



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES**

**ENTRE LOS LÍMITES Y LOS DESEOS  
RELATO PERIODÍSTICO TESTIMONIAL**

**T E S I N A**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN**

**P R E S E N T A**

**GONZÁLEZ ESPINOSA BÁRBARA GABRIELA**

**DIRECTOR DE TESIS  
DRA. FRANCISCA ROBLES**



**CIUDAD UNIVERSITARIA, MÉXICO D. F. AGOSTO, 2009.**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## AGRADECIMIENTOS

Mi gratitud inexorable a *Víctor y Gela*, mis padres, a *José, Luis y Mary*, mis hermanos, a *Valeria, Julia, Alejandro y Mauro*, mis sobrinos, quienes con una sonrisa ofrendan alegría a la existencia, y a mi tía *Dominga*, por su apoyo incondicional.

Muchas gracias a todos aquellos que compartieron su conocimiento, confianza y cariño en el gestar de mi vida académica: profesores, amigos y compañeros.

Mi sincero agradecimiento a mi asesora la *Dra. Francisca Robles* por su apoyo infatigable, sus sabios consejos, por su sentido del humor siempre oportuno y lleno de aprendizaje, pero sobretodo por la confianza que me brindó.

Agradezco infinitamente toda esta odisea, la cual nunca imaginé me diera una de las mejores herramientas para llevar a cabo no sólo un objetivo académico, sino un regalo vivencial que para mí resulta maravilloso y que de otra forma no me hubiese dado el chance de ser, hacer, ni de entender su esencia y significado, sin duda alguna, tuve que pasar por todo esto y lo que este por venir... bienvenido sea, para seguir *siendo*, compartiendo y disfrutando de lo que amo profundamente... mi familia, los amigos, cada uno de mis excepcionales maestros, las personas que me rodean... la vida... lo irrelevante, gracias.

# INDICE

	Pág.
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>CAPITULO 1. LOS LÍMITES</b> .....	5
1.1. DEPRESIÓN... RUPTURA DEL EQUILIBRIO.....	5
1.2. MOMENTOS SIGNIFICATIVOS.....	11
1.3. ENP 4 “VIDAL CASTAÑEDA Y NÁJERA”.....	22
1.4. BOICOT... UN NUEVO CICLO.....	29
<b>CAPITULO 2. LA BÚSQUEDA... UNA CONSECUENCIA</b> .....	35
2.1. CONTRANÁLISIS.....	35
2.2. LA CONSECUENCIA.....	41
2.3. FALTARON OCHO MESES.....	48
<b>CAPITULO 3. LOS DESEOS</b> .....	52
3.1. PRIMER SEMESTRE DE LA CARRERA.....	52
3.2. FÉMINAS CATEDRÁTICAS... PERCEPCIÓN, PASIÓN Y CONOCIMIENTO.....	53
3.3. SINCRONÍA.....	65
<b>REFLEXIONES FINALES</b> .....	84
<b>ANEXO 1</b> .....	85
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	86

## INTRODUCCIÓN

*Entre los límites y los Deseos* es el título que encabeza esta tesina. A través del relato periodístico testimonial<sup>1</sup> me permito ser narradora y protagonista de esta historia, la cual dividí en tres capítulos.

- El primero de ellos “*Los Límites*”, de forma introductoria se aborda el concepto de la depresión y sus características principales. Para así dar paso al relato periodístico testimonial, enfatizando el cómo he ido afrontando la etapa académica ante un cúmulo de deseos e idealizaciones, en donde la aparente limitación se iría convirtiendo en episodios depresivos.
- “*La Búsqueda*”, en este segundo capítulo, relato de qué forma la técnica de *Contranálisis*, nos brindó una alternativa de autosuperación, cuyo beneficio en mi madre, reflejaría el cambio en mi y en mi familia, para dejar de justificarnos y no estar viviendo con culpas, así como una constante búsqueda de estabilidad emocional.
- El tercer y último capítulo es “*Los Límites*”, en el relato y describo a unas féminas catedráticas que a través de su conocimiento, experiencia y amor a su vocación, me permití no sólo reforzar mis convicciones, también, una nueva perspectiva de comunicar, y sentir... ante la maravillosa oportunidad de vivir una experiencia *sincrónica*.

Cabe señalar que este trabajo, o bien relato periodístico testimonial, está redactado en primera persona, no sólo por tratarse de una experiencia personal, sino además, ha sido la

---

<sup>1</sup> “El relato periodístico testimonial es un discurso narrativo que el periodista- autor, convertido en narrador-protagonista-testigo, realiza sobre un suceso “real”. Por tanto, lo primero que hace el periodista es ficcionalizar su experiencia, convertirla en relato para narrar y/o representar el suceso... La verosimilitud resulta de la relación entre el relato construido por un autor y lo que el lector acepta creer que es verdadero, de aquí su percepción como realista... tal es el caso del relato periodístico testimonial, ya que el lector asume que el relato por leer es real... es decir se puede verificar su existencia... El suceso vivido al ser relatado, se vuelve precedero como relato verosímil y por lo tanto puede analizarse como un construcción narrativa” Robles, Francisca. *El relato periodístico testimonial, perspectivas para su análisis*, Tesis de doctorado en Ciencias Políticas y Sociales con orientación en Ciencias de la Comunicación. UNAM. FCPS. México. 2006. p. 40.

mejor herramienta para enunciar mis emociones, percepciones, pensamientos y recuerdos, *“los hechos evocados por el narrador se ofrecen al lector como informaciones. Estas informaciones son datos referenciales que sirven para identificar y situar objetos en el espacio y tiempo”*<sup>2</sup>

*¿Por qué optar por el relato?* En la gestación de este trabajo, de primer instancia enmarcaba y proponía de forma muy general, el pretender a abarcar temas especializados, como la *Depresión*, *Teoría de la Sincronía* y la *Técnica del Contranálisis*, pero estas dos últimas, siempre con la intención de enfocarlas como alternativa u opción a ciertas problemáticas emocionales, tal es el caso de la depresión. El vislumbrar estos tópicos, sólo como simples datos generales, orillaba a ser un trabajo carente de sentido, especialización y fundamento en dichos temas.

El optar por el relato<sup>3</sup>, no sólo como género periodístico, sino como testimonio y forma de comunicación, me permitiría revelar, contar y sobretodo particularizar una historia, retomando los conceptos que tanto codiciaba exponer, pero desde una perspectiva más humana, más personal y emotiva, ya que al utilizar el recurso literario, trato de reconstruir<sup>4</sup> y aderezar los hechos de una manera más sublime y quizá conmovedora a los ojos del lector, a través de esta subjetividad acompañada por el aprendizaje y conocimiento, comparto, pero sobretodo trato de poner en común<sup>5</sup> una problemática, una situación social, (la depresión) a partir de mi experiencia<sup>6</sup> y en sus diferentes manifestaciones, razones... límites, búsquedas y deseos.

---

<sup>2</sup> *Ibíd.* p. 60.

<sup>3</sup> *Ibíd.*, p. 15. *“Relatar un hecho periodístico significa testimoniarlo y admitir por una parte, el alto grado de subjetividad que ingresa al discurso (sensaciones, observaciones) y por otra la utilización de elementos propios de la creación literaria (escenas, diálogos, monólogos)”*.

<sup>4</sup> *Ibíd.* P. 35. *“Cada relato es fruto de las circunstancias que envuelven al autor en un momento determinado de su vida, de su contexto. En cada relato queda explícita su formación personal, su manera de ser y pensar, su rol social, su capital cultural entre otros”*.

<sup>5</sup> *Ibíd.* P.24. *“... el periodista deja un testimonio de sus vivencias, de su percepción de la realidad, de su forma de procesarla, valorarla y ordenarla”*

<sup>6</sup> *Ibíd.* P 15. *“Relatar también implica admitir el protagonismo de quién relata, el cual esta presente desde que el periodista funciona como una especie de autor y director teatral, quien además de crear la obra, la dirige, selecciona y recrea aquello que quiere relatar”*.

Es importante hacer mención y justificación de la estructura empleada en cada uno de los capítulos, ya que para vestirlo recurrí a los siguientes elementos:

- El uso de la *letra cursiva* el empleo para realzar, distinguir, enfatizar, citas textuales, subtítulos, diálogos, expresiones en lengua extranjera, nombres propios, instituciones, conceptos, el nombre de una canción, artista o simplemente dar un realce especial.
- El uso constante de los *tres puntos suspensivos* me resultó sin duda alguna, el mejor recurso ortográfico para poder dar vida a este relato, encausándolo a manera de conversación, pues ellos me permitirán otorgar ciertas entonaciones, pausas, pensamientos que invitan a la reflexión, momentos de duda, momentos de sorpresa, de tensión, de suspenso, de alegría.
- Otra característica sobresaliente en el desarrollo del relato, es el uso frecuente de palabras altisonantes (*groserías*), el empleo de aquellos vocablos es con la finalidad de mostrar el modo de expresarnos, de expresarme, y dar a conocer la manera en que muchas veces nos comunicamos en nuestro círculo de convivencia.
- El sobrenombre es uno de los recursos que empleo, no sólo otorga intimidad, confianza, sino también, una forma de identidad muy peculiar a las personas.
- La *entrevista* la empleo con mi madre, ya que consideré de gran trascendencia su aportación por el simple hecho de ser ella un referente máximo en mi formación personal, y mi hermana, como punto medular y de vínculo directo con *Leonardo Stemberg* y su técnica del *Contranálisis*. Así como también, la aportación de los especialistas para fundamentar con su punto de vista los temas tratados.
- Se tomaron muy en cuenta cada una de las aportaciones otorgadas por las catedráticas, retomando la descripción y los apuntes en clase para tratar de reconstruir y dar voz a su esencia.
- Cada uno de los capítulos sugieren reflexiones que dan continuidad, mas no un remate o fin, aunque cada uno cuenta una historia muy particular, el *entrelazamiento* es ineludible para que exista y se de paso al siguiente capítulo. Aunque la *Depresión*<sup>7</sup> y la *Sincronía*<sup>8</sup> fueron el motor y elementos importantes para

---

<sup>7</sup> En el primer capítulo se aborda el concepto de la depresión, así como sus características principales.

realizar este trabajo, la búsqueda, las alternativas (*no son las únicas, pero si las mejores en su momento, en mí momento*) de autosuperación aunado a un fluctuar emocional, se dejan entrever encada uno de los capítulos, cuya relevancia y reflexión bien podrían ser las *opciones* que se tienen al alcance como oportunidad para aprender, reconocer y seguir disfrutando.

---

<sup>8</sup> En el tercer y último capítulo, se tratara el tema de la sincronía, su concepto y perspectiva, así como la experiencia personal de vivir un hecho sincrónico.

## CAPÍTULO 1. LOS LÍMITES

En este capítulo se abordará primeramente la depresión, su concepto, factores y síntomas que influyen en esta enfermedad, para así dar paso al relato y descripción de los momentos más significativos con los que he aprendido y madurado, ante un fluctuar emocional. La mejor lección es no juzgar aquellos límites, que a veces con tanto ahínco, uno va forjando, convirtiéndolos en exquisitas justificaciones.

Los ambientes protagónicos que interpretan cada momento ocurren en una atmósfera sumamente familiar, de pareja, amantes, deseos, idealizaciones, carencias y qué decir de los amigos, y por supuesto, no podía faltar el horizonte académico, nunca como meta, pero si el más noble y fiel.

### 1.1 Depresión... ruptura del equilibrio.

*“La depresión es un término utilizado como sinónimo de tristeza profunda, abatimiento del estado de ánimo, disminución en la actividad de una función fisiológica, o bien como una enfermedad psiquiátrica. Esta es una reacción emocional normal que desaparece en un tiempo razonable. Sin embargo, cuando ese estado emocional persiste y hay problemas para enfrentar satisfactoriamente las actividades cotidianas, es posible que se haya desarrollado la enfermedad depresiva”.*<sup>9</sup>

Aunque la tristeza sea normal y pasajera el mantener este estadio nos puede conducir a un fantástico e indómito torbellino emocional, aparentemente fácil de detectar y difícilmente de reconocer. La enfermedad depresiva es causada multifactorialmente, son varios los elementos que forman parte en la producción de un cuadro depresivo a continuación sus principales factores y síntomas.

---

<sup>9</sup> *Distimias, guía informativa para enfermos, familiares y amigos.* Por: Dr. Ricardo Colin Piana, médico Psiquiatría y psicoanalista, Jefe de servicio en la unidad de ansiedad y Depresión de la Clínica San Rafael, de la ciudad de México. p.3.

Factores de vulnerabilidad en la Depresión <sup>10</sup>	Posibles síntomas de una Depresión <sup>11</sup>
<p><b>Factor genético.</b> Patrón hereditario, hijos de personas depresivas mayor riesgo a verse afectados por la enfermedad.</p> <p><b>Factor psicológico.</b> Experiencias en los primeros años de vida: la muerte o separación de los padres. Rasgos de personalidad: preocupación excesiva y persistente, baja autoestima, dificultad para expresar sentimientos, inseguridad, dependencia, perfeccionismo, expectativas elevadas, traen por consecuencia mayor riesgo de sufrir depresión.</p> <p><b>Factor biológico.</b> Problemas físicos, como: infecciones, enfermedades crónicas, administración de algunos medicamentos, después de un parto. Lo anterior ha generado investigaciones biomédicas que han descubierto alteraciones del equilibrio químico en las células del cerebro.</p> <p><b>Factor ambiental.</b> Acontecimientos estresantes de la vida, especialmente cuando son graves y prolongados aumentan la vulnerabilidad del individuo a padecer depresión.</p>	<p><b>Anímicos</b> Alteraciones en el estado de ánimo: abatimiento, pesadumbre, tristeza, infelicidad, desesperanza, en ocasiones irritabilidad.</p> <p><b>Motivacionales.</b> Anhedonia (incapacidad de disfrutar), apatía, indiferencia.</p> <p><b>Cognitivos</b> Alteraciones en los procesos y contenidos del pensamiento, baja autoestima, sentimientos de inutilidad, culpa, del entorno y del futuro; disminución de la capacidad para pensar, concentrarse y tomar decisiones; pensamientos repetidos de muerte o ideas de suicidio.</p> <p><b>Físicos.</b> Cambios en el sueño y alimentación, fatiga o pérdida de energía, molestias corporales difusas, disminución de la actividad y deseo sexual.</p> <p><b>Interpersonales.</b> Disminución del interés social, deterioro de las relaciones con el otro, aislamiento, a veces excesiva dependencia de las personas más próximas.</p> <p><b>Conductuales.</b> Reducción general de actividad; enlentecimiento generalizado de los movimientos, el habla los gestos..., que en un extremo puede llegar al mutismo e inactividad casi totales. Otras veces, aparece lo contrario una sensación de “no poder parar”</p>

Cabe precisar que los profesionales en salud mental recurren a un sistema de diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales “(*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* o *DSM*, por sus siglas en inglés.); dicha publicación es considerada una guía esencial para hacer un diagnóstico formal de cualquier trastorno”<sup>12</sup>.

<sup>10</sup> *Distimias, guía informativa para enfermos, familiares y amigos*. Por: Dr. Ricardo Colin Piana, médico Psiquiatría y psicoanalista, Jefe de servicio en la unidad de ansiedad y Depresión de la Clínica San Rafael, de la ciudad de México. p. 5,6.

