ser mujer, servir al otro, no contestar, no responder ante ofensas para evitar el conflicto. Afortunadamente no seguí esas recomendaciones casi por inercia. No sé por qué, pero no me gustaba ese lugar; me revelé ante ello y, en consecuencia, el no mostrar una actitud sumisa provocó que la relación con mi padre fuera lejana.

Fui una buena estudiante, casi por naturaleza. Siempre disfruté mucho la escuela y cumplir con mis labores. Fui la primera de mis hermanos en ingresar a la universidad: me aventuré a inscribirme —no sabía cómo sería—, pero estaba de-

cidida.

Confieso que la tristeza me acompañaba en algunos momentos de mi vida, por lo que ya en la universidad busqué ayuda profesional. Así tuve mi primera experiencia con un psicoterapeuta; él se llama Enrique, me escuchaba y me ayudó a sentirme un poco más segura de mis creencias. Aunque en ese primer acercamiento a la psicoterapia pude mitigar un poco mi sentir, todavía tenía mucho trabajo interior que hacer. Regularmente volvía a sentirme perdida en la vida, sin saber a dónde dirigirme, por lo que prácticamente vivía al día, sin pensar o imaginar ningún futuro.

Te cuento que mi abuela murió alrededor de los cincuenta años. En sus últimos días solo se le recuerda en cama o en su silla de ruedas, sin ningún diagnóstico médico que justificara esta discapacidad. Solo sé que era violentada por su pareja, mi abuelo; el motivo que conozco es que él quería tener más hijos... tuvieron once.

Me pasó algo parecido. Tuve un matrimonio afortunadamente corto; aunque confieso que fue difícil separarme, decidí buscar un destino diferente al de mi patrón familiar.

Al igual que mi abuela, tuve una relación violenta, donde la tristeza, la desesperanza y la pér-

dida de mi identidad me llevaron a sentirme detenida, sin saber para dónde ir; no me salían las cosas bien, incluso empecé a tener problemas con mi rodilla derecha: no podía seguir corriendo, ya que era una de las actividades que me permitían sentirme bien, o al menos no tan mal.

Ya divorciada, fui a ver al ortopedista con los resultados de sus estudios en mano, pensando que tenía algo tan grave que ameritaría cirugía por lo menos — eso pensaba, ya que no podía correr ni un minuto continuo sin sentir dolor.

El ortopedista me dijo que no había ningún daño físico que me impidiera volver a ponerme en marcha, volver a correr —¡podía correr!— Yo no lo creía, pero así fue: tomé un par de sesiones con él y el convencimiento de que podía fue el motor que me ha devuelto a la pista más de una vez.

Creo firmemente que la violencia iba de la mano con la depresión por la cual pasaba en ese tiempo; en consecuencia, todo ello se reflejó en mi cuerpo.

Para ese entonces trataba de reestructurarme; asistía a las sesiones con mi psicoanalista; tenía un guía espiritual y amigos entrañables que se sumaron a este periodo de curación. Ahora llevo

muchos años de entender y conocerme a través de mi proceso psicoanalítico.

Te platico que también soy psicóloga —actualmente en una formación como psicoanalista—, por lo que me identifico con historias difíciles. Mi experiencia, tanto profesional como personal, me ayudan a entender y atender a mis pacientes de una forma profesional y humana.

Aunque me he levantado poco a poco, confieso que ha habido periodos donde me he querido morir a consecuencia de diferentes pérdidas, como mi divorcio, la muerte de mis padres, de mi perro... En esos trances no encontraba sentido de continuar viva; no podía sentir ni disfrutar nada.

Pero, aunque he pasado por muchas tormentas y la pulsión de muerte parecía llevar la ventaja, he llegado a vivir y vivirme de diferente forma, en armonía con mi ser, con mis pensamientos y decisiones; ahora llevo una vida mucho más tranquila. He decidido solo dejar entrar a mi vida a personas con las que disfruto y comparto la existencia; personas a las que respeto y han sido mi inspiración.

Con ayuda de mi analista, mis amistades y algunos familiares que me han acompañado, me he vuelto la inspiración para mucha gente, lo que

considero es un regalo de la vida.

Este regalo es una gran caja dorada, con un hermoso moño aún más dorado, más brillante; esta caja me ha sorprendido y también asustado, pues a veces creo que no podré con tanto; sin embargo, siempre busco y encuentro la manera de abrir esa caja dorada.

He aprendido a sentirme merecedora y esto me ha permitido hacer uso de cada uno de los regalos que recibo. Ahora, en mi devenir como psicoanalista, he leído y experimentado que los seres humanos necesitamos acompañamiento y que, incluso cuando llegamos a vivir cosas diferentes como el bienestar, necesitamos acomodarlo dentro de nosotros mismos para poder disfrutarlo.