<sup>11</sup> Hernangómez Criado Laura, *¿Por qué estoy triste?, Guía para conocer y afrontar la depresión*, Ed. Aljibe, Malaga, 2002. p. 16.

<sup>12</sup> Yapko Michael, *Para romper los patrones de la depresión, no tienes que sufrir para vivir*. Ed. Pax, México, México, 2006. p. 7,8.

Los criterios para el diagnóstico aparecen en el siguiente recuadro.

### Criterios para identificar un episodio de depresión severa (DSM-IV-TR)

- A. Cinco (o más) de los siguientes síntomas han estado presentes durante un periodo de dos semanas y representan una variación en el funcionamiento previo: al menos uno de los síntomas es 1) un estado depresivo o 2) la pérdida por el interés o el bienestar.

**Nota:** No deben incluirse síntomas causados por un estado de salud o estado de incongruencia alucinatoria no debido a alucinaciones.

1. Estado depresivo la mayor parte del día, casi diario, como indica un reporte subjetivo (por ejemplo, sentimiento de vacuidad o soledad) o la observación hecha por alguien más (por ejemplo se muestra lloroso)

**Nota:** Niños y adolescentes puede tratarse de un estado irritable.

2. Pérdida marcada del interés o del bienestar por todas, o casi todas, las actividades del día, casi a diario (indicado por testimonio subjetivo o la observación hecha por otros).
3. Pérdida significativa o aumento de peso corporal sin llevar una dieta (por ejemplo, cambio de más de cinco por ciento del total por espacio de un mes) o incremento o pérdida del apetito casi todos los días.

**Nota:** en niños falla al tener un aumento de peso esperado.

4. Insomnio o cuadro severo de insomnio casi diario.
5. Agitación psicomotora o retraso psicomotor casi a diario (Observable por otros, y no sentimientos meramente subjetivos debido a agitación o que disminuye la actividad).
6. Fatiga o pérdida de energía casi diario.
7. Sentimientos de poca valía o culpa excesiva o inadecuada (que puede ser por alucinación), casi a diario (no solamente recriminarse a si mismo o sentir culpa por estar enfermo).
8. Habilidad reducida para pensar o concentrarse, o indecisión casi a diario (por testimonio subjetivo o la observación hecha por otros).
9. Pensamientos recurrentes sobre la muerte (no sólo miedo a morir), pensamiento suicida recurrente sin un plan específico, o un intento de suicidio o un plan específico para cometer suicidio.

- B. los síntomas no cumplen con los criterios de un episodio mixto.
- C. Los síntomas causan aflicción, clínicamente significativa o que deterioran el funcionamiento en el área social, ocupacional u otras de importancia.
- D. Los síntomas no se deben a los efectos psicológicos de una sustancia (por ejemplo, una droga activa, un medicamento) o un estado de salud (por ejemplo, hipotiroidismo).
- E. Los síntomas no justifican la aflicción, por ejemplo, después de la pérdida de un ser amado; los síntomas persisten durante más de dos meses o se caracterizan por un marcado deterioro en las funciones, la preocupación mórbida acerca de la poca valía, el pensamiento suicida, síntomas sicóticos o retraso psicomotor.

Yapko Michael, *Para romper los patrones de la depresión, no tienes que sufrir para vivir*. Ed. Pax, México, México, 2006. p, 7,8.

Aunque el anterior cuadro representa una lista general de síntomas y factores en el diagnóstico depresivo, no todos los criterios pueden aplicarse a un individuo específico.

*“¿Puede alguien estar deprimido y tener sólo uno o dos de los síntomas de la lista? Sí.*

*¿Puede diferir la experiencia de la depresión de manera notable de un individuo a otro? Sí.*

*Existen suficientes similitudes que garantizan la categoría DSM-IV y el lenguaje compartido relacionado con el trastorno- aunque existen varias diferencias importantes, evidentes en los distintos tipos de depresión de ciertos individuos y aún en culturas completas”<sup>13</sup>.*

### **La creencia**

Cabe señalar, pero sobretodo reflexionar, que el abordar este tipo de problemáticas sociales, tal es el caso de la *depresión*, implica tener muy en cuenta nuestros modos y formas de vivir, así como, todo este torrente cultural que nos hace mantener ciertas estructuras y patrones que se entretajan y funcionan en relación con nuestras creencias y el mundo cambiante.

*“La depresión parece construirse a partir de una creencia, es decir, de un pensamiento estructurado, por el que la persona se siente víctima de algo que no puede combatir o superar, razón por la cual renuncia. La creencia es una forma de conocimiento descriptivo de un fenómeno, que la persona asume como explicativo y verdadero. O bien en otras palabras, un conocimiento estructurado que actúa en la propia elección, en los pensamientos y en las acciones”<sup>14</sup>.*

Quizá las creencias que desarrollamos acerca de nuestra vida son precisamente una forma de dar sentido y significado al desconcierto, enfrentándonos constantemente a situaciones turbias que reclaman respuesta. Pero... ¿Qué tanto se nos puede escapar de las manos para adentrarnos a un estado mental mórbido y muchas veces tan rígido?

*“En el caso de la depresión no es solamente la rigidez de la creencia base, sino de la ruptura de la creencia en cuanto tal... frente a un acontecimiento inesperado, no contemplado precisamente por la rigidez de la creencia, ésta se resquebraja y se rompe: todo lo que ha funcionado (y que, por tanto, ha contribuido a la rigidez de la propia*

---

<sup>13</sup> Yapko Michael, Para romper los patrones de la depresión, no tienes que sufrir para vivir. Ed. Pax, México, México, 2006. p. 8,9.

<sup>14</sup> E. Mauriana, L. Pettero, t. Verbitz, *Las caras de la depresión*. Ed. Herder, España, 2007. p. 47.

*creencia) ya no funciona; todo aquello en lo que se ha creído se derrumba ruinosamente bajo el empuje destructivo del “accidente” no previsto. El accidente puede estar representado por cualquier cosa que asuma un valor de catástrofe”.*<sup>15</sup>

Bajo esta consideración, posiblemente se podría objetar, que quizá mucho de nuestras patologías siquiátricas están fundadas en una creencia, y en el caso de la depresión, cuando nos damos cuenta que ésta se quiebra, nos sentimos incapaces ante la desilusión de algo que forjamos y creímos tan inherente a nosotros.

*“Y es la renuncia – sea de comportamiento, de idea y/o de relación- la que sitúa al paciente en el rol de “víctima”: él es siempre el que, desde su propio punto de vista padece la realidad de forma imponente. El paciente renuncia en cuanto piensa que no tiene los medios (que ya no los tiene o que no los ha tenido nunca) o que la situación es, por su naturaleza inmodificable (por ejemplo, a causa de la desgracia, del destino adverso, etcétera). El silogismo paralizante es: no soy capaz, así que renuncio por lo tanto, soy una víctima”.*<sup>16</sup>

El ser víctima muchas veces nos conlleva a ser nuestro propio victimario, independientemente de cual sea nuestra creencia base, lo elemental es tener muy en cuenta, que la depresión se extiende de forma rápida y hasta alarmante, convirtiéndose en un problema de salud pública.

## **Estadística y Opinión**

Actualmente la depresión *“es la enfermedad neurológica más común a nivel mundial, al estimarse que el 20% de la población mundial ha presentado por los menos una vez en la vida un cuadro depresivo y se calcula que durante la actual década aumentará un 40%. Tan sólo el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) reportó en mayo de 2008, que cada año se atienden a 10, 500 personas que han intentado suicidarse por problemas depresivos severos”.*<sup>17</sup>

*“En México la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica (ENEP) proporcionó las primeras estimaciones nacionales de la prevalencia de los trastornos mentales. Se estimó*

---

<sup>15</sup> E. Mauriana, L. Pettero, t. Verbitz, *Las caras de la depresión*. Ed. Herder, España, 2007. p.48.

<sup>16</sup> Ibidem. P. 49.

<sup>17</sup> Fragmento citado por la Lic. Cortez García Adriana, *Homosexualidad y depresión ¿Tu familia esta preparada?*, Tesina para obtener el grado de Licenciada en Ciencias de la Comunicación, UNAM, FCPyS, México, Octubre de 2008. p. 1.

que el 2.0% (dos millones de personas) de la población ha padecido depresión en la infancia o en la adolescencia con un promedio de siete episodios a lo largo de la vida), de los cuales, generalmente no reciben tratamiento.

... en los últimos 30 años se empezó a reconocer la depresión mayor como un trastorno que también padecen niños y adolescentes”<sup>18</sup>.

En entrevista con la Dra. Adriana Reyes Iraola, Psicóloga de la Clínica de Psiquiátrica Morelos No. 23 IMSS, señala que “En la cultura mexicana, todos los grupos son vulnerables, se habla mucho de un porcentaje en las mujeres por el tipo de cultura en la que estamos, en donde pareciera ser, que las ventajas están dadas para los hombres y que por eso las mujeres desarrollan más el trastorno de tipo depresivo o ansioso, pero no... por qué, porque los hombres manejan una depresión oculta, ésta misma cultura a los hombres no les permite llorar, gritar...

No les permite mostrarse débiles, entre ellos tienen que defender mucho su territorio o su imagen, entonces lo que hacen es transformar la depresión en agresión... y hay mucho hombre agresivo en México... estamos hablando que detrás de un hombre violento, de un hombre agresivo hay un hombre deprimido, si lo ponemos en perspectiva vemos que es la misma cantidad de mujeres depresivas que hombres depresivos”<sup>19</sup>.

La Dra. Magali Pérez, médico psiquiatra del Hospital de Especialidades Centro Médico La Raza, comenta más al respecto “Las mujeres son más vulnerables al trastorno depresivo, básicamente por los roles de género, las mujeres tenemos muchas desventajas a nivel genérico, hay quien dice que es por las hormonas, el que sea una depresión hormonal es únicamente en el trastorno premenstrual... pero fuera de eso, el rol competitivo que se ejerce en nuestra sociedad pone en desventaja a las mujeres...

Además existen pocos programas sociales para orientar e informar, ya que las enfermedades emocionales son el patito feo de la medicina... porqué como no mata, y existen pocos recursos, prefieren enfocarse a enfermedades que tienen alta letalidad en la sociedad.”<sup>20</sup>

Lo que es un hecho inexorable es de que cualquier sector social sean mujeres, hombres y niños en sus diferentes etapas vivenciales, su salud mental puede verse afectada desde un simple estado anímico triste, hasta una depresión severa, finalmente “El rostro

---

<sup>18</sup> G. Borges, María Elena Medina-Mora Icaza, Joaquín Zambrano, Corina Benjet, Clara Fleiz, *La depresión con inicio temprano: prevalencia, curso natural y latencia para buscar tratamiento*. Salud Pública Mex 2004; 46:417-424, <http://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2004/sal045e.pdf>. 2:03

<sup>19</sup> Dra. Adriana Reyes Iraola, Psicóloga de la Clínica de Psiquiátrica Morelos No. 23, (IMSS/DF.). Entrevistada el 6 de febrero de 2009.

<sup>20</sup> Dra. Magali Pérez García, Médico Psiquiatra, adscrito al Servicio de Salud mental del Hospital de Especialidades Centro Médico La Raza. Entrevistada 6 de marzo, 2009.

*depresión es tan único como distinto en cada individuo... después de todo para ti y tus circunstancias, tú depresión es única.*<sup>21</sup>

Hasta aquí las características más sobresalientes en torno a la enfermedad depresiva, a continuación inicio mi relato, un gestar de experiencias, creencias y fragilidades subjetivas... llamadas depresión.

## **1.2 MOMENTOS SIGNIFICATIVOS**

No sé como empezar, o quizá sí lo sé, pero el recordar, me provoca sensaciones poco precisas. Me encuentro frente al monitor con un torrente de situaciones que estoy a punto de destapar, y que me dejan en ciertos momentos, inmóvil, y la insistencia del cursor palpitante está a la espera de un vocablo añorante, el cual se niega a tener memoria.

Cada etapa escolar era un delirio, y no porque provocara en mí, sensaciones de ensueño, un nuevo ciclo significaba, tener que lidiar con profesores que no sabían educar con el ejemplo y la incongruencia de sus acciones aniquilaba sus palabras.

Lo más raro de todo, es que parecía que yo sola me daba cuenta, cuestionaba, reclamaba, pedía una explicación, y solamente recuerdo miradas impotentes y llenas de sorpresa e indignación ante la osadía de una niña de ocho años, que le encantaba y le conmovía pararse de su silla para decir lo que pensaba y sentía.

Fue en ese momento en que recibí el halo de mi padre, y pronto me convertí en su liderazgo, obviamente no sabía qué significaba esa palabra, sin embargo, daba por entendido que era yo, y debía corresponder a aquellas expectativas.

---

<sup>21</sup>Yapko Michael, *Para romper los patrones de la depresión, no tienes que sufrir para vivir*. Ed. Pax, México, México, 2006. p. 8,9.

***Tú eres una líder... inteligente, talentosa... bonita.***

Pronto la admiración trajo consigo una dualidad que en mi corta edad no podía entender con claridad, aunque la intuía, ya que la convivencia con mis compañeros era diferente, en especial con las niñas, el atrevimiento con que emprendía muchas cosas les causaba conflicto y me dejaban de hablar, en cambio los niños eran mis seguidores, confiaban en mí y respetaban mi opinión, ¡qué decir de los profes! Algunos se quedaban molestos ante mi crítica y muchos otros la aplaudían.

*“Generalmente los niños que son líderes, son niños que tienen algún talento de socialización, la represión funciona de manera diferente, porque tienden a retraerse... si tienden a retraerse o se vuelven muy agresivos y violentos y tienden a jalar a otros niños hacia esa área, o son los que se retraen y se retiran del mundo... esconden esas características de liderazgo y no dejan salir lo que en realidad ellos son...”*

*Un niño líder es un niño que tiene algún talento para algo... sobretodo que sabe socializar, sabe lo que quiere, tiene objetivos y que sabe hacia donde puede guiar a los demás, pero que también le importan los demás... son niños sensibles, le tienen que importar los demás para que pueda ser líder...”<sup>22</sup>*

El ambiente escolar era el mejor escenario para protagonizar mi esencia, ya sea al externar una opinión, o participar en cualquier evento que consintiera el estar frente a un grupo de personas, recitando, cantando, bailando en el festival del diez de mayo, o dirigir unas cuantas palabras, nada más por el hecho de sostener un micrófono. El gran ahínco que me incitaba el ser partícipe de cada una de las actividades escolares forjaba mis inclinaciones hacia una vocación ya decidida, pero que con el tiempo se volvía cada vez más lejana.

El tiempo, pronto postergó las expectativas y me alcanzó, aún cuando ya tenía preparado mi estreno. Me preguntaba muchas veces si tenía lo necesario para mostrar mi talento, que sólo se adornaba con voluntad y certeza, después, en una ocasión conocí el prejuicio, y me di cuenta del arrojo y la confianza que brindaba mi cualidad, jamás debí hacerlo, o quizá era profundamente necesario saberlo.

---

<sup>22</sup> Dra. Adriana Reyes I., Entrevistada 6 de febrero, 2009.