Arriba mencioné a un guía espiritual, el cual tuvo un eco positivo en mí; fue otra voz que me ayudó a ponerme en pie para enfrentar el mundo. Lo conocí debido a mi divorcio. Busqué esa escucha y esa palabra; era un sacerdote de aproximadamente sesenta años. Aunque de inicio dudé en acudir con él, me hizo sentir tan bien; me dio ánimos y me ayudó a mirarme, reconocermme, deshacerme de la culpa y sentirme libre y feliz; a darme el valor que se había ido empolvando con negligencia, la violencia y el dolor.

Por supuesto que quisiera haber tenido esta experiencia y madurez diez años antes; pero no fue posible, me parece que este es el objetivo de la vida, cruzar, crecer y aprender.

Ahora me hago acompañar por personas maravillosas y hermosas. Las veo como piedras preciosas en un cofre y las atesoro. Son invaluable —incluyendo a mis profesores que, como buenos terapeutas, siempre tienen algo lindo que colocar en mi corazón, lo que ayuda a que lata más ligero, alegre, sin culpa y, a su vez, pueda ser un eco positivo para todos los que se acerquen a mí.

Ahora el eco es mío, el cual se ha ido limpiando de prejuicios, de dolor, de culpa, de altas expectativas; ahora está colmado de compasión y gentileza. Solo así he podido regresar a vivir mi propia vida y reescribir mi historia; así cada día se me presenta como una página en blanco que voy a llenar con palabras, sentimientos y experiencias.

Una de las frases que mi mamá repetía a lo largo de mi paso por la escuela, era que yo estaba siempre “escribe y escribe”, por eso titulé este recorte de vida con este nombre. La palabra es para mí muy importante y he aprendido a darle valor.

Soy una mujer que visita a su psicoanalista cada semana, que sigue luchando por no ser de las que

fracasan cuando triunfan y que ha aprendido que se vale estar bien.





Cuatro estampas

Francisco Valencia Castillo

Para Irene Rubí

El pasado que se inventa siempre es mejor que el presente.

Victor del Árbol

Para vivir tenemos que narrarnos; somos un producto de nuestra imaginación. Nuestra memoria en realidad es un invento, un cuento que vamos reescribiendo cada día (lo que recuerdo hoy de mi infancia no es lo que recordaba hace veinte años); lo que quiere decir que nuestra identidad también es ficcional, puesto que se basa en la memoria.

Y sin esa imaginación que completa y reconstruye nuestro pasado y que le otorga al caos de la vida una apariencia de sentido, la existencia sería enloquecedora e insoportable, puro ruido y furia.

Rosa Montero

Hallar sentido en el relato de una vida es un acto de creación

Iona Heath

Recordar, revivir, imaginar y escribir, son estaciones del ejercicio autobiográfico. Estaciones confusas y veleidosas, por supuesto, en las que el sujeto observado es, al mismo tiempo, quien observa y rescata —o sepulta para siempre— sus propios recuerdos. Los revive e imagina a la luz de sus actuales circunstancias, sustrayéndolos del contexto que los vio nacer. En ese sentido, tales recuerdos están tamizados por el éxito o el fracaso, las filias o fobias del protagonista al momento de su introspección.

De esa manera se eligen acontecimientos o personajes del pasado que se amoldan a las actuales circunstancias y refuerzan la imagen que se desea compartir. En esa criba existencial ocurre el prodigio de la auto reconciliación; tal es el fulgor narcisista de la experiencia autobiográfica.

Carmela

En quinto año de primaria fui compañero de una niña de quien me enamoré perdidamente. Fue el Primer Gran Amor de mi Vida. Se llamaba Carmela. Le compraba chocolates *Carlos V*, y antes de que entraran todos al salón me las ingeniaba para dejarlos en su pupitre. Al encontrarlos, Carmela recorría el salón con sus encantadores ojos color miel, buscando alguna señal delatora, mientras sus bucles dorados se movían al vaivén

de su magnífico rostro.

El día en que, al agacharme a recoger mi lápiz, por casualidad le vi los calzones —que verdes tenían que ser, para que combinaran con el color de sus ojos y su piel blanquísima— sentí que ya estaba bueno de la entrega secreta de chocolatitos y demás niñerías. Tenía que empezarle a dar para su gasto, como mi padre lo hacía con mi madre. Así que ni tardo ni perezoso, sintiendo ya el enorme y satisfactorio peso de la responsabilidad familiar, me dediqué a robarle monedas a mi mamá. Junté una cantidad que me pareció respetable y, armándome de valor, se la entregué en su propia mano.

—Ten, Carmela, para tus gastos.

—¡Estás loco! —exclamó, al tiempo que aventaba el dinero a mis pies. Su respuesta me desconcertó, pero no me di por vencido, y la siguiente vez opté por dejar el dinero en su pupitre. Cuando lo descubrió, la mirada que me lanzó no fue de esposa agradecida, sino burlona y misteriosa.

Al día siguiente esperaba encontrar en mi pupitre un recadito, un dulce, algo que denotara retribución y agradecimiento. Pero nada, pura indiferencia.

Como a los tres días, al llegar al callejón de mi casa, quedé petrificado. Al fondo, frente al zaguán, estaba la mamá de Carmela platicando con mi mamá. El hambre que llevaba se esfumó y la mochila se me hizo, de pronto, pesadísima. Caminé a lo largo del callejón como quien se encamina al fusilamiento. Saludé y quise darle un beso a mi mamá, pero me rechazó. Abrió su mano y me mostró el dinero.

—Entra, ahorita nos vamos a arreglar tú y yo.

Mi madre tenía la maldita costumbre de echar a remojar una vara de pirul. Al pasar por la pileta vi de reojo y sí, allí estaba la pinche vara. Un sudor frío recorrió mi espalda. Al otro día, viernes, falté a la escuela porque tenía el cuerpo lleno de verdugones.

A pesar de esto y de sus desaires, no le guardé rencor a Carmela, y mi amor por ella prosiguió. Un amor absurdo, ya que entre más la buscaba, más me despreciaba. Al concluir el año se fue a vivir a Guadalajara y yo pasé a sexto.

Muchos años después nos encontramos. Seguía siendo atractiva, aunque había engordado. Coincidimos en el velorio de un familiar. Al final del rosario platicamos. Me confesó que siempre había querido ofrecerme disculpas, y que ella mis-

ma ignoraba porqué se había comportado tan cruelmente conmigo.

—También me gustabas, pero disfrutaba rechazándote y presumiéndolo con mis amigas. Espero que no me guardes resentimiento.

Le agradecí su franqueza y nos despedimos para siempre.

Camila

Recién inicia el segundo año de secundaria cuando me presentan a una jovencita cuyo hermoso rostro infantil contrasta, inquietantemente, con su ceñido uniforme azul marino con costuras que apuntan —y apuntalan— a sus bien formados pechos. Me gusta de inmediato, pero ella apenas se digna estirar el brazo y ofrecerme una manita inerte. Mira hacia un lado.

—¿En qué año estás? —le pregunto. Silencio.

—Es de primero —me dice la compañera de grupo que me la presentó.

—¿Y cómo te llamas?

—¿Eh?

—¿Que cómo te llamas? Silencio de nuevo.

—¿Estás sorda?

Me mira con coraje, agarra del brazo a su amiga y se dan la vuelta

—¡Oigan, olvidan esto!

Se detienen, me miran, se miran entre ellas con desconcierto. Me acerco.

—¿Que olvidamos qué? —me pregunta la inalcanzable.

—Esto —y le agarro una chichi con suavidad.

Se queda pasmada un segundo y a continuación me grita ¡idiota, idiota! antes de soltarse a llorar. Me alejo pensando ¡ah, qué triunfo, qué manera de bajarle los humos a esta pinche escuincla!

Lo que siguió fue lo que cabía esperar en Izta-palapa: al día siguiente, al salir de la Secundaria 98, en Santa Cruz Meyehualco, un grupo de tres jóvenes me señala desde la acera de enfrente. Se acercan a mí, dos de ellos me agarran, cada uno de un brazo y el tercero, el más fornido, me levanta de la parte trasera del cinturón. Me llevan hacia un callejón colindante con la escuela, sin decir absolutamente nada. O si dicen algo no los escucho.

El mundo se detiene para mí. Como en una película, la gente queda paralizada en sus distintos movimientos, mientras mis raptos y yo la eludimos.

De pronto, con fuerzas salidas de no sé dónde, y una técnica impecable, empujo a los tres. Al estilo kung fu, brincando, pateando y pegando con ambos puños, los dejo tirados, mientras la beldad aparece de improviso y me suplica que deje de golpearlos:

—Te doy lo que quieras, pero ya no los lastimes.

Un empujón contra la pared me devuelve a la realidad.

—¿Me oíste? Soy el novio de Camila, la chava que ayer manoseaste, y estos son sus hermanos.

Enseguida recibo una andanada de golpes y patadas. Fue rápido pero intenso. Intenso y doloroso. Doloroso y humillante.

Quedo tirado al pie del muro. Siento calor y piquetes en todo el cuerpo.

Un líquido espeso y pegajoso resbala por mi rostro.

Escucho murmullos en los alrededores y la sire-

na de una patrulla que se acerca.

Dos policías me depositan en la batea de su camioneta.

—Vamos por tus padres, para que levanten la denuncia. ¿Sabes quiénes fueron?

Camila, recordé. Se llama Camila, y me vi colocando mi mano sobre su tibio seno. Esboqué una secreta y dolorosa sonrisa.

—No sé, no los alcancé a ver. Mis padres ahorita están trabajando. ¿Me pueden llevar a Santa María Aztahuacán, por favor?

Ya en casa me baño, pongo hielo en los moretones y lavo mi ropa. Salgo en busca de mis cuates.