*“Los niños que tienen talentos, son muy intuitivos y es más fácil que tiendan a caer en depresión porque perciben con más detalle todo lo que sucede alrededor y todo lo que sucede alrededor es la dinámica*

*familiar... un niño depende de la familia, la familia se resquebraja, el niño se angustia, ellos se alteran y se deprimen...”<sup>23</sup>*

De forma indómita, aprisioné la idoneidad, un talento que con gran insistencia le reclamaba pulirse, una demanda que se extendía con la sombra del resentimiento hacia mis padres, pero tampoco estaba en condiciones de exigir, no comprendía desde qué punto de vista me miraban y admiraban, pero entendía de manera clara el escenario de nuestra realidad. Una realidad en donde la gracia otorgada se rezagaba en la expectativa del mañana, claro que podría esperar el mañana, en la lupa de mi niñez y adolescencia, todo se mira lejano... o al menos eso es lo que yo creía.

Embalsamada del cariño y amor de mis padres, no sólo por ser la hija menor de cuatro hermanos, parecía lo menos suficiente, aunque sí, un excelente soporte de confianza, seguridad, su exceso y justificación.

Entonces, utilicé a mis padres, la comprensión, el entendimiento, yo, la lidereza de mi padre, la admiración, mi exceso de seguridad, el talento, mi voz, la expresión impregnada en cada una de mis palabras que merecían de forma natural ser escuchadas por el simple hecho de decirlas ... quedaban como un botín confiscado, a la espera de un buen tiempo.

Así trascurrieron los años, así concluí los angustiosos ciclos de primaria, y que decir de la mente secundaria, hasta pensaba que ya era momento de trabajar para pagarme unas clasecitas de expresión corporal, danza, actuación, ¡rayos! Seguía siendo una puberta, era demasiado cándida para obtener un trabajo que me brindara la posibilidad de estudiar, trabajar, y además el lujo de aprender la sensibilidad del arte a través de un curso carísimo, y no iba a trabajar de *cerillito o volandera*.

---

<sup>23</sup> *Ibíd.*

### ***A los seis... mi primer casting.***

En estos momentos me vino a la mente un programa de hace 19 años llamado *Kolitas*, que se transmitía todos los fines de semana, en el cual los protagonistas eran encabezados por botargas de animales y una niña conductora, de complexión muy delgada, vestida siempre de overol, cada programa era un color diferente y me encantaba, porque, yo quería ser la conductora, entonces, a mis seis años cualquier tipo de cuestionamientos rebasaban mi capacidad de poder entenderlo, y sin embargo, me preguntaba, ¿por qué estaba ahí la niña? ¿Quién la eligió?, ¿Cómo llegó hasta ahí?, ¿Con quién se presentó? ¿Por qué estaba en la tele y yo no?, hasta que una ocasión, escuché “*asiste al gran casting para la nueva conductora de Kolitas*”.

Trato de recordar, por qué razón no les dije a mis padres de este mensaje que vi y escuché por televisión, pero casi podría afirmar que me daba pena contar un proyecto que quizá no se consumaría.

En este sentido, mi tía era mi mejor aliada, decía que a mi corta edad sabía lo que quería... más que dispuesta decidió acompañarme, le dí la dirección, el horario, y salimos muy temprano de casa, para llegar puntuales al *casting*. Sentía nervios, al llegar al lugar, era una casa muy grande, cuando eres pequeño todo se ve grande, nos recibió un señor alto y rubio, con gran amabilidad nos ofreció sentarnos y con voz firme dijo “*ya tenemos a la niña, que será la nueva conductora*”.

Fue sin duda, una situación triste, y pienso quizá, era poco lógico que lo sintiera con tanta profundidad a una edad tan tierna. No volví a saber de convocatorias de *casting* y simplemente, no sabía dónde o a quien acudir.

## ***El rebozo de mi mamá***

La sobreprotección ha sido uno de los grandes rebozos con el que se nos ha cobijado a mí y a mis hermanos mayores, “*Leches*”, “*Maximiliano*” y “*La Ojitos*”<sup>24</sup>, este sentido tan natural de mi madre hacia nosotros, considero nos ha restado de algún, o quizá de muchos modos la capacidad para emprender ciertas metas.

*“La sobreprotección es una agresión oculta, sobreprotección es que tú consideras a la persona que estás aparentemente protegiendo tan inútil, que no va a poder hacer nada, entonces tú tienes una gran necesidad de protegerlo...”*

*Un niño que fue sobreprotegido, que no ha tenido la oportunidad de la experiencia... lo que a ti te va a dar seguridad, confianza, es algo que se llama inteligencia callejera, ésta no se aprende en los libros, se aprende en la experiencia, qué es esto, que tú de alguna manera intuyes cómo se empieza a mover el mundo y cómo te tienes que mover en el mundo para poder sobrevivir... cuando hay sobreprotección te quitan esa inteligencia, te quitan esta perspectiva, esta perspicacia que no se aprende en ningún libro...”*<sup>25</sup>

Este cuidado un tanto excesivo y cómodo, se acrecentó más, cuando en una ocasión, en casa de mi abuela materna, jugando con mis primos, en la *avalancha* (una tabla con llantas, tipo patineta, a diferencia de que ésta tiene volante), estaban muy pesados para mi complexión de ocho años, fue tanta mi pretensión de querer empujarlos que de pronto mi corazón palpité sin cesar, a partir de ese momento mi vida tomó otra perspectiva, y su lección poco pedagógica, trata de enseñarme lo efímera que soy. Las *taquicardias* han convivido conmigo desde ese momento hasta hoy, y aunque mi corazón, estructuralmente es normal, los nervios han sido el diagnóstico clínico de los doctores... este síntoma tan esporádico y acelerado como yo, hacia que reprimiera algunos de mis gustos, no podía ir al ritmo como los demás niños.

*“La taquicardia es un síntoma, no una enfermedad, la taquicardia se define en frecuencias cardíacas por arriba de los 100 latidos por minuto, lo importante es ubicar la enfermedad intrínseca que está causando el síntoma: emocionales, psiquiátricas, endocrinas, para así dar un diagnóstico más preciso”.*<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> En el último apartado (Anexo 1), se especifica el nombre real de cada uno de los sobrenombres referidos.

<sup>25</sup> Dra. Adriana Reyes I.

<sup>26</sup> Dr. Salvador Facundo Bazaldua, Cardiólogo Clínico del Hospital de Especialidades Centro Médico Nacional La Raza. Entrevistado 23 de Febrero, 2009.

La ansiedad se agudizaba, el gusto hacia lo que yo creí que era mi verdadera vocación se fortificaba, tenía que hacerlo, no sólo por el talento, sino por esta carga palpitante que según me exigía, lo hiciera lo antes posible ...tenía miedo de morirme sin haber hecho lo que yo tanto codiciaba.

Yo, mis padres, las personas que me conocían, siempre admirando mi personalidad, característica que también engendró en mí desde muy niña, una dualidad muy fuerte, ya que me la creí, pero no lo suficiente. Entonces, mi confort ante la seguridad de un talento, se fue moldeando en la excesiva confianza, de que cuando yo quisiera iba obtener, este deseo de ser y ser vista, reconocida... por el simple hecho de ser... diferente.

*“Muchos de los padres depositan en los hijos, sus sueños no realizados o sienten que son una prolongación de ellos, depositando en el niño muchas expectativas...”*

*Tú eres esto y vas a lograr esto, tu tienes esto otro y vas a lograr aquello...*

*esto es una gran presión para el niño que de alguna manera se condiciona a que él es tal cosa y tiene que lograrlo, pero si no lo logra el niño se convierte en su propio capataz, si el niño no lo logra, el niño sufre, el niño siente que es un perdedor, el niño siente que ya por lo que él valía no existe, si el lo logra y además recibe la aprobación de los padres, aprende a condicionar los logros con el amor de los padres, ... y es una angustia, una autoexigencia, y una autodemanda impresionante que se realiza en los niños ...”<sup>27</sup>*

### **El escenario... la sala de mi abue.**

¿Te das cuenta de todo el ego forjado? ¿de la necesidad de ser visto? De la necesidad de que no se consumara el tiempo... en una edad tan cándida, tan simple, en donde ni piensas, solo actúas, sin preocuparte por el futuro.

La sala de mi *abue*, siempre fue otro de mis escenarios, acostumbraba a hacer mi tarea allá en su sala y hasta la fecha. Saliendo de la primaria, comía, veía televisión, películas de *Watl Disney*... conservo de manera sublime cada uno de los diálogos de mi película favorita “*La Sirenita*”, sobretodo las canciones.

---

<sup>27</sup> Dra. Adriana Reyes. I.

Me identifiqué con *La Sirenita*, creo entendí mas allá de una ilusión por obtener *el amor verdadero*, sobretodo las canciones son un acto identitario, al igual que en sus estrofas manifiesta el deseo de ir, salir a probar, explorar sin importar, la gran diferencia es que yo de manera inocente aclamaba a un *Tritón* que me venerara no sólo con su amor, también con su poder y gloria para convertirme en ¿humano?...

### ***Primaria en Primavera***

El último año en la primaria, vino un torrente muy emotivo que también hizo palpar a mi corazón, *Edgar* era un chico seis años mayor que yo, se dedicaba a atender la vinatería de su padre por las tardes y vivíamos en la misma cuadra, simplemente me fascinaba, la etapa que estaba viviendo era muy vulnerable y él sin duda alguna, formaba parte de mis

iniciales cortejos...y deseos, su mirada tan segura hacia mí, me hacia pensar que le gustaba, yo de algún modo, sólo tenía que esperar, según las reglas del deseo... *es darte a desear*, y aunque yo no concordaba con mi mamá, era la regla.

Pasó el tiempo... y mi gusto hacia él no podía esperar más, cuando yo creía estar decidida, una tarde dirigiéndome hacia mi casa, me doy cuenta que había un camión de mudanzas frente a la casa de *Edgar*... mi caminar se hizo más lento, y mi mirada trataba de negar lo que era más que visible... *Edgar* se estaba cambiando de casa y aunque no lo vi, toda su familia con rostro acelerado alzaba cada uno de los muebles para partir... jamás le volví a ver. Aquel instante me dejó un vacío, una derrota en la que no tuve ni siquiera tiempo de decir, expresar lo que sentía. Desde ese momento jamás me limitaría a decirle a un hombre cuanto lo deseo, aunque su miedo apague su propio deseo.

### ***Un préstamo de toda la vida...***

Mucho menos del mío, entonces acudí a mi tía, hermana de mi papá, que siempre ha sido una amiga, una compañera de toda la vida, nosotras sus sobrinas, en especial mi hermana "*La Ojitos*" y yo, somos como sus hijas. "*Domí*" ha sido una persona que en momentos

económicamente difíciles, podemos acudir a ella, otorgándonos un préstamo para toda la vida, siempre brindándonos cariño, solidaridad y confianza.

Aún recuerdo con entusiasmo aquellos ciento cincuenta pesos que me dió “Domi” para pagar la mensualidad de vocalizaciones y afro antillano, estilo *Yolanda Montes “Tongolele”* y *Ninón Sevilla*<sup>28</sup>, en la ANDA<sup>29</sup>, creo tenía trece años, fueron divertidos e inolvidables aquellos instantes... cuyo gusto me duró un par de meses.

### ***Mi mejor Telón***

Bajo este panorama la secundaria se vuelve uno de mis mejores escenarios, haciendo presente lo que me gusta hacer, las actividades académicas festivas se convirtieron en mi mejor telón ya sea cantando, bailando, recitando, en la pastorela... o hasta diciendo con gusto y entonación el juramento a la bandera.

Una profesora, y escritora *Juana María Naranjo*, en una ocasión se acercó a mi, y me dijo: *“tienes que ir inmediatamente con el Maestro Jasso, toma la dirección, dile que vas de mi parte, es un excelente cantante que te ayudará a pulirte, tienes el talento, además estas muy bonita... pero necesitas arreglarte los dientes”*... ¡Zaz! Esto fue un balde de agua fría... no sólo era diferente, tenía talento, pero mi imagen reclamaba urgentemente enderezarme los dientes... El gran *Jasso* me recibió y vocalizó un par de veces, tampoco tenía para pagarle.

El talento se iba tiñendo de desperfectos banales, los dientes chuecos y por arriba de diez kilos, las probabilidades de fama no me certificaban, ya que en sus criterios establecidos: físico aceptable... carisma y una dosis de talento, era requisito más que básico... o al menos así yo lo creí e interpreté.

---

<sup>28</sup> *Rumberas*. Estrellas representantes del Cine Mexicano de la “Época de Oro” (1940-1950).

<sup>29</sup> ANDA. Asociación Nacional de Actores.

### ***Fue un lindo sueño...***

Al finalizar la secundaria, estaba más que decidida, yo tenía que ser actriz, y me dediqué a buscar escuelas de teatro, el *Virginia Fábregas*<sup>30</sup> fue un lindo sueño, conseguir el dinero para su mensualidad, fue la peor de las pesadillas, tres mil pesos de inscripción y mil quinientos de mensualidad era lo que costaba el aprender a pulir tu talento, "*La Ojitos*", mi hermana en ese entonces ya trabajaba, ella sabía de mis ganas y del gran anhelo que tenía por pertenecer al *Virginia Fábregas*, y un día antes del cierre de inscripciones me consiguió el dinero.

Me acuerdo, estaba acostada lamentando el no poder conseguir lo que quería por falta de dinero... una vez más, y entre mis lágrimas y un cúmulo de pensamientos que entrelazaban la frustración, coraje, resignación, paciencia... de pronto veo la mano de mi hermana llena de billetes ... el semblante me cambió, una oleada de alegría invadió mi cuerpo e inmediatamente fui al teatro y me dirigí con la recepcionista *Martha*, una señora de un poco más cuarenta años con la cual traté de negociar, pidiéndole de la manera más atenta me permitiera pagarle por partes el dinero, pronto me advirtió que lo pensara bien, ya que los profesores me iban a pedir libros costosos, y ropa especial para ballet.

### ***La carencia invaluable...***

Las clases eran todo lo que yo esperaba, pero conforme pasaban los días, y aunque *Martha* no presionaba empezaba a conflictuarme el pago restante de la inscripción, la mensualidad y los seis libros solicitados... y las *carísimas* zapatillas de media punta.

El aprovechar cada una de las clases, ante la carencia invaluable, me hacían disfrutarlas hasta donde pudiera porque sabía que en cualquier momento ya no iba estar ahí, y lo mejor de la partida, no fue el dinero, fue una decisión, ya que decidí concluir la *prepa*.

---

<sup>30</sup> Centro Cultural "*Virginia Fábregas*", Escuela de Formación Teatral. Velázquez de León 29, Col. San Rafael. México, D.F.

*Leopoldo Basurto*, mi maestro de actuación, en una de sus clases preguntaba a cada uno de nosotros, sobre nuestro nivel académico y aspiraciones, cuando tocó mi turno, orgullosamente defendí mi certificado de secundaria, a lo que el respondió, “*que era necesario prepararme, que para eso era la prepa... tenía que concluir el ciclo*”,

### ***¡Qué coincidencia!***

Dirigiéndome a mi casa, venía pensando en lo que me había dicho el profesor y una vez sentada en el micro, me percaté de *Efraín*, un querido maestro de la secundaria que daba clases de Química, y él junto con otros maestros se dedicaba a dar cursos de regularización para ingresar a la *prepa*.