Hay tiro contra los de Santa Cruz.

Perla

Llegaste un viernes por la tarde, luego de un trayecto de casi cinco horas. Afortunadamente habías alcanzado asiento, pero muchos tuvieron que echarse el viajecito de pie. El sitio estaba en medio de la nada. Perla te dijo que se trataba de una hacienda, pero aquello era un páramo. El viento agujijoneaba tu rostro y un fino y tupido polvo te obligaba a proteger los ojos con la mano.

Una persona te recibió, presentándose como tu vigía, y te condujo a un bodegón alumbrado con velas.

Avanzaron entre sillas acomodadas milimétricamente.

—¿Qué tanto traes en esa maleta? —te preguntó.

—Mis mudas, toalla, piyama... cosas personales.

—No vas a necesitar nada de eso. ¿Traes alcohol o drogas?

—No.

—¿Seguro?

—Seguro.

—¿Cigarros?

—No.

—¿No fumas?

—A veces.

—Pues esos sí los vas a necesitar.

Entramos a una habitación contigua, en cuyos muros había estantes enrejados, pero sin puertas, y tablones en el centro.

—Muéstrame tu maleta —ordenó.

Luego de rebuscar en todas las bolsas me señaló un compartimento.

—Acomódala allí y sígueme.

Odiaste su tono impersonal y mandón. Caminaron rumbo a la entrada, en donde te presentó con otro hombre.

—Él es tu padrino. Será el único con el que podrás hablar. Yo me encargaré de vigilarte.

—¿Por qué la vigilancia?

—Para que no tomes ni te drogues.

—¿Aquí?

—Sí, aquí.

Tu padrino intervino:

—Ni te imaginas las mañas que usan para meter sus cochinas. ¿Te drogas?

—No.

—¿Tomas?

—Sí.

—Es igual de malo, aunque no tanto. Voy a ser tu compañero de aquí al domingo. Cualquier duda o inquietud que tengas, me la preguntas. Seré tu guía y el responsable de tu curación. Me tienes que decir “Padrino”.

Cuando Perla te dijo lo del retiro creíste que viajarían juntos. Te invitó luego de asistir a varias sesiones de Alcohólicos Anónimos. De hecho, tu participación en el grupo no fue una sugerencia sino un ultimátum: si querías continuar con ella tenías que dejar de beber.

—Tu grado de alcoholismo amerita ayuda del grupo —sentenció.

Recordabas, con coraje, que al terminar la sesión de los miércoles la acompañabas a la estación Eduardo Molina, mientras su marido la esperaba en Instituto del Petróleo.

Pero Perla no estuvo cuando salieron de la ciudad, ni cuando llegaron al retiro.

Descubrir que te había enviado a ese matadero sin su compañía te deprimió. Porque una cosa era padecer las interminables sesiones de Doble A

mirándola a lo lejos y, durante el ritual de despedida, tomarla de la mano para finalmente llevarla al Metro, y otra muy diferente asistir a esa farsa purificadora en la más terrible soledad.

Paulatinamente, el inmenso y lóbrego galpón se fue llenando. Pero tú estabas más atento a la aparición de Perla que al inventario de bajezas narradas vívidamente por el orador en turno. Aquello parecía un concurso de ruindades, en el que saldría victorioso quien contara —con lágrimas incluidas— la historia más descabellada y deprimente.

El patrón narrativo iniciaba con el drama individual y desembocaba en la tragedia familiar. Te sentías frustrado y cada vez más convencido de estar participando en una bufonada.

Sin embargo, en algún momento ocurrió el milagro, y una especie de hermandad se fue apoderando del auditorio. Fue como un hechizo, una catarsis colectiva y espontánea, producto de la reiteración y el agotamiento, cierto, pero no por eso menos real. Quien hablaba encontraba eco en quienes lo escuchaban, y su palabra era el medio por el cual compartía dolor y fracaso.

Todo esto debe haber sucedido durante la mañana del sábado, porque al pedir permiso para

ir al baño por enésima vez, vislumbraste la luz tenue de la alborada.

El asunto del baño era repugnante. Mientras se trató de orinar no hubo problema, pero cuando tuviste que evacuar la cosa cambió, debido a que tu celador cumplió su amenaza de no despegarse de ti. ¿Alguna vez han tenido que hacerlo con un extraño observándolos? Además, los tres inodoros carecían de muros y puertas, y en lugar de papel sanitario había trozos de periódico enganchados en un alambre.

Las primeras veces fuiste al baño no porque tuvieras ganas sino porque te había parecido ver a Perla sentarse filas atrás. Incluso en una ocasión tu corazón brincó de júbilo al pasar junto a ella. ¡Por fin! Cuando regresaste del baño pusiste tu mano en su cuello e intentaste saludarla de beso. La mujer se levantó de inmediato y te preguntó hoscamente:

—¿Nos conocemos?

Apenado por tu terrible equivocación sólo atinaste a ofrecerle disculpas, mientras la mirada del vigilante te apuñalaba. Te hundiste en la tristeza y eso influyó para que decidieras buscar refugio entre tus iguales, y consuelo en su palabra.

Al concluir la interminable sesión de testimonios los trasladaron de la bodega al patio y les dieron el desayuno: café aguado en vaso de unicel y un bolillo frío y apachurrado. Pero antes tuvieron que participar en una ceremonia en la que imploraban el perdón de sus pecados y agradecían a dios los alimentos que iban a recibir. Los pusieron a caminar en círculo con los ojos cerrados y el rostro vuelto hacia el cielo. Todo era rojo y sofocante. Como no veías, dabas pasos cortos e inseguros, y aunque la indicación fue que mantuvieses los brazos elevados, en actitud implorante, bajabas una u otra mano para tentear en el vacío y evitar chocar con alguien. Tu padrino te acompañaba, hablando directamente a tu oído, con una voz como de avispero, machacante, ensordecedora. Ignoraste cuánto tiempo duró ese martirio, pero aunado a que no habías dormido, el resultado fue agotador.

Recuerdas que, mientras tomabas el café, algo ajeno a tu voluntad empezó a crecer dentro de ti, un reproche dirigido a la responsable de que estuvieras viviendo esa absurda experiencia.

Después del miserable desayuno regresaron al salón para continuar con el rosario de auto lapidaciones. El entorno era castrense: prohibido hablar, dormir, lavarse las manos, masticar un chicle o chupar un dulce. Tampoco podías traer reloj

ni preguntar la hora. Además del respectivo vigía, abundaban custodios de aspecto canallesco, enormes y con vestimenta militar, fumando puro. Ustedes sólo podían fumar cigarros y tomar agua.

Al anochecer del sábado concluyeron los testimonios.

Les entregaron hojas de papel revolución, una tabla y una pluma, y les ordenaron escribir la historia de su vida, supervisados en todo momento por el padrino.

En la madrugada del domingo los dejaron dormir un rato, sobre el piso, pero antes de que saliera el sol los despertaron para continuar. Los temas preestablecidos eran la sexualidad, los rencores, la frustración y los sentimientos de culpa, para los cuales había que establecer compromisos concretos: abstenerse de realizar actos que pudieran dañar a los demás, renunciar a las drogas y al alcohol, rechazar cualquier tipo de relación sexual aberrante, hacer oraciones diarias, en la mañana y en la noche...

Terminaste la historia, pero tu padrino estaba desconcertado e insatisfecho. Durante todo el escrito no habías derramado una sola lágrima, señal de que, en su docta opinión, habías estado reprimiendo tus emociones. Es decir, no te habías

permitido el arrepentimiento verdadero ni habías entrado en comunión con dios. Por lo tanto, requerías otra vuelta de tuerca. Mandó traer unos costales y una cobija y te tendió boca abajo. Durante un lapso interminable permaneciste en esa postura.

El padrino daba vueltas a tu alrededor e indistintamente murmuraba, amenazaba, imploraba, y de vez en cuando golpeaba el piso con la mano, mientras alguien más echaba incienso y colocaba el sahumerio sobre alguna parte de tu cuerpo. Estabas exhausto y entumido.

En cierto momento ordenó que te levantas, pero tuvieron que ayudarte porque no pudiste. Te sentaron en una silla viendo en dirección al sol, inundados tus párpados de un rojo denso y calcinante. Tenías náuseas, dolor de cabeza y comezón en el cuerpo entero. Tu padrino te apremiaba a ver el rostro divino, a detectar una señal, algo que pudiera exhibirse como prueba de tu contrición. Pero no veías absolutamente nada, puro brochazo escarlata. Y tampoco tenías fuerzas para rebelarte.

El padrino también estaba desesperado, lo denotaban su voz y sus indicaciones. Había sido un esfuerzo descomunal para ambos y se avizoraba el fracaso.

En ese momento un rayo de luz penetró hasta el fondo de tu cerebro y te ayudó a encontrar una salida: piensa en algo que quieras mucho, te dijiste. Apretaste los ojos, frunciste el ceño y ocurrió el segundo milagro: el rojo empezó a decolorarse y a ser sustituido por un tímido anaranjado y luego por un immaculado horizonte azul. Y en medio de ese azul celestial surgió una senda negra que iniciaba en tus pies y se iba elevando hasta perderse en el infinito. A mitad del camino, una resplandeciente figura femenina te hacía señas para que avanzaras. ¡Era Perla!

Caminaste, o más bien levitaste hacia ella. Al tenerla frente a ti trataste de abrazarla, pero se hizo a un lado y con las manos te indicó que prosiguieras. No pudiste frenar porque una fuerza desmesurada te empujaba hacia adelante.

Fue entonces cuando al fin lloraste desconsoladamente, como no recordabas haberlo hecho nunca; lloraste por todas las historias que acababas de escuchar, por lo triste de la vida. Lloraste por Perla y por ti.