El gusto de vernos fue correspondido y sobretodo muy sincero, me preguntó en qué *prepa* me había quedado, le contesté que estaba estudiando actuación... ya deseaba ser actriz y *Efraín*, escuchando y aceptando mis gustos e ideales, sólo dijo: “*Date la oportunidad de terminar la preparatoria, de hecho yo estoy dando la regularización para el siguiente concurso de ingreso, deberías inscribirte*” inmediatamente en mí surgieron un cúmulo de pensamientos, en donde mi razón y coincidencia ante la sugerencias de mis maestros, me llevaron a preguntar cuánto costaba el curso. Me respondió que eran trescientos cincuenta pesos,... “*Profe no tengo nada de dinero, es más, hasta debo en la escuela de teatro, la mensualidad anda más que cerca...*”

Realmente no sé, si mi respuesta de algún modo alentaba el no querer ir a la *prepa*, y utilizar este pretexto económico como la peor de las infortunadas, por el simple hecho de no dar ese paso y sus implicaciones, y seguir aferrándome... aquella escuela llena de sublime ilusión. *Efraín*, como siempre, tenía una respuesta simple e irrevocable, no por ello, escasa

en entrega y aprecio... “*no me pagues nada, pero termina tu prepa, te espero el sábado a las ocho de la mañana*”.

*“Generaste o se te generó la idea de que estabas hecha para algo, aunque en realidad a lo mejor no correspondía a tus expectativas o a tus talentos, sino quizá correspondía a las expectativas y talentos de otros...pero se quiere complacer a la natura (sic), se quiere en un momento dado no perder el estatus que tiene dentro de la familia y entonces se aferra a ese sueño, aunque no tenga los talentos ni intereses para ese sueño... porque si los tuviera créemelo nada se lo hubiera impedido... sin embargo, lo que está persiguiendo no es el sueño en si, lo que está persiguiendo es la aprobación, a través de la obtención de este sueño...”*

*Cuando uno logra entender eso uno puede quedar en paz con ese sueño que no le correspondía e ir en busca del propio, muchas veces se da, otras veces no... si yo no puedo entender eso, siempre lo voy a vivir como una frustración... de yo podía haber sido esto pero no lo fui, pero si tú hubieras querido y hubieras tenido el talento, lo hubieras hecho, lo hubieras logrado, no lo lograste porque no era tu sueño, era un sueño que quizá compraste<sup>31</sup>*

Al finalizar el curso de regularización, le pagué, quedé en deuda con el *Virginia Fábregas, Martha* lo entendió, fui aceptada en la *ENP 4. Vidal Castañeda y Nájera* donde pasé los mejores y exquisitos años de vida... era más que obvio el haber y el tener que escuchar la voz de aquellos *profes*, pero fue mejor, haber tomado la decisión ante escenarios que reclamaban de manera ajena una misma situación... estudia.

En esta *prepa*, ya había sido aceptada, pero la pasión se aferró, conduciéndome insistentemente en dirigir mi deseo de estudiar teatro. Cuando vuelvo a hacer el examen de ingreso, nuevamente me quedo en la *prepa 4*, la primera vez, la fui a visitar y su apariencia reforzó mis ganas de irme al *Virginia*, lo primero que pensé al verla... ¡esto es un reclusorio!, sombría, el gris que vestía sus paredes... ni las franjas pintadas en azul le daban un toque amable. Muy grande y el trayecto era nefasto... salir del metro *Tacubaya* implicaba un ambiente sumamente masculino y marginal, vendedores ambulantes, el paradero de micros y camiones generaban exceso de ruido, gente mal encarada, mujeres a la defensiva, personas de la calle, drogados, borrachos, y basura por doquier...

Lo único bueno eran las miradas de aquellos hombres que no se limitaban a expresar su gusto, lo cual me encantaba.

---

<sup>31</sup> *Dra. Adriana Reyes I.* Entrevistada 6 febrero de 2009.

### 1.3. ENP 4 VIDAL CASTAÑEDA Y NÁJERA

El primer día de *prepa*, ya con sonrisa de metal, después de haber convencido a mi papá que hiciera todo lo posible por conseguir el enganche, y hasta eso, fue un tanto fácil había recibido un dinero, finiquito por sus valiosos años como empleado federal... pero una vez más, el cáliz de sus recuerdos lo perturbaba.

Ese primer día de clases... los pantalones negros se convirtieron en el color base y en mi mejor vestimenta... un tono que siempre me ha fascinado y me encanta portarlo... los podía combinar con cualquier blusa, indudablemente, el mejor atuendo era mi seguridad, y el arrebató de miradas que ejercían un cumplido a diario lo compensaba... hasta el usar el mismo pantalón.

Aunque yo deseara más de lo que tenía a mí alcance... pronto el boicot se frenaba por aquel respaldo de mi talento, personalidad, que era mi mejor vestimenta y carta de presentación...

Mi otro escudo fue afinado la altivez, con una dosis de inteligencia y carisma, que mucha gente reconocía dentro del *Vidal Castañeda*, tanto profesores, alumnos, compañeros de clase y un par de amigos...

Participando con mi punto de vista, detalle que pronto se convirtió en el *cáeme bien* de mis compañeros, sobretodo con las *chavas*, "*achhhhhh, acompañada por supuesto de una torcida de ojos, otra vez esa vieja*" No tenía la culpa de animarme a ser, su defensiva era un recelo propio de sus limitaciones, su malestar para mi era un halago, y para los profesores un ejemplo.

Una de las cualidades más grandiosas de la *prepa*, eran sus actividades estéticas y artísticas, no perdí la oportunidad de aprovechar... ¡además eran gratis!, de acuerdo con el plan de estudios, se necesitaba cubrir una actividad estética por año, y yo... no me podía conformar con una, así que además de la actividad obligatoria y opcional, tenía Danza

Regional, fui y hablé con otros dos *profes*<sup>32</sup>, uno de música y otra maestra de Danza Contemporánea para que me permitieran estar en sus clase, la condición ... no faltar, así que en cada una de estas sublimes actividades ... y por el simple gusto de realizarlas, la puntualidad y disciplina eran la única y mejor herramienta para aprender de ellas ... afortunadamente tuve el privilegio en varias ocasiones de pisar el escenario de la prepa que con gran cariño me cobijó.

Era lo que estaba esperando y cómo no, mi padre desempleado y su único motivo para trabajar éramos mi mamá y yo, ni siquiera mi hermana “*La Ojitos*”, mucho menos mis otros dos hermanos mayores “*Leches*” y “*Max*”, y eso porque decidí seguir estudiando...

Me comprometí en cada una de mis clases, seguía siendo *desmadroza*, pero responsable, participativa, mantenía una buena relación con los profesores de manera natural... pero el objetivo seguía siendo la atracción hacia los hombres, cuya cierta habilidad y agilidad para tratar con los hombres, y saber qué comentarios hacerles para llamar su atención de un modo sutil, y provocativo... eran de mis mejores escudos... y no sólo como arma... mis compañeras sólo se quedaban sorprendidas y a veces enojadas, o quizá celosas ante la osadía.

### ***Tú eres sensual***

Tanto *profes* como alumnos, compañeros de clase, amigos, ya me ubicaban, cómo una chica... como una mujer sensual, coqueta, atrevida... y muchos más, me apreciaban. Quizá la esencia que embalsamaba mi personalidad, era todo este cúmulo tan ferviente con que hacia cada cosa, esto me permitía una vez mas consolidarme socialmente, el

aprecio, la admiración y el reconocimiento, se convirtió en el mejor de los estímulos ofrendados.

---

<sup>32</sup> Aunque la palabra “*profe*” no existe en el DRAE (*Diccionario de la Real Academia Española*), la empleo frecuentemente como una expresión coloquial al referirme a mis maestros.

El tiempo era mi aliado y no podía desperdiciarlo, tenía mis actividades artísticas, a veces nos dejaban mucha tarea, mucho que leer, exposiciones, trabajar en equipo, ir a museos, una que otra conferencia, ensayar las coreografías y aprenderme “Así” de *Consuelo Velásquez* y otras canciones más, no podía faltar el estudiar para el examen próximo, en el cual me daba el lujo de sacar diez... de Matemáticas prefiero no hablar... sólo decir que les caía muy bien a los maestros.

Sólo faltaba algo, mi cuerpo lo pedía, y mi insistente mirada estaba en afanosa espera de penetrar aquellos ojos, y respondieran con la misma vehemencia.

Casi al finalizar el primer año preparatorio se reforzó no sólo nuestra percepción, sino también el compañerismo y la amistad, para ese momento ya se tenían consolidados a los amigos y lugares preferidos, aunque ello implicara estar sentado en el suelo, compartir las frituras, *los Chetos*, *Doritos*, *Cázares*, bañadas en salsa Valentina y reír, reí mucho en la *prepa*, reímos mucho, no había día que no se iluminara nuestro rostro.

La alegría de compartir, trajo consigo la confianza y otras pulsiones, pronto nos dimos cuenta de nuestra feminidad, de nuestra sensualidad *preparatoriana*. La mayoría de mis compañeras ya habían iniciado su vida sexual, algunas antes de los 17, yo esperé un poco más, aunque ya había comenzado la caza, aún no era mi tiempo y la presa que yo quería todavía se resistía.

### ***El Rollito...***

Enfoqué mi mirada hacia un hombre quince años mayor que yo, casado y con un hijo de cuatro años, él atendía su vinatería, la cual estaba a una cuadra de mi casa, la primera vez que lo vi, robó mi mirada, pasé a comprar un chicle y me bastaron unos instantes para que mi cuerpo también palpitará y no sólo mi corazón, a partir de aquel soplo, su faz quedó

perfectamente grabada en mi mente, sólo bastaba mirarlo, algunas veces en lejanía y aún así, su presencia penetraba mi vientre ... él era con el que quería compartir mi cuerpo.

*“Yo creo que aquí se está buscando algo, primero se tiene que cuestionar qué se está buscando, ¿estas buscando algo diferente, divertirme, afecto, una figura paterna?... generalmente cuando hay ausencia del padre, buscas algún sustituto paterno, y la relación más cercana es a través de alguna pareja, la de la intimidad...basando en aquella persona, ausencia, necesidad o expectativas”<sup>33</sup>*

El cortejo fue pausado y preciso, aprendí a conocer sus tiempos, la hora en que llegaba y se iba de la vinatería, a qué hora estaba la esposa, qué días se quedaba con el niño, y uno que otro sábado, encontrarlo en otra tienda que le surtía mercancía... los chicles *Bubaló*, y *agua embotellada* eran los mejores pretextos para verlo, la inversión era mínima y mi mayor ganancia era su mirada y un par de palabras.

Muchos fueron los pretextos, convertidos en pequeños instantes para estar cerca de él, ya se había dado cuenta, su agilidad y cortesía me abrumaba, era una especie de escudo con la que cubría su ambición, y también su dulce estrategia, sus ojos me daban la certeza, pero sus acciones aisladas corrompían sus ganas.

Ya estaba decidida, al igual que el día, fue un agosto del 2002, a cuatro meses de cumplir los 20, acababa de reinscribirme al quinto año de *prepa*, o bien mi segundo año, traía conmigo lo mejor: mi seguridad, el carmín de mis labios, pantalones ajustados que realzaban mi cadera, veinte pesos y una dosis de inteligencia.

Al terminar de inscribirme, le platiqué a mi compañera y amiga *“La Gorda”*, sobre lo que tenía pensado hacer, y aunque le pareció extravagante y extraordinaria la idea, siempre apoyó y contempló cada una de mis acciones por mínimas que fueran, pronto se empezaría a contagiar, aunque a escondidas, y lo que pudiera criticar en mí, era lo que admiraba en mí...era lo que hacía sin mí, y también lo que la alejó.

Le pedí me cambiara el billete por una moneda de diez... que al final no utilicé, la idea era de que se pudiera distinguir con claridad el *“rollito”*, una tira de papel que decía: *“conozco el espacio y la condición en la que te encuentras, pero nada de esto impide tener un*

---

<sup>33</sup> *Ibid.*

*idilio... por un instante, pleno y absoluto. eilitia@starmedia.com, 01agosto02*". El estruendo de mis palabras jamás imaginó la angustia palpitante de mi avaricia sentimental.

A la tercera semana él me escribió, "...cuando podemos vernos, por otro lado déjame felicitarte eres realmente sorprendente, aparte ser muy guapa y agradable eres muy valiente, creeme que sin conocerte demasiado te puedo decir que a más de un hombre dejas con la boca abierta a mi en lo personal me has dejado muy inquieto..."<sup>34</sup> me correspondió, ya había caído, y el mail protagonizó cada uno de nuestros dotes poéticos aderezados con el ansia de estar... "aunque sólo fuera un instante en su vida, pero plena y absoluta" no volví a medir aquel sentimiento voraz, tampoco mis palabras y no me importaba, era lo que sentía y se me antojaba, así lo viví y lo manifesté.

Fueron casi tres años, la percepción de cariño, familia, amor, deseo... cambiaron mucho mis conceptos, creí en mi capacidad de controlar, saber cortar fácilmente. Mi exigencia de tiempo, con el tiempo se volvió más aberrante, el cariño del que siempre me habló me hacía no dudar en su entrega, aunque me hiciera el amor con los ojos cerrados, y al final se metiera a bañar para después apresurarme, puesto que ya era tarde... y aun así le seguía esperando... mi exceso de puntualidad, ahora él me lo restregaría con su indiferencia.

***Espejito compañero... cuántas veces me ayudaste a vestirme para él...***  
*Martha Vasconcelos. Canciones Oaxaqueñas*

Varias fueron las noches de espera después del tercer mes, ya todo era difícil y hasta complicado, el tener que despintarme los labios y las pestañas por que no llegaba, se convirtieron en el peor de los ritos de una pasión enajenante, voraz, y sin control... cuando él quería nos veíamos, cogíamos, me iba a dejar a mi casa, no sin antes decir que *era lo*

*mejor que le había pasado, era su nena, que yo le otorgué los mejores momentos de su vida, que cómo no me conoció antes, que volvió a revivir el ímpetu con el que se gozan los*

---

<sup>34</sup> Carta enviada vía mail, 2002.

*primeros amores...* una vez más me rendía a sus palabras fálicas, a su calor, muchas veces provocado por mi humedad.

Qué bien me adapté, qué bien lo entendí... aunque me daba cuenta de ello y más, estaba sumamente *enculada*... sometida, en vez de quejarme comencé a salir con otros que fueron la misma mierda... pero por convicción los elegí, y eran míos, aquellos soplos duraron unas cuantas carcajadas y una renovación de piel... *Porfirio* siguió invadiendo mi cuerpo, el temblor que provocaba su presencia en mí, era más rico que cuando penetraba, el pensamiento y hasta la certeza de volver a estar con él, asaltaban constantemente un anhelo difuso y la contemplación de una mañana, con él figuraba mi esperanza.

Un día, el furor de aquel idilio se alejó de la manera más vil, ni para coger me buscaba, él ya no volvió a escribir, mucho menos llamarme por teléfono, el tiempo, como su mejor aliado me vino a restregar su indiferencia... hubiese preferido que me mandara a la chingada de frente, que interpretar aquella lejanía de silencio arrogante.