Mientras tanto tu padrino también lloraba, pero de alegría: había logrado salvarte. Profería maldiciones al Maligno y elevaba salmos y jaculatorias al Señor.

Alondra

Por supuesto, jamás regresé a Doble A ni volví a buscar a Perla. La experiencia me inhibió a tal grado que incluso evité cualquier relación con otra mujer durante un buen tiempo. Quedé cisgado.

Cuando la realidad estrangula como una boa, hay que zafarse y buscar refugio en la ficción. Recurrí a mis autores favoritos: Eusebio Ruvalcaba, John Fante, Carpentier, Bukowski, Hamsun, Padura, Pedro Juan Gutiérrez... Sus historias y personajes me fueron convirtiendo en un individuo estoico y contemplativo.

Abel, el protagonista de *El círculo se ha cerrado*, se volvió mi anti héroe predilecto: las mujeres lo buscan, pero él las rechaza; la fortuna lo persigue, pero él la desdeña; detesta los convencionalismos y la meritocracia: vive al día, a gusto con lo que es y con lo que tiene.

Al mismo tiempo leía *Fragmentos de un discurso amoroso*, e inconscientemente reproducía el estilo hierático de las víctimas del desamor, descrito sin concesiones por Roland Barthes.

Pero la liebre salta donde menos se lo espera.

—Ya pues, loco —me dijo Sebastián un sábado

por la tarde.

A empujones me llevó a comer a La embajada jarocho, en donde tocaban ex integrantes del dueto Lobo y Melón. La música afroantillana, los mariscos y el alcohol me achisparon. Cuando el ambiente empezó a languidecer y la pesadumbre asomó por mi mirada, Sebastián me preguntó si conocía el San Luis. Sin esperar respuesta pidió la cuenta, pagó y nos salimos. Me dijo que era un día especial porque andaba festejando el estreno de su Mini Cooper.

A toda velocidad llegamos al mítico Bar San Luis. Elegimos una mesa alejada de la pista y pedimos una botella de Habana 3.

—Escoge la chava que quieras, yo pago —me dijo.

Por la hora, había poca clientela y muchas mujeres en las mesas. Alondra destacaba por la simpleza de su arreglo y su belleza clásica. Todo lo contrario de la exuberante personalidad de sus compañeras de oficio. Pelo suelto, piel blanca, poco maquillaje, chaparrita bien formada, espíritu burbujeante y excelente bebedora. Entre los tres dimos cuenta de la botella. Pedimos otra y, al terminarla, Sebastián y yo, borrachos, nos despedimos de Alondra.

Me quedé a dormir en casa de Sebastián, en la calle de Abraham González, muy cerca de donde Vittorio Vidali, el famoso Comandante Carlos, asesinó a tiros al revolucionario cubano Julio Antonio Mella, quien iba acompañado de su mujer, la hermosa fotógrafa Tina Modotti.

La casona de Sebastián es grande, espaciosa, con pisos de mármol blanco, paredes blancas y muchas plantas. Un contraste encantador: blancura de pisos, paredes, techos y muebles, y variadas tonalidades de verde vegetal. Un auténtico palacete, con terraza y jardín en la azotea. Me gustaba ir y recostarme en su amplísimo sillón. Abría una botella de vino tinto y me sumergía en las páginas de alguna novela. Con estas rutinas me daba la gran vida. Me proporcionaban un estado de armonía y placidez desconocidos fuera de ese entorno. Claudia y Sebastián viajaban con frecuencia a Sonora, a su casa de San Carlos, y me encargaban que regara sus plantas y recogiera la correspondencia. La casa es hermosa, pero el rumbo no: está invadido por locales de refacciones para autos, por lo que frecuentemente tenían problemas con sus vecinos.

Esa mañana me despertaron los gritos de Claudia. Había un coche estacionado frente a su cochera, y no podía sacar el carro. Discutía con el encargado del local adjunto. Hecha una furia en-

tró y le gritó a Sebastián que bajara a arreglar esto de una vez por todas. Mi amigo estaba crucifísimo y no respondió con la rapidez esperada.

—Como siempre, voy a ser yo la que dé la cara ante estos desgraciados —gritó Claudia, iracunda.

Cogió el teléfono y pidió una patrulla.