Las noches se volvieron peor que cuando era niña, la oscuridad no me daba tanto miedo como mis pensamientos, me sentía tan herida, abandonada... yo era la misma mujer, reluciente, la sonrisa brillaba tanto como el metal cuyo contorno rojo del labial hacía resaltar más... pero al momento de yacer en mi cama, me ahogaba con cada lágrima de frustración, incertidumbre... *¿Por qué me dejó? ¿Qué acaso no era su nena? ¿La mujer maravillosa, inteligente y además guapa?*

La angustia me hacía despertar cada madrugada, mi corazón palpitaba y el llanto se aferraba a querer bañar mi alma... jamás había ofrendado tanta malevolencia a un ser que yo amé... quería castrarlo, por que sabía que su virilidad sobrepasaba su muerte... no, yo no lo quería muerto, eso sería un acto muy rápido y lleno de honra... lo quería ver sufrir y que sus propias lágrimas le quemaran el alma.

Estaba poseída ante un cúmulo de emociones, que no sabía cómo desafiar, y por el día creía tener el control, me estaba consumiendo *“el deseo y el fuego que enciende para*

*quemar a su amante es el fuego en que ella misma se quema. Rencor y amor, todo junto: Delfis la desfloró y la abandonó, pero ella no puede vivir sin ese hombre deseado y aborrecido*<sup>35</sup>.

Sentía tan único mi dolor. El deseo y la decepción me devoraban, convirtiéndose en motor de mi ansiedad. Embalsamada por aquella mezcla inexorable de despecho y sublimidad, transgredí segundo a segundo mis verdaderas predisposiciones, no sólo sentí y viví el despecho, la angustia de no verme y sentirme amada, querida, pero sí abrumada por el abandono y el desencanto.

No sabía si mi deseo era provocado realmente por un sentimiento puro o quizá, sólo una necesidad evocada, para volver a creer y sentir el amor... sentir de nuevo, sentir que había, que existía algo más profundo y entrañable que un orgullo atormentado.

El último año de *prepa* fue vertiginoso, cuyas oleadas de confusión y alegría me incitaban a seguir, no sabía cómo, ni de qué forma, pero siempre seguía, el llorar por las noches jamás impidió la pronta entrega de mis tareas, y el repaso dedicado para la hora del examen.

### ***Pase Automático***

El amuleto de la tenacidad me hizo concluir el ciclo *preparatoriano* y me presentó de la manera más amable la oportunidad de ser universitaria, no podía desaprovechar lo que estaba a mi alcance, regalado y sin tanto buscar, con el pase automático y la elección que yo quisiera, era inexorablemente una nueva razón para reafirmar mi existencia y vocación.

---

<sup>35</sup> Paz, Octavio. *La llama doble; amor y erotismo*, Sex Barrial-biblioteca Breve, México, 2005, p. 52.

#### **1.4. BOICOT... UN NUEVO CICLO.**

Un nuevo ciclo llegó, como una de las mejores oportunidades nunca antes soñadas, a unos meses de ser universitaria, el miedo y la confusión me boicotearon, cubriendo por instantes mi mente. La situación se tornaba más difícil, o al menos así la percibía en medio del caos, lo que antes era suficiente ahora se convertía en lujo.

##### ***El sorbo de nuestras frustraciones...***

La embriaguez que cubría cada uno de los recuerdos de mi padre se hizo más aguda los últimos años de la preparatoria, y hasta la noticia de que su hija sería universitaria era motivo más para hundirse en la copa más pequeña.

Cada fin de semana, el trago se convirtió en el sorbo de sus frustraciones, que desquitaba con gran recelo hacia mi *mamá*, aquellos momentos eran frenéticos, y más cuando mi madre carecía de las palabras, de la actitud para defenderse, y aunque mi voz muchas veces habló por ella ... había momentos en el que ... no podía, y me sentía tan estúpida, tan indefensa, con un gran coraje de darme cuenta que mi madre soportaba serenamente cada palabra llena de agresión, verla sin opción, ni con el suficiente arrojo para defenderse.

A nosotros también nos faltó carácter para no seguir con aquel ritmo de vida, mis hermanos ya estaban casados y parecería que esta opción pudiese resultar como la mejor alternativa para salir de casa... por supuesto que jamás lo pensé, y creo mi hermana tampoco, era lo que menos me interesaba, la idea que forjé con respecto al matrimonio la construí a partir de la relación de mis padres y al presenciar cada uno de sus actos ambivalentes, incluyendo su amor... me hacían dudarlo, y otras veces pensar, que podía ser diferente y además lindo, porque también recuerdo sus carcajadas.

El mantenerme como la defensora y voz de mi madre, me estaba agotando, me involucré en un escenario en cual yo no tenía el mejor papel. Me di cuenta que mi mamá ya estaba más que adaptada. Tomé la opción de no tratar de intervenir más, de no permitir que sus problemas me afectaran... no fue fácil, y más cuando mi entereza se portaba voluble conmigo, y aunque el boicot me duraba por instantes su presencia era peor que cualquier espectro.

Siendo ya una veinteañera, con idealizaciones rezagadas, y aquel sentimiento delirante y paralizador que a conveniencia me forjaba a recordar a cada segundo el abandono del desamor, confrontándolo continuamente con el reflejo de los propios límites, fueron excelentes razones para el arranque o el retroceso de una carrera.

Estaba por enfrentarme a un ambiente que desconocía en absoluto, pero sobretodo, a una profesión que creía me iba a otorgar el camino para llegar a lo que yo en algún momento tanto desee. *Ciencias de la Comunicación* fue mi opción y elección, aquella ráfaga de información y pensamiento de los primeros días de clase, fueron peor que un balde de agua fría... bienvenida a la Universidad, a la UNAM.

#### **4:30 am...**

Era una nueva etapa que estaba más que a mi alcance, y en el que la conciencia aparentemente estaba en condición de tomar decisiones aún cuando lo “material” se volviera la “principal herramienta de trabajo”, pero sin ideas, de nada servía una computadora.

Compromiso y responsabilidad fueron la mejor sobredosis para trabajar con lo que tenía a mi alcance... acudir al *Café Internet* más cercano, porque mi máquina de escribir no era suficiente.

Simplemente no podía adquirir una computadora de la noche a la mañana ni a cómodas mensualidades. Lo que mi padre me ofrendaba cada fin de semana era todo un acto administrativo el saberlo emplear, y eso implicaba gastos académicos, transporte y comida, no sin antes mencionar el pago mensual a mi ortodoncista, el cual implicaba un desfalque aterrador y ciertos momentos de desánimo, al darme cuenta que el tratamiento se prolongaba y se le escapaba de las manos a mi doctora, y mi rostro lo constataba... volví a reiniciar el tratamiento.

Con todo este panorama me anclé, no sólo a mis altibajos personales, un paquete que incluía una mezcla concentrada de: frustración, desánimo, oleadas de felicidad, oportunidad, ilusión, rencor, objetivos, coraje... por no verme realizada, pero tampoco hacía nada porque fuera diferente.

Mi seguridad de pronto en aquellas aulas se achicó, no obstante mi personalidad nunca pasó desapercibida, ya no reía como antes, me volví un tanto autista... selectiva, hasta callada, ahora el silencio le dió otro tinte a mi manera de ser, proveyéndome la oportunidad de escuchar a los demás.

La confianza con la que yo me pudiese entregar se tornó más cautelosa, aunque pudiera saludar con amable sonrisa, dar el buen día a mis compañeros, y hablarle a un par de "amigas" (que nunca lo fueron) jamás se logró un lazo que permitiera una convivencia, la cual pudiera traspasar una simple plática para dividirnos un trabajo a exponer. Sabía que todo era un proceso, que indudablemente estaba frente a una nueva etapa, tan natural, como lo estaba viviendo y ello traería cambios, pero sólo me senté a esperar... con la entrega oportuna de mis tareas.

### ***Pluralidad de ideas... esencia de la UNAM.***

El mañana se fue fortificando en una quimera, o miles, no bastaba entregar la tarea oportunamente, pararme a las cuatro y media de la mañana... sorprenderme por aquellas personas que portaban con orgullo un doctorado y un título de insuficiencia para poder

transmitirlo... o aquellos profesores imponiendo y regañando, pensando que con dejar clasificar cien bibliografías aprenderías a utilizar *Word*, y si los compañeros llegaban tarde cuando a él se le hacía temprano, eras el peor de los holgazanes que no merecía estar en La Máxima Casa de Estudios, aunque él llegara 40 minutos después de su hora, o una calificación de cero porque simplemente no alcanzas el nivel de sus propios pensamientos, cómo no recordar a aquella maestra feminista pero tan moralista y tan *didáctica* que dejaba repetir dos mil veces una palabra mal escrita, y si no lo hacías te reprobaba... ¡para que aprendieras!

El sentido común casi siempre ha sido uno de mis mejores aliados, lo que yo observo y aprendo de la otredad me ha permitido forjar pensamientos y acciones, pero no es suficiente. En la Facultad tienes como “buena” comunicóloga no sólo un compromiso social, sino además fortificarlo, con información, por lo menos para que estés enterado, puedas opinar y en el mejor de los casos hacer algo al respecto.

Las pláticas ilustres, conmovedoras y otras tantas llenas de pasión, eran y son el significado, soporte y esencia de la *Fac*, convirtiéndose en un llamado al conocimiento, no al complejo, era poder compartir su experiencia, su visión de mundo, la pasión y vocación por comunicar, eso y más es también la *UNAM*, un buen lavado de cerebro, que te invita a “mirar” y percibir otras posibilidades.

### ***Forjando nuevas reflexiones***

La dualidad de una depresión; muy a mi manera, reconoció a mitad de la carrera el sentido, que tampoco se aferraba a un acervo de información y según los autores “*él dice qué o tal cosa*” ya que si no citabas quién lo dijo, tu trabajo carecía de verosimilitud. Nuestro pensamiento tenía forzosamente que retomar otras ideologías para forjarnos nuevas reflexiones... *ya que sin teoría no hay pensamiento*<sup>36</sup>.

---

<sup>36</sup> Frase dicha por la Dra. *Irene Herner*. *Catedrática de la FCPyS UNAM*.

Fue un reto complicado, porque mi panorama personal y familiar lo percibíamos de acuerdo con nuestras oportunidades, ya que tanto mis padres como mis hermanos, gozamos de la capacidad necesaria y con un plus de ciertas cualidades regaladas ... pero a veces también las oportunidades se nos escapan, o las dejábamos ir.

Yo no me podía permitir el lujo de no ser universitaria y dejar escapar esta inusitada oportunidad que vino a mí de la forma más noble, muchas veces me hizo perder la serenidad, porque atravesé un cúmulo de pensamientos y emociones que me traían *jodida*, y todo por anclarme en la idea de: “soy universitaria”.

### ***En chinga... toda la semana.***

Los primeros semestres fueron de resistencia y de lo más normal, tres, cuatro lecturas por semana incluyendo artículos, controles de tarea con un máximo de 15 cuartillas, y según tú ya habías hecho algo *chingón*, hasta te pasabas por una hoja más... y vas viendo un *pinche* siete con color rojo, que muchas veces ni lo ponía el *profe*, sino “achichincles” que soñaban rebasar al profesor.

Hubo instantes en los que me estaba quedando sin ganas, mi esfuerzo era variable según quién lo calificara, ya no era tan divertido pararme frente a un grupo de personas, empecé a notar que los nervios me embestían poco a poco, cada vez que me tocaba exponer o hacer algún comentario, el palpitar de mi corazón lo sentía en la garganta y cada latido retumbaba en mis oídos, era algo enfermizo, lo que años anteriores era un deleite que complacía mi mente y cuerpo.

Dormir fue una salida que me alejaba de la realidad por un par de horas, mi justificación: era el estar cansada por levantarme tan temprano, pero no, no era eso, no quería tener necesidad de *nada*... Me sentía profundamente extraviada...deseosa y limitada por todo, por *nada*, la ambivalencia de mis emociones conjugada por aquella aparente inteligencia me estaban llevando a la locura, necesitaba encontrarme, así que comencé la búsqueda... volver a reencontrarme de nuevo.

*“Nosotros tenemos un sorprendente instinto de supervivencia que sale al rescate en momentos críticos, manifestado en muchas formas, ya sea la voluntad como fuerza natural para seguir, o el ego, para no vernos derrotados, aunque este al quebrarse vulnera mucho a la persona y hay que volver a reintegrar; o bien otro mecanismo de supervivencia que genere un tipo de ayuda a la persona”<sup>37</sup>*

*“Para superar una depresión tienes que olvidarte del ego, tienes que darte cuenta qué perdiste, y hasta dónde te está doliendo y hasta dónde te dolió, y no se acepta porque hay un sentimiento de humillación, de frustración... y en donde no me voy demostrar débil o vulnerable ante los demás, sin embargo, fingimos entonces que somos fuertes, que no nos duele, el problema está cuando me lo creo y entonces mando mis sentimientos al baúl de los recuerdos y no los mandas al baúl de los recuerdos porque esa emoción va a salir en forma de enfermedad o de alguna otra manera...”<sup>38</sup>*

---

<sup>37</sup> Luz María M. Martínez Ávila. Pedagoga y Terapeuta en Desarrollo Humano. Entrevistada 21 de Febrero, 2009.

<sup>38</sup> Dra. Adriana Reyes I. Psicóloga, Clínica de Psiquiatría Morelos No. 23, IMSS. Entrevistada 6 de Febrero, 2009.

## CAPÍTULO 2. LA BÚSQUEDA... UNA CONSECUENCIA

Al parecer todo comprendía, sabía qué era lo que me hacía falta, mas no sabía de qué manera conseguirlo, o por qué tanto miedo el intentarlo.

Este segundo capítulo relata en primer instancia *la búsqueda personal* para entender aquellos momentos significativos, y dar paso a un encuentro imprevisto y trascendente, **Contranálisis**, *una técnica de entrenamiento mental, entre la razón y la intuición*, cuyo beneficio en mi madre, reflejaría el cambio en mí.

Una ocasión al entrar a la recámara de mi tía abrí un pequeño mueble de madera color caoba, apolillado y ya bastante viejo, al igual que muchos libros que ahí se encuentran y que “Domi” sigue guardando con gran apego.

Al abrir de par en par aquel mueble, de forma inmediata y sin recorrer con mi vista como siempre lo solía hacer, tomé un libro, delgado, de casi doscientas páginas y de forma francesa, en cuya portada principal sobresale la figura de un hombre barbón, *entrajetado* y si mal no recuerdo, hacia una señal con su mano en actitud determinante y con mirada muy decidida, daba la impresión que te estaba diciendo lo que en letras mas abajo se leía: *“Cambiar es fácil, lo difícil es que entiendas que es tan fácil”*.

### 2.1. CONTRANÁLISIS

***“Para entender lo que significa la palabra Contranálisis, no hay que creer en Leonardo, sino aprender a dejar de creer en lo que uno cree, si lo que creemos no nos permite encontrar una actitud de placer ante la vida” Leonardo Stemberg.***

Sin mucho cuestionamiento comencé a leer, y me fui clavando poco a poco entre aquellas frases y palabras que constantemente repetían: *despacito, despacito, despacito, no nos apuremos, te lo explico de otra forma, relájate, empecemos de nuevo, más adelante te lo explico, te lo digo de otro modo, no te preocupes ya lo iras entendiendo...*

De forma inmediata el título *Contranálisis* me remitió a una palabra, mejor dicho a todo un concepto que por mucho tiempo ha sido la base teórica para el desarrollo e investigación del comportamiento humano y sus enfermedades mentales, cuya base primordial es el *subconsciente*, a esto *Sigmund Freud* le denominó el *Psicoanálisis*, pero dadas las condiciones, la especificidad y complejo del tema *freudiano*, no ahondaré en el tema, sólo relataré el cómo viví y apliqué dicha técnica del *Contranálisis* en mi búsqueda personal.