A los quince minutos volvió a marcar, quejándose de que no había llegado, y a los treinta minutos otra vez. Mientras tanto, Sebastián y yo platicábamos con el vecino. El carro no era de él, ni sabía quién lo había estacionado. Por lo tanto, no había nada que hacer, salvo esperar a que llegara la patrulla o una grúa, así que entramos y nos preparamos un par de micheladas, lo que enloqueció a Claudia. Se puso a gritar que éramos poco hombres, buenos para la borrachera, pero no para hacer que la casa se respetara. Estaba fuera de sí. Nosotros, con la cabeza gacha, mirábamos cómo se iba asentando la espuma de la cerveza. Claudia estaba a punto de aventarnos las botellas vacías, pero nos salvó la sirena de la patrulla, estacionada justo frente a la puerta de la cochera. ¡Ya no estaba el carro! Fue el acabose: Claudia les reclamó su tardanza, ellos respondieron que se habían trasladado tan pronto recibieron la orden. Hicieron un par de bromas entre

ellos que los hizo soltar una carcajada y Claudia se les fue encima. La gente se había congregado a nuestro alrededor. Todo mundo gritaba, nos insultaba. Los vecinos exigían que la detuvieran. La esposaron y metieron a la patrulla. Claudia nos reclamaba que hiciéramos algo, que la defendiéramos.

—Cobardes —nos gritaba.

Entre afligido y crudo, Sebastián le preguntó a uno de los oficiales qué procedía.

—Le van a aplicar una multa por faltas a la autoridad y saldrá de inmediato.

No se preocupe. Nosotros no levantaremos cargos por los golpes.

Seguimos a la patrulla en el Mini Cooper y pagamos la multa. Claudia se negó a regresar con nosotros y yo me despedí de Sebastián al llegar a su casa. Las micheladas se quedaron intactas.

Al siguiente viernes le hablé para ver si quería acompañarme al San Luis, pero no aceptó.

—El asunto está que arde, loco. Luego te platico.

En el cabaret pedí de nueva cuenta una botella

de Habana 3, pero Alondra estaba ocupada. Ella y una de sus compañeras departían alegremente con varios hombres. Le hice señas discretamente, porque una regla no escrita en esos lugares, regla de sobrevivencia, es la de no desear la mujer de tu prójimo. Alondra tardó en acercarse.

—Regálame tantita agua mineral —me dijo. No puedo quedarme contigo. Estos apenas empiezan y van para largo. Yo creo que no voy a poder acompañarte. ¿Por qué no mejor vienes los miércoles? Ese día nos vemos y no me echo compromiso con nadie.

Así lo hice. Religiosamente cada miércoles, de nueve a doce, la visitaba. Nos tomábamos una botella de ron, platicábamos mucho y eventualmente bailábamos. En esa época se podía fumar en los bares, incluso te vendían cigarros y puros. Compraba yo un torpedo de *Te Amo* y lo fumábamos alternadamente.

Era todo un espectáculo verla tomando ron y fumando puro. Y mientras yo me embelesaba, ella con frecuencia me sorprendía:

—Ese mi romántico, salud. Tómale que la casa pierde. Y soltaba una encantadora carcajada

Tenía marido y una niña de cinco años. Llevaba

un año separada, y seis meses trabajando en el San Luis. Quería ahorrar para poner una estética. Le disgustaba depender del dinero del marido. Por esas fechas yo también estaba casado y también tenía problemas con mi mujer, así que las charlas con Alondra eran esclarecedoras y, en muchos sentidos, terapéuticas para ambos. Pronto se me volvieron indispensables, y creo que a ella le pasó lo mismo. Yo me quejaba de mi mujer y ella de su marido. Pero más de sus clientes:

—Creen que por pagarte para acompañarlos pueden meterte mano y estarte besuqueando. Me dan asco.

Tales afirmaciones me cohibían porque a fin de cuentas yo también era su cliente. Y también quería besarla, por supuesto, y me moría de ganas de acostarme con ella. Pero mi miedo al rechazo era superior.

Así transcurrió cosa de diez meses. Fue ella la que, una noche, me propuso que nos viéramos fuera del San Luis.

—El próximo viernes —le dije. Cenamos y nos vamos a bailar con un grupo cubano.

La música del San Luis ya me había fastidiado. El mismo ritmo, las mismas piezas, los mismos

chistecitos.

—Mejor mañana jueves —propuso. Los viernes son el mejor día para mí.

Nos vimos a las siete. Cenamos en El Mesón del Cid. Medio lechón y una botella de vino tinto. Al final, para el desempance, tequilas. La velada nos encantó. Desde que se subió al carro, en la calle de Villalongín, me saludó con un delicioso beso en la boca. Y todo el tiempo se comportó como si fuéramos una enamorada parejita de recién casados.

—Adónde me vas a llevar a bailar —me preguntó cuando pagué la cuenta.

—A Mamá Rumba.

—No conozco ese lugar.

—Te va a gustar.

Y agregué, cauteloso:

—Pero el ambiente se pone muy bien después de las doce, y apenas van a dar las diez. ¿Te gustaría que estemos un rato a solas?

—Claro. Creí que nunca lo ibas a proponer.

Nos besamos largamente, cobijados por el espíritu caballeresco de don Rodrigo Díaz de Vivar. Un delicioso beso con aroma a deseo, carne de cerdo y tequila.