*“Nuestro buen amigo Freud, en mi concepto, ha sido el máximo gestor de una gran mentira porque no ayudó al hombre a descubrirse como responsable de lo que le pasa, sino que cubriendo una necesidad sociocultural muy grande en el periodo de posguerra que le tocó vivir, ayudó al individuo a negociar con su problemática, no a resolverla”*<sup>38</sup>

*“Stemberg reta al Psicoanálisis para demostrar que sus principales tesis están erradas, porque al ubicar todos los problemas del paciente fuera de él (en sus padres, en el ambiente o por un trauma) lo exonera de buscar la solución dentro de él, que es donde está.*

*Gracias a la práctica de Contraanálisis, la gente trabaja con su mente, y sin ninguna intención u objetivo predeterminado, empieza a re programar sus actos al basarlos en sus sensaciones primigenias; las más intuitivas y menos racionalizadas, dejando sin efecto (y sin darse cuenta cómo) aquellos vicios, manías u obsesiones que marcaban su comportamiento, porque ya no los necesita para estar bien.*

*En todas las personas actúa diferente; nadie sabe lo tonto que era, lo contaminado que estaba, hasta que se despoja de ese vicio, manía, obsesión o prejuicio, sin haberlo querido siquiera.*

*Una regla fundamental de la técnica es que su aplicación no dependa de la presencia de Leonardo, ni mucho menos que la gente quede dependiente del curso”*<sup>39</sup>

***“Tus padres no son culpables de las pautas culturales con las que orientaron tu educación, ellos también fueron educados dentro este limitado esquema... todos somos responsables de alguna manera de que estas pautas sigan transmitiéndose de generación en degeneración...” L. S***

De primer instancia, el libro o mejor dicho el autor, *Leonardo Stemberg* nos dice a través del texto el sin fin de interpretaciones que para él es el *Contranálisis*. El autor, lo refiere de la siguiente manera:

<sup>38</sup> Stemberg, Leonardo, *Contranálisis 1*, Ed. Grijalbo, México, 2002. p. 55.

<sup>39</sup> <http://www.grupoelron.org/quees/contraanalisis.htm> 5/ago/08. 11:05.

Contranálisis es:

- *No aplicar excesivamente los procesos analíticos.*
- *Es la no complicidad con nuestros problemas.*
- *Es la posibilidad de levantar esa poderosa máscara que me he puesto ante mi mismo, y que me impide ver la realidad en que vivo.*
- *Es el no culpar a los demás por mis responsabilidades.*
- *Es la búsqueda del equilibrio entre la razón y la intuición.*
- *Es la búsqueda de las causas para no justificar los efectos.*
- *Es la posibilidad de entender que lo único sobrenatural es la estupidez humana, que no le permite al hombre entender, que hay algo más allá de lo que su mente limitada le permite entender.*
- *Es una opción de vida<sup>40</sup>*

***¡El barbas... como así muchos lo conocen!***

De acuerdo con la breve semblanza que en cada uno de sus libros se describe, *Leonardo Stemberg, es autodidacta y conferencista, reconocido por sus trabajos de investigación sobre el comportamiento del ser humano.*

*Es también Director de el Potencial Humano, programa radiofónico, creador y fundador de Potencial Humano TV; Director de los Centros de Desarrollo del Potencial Humano; Presidente de la Organización Mundial para la Paz Interior y Creador de contraanálisis, técnica de entrenamiento mental que ha roto con todos los esquemas terapéuticos hasta hoy conocidos.*

Actualmente, radica en Guadalajara, continua impartiendo cursos, seminarios, y promocionando *El Best-life (una fuente, no sólo de nutrientes, sino de dinero, anteriormente "La Plata Coloidal" fue uno de los recursos para generar ingresos, pagar deudas y quizá ricas cenas)* en varias

---

<sup>40</sup> Stemberg, Leonardo, *Contranálisis I*, Ed. Grijalbo, México, 2002.

ciudades de la República Mexicana, visitando constantemente el Distrito Federal, así como también, transmite su programa radiofónico “*El Potencial Humano*” en el 1480 AM en *Guadalajara* y 540 AM *Ciudad de México* de 7:30 a 10:00 am. y a través de Internet “*Potencial humano TV*” <http://www.potencialhumanotv.tv/actividades.html>.

### **La técnica**

***“... esa verdad o cambio que todo mundo busca, no se logra a través de la relajación o meditación, estos estados son la herramienta necesaria para lograr una mente relajada o meditativa, sin tener que relajarnos para estar relajados” L.S.***

La técnica del *Contranálsis* es tan *sencilla* como hacer ejercicio... irte al *gimnasio*, es un entrenamiento mental cuya rutina sólo te toma cinco minutos y en donde uno pone el horario para realizarla, lo importante es que no se te olviden tus cinco minutos todos los días durante los nueve meses, esto a la par de las sesiones una vez por semana, ya que en los cursos, a través de una dinámica o una lluvia de cambios , reafirmas e identificas los cambios propios, lo importante es enunciarlos, y no hay un turno para irlos diciendo, de pronto las voces de manera armoniosa van teniendo sentido sin levantar la mano, y aunque escuches casi al mismo tiempo más de 40 personas, hablando todas a la vez, identificas claramente un cambio, que quizá, no te habías dado cuenta, y al reconocerlo en otra persona, de forma casi automática se da el cambio en tí.

En cada sesión un instructor está al frente del grupo “... *los instructores de Contranálsis, tienen bien claro que la relajación impartida por ellos debe ser muy corta y no muy profunda para que quienes participan en los cursos, y solamente reconozcan a través de las consignas impartidas la sensación de lo que significa estar relajado. Esto se hace con el objeto de que esta sensación pueda ser superada por ellos en su propia casa y a través del reconocimiento de su propia técnica. De esta forma nos aseguramos la no dependencia del instructor o técnica alguna, porque ésta puede ser tremendamente nociva en todo proceso de autosuperación*”.<sup>41</sup>

---

<sup>41</sup> Stemberg, Leonardo, *Contranálsis I*, Ed. Grijalbo, México, 2002. p. 133.

Hay que puntualizar que el no generar dependencias permite reconocer nuestro *potencial* y capacidad, sobretodo porque ejerce un sentido de responsabilidad en cada una de nuestras acciones, así, no deslindamos y echamos culpas a los demás por nuestras *idioteces*. Es también darte cuenta que ningún brujo, mago, médium, dioses...

Te dará lo que tanto tu anhelas, y es precisamente ahí en donde se empieza a gestar un tipo de idealización por aquellas personas que nos venden y nos hacen creer que a través de su *poder* encontraremos la verdad, y como bien señala Leo en su texto “... *este estado circunstancial dura en tanto no se rompa la magia o dependencia con el instructor, pero esa sensación profunda difícilmente puede ser alcanzada por nuestros propios medios, por que seguimos aplicando esa técnica externa que logró en nosotros esa mágica sensación de una manera rápida, que no pudimos seguir paso a paso, el desarrollo natural de la única y real técnica que nos permite lograr dicha sensación por nosotros mismos*”.<sup>42</sup>

### ***¿Y en que consiste la técnica?***

Consiste en traer a la mente una imagen, un recuerdo placentero, un momento agradable y mantener aquella evocación de cinco a seis minutos. Lo más recomendable y óptimo, es que el recuerdo debe estar ligado a nuestra infancia de los seis años hacia atrás, puesto que esta etapa tan cándida es la más acertada, ya que en ella no hay prejuicio ni culpa.

*“... en este tipo de ejercitaciones, el recuerdo viene acompañado por una sensación vivencial distinta a todos tus intentos por recuperar experiencias pasadas. Esta sensación vivencial va a ser el real reconocimiento de que tu mente no está razonando las informaciones.”*<sup>43</sup> Sólo te da la oportunidad de sentir las y disfrutarlas...

Con constancia te vas a dar cuenta de que poco a poco, día a día, tu entrenamiento en el desplazamiento de consignas negativas en la construcción de tus pensamientos empieza a dar resultado. *“Tú mente sola va a hacer que esta búsqueda de placer sea acompañada*

---

<sup>42</sup> Stemberg, Leonardo, *Contranálisis 1*, Ed. Grijalbo, México, 2002. p. 132

<sup>43</sup> *Ibidem*, p. 136.

*por una sensación mental y física que indiscutiblemente llegará para acompañarte en este nuevo camino hacia una búsqueda placentera de la vida”.*<sup>44</sup>

## **El reflejo...**

*“No creas en lo que te estoy diciendo... sino que trates de encontrar lo que te quiero decir con lo que te estoy diciendo” L. S.*

Me sentí por momentos identificada pero conforme avanzaba en la lectura habían ciertos párrafos que me detonaban una realidad muy palpable y sin darme cuenta, ejercían una lucha entre mi lógica y aquellas oraciones, lo raro y hasta divertido era, que yo estaba de acuerdo con el planteamiento... *¡ahhhh!* pero no dejaba de resistirme a aceptar que yo también conviva, pensaba y actuaba con *muchísimas pautas culturales* y con un terrible *miedo* que él señalaba de manera muy minuciosa y ejemplificada de manera simplísima... *¡me seguía resistiendo!, ¿cómo iba a ser eso posible? ¡Yo no tenía prejuicios!... y mucho menos miedo... si yo era la decisión andando... al contrario si casi, casi nos tropezábamos el autor y yo en la misma frecuencia... ¡ajá!*

Sinceramente, no resulta fácil decir qué es el *Contranálisis* y aunque mis vocablos pueden ejercer empatía, juicio y una buena dosis de interpretación, la vivencia fue mucho mas sublime...

Para esos momentos, el libro ya había provocado en mí inquietud, y hasta cierta confusión, era una sensación extraña, de forma repentina venían a mi mente ciertas frases aisladas de aquellos párrafos. Me gustaba tenerlo a lado de mi cama para volver a releerlo y comprender por qué sentía “eso”.

---

<sup>44</sup> *Ibidem*, p. 137.

## 2.2. LA CONSECUENCIA

Una mañana estando con mi mamá y mi hermano desayunando como de costumbre, salió la plática del *Contranálisis*, de hecho, mi hermano “*El Lechoncito*”, fue el que se explayó contándonos acerca de lo que había escuchado, y yo obviamente complementé con lo que yo había leído. “*Leches*” nos platicaba con tono entusiasta que *jeste wey en verdad estaba muy cabrón!*, que decía cosas muy *chidas*, *¡de los porqués uno vive en la pendeja!* y que a través de un juego de palabras que al momento no le entendías, al final te quedaba una reflexión de ello. Este comentario del “*Lechón*”, me hizo estar en sintonía con él e inmediatamente comenzamos a compartir nuestra percepción en relación con lo que *Stemberg*, planteaba y decía.

*El Potencial Humano* para aquel entonces se transmitía en *Radio Capita 830 AM*, todos los días a partir de las doce de la noche, la dinámica de aquel programa era con base en llamadas telefónicas de diferentes estados de la *Republica Mexicana*, las temáticas y situaciones eran casi siempre similares cómo si fuese un patrón reproducido, pero bajo circunstancias diferentes.

La respuesta del *Barbas* siempre era tajante y muchas veces con tono agresivo, palabras tales como: *¡no seas menza!*, *¡qué estúpido!*, *¡qué tonterías me estás diciendo!*, *¿te das cuenta de lo estúpida que eres?...* ahora imagínatelo con tono argentino.

Una de las características esenciales es de que el *Barbas*, *Leonardo Stemberg*, no te permitía ser su pañuelo de lágrimas, en el momento que las personas comenzaban a contar sus problemas, cortaba, para *Leo*, el relato de problemas sólo reiniciaba un proceso de autosugestión extremadamente sadomasoquista y sin solución.

El *Barbas* ya se había convertido en tema de conversación, el libro se comenzó a rolar entre mi familia, y dos o tres veces a la semana lo escuchábamos por la radio, y a la mañana siguiente no podíamos evitar platicar sobre lo que se decía en el programa.

Sin darnos cuenta, comenzamos a ejercer un vínculo, pero sobretodo una actitud, cuyo detonador principal era todo lo que se decía y escuchábamos de la técnica del *Contranálisis*. Al pararnos de la mesa, después de haber desayunado, nos sentíamos y nos veíamos... nos mirábamos diferentes, aunque este cambio sí lo llegábamos a reconocer, era aún demasiado simple como para tomarlo en cuenta.

***Poco a poco el cambio... se estaba dando.***

Así transcurrieron dos, tres meses, la situación familiar era *igual*, aunque más aceptable, mi *madre* seguía siendo la mujer sobreprotectora, preocupona, aunque lo disimulara, a veces estaba bien con mi *papá*, a veces ni se soportaban, mi padre también estaba en una situación tensa, ya había dejado las corbatas, y no tenía un trabajo estable y eso sin duda, le angustiaba, porque sabía que estaba por ingresar de nueva cuenta a la escuela, *José* (“*Leches*”) siempre muy entrado y dedicado a sus *palitos*, la batería, “*Max*” ya estaba más que casado, “*La Ojona*”, andaba desempleada... y bueno, yo, andaba también a unos meses de ser *preparatoriana* y con bastantes arranques emocionales.

Una noche “*El Lechoncito*” le comentó a “*La Ojona*” que le fuera a pedir trabajo al “*Barbón*”, que él estaba más que seguro que se lo iba dar, sin duda, nos causó risa, pero también duda qué tal sí, sí. Un viernes aprovechamos mi hermana y yo ir a las oficinas de *Ámberes 17 de la Zona Rosa, Ciudad de México*, puesto que “*El Lechón*” nos dijo que ese día, iba dar una charla el mismito *Leonardo* y además ¡gratuita!... sólo faltaba eso, conocerlo y ver qué onda.

¡Pues nos lanzamos! La conferencia empezaba a las siete y llegamos puntuales, recuerdo muy bien a *Diana*, la recepcionista, una mujer simpática, con tono pelirrojo en el cabello... muy blanca de piel... nos recibió de manera amable y sobretodo amigable, como si nos conociera de hace tiempo, inmediatamente nos dió informes acerca de las charlas, conferencias, seminarios y sus respectivos horarios.

La gente comenzaba a llegar y cuando salimos hacia la calle había demasiadas personas formadas, la fila daba vuelta a la manzana, de las oficinas salió *Rafael Baculich*, la mano derecha del *Barbón*, con todo y cámara en mano, filmando y registrando la cantidad de personas ahí reunidas, unas ansiosas, otras llenas de cambios disfrutando la vida, otros deprimidos y muchos tantos desconcertados.