Entramos al hotel Metropol, en la calle de Luis Moya. Yo llevaba en abstinencia sexual varios meses. Y estaba enamorado de Alondra. Y de su cuerpo. Me di cuenta cuando salió del baño, completamente desnuda. Hay mujeres que ocupan la ropa para realzar su belleza, y mujeres que la utilizan para ocultarla. La desnudez de Alondra era monumental. Perfecta. Se había hecho con el pelo una especie de nido en la cabeza, lo que la volvía graciosa. Y del cuello para abajo, ni qué decir: una armonía intachable, una soberbia proporción entre pechos, vientre, cadera y piernas. El vello púbico era el epicentro de ese universo estético y voluptuoso: negro, abultado, subyugante.

Salimos del Metropol y nos encaminamos a la calle de Medellín.

En el antro, la fila para entrar era larguísima, pero yo tenía reservación. Además, el valet y los cadeneros me conocían. Así que entramos casi casi que con fanfarrias. Antes de que la ampliaran y de que tuviera sucursales, Mamá Rumba era un lugar de culto. Excelente música, tragos y ambiente. Lo reducido del local no impedía que,

cuando el conjunto interpretaba alguna pieza emblemática, como “Caballo viejo” o “El cuarto de Tula”, todo mundo se pusiera a bailar. Pero eran bailes sincronizados, colectivos y cadenciosos, propios de la música afroantillana, y no las ridículas piruetas y acrobacias que los concursos de baile por televisión pusieron de moda.

Los meseros practicaban sus dotes de equilibristas, serpenteando entre la concurrencia y llevando las charolas con tragos por encima de las cabezas. Uno de ellos se nos acercó y nos entregó dos vasos.

—Gracias, mi hermano, pero no son para nosotros. No los hemos pedido.

—Se los manda el señor que está en la barra, junto a la caja.

Era el Negro Rafa Ríos, con su sonrisa de oreja a oreja y luciendo su blanquísima dentadura. Levantamos nuestros vasos y brindamos a la distancia.

La jornada se volvió inolvidable por la llegada de los músicos del Buena Vista Social Club, que esa noche se habían presentado en el Auditorio Nacional y fueron a rematar a Mamá Rumba. Tras su arribo, cerraron las puertas y no permiti-

tieron el ingreso de nadie más. Quienes tuvimos el privilegio de estar ahí, fuimos partícipes de una larga y delirante fiesta. Para mí fue una jornada de dicha absoluta, imaginada y anhelada durante casi un año.

Salimos alrededor de las cuatro de la mañana. Pedí un taxi, porque Alondra se negó terminantemente a que la llevara a su casa. Nos despedimos con un beso prometedor y quedamos de vernos el siguiente miércoles.

La alegría había regresado a mi vida.

Al día siguiente, viernes, le compré un collar y fui al San Luis para darle la sorpresa. Pero no llegó. El miércoles tampoco. Conseguí el teléfono de su casa con una de sus compañeras. Me contestó su mamá. Me dijo que sabía de mí. Que Alondra le había platicado muchas cosas mías. Me informó que había regresado a Perú, con su marido y me pedía que la olvidara y no la buscara nunca más.

Fue una noticia devastadora, que me hundió en un mutismo de meses. Jamás volví a verla, pero su recuerdo se registró para siempre en los recovecos de mi memoria.

A la fecha persiste, nítido y policromo, como

pintura rupestre. Tampoco regresé al San Luis,
nunca más.





Contenido

La identidad y la lealtad	7
<i>Gerardo Amancio Armijo</i>	
La búsqueda	13
<i>Catalina Armendáriz Beltrán</i>	
Historia de mi vida	35
<i>María del Carmen Ayala</i>	
Nada es para siempre	49
<i>Norma García Solís</i>	
Pérdida del estado de alerta	69
<i>Rafaela Márquez Acosta</i>	
Aquí, pasándola bomba con la ansiedad	79
<i>Julieta Martínez Álvarez</i>	
Lo que se cuenta	93
<i>Maribel Pérez López</i>	
Mi bolsa de mano, vínculo con mi vida familiar y profesional	147
<i>Virginia Reyes Audiffred</i>	

**Mi vivencia de la relación médico paciente,
base para mi autobiografía163**

Irma Isabel Téllez Ortiz

Cinco piezas.....187

María Concepción Valdés Parra

Escribe y escribe 203

Verónica Valdez Hernández

Cuatro estampas213

Francisco Valencia Castillo



Cuidar
la vida. Relatos de
lealtad y supervivencia

Facultad de Enfermería y Obstetricia

Se terminó de maquetar en Enero de 2024 en la
Coordinación de Publicaciones y Fomento Editorial de la
Facultad de Enfermería y Obstetricia. Camino Viejo a
Xochimilco y Viaducto Tlalpan s/n Col. San Lorenzo
Huipulco, Alcaldía Tlalpan, Ciudad de México. C. P. 14370.

La edición estuvo a cargo de
Mtro. Francisco B. Valencia Castillo y Lic. Martín
Valdez Rodríguez