Al entrar al salón y una vez acomodados hizo su aparición *Leonardo Stemberg*, efectivamente... *Barbón*, panzoncillo, alto, pelón y con bastón, al caminar por el pasillo sólo decía: *¿Qué hacen? ¿Qué hacen? ¿Qué hacen?*

Las personas de pronto comenzaron a decir cosas desde su lugar, frases como *¡ya estoy feliz! ¡Hecho la hueva sin culpa! ¡Cojo sin culpa! ¡Le hago caso a mi intuición!...* yo dije: *estos están locos*, al principio todo era raro, confuso, no tenía orden y a la vez sí lo había, me sentía rara y miraba aquella gente con cierta rareza y creo que a mi hermana le sucedió lo mismo.

Ya una vez, *Leo* sentado en el *microproscenio*, le acomodaron inmediatamente un micrófono y comenzó a hablar del *Contranálisis*, hizo todo un recorrido muy interesante; habló de aquellas subjetividades negativas, como un lente borroso que no permite apreciar la realidad, el cómo *cuesta trabajo* reconocer nuestras capacidades por todo un cúmulo de pautas culturales opresoras y fundadas en el miedo, las creencias religiosas como pretexto, justificación, y no como una actitud de aprendizaje de cada doctrina, negatividad, prejuicios, la razón, la maravilla de la intuición, *“la intuición siempre te dará respuestas, debes reconocerla y para reconocerla debes frenar tu razonamiento obsesivo que sistemáticamente la bloquea por miedo a hacer lo que siente”*, *El Barbas* puntualiza constantemente las inmensas posibilidades y el gran potencial que tiene el hombre, que a través de un bagaje cultural, prejuicios y ciertas conductas sociales, que han ido bloqueando nuestras capacidades.

También habla acerca de las asociaciones inconcientes y cómo éstas causan ciertos efectos de repetición en nuestras conductas, *“la felicidad es una actitud mental no existe absolutamente nada en el exterior que me la pueda proporcionar si yo no estoy internamente a identificarla”* L.S., lo maravilloso que es atreverse a sentir...

Y fue como si de pronto él se saliera del libro y comenzara a explicarte su técnica no puedo decir que era casi lo mismo, por qué la atmósfera que ahí se vivía era diferente y no encuentro una palabra que describa esa fuerza, esa energía, que brotaba de cada una de las personas, sobretodo las que ya estaban en los cursos, los demás sólo tratábamos de asimilarlo y dejarnos llevar... porque en verdad el ambiente era tan impetuoso que te comía.

### ***Decisión...***

Al salir de aquel recinto, y estando ya en la planta baja, muchas de las personas se tomaron su tiempo para *echarse un cafésín*, el cual era baste rico, bromear con *Leo*, hacer nuevas amistadas o simplemente platicar lo bien que se sentían... era muy fácil relacionarte.

Cuando menos me di cuenta, *“La Ojitos”* ya estaba platicando con el *“Barbas”*, y lo único que alcancé a ver, era que *Leo* le señalaba con su mano la recepción, y *mi hermana* sólo le vi sus grandes ojazos y las mejillas ruborizadas.

Inmediatamente se acercó a mí y sólo me dijo: *¡que fuera con Rafa!...* el lunes, en punto de las diez de la mañana... *“La Ojitos”*, ya estaba trabajando en las oficinas de *Amberes* con *Leonardo Stemberg*, en un horario de diez a diez y con un sueldo bastante aceptable.

### **La ojitos...**

De forma sencilla y natural “*Ojitos*” comenzó a relacionarse rápidamente tanto con las personas que laboraban ahí y con las que asistían a las pláticas... eso sí, era requisito

indispensable estar en los cursos, obligatoriamente, y estaba genial, porque para ellos era gratis... y además respetando su horario de comida y trabajo...

“*La Ojitos*” tuvo cambios fantásticos, muy visibles y contagiables también... de pronto su carácter era más amigable, estaba más atenta, observadora, su piel y sus grandes ojos de muñeca tenían brillo... daba gusto estar a su lado... estar con ella, era además muy ocurrente y divertida, ella se sentía a gusto con lo que era y hacía, este estado anímico lo empezó a regar entre nosotros... ella ya estaba convencida de la técnica *¡y se sentía a toda madre!*.

### **Contagio**

“*Leches*” fue la siguiente víctima, al mes comenzó a tener y manifestar sus cambios, que al igual que “*La Ojos*” se percibían. El que “*La Ojitos*” tuviera contacto directo con los *¡meros meros!* de la organización y una respetuosa amistad con *Leo* facilitó de alguna forma obtener el *carnet*, que contaba sólo de cuatro sesiones una vez por semana durante un mes... y eran ¡nueve meses!.... *A veces por cuestiones de dinero, bonita justificación la cual no aplica en Contranálisis, porque si en verdad lo quieres lo obtienes y buscas los recursos para ello...*

*El Lechón* concluyó los cursos, tuvo cambios bastante significativos que le ayudaron a fortificar su esencia... es talentoso, tiene gracia y le admiro... sólo le basta una mirada para comerse lo que observa y su buen oído le hace afinar la voz... lo quiero aunque a veces me hace encabronar, pero le absuelvo, porque cuando canta... me hace vibrar... es un artista.

Mi mamá también se contagió y en ella los cambios fueron muy notorios, porque su manera de ser, convivir era muy limitada, ya que sus referentes directos éramos nosotros, y lo que escuchaba de aquellos programas radiofónicos encausados a la medicina alternativa o de bienestar social, no sin antes mencionar, una etapa que poco a poco la convirtió en presa de su propio ser, y que de muchas formas la estaba consumiendo.

Durante muchos años al sentirse limitada, quizá sola, incomprendida y con un panorama bastante cercado, por todas las situaciones que veníamos arrastrando, Gely, mi madre, se empezó a cobijar en todo lo que fuera veladoras, ramos, limpias...

*“...tuve una etapa en la que me sentía mal,... física y emocionalmente... y regresé a las limpias, a las cartas. En todos los lugares que acudía me decían que me habían hecho mal... pero pura estafadera de dinero... vivía desconfiada... y duré mucho tiempo en esas cosas...”*

Cualquier problemática estaba bajo la clarividencia de señoras que limpiaban con palomas y en donde siempre culpaban a mi abuela paterna, *Victoria*, siempre salía su rostro en la piedra alumbre, en el huevo y en la mente de aquellas personas... era algo estrujante angustiante.... Todo mundo nos hacía mal... y muchas veces me sorprendían porque decían cosas familiares, pero otras tantas, estafaban a mi madre, ella no se daba cuenta y nosotros fuimos creciendo con una imagen confusa... de nuestra realidad.

*“...me sentía bloqueada... no sabía cómo darle solución... y a pesar de que yo escuchaba programas de doctores y especialistas, nunca pensé que tuviera eso de la depresión y mis angustias y confusiones... pues se las transmití a mis hijos, sin darme cuenta... al contrario, yo pensaba que los estaba protegiendo...(Con sonrisa y actitud armoniosa, me platica de *Contranálisis*)...”*

**Los resultados no son tan mágicos como esperas al principio.**

*... de repente me entero de unos cursos, Contranálisis, primero por comentarios de mis hijos, luego por la radio, y al final porque mi hija Mary trabajó ahí... ya se nos había vuelto como un hábito hablar de la técnica, de los libros, los cursos y aunque parece modo de mentira tuvimos cambios antes de entrar al curso, al principio no lo mencionábamos pero se estaba dando... y cuando yo decido tomarlo fue porque mi hija, Mary comienza a tener*

*cambios y eso me ayudó, era como un reflejo, después entró mi hijo el mayor, José y al final yo... pero sus cambios también me afectaban a mí...era contagioso y el chiste era asistir a los cursos...*

*...al principio me sentí nerviosa, tenía angustia, hasta mareos me daban, miedo y cómo no sentirlos, siempre en la casa, en la cocina, era todo mi espacio... y el cambio empezó desde el momento en que llegué a los cursos, y me empecé a relacionar con la gente, no fue fácil. Ese primer día escuché a muchas personas y aunque no contaban sus problemas porque no era permitido, me sentí inmediatamente identificada...*

*¡Esa soy yo!... y me di cuenta que no era la única... entonces me sentí con más confianza de mí misma y de la gente... ya me iba sola hasta la Zona Rosa, decía lo que sentía y en el momento, me relacioné con otras personas, me sentía animada, contenta, alegre, no sentía ni pena ni miedo al hablar, preguntar...*

**Estimulando el cambio en los demás**

*...Si cambié, ya no me importaba, actuaba, ya no me enganchaba con problemáticas ajenas, incluyendo mis hermanas, cuando platicaban de problemas y lo infelices que eran, yo les daba la vuelta, y les comenté de los cursos.. Pero no les interesó, querían seguir siendo víctimas y culpando al mundo, y este también fue un gran cambio, porque cuándo nos reuníamos, siempre hablábamos de lo mismo, los mismos problemas, achaques, renegando de todo mundo que era una mierda menos nosotras y esto era normal... hasta*

*que corté dependencias... y pronto me sentía tranquila, brillante, más segura, hasta mi piel cambió...me vi más bonita y lo sigo siendo (soltando la carcajada) ya no me gustaba engancharme en más problemas... terminé el curso...*

*...Mi esposo, también resintió el cambio, y no le gustó mucho, decía que ¡ya me había cambiado el tal por cual del Leonardo! ¡Que todo me valía madre! ¡Y ahora por qué te pintas! ¡Por qué sales sola!... Sin embargo, mi esposo estaba más que de acuerdo con el planteamiento de Stemberg... pero nunca se le vió interés por tomar el curso, aunque él*

*también viniera arrastrando conflictos... que lo reflejaban en su manipulación, en su alcoholismo...*

*...pero tampoco comprendía eso, ni sabía cómo ayudarlo, simplemente lo ví como alguien más que me hacia sentir mal y yo era la víctima... y después, ya puede expresar y decir lo que sentía en el momento, de algo que no me pareciera o simplemente compartir lo bien que me sentía, trato ahora de preguntar y de estar más informada, disfruto estar en mi casa, con mis hijos, nietos, salir, convivir con otras personas, ya hecho relajo, después de 30 años ya hago ejercicio, saludo con gusto a mis vecinos, gente que ni me conoce me sonrío, y hasta adiós les digo... me siento muy contenta... feliz, feliciano”.*

### **2.3. FALTARON OCHO MESES...**

Sólo tomé un mes el curso de *Contranálisis*, y como siempre; ¡me creí muy chingona!, también creí que el efecto me duraría los próximos ocho meses. Nuevamente el boicot nos visitaría, a veces el asueto abusaba, a veces era de entrada por salida, había días que nos pegaba más y otros días nos valía madre y seguíamos, pero... aún habían cosas que estorbaban... el desarraigo no era fácil de atender.

#### ***Acosando al amor...***

El escaparate en mí se cobijó bajo el manto sexual, y esta sed por la conquista masculina la viví con más furor, la única razón en medio de mi líbido sexual era: protección y

satisfacción. No me importaba *la condición y el espacio* de la persona con que deseaba estar... elegía y era mío, sabía cómo mirarlos... no necesitaba más.

*“El Hombre, el macho... conquista, es su naturaleza, la mujer elige..., la mujer que conquista, por lo general es una amazónica, con ciertos rasgos masculinos, es una mujer muy imponente y eso, asusta a los hombres”.*<sup>45</sup>

Pareciera que cada conquista era un reclamo, y a la vez un juicio que yo sentencié bajo mis propios vocablos, como en aquel *rollito*, “*aunque sea sólo un instante, pero pleno y absoluto*” y así lo viví y fue delicioso.

El ansia de querer compartir mi sexualidad y sentirme siempre sexuada, me permitió reconocerme, pero este impulso no siempre era fácil de resistir y de que lo resistieran de la misma forma, el aferro por aquél amante me seguía llevando a la enajenación, a veces con tintes elocuentes, y a veces... una que otra noche decía, ¿así como conquisto... no conquisto mi vocación?... pero lo que sí tenía respuesta, era de que trataba de forma viril llenar mis límites con regodeos efímeros, que muchos de ellos sólo quedaban en un buen suspiro.

### ***¡Nuestro apogeo!***

Las personas que formaron parte de mi día, se encontraban principalmente en mi familia, en la preparatoria, y en uno que otro evento masivo. Era de gran gusto ir a la *prepa*, reír era sin duda, la mejor de nuestras clases, no había día que no soltáramos las carcajadas, que no platicáramos, viboreáramos, imitáramos a los *profes*, *cabulearnos* de ellos, hacernos amigos... de muchos de ellos.

Era simple, estábamos en nuestro apogeo, y ese momento era nuestro, y nunca hubo necesidad de embriagarnos para disfrutar con tanta intensidad lo que la *prepa* nos ofrendó

---

<sup>45</sup> Luz María M. Martínez Ávila. Pedagoga y Terapeuta en Desarrollo Humano. Entrevistada 21 de Febrero, 2009.

de la forma más hermosa que haya vivido, seguíamos alocándonos cantando nuestras rolas favoritas Un “*Desengaño*”, de *Intocable*... “*No me conoces Aún*” de *Palomo*, “*Pero que solo estoy sin ti*”, “*Yo tengo una ilusión*”, “*Deja*”, “*Lo mejor de Vida*” y “*Aca entre Nos...*” *iiiiuuuuuuuuuu!* de “*La Banda el Recodo*”... y procurábamos estar en primera fila en sus eventos, algunos de los asistentes de su staff ya nos conocían y esto facilitaba el pase pa’ tenerlos más de cerquita...

Otra de las delicias de aquellos ayeres eran *Las Luceros*, unas tortas riquísimas que vendían a una cuadra de la *prepa* y no estaban nada caras,... ¡pesaban un Kilo!, bueno,

esto es una exageración... pero en realidad las preparaban con dedicación... milanesa, queso Oaxaca, amarillo y pierna...

*Mmmmm* y obviamente nos sabían a gloria... después de la clase de Educación Física, que durante ese ciclo nos dieron natación... y salíamos con una hambre encabronada, nos íbamos al rincón a aplastarnos a comer y a reír...

Casi al término de la *Prepa* la Contradicción no sólo se dejaba sentir en casa, “*La Ojitos*”, ya tenía pretensión de dejar la *OMPIAC*, había muchas acciones que no iban con la entereza y carácter de “*La Ojona*”...en cuestión laboral... pronto el título emblemático de la técnica (*aunque esta siguió conservando su funcionalidad*) *Contranálisis*, rebasó y empañó de muchos modos la alborada y apogeo del *Potencial Humano*... de pronto, los ingresos ya no eran suficientes, el personal ya era lo menos importante...

La gente casi ya no asistía a los cursos, existían **millones** de deudas, despidos aparentemente *in-justificados*, algunos, bien pagados y muchos tantos olvidados... olvidadas, como aquellas mujeres que se creían únicas y “elegidas” en la vida de *Leonardo*, sólo por su piel lozana y una mente maleable, cuyo estreno le duraba quizá sólo un parpadeo para ver a alguien más.

***Misma problemática... perspectiva diferente.***

El proceso fue divertido, las situaciones que se vivían en casa, aún con la misma problemática, se enfrentaban con perspectiva diferente, algunas mucho más fácil de digerir que otras y la gran diferencia radicaba en que no nos podíamos hacer pendejos, ya que de forma inexorable había opciones: quejarnos o resolver, en cuyos intervalos seguíamos aprisionando la felicidad... y ...

... Aún cuando a veces me estuviera llevando la chingada... y de repente me asqueara todo un vómito de frustración...

Llevo conmigo siempre un lápiz labial, por si me asalta la sonrisa o unos labios que probar...

## CAPITULO 3. LOS DESEOS

Sin duda alguna, este capítulo es el más codiciado, no sólo por su contenido extraordinario y tan significativo para mí, sino porque es con el que concluyó este trabajo, el cual me ha concedido de manera muy noble tener algo que decir, al permitirme ser protagonista y narradora... un trabajo, pero sobretodo una faena, cuyo “título” es el motor y objetivo para poder obtenerlo.

Los Deseos es el título que deseo, y a la vez encabeza este tercer y último capítulo. En él relaté el proceso de identificación en el primer semestre de la carrera, asimismo describo a unas maravillosas mujeres catedráticas que a través de su conocimiento, experiencia y amor a su vocación, permitieron reforzar mis convicciones y deseos, para así dar paso a la experiencia sincrónica, la cual me brindó una nueva opción de pensar, vivir, sentir y comunicarme.

### 3.1. PRIMER SEMESTRE DE LA CARRERA

De siete de la mañana a una de la tarde, miércoles de descanso afortunadamente y con seis asignaturas inscritas, lo único que nos cobijaba a tan tempranas horas, a parte de un suéter liviano... una chamarra *Zara* o *Berska*, era aquel aire, a veces fresco y a veces tan frío y característico de CU.

Los primeros días entramos en un proceso de identificación y selección, pero también mucho individualismo, el grupo comenzaba a fragmentarse, cada quien iba embonando de acuerdo a sus preferencias, gustos y alguno que otro trauma.

Algo que siempre llamó mi atención era de que en esta carrera existíamos muchas personas con algún dote artístico, pareciera que el exilio era *comunicación*, al no haber quizá... sido aceptados, elegidos en el **CENART**<sup>47</sup> o cualquier institución de **CONACULTA**<sup>48</sup>, eso en el caso de nosotros las personas que deseábamos escuela de renombre y con cierto acceso económico, puesto que muchas instituciones particulares, que encabezan algunas personalidades artísticas tanto en el ámbito actoral, como musical,

---

<sup>47</sup> CENART. Centro Nacional de las Artes. Río Churubusco No.79 esq. calzada de Tlalpan Colonia Country Club 04220. México, D.F.

<sup>48</sup> CONACULTA. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.

era y siguen siendo carísimas, y más cuando la propia mensualidad a veces rebasa ...el propio ingreso.

El talento de muchos de mis compañeros se dejaba entrever por las repetidas presentaciones que se hicieron durante la primera semana de clases, había de todo... poetas, bailarines, cantantes, actores, músicos... y locos habíamos muchos.

Y creo que tanto para mí, como para otros compañeros que estábamos casi en la misma frecuencia, todo aquel torrente de información y la gran responsabilidad de ser universitario, pesaba y bastante, de pronto nuestra sensibilidad artística se iba impregnando de todo lo "real", la sublimidad, la abstracción y toda aquella filosofía artística, inventada, forzada o nata, en aquellas aulas...

Muy poco nos valía, a excepción de algunas expresiones de *¡qué bonito! ¡hayyyyyy que padre! ¡y qué haces aquí entonces!* Una pregunta que sin duda, nos partía la madre, y obviamente no podías quedar como un frustrado, *el orgullo de ser universitario* lo compensaba como las mejores de las respuestas y *¡la mejor oportunidad que bien no podíamos desaprovechar! ...*

Aunque te importara nada los desmadres sociales y políticos del *Ex Jefe de Gobierno Andrés Manuel López Obrador*, o cómo la seguía cagando el *Sr. Ex Presidente Vicente Fox Quezada*... eso sí, tener listo para el día siguiente un control de tarea... un reporte medio bizarro sobre tanta *chingadera* que ocurre en México y en el *mundo*, sustentar con algunas citas... y conclusiones reflexivas pa' rematar...

### **3.2. FÉMINAS CATEDRÁTICAS... PERCEPCIÓN, PASIÓN Y CONOCIMIENTO.**

Tardamos casi dos semanas en conocerla, lo único que sabíamos de ella, era *que tenía un carácter de la chingada... pero... que era muy buena, y que estaba medio cabrón pasar su materia*, puesto que sólo se valía de una exposición, cero controles de tarea y una que otra lectura.

Si mal no recuerdo nos tocaba los martes y viernes de nueve a once de la mañana, no sabíamos ni que chingados con esa materia “*Sociedad y Comunicación*”, sólo algo nos quedaba claro, más información, más tarea, más información, más tarea, lecturas, biblioteca, lecturas y exposición... y más información.

Los días pasaban e *Irene* ni sus luces, por una parte estaba bien, porque eso implicaba una tarea menos, además de poder ir a comprar algo para comer, y los tacos campechanos de la siempre sonriente de *Doña Mari*, necesitaban tiempo para saborearlos.

Por fin “*El Chamas*”, sobrenombre con el que bautice a *Oscar*, hizo su presentación, querido adjunto de la maestra, un cuate de apariencia chamagosa y pitañosa, en verdad que sí... Nos habló de *Irene*, de su carácter, la forma en que trabaja, la manera en que evalúa, lo flexible y estricta que podía llegar a ser... pero le faltó algo... la pasión que impregna todo su ser.

### ***Irene Herner... paraíso y utopía*<sup>49</sup>.**

El grupo andaba en la pendeja y de repente hace su aparición *Irene Herner*, eran como las diez y media de la mañana...una mujer que seguramente andaba un poco más de los cincuenta... de personalidad imponente, alta, caderona, de nariz redonda, pelo níveo medio quebrado, que sin duda, era la característica física más sobresaliente de *Irene*, y un bolso bastante grande con un impreso de “*Miró*”, ya para semestres posteriores el “*Chance*” de *Chanel*, vendría siendo su esencia favorita, y por siempre sonándose las narices a cada rato, y estornudando, puesto que la humedad de *Tepoztlán* le hacía estar siempre constipada y llegar después de la hora de clase.

De forma inmediata el *Chamas* ya tenía lista la extensión y el carrusel, *Irene* le dió varias diapositivas, las colocó, pide apagar las luces... y todos mortificados porque ¡cómo íbamos a escribir! Y sólo dijo con aquella voz entre mormada, rasposa...

---

<sup>49</sup> Estas dos últimas palabras, las retomo en decoro a su libro publicado “*Siqueiros, del paraíso a la utopía*”, de *Irene Herner*.

*¡Guarden sus plumitas y sus cuadernitos... y disfruten el cinito! Y que empiece...*

### ***Las rocas son el punto de partida del arte***

Esa clase nos habló de muchos temas, cada diapositiva que nos presentaba, era una historia, todas enfocadas al arte, y aunque creo empezó con los griegos, hizo gran ahínco sobre las *estructuras míticas, objeto del deseo, la identidad sexual, los ideales humanos y de belleza, lo voluble que podemos llegar a ser los seres humanos, y esta constante repetición, del ser como ¡capas de cebolla y de ir de lo crudo a lo cocido... como un huevo!*

Fue padrísimo ese día, al salir del estudio "B" de TV, estaba más que encantada, muchos compartíamos la misma sensación sensación, y quizá otros tantos medio resignados, *Irene*, simplemente soltó y compartió en aquella clase, y en las venideras, todo... su postura, perspectiva, inconformidad, contextualizaba de forma inmediata cada diapositiva que nos presentaba, daba énfasis a cada una de sus palabras, y cada imagen proyectada lograba conmovernos e informarnos...

Aquel día, sentí un gran alivio, por fin... de regreso, esperaba con ansía la clase de *Irene*, era muy significativo toda aquella atmósfera de identificación que podía experimentar en esa clase. Obviamente más de la mitad, muchos no sabíamos ni que onda con el arte, ni con todo esta oleada de movimientos... corrientes, pero sin duda, muchas cosas te hacían vibrar sin ser conocedor del arte, sólo bastaba una imagen, cuyos elementos, conceptos, contexto, y percepción de *Herner*, te ofrendaban un panorama en donde la conclusión daba pie a la propia reflexión.

### ***Más allá de la imagen***

Esta materia no sólo me brindó conocer la pasión y vocación de *Irene Herner*, sino que en cada interpretación motivada por una imagen, se convertía en cada clase en sentido y significado para mí... además de tener en claro que... *lo clásico* implica convenciones y reglas, que para algunas esculturas y culturas la nariz tenía que caber 16 veces en el

cuerpo, que el manejo del trapeado otorga estilo a la vestimenta y que los ideales de belleza son una construcción identitaria a partir de un concepto de paraíso...perdido.

Conforme avanzaba el semestre tratábamos de seguir disfrutando y aprendiendo a ver y mirar de manera diferente toda esta sublimidad encabezada por *Herner*... de pronto y de forma natural su amado *Siqueiros, Diego Rivera, Frida Kahlo, Lupe Marín, Orozco, Tamayo, Picasso, Gauguin, Paul Cezanne, Matisse, Sigmund Freud, Lévi-Strauss, Duchamp, Miró... lo Precolombino, Grecolatino, El Renacimiento, El Impresionismo, Las Vanguardias Artísticas...* Ya eran temas, personajes y conceptos con los cuales, poco a poco nos íbamos familiarizando.

*Aprender del pensamiento del otro, o sin teoría no hay pensamiento*, era una de las muchas insistencias de Irene “*Cambien su manera de pensar... que cuando prendan la televisión, inmediatamente noten cosas que antes no notaban... cuándo se piensen como mujeres o como hombres... es decir que de repente... ahhh Chihuahua, esto no es natural, eso es resultado de una formación histórica... antes no era así y tampoco mañana será así...a lo mejor...*”<sup>50</sup>

*Seguimos, siguiente, ok, bueno, ¿qué estamos viendo?, bueno... esto es maravilloso, miren... miren ustedes...* daba gusto poder verla como intentaba de muchas formas dejar en claro todo aquello que quería compartir, tomaba aire para explicarlo de nueva cuenta y darte todos los detalles necesarios para comprender su conocimiento y utopía.

En efecto, *Irene*, es una cabrona, tanto en su materia como en su carácter y lo dejó caer en el último mes del semestre con todo el rigor, justo en la exposiciones... siempre muy dura en sus comentarios, al intervenir lo hacia de forma tajante y ¡con una exaltes!...

*El ¿qué es lo que ves?*, fue el diario de la profa, y lo más demandado, sin hacer aun lado las famosas *formas* como construcción cultural de la pintura... *¿que veeees?, ¿qué es lo que ves?, ¿En serio....mmmmm! ... ¡yo no veo eso!... ¡dime qué es lo que ves!...* y al que

---

<sup>50</sup> Cuaderno de apuntes. Asignatura: *Sociedad y Comunicación*, 2005.

no sabía lo cagaba, lo hacia mierda... a veces no sabíamos qué es lo que quería escuchar la profa...obviamente esa pasión con la que compartiría su conocimiento, también era la misma que la llevaba al extremo.

***“El ojo que ves no es ojo porque tú lo veas, es ojo porque te ve”***  
*Antonio Machado.*

La clase de *Herner*, además de conocimiento y aprendizaje, me resultaba... como una especie de “terapia”... era sentirme identificada y no sola, darme cuenta que en una imagen se desplegaban ciertas cosas que yo veía en mí misma, y que pocas veces las miré, eso era un efecto que me producía alivio, y más cuando la presencia del *desamor* seguía asaltándome de forma febril...

Por fin sentía, que alguien sentía lo que me estaba quemando, y lo mejor, es que no tuve la mínima necesidad de compartir todo este torrente angustiante a mi profesora sobre aquel amor desafortunado... *y a veces tan afortunado...*

***“El amor no te vuelve loco, lo que te vuelve loco es saber que no hay más a quien amar...”***

La anterior frase, dicha por *Herner*, fue una de las expresiones que retumbaron en todo mi cuerpo aquel día. En esa ocasión *Auguste Rodin*, y *Camille Claudette*, protagonizaron la clase, la profesora empezó con aspectos generales, quiénes eran, de dónde eran, a qué se dedicaban... y en qué contexto se ubicaban.

A *Camille Claudette*, la guardó para el final, primero nos mostró una de sus grandes obras escultóricas “*El Vals*” una pareja de bailarines, cuya emotividad refleja juventud, sensualidad, y la ilusión del amor de pareja.

Al ir destacando aspectos esenciales, comenzó a relatarnos la sublimidad de estos dos “Artistas escultores”... sin duda alguna, carecería de aspectos literales para volver a recrear tan bella narración dicha por *Irene*, fue algo que sensitivamente... me faltarían palabras para expresar.

“*El Vals*” fue el inicio y expresión de un amor entre *Rodin* y *Claudette*, él era su profesor en aquellos tiempos (1882), según en palabras de *Irene Herner*, en aquel entonces no había apertura ni espacio para mujeres escultoras, sin embargo, la pasión y talento de *Claudette* la condujeron hasta *Rodin*, pronto la idoneidad de *Claudette*, la convertiría en su colaboradora y **amante**.

Con la mirada fija en la imagen proyectada, *Herner* contaba el romance ¡con tal frenesí!, que muchas teníamos ya los ojos cristalinos, sobretodo cuando profundizo en el gran *desamor* que vivió *Claudette*, puesto que las circunstancias y convicciones de *Rodin* se perfilaban en otro camino... y sin ella... al sentirse tan profundamente herida como un *San Sebastián*, la artista poco a poco se iba consumiendo en su propia pasión...

Esa misma pasión que un día me desgarró, que atormenta cada noche, que asfixia el pensamiento, que te asalta por las madrugadas, que no te deja dormir, y que afortunadamente te otorga el llanto para refrescar el ardor de una desilusión.

Creo que a *Claudette* no le bastó el llanto, pero sí su obra, que ella misma mutiló en venganza, honor y homenaje al olvido, desprecio e indiferencia... la llevó a la locura, puntualiza *Irene* que este acto, era más que una reactualización mítica de la clásica *Medea*, las cuales y ante el abandono del ser amado, matan a sus hijos en venganza del desamor, y así poder romperle la madre al hombre idolatrado.

Aunque *Claudette* pudo plasmar su sentir en próximas obras, éstas impregnadas del adiós y la amargura ante un amor no logrado por parte de *Rodin*, jamás fueron lo suficientemente poderosas para contrarrestar el arrebató de su amor. *Irene* llegó a afirmar también que la decisión de *Rodin* de algún modo era comprensible por su contexto, y para tratar de entenderlo mejor, señaló que la idea de que *Claudette* fuera un **escultor**, era sobrepasar la masculinidad de su idolatrado *Rodin*.

*“Todo se reactualiza bajo formas diferentes... aunque uno es sujeto, el objeto del amor, puede ser múltiple y diverso... el objeto del interés y del amor del ser humano es cambiante... y tan voluble como el amor... ese mismo ser al que adorábamos puede convertirse en el ser al que detestamos ok... eso no nos vuelve locos en lo más mínimo , lo que nos vuelve locos, es pensar que ya no hay otro ... que ya no podemos pensar más, ni amar más...”<sup>51</sup>*

Un estremecimiento invadió vorazmente mi sentir y pensar, *bajo formas diferentes...* pero el sentirme identificada... no bastaba...

### **Eugenia Soria**

*Introducción a las Teorías de la Comunicación, y Teorías I, II, III,* fueron materias fundamentales en la carrera, las cuales la Maestra Soria impartía, y durante tres semestres tuve la gran fortuna de estar con ella.

Fue una materia que, en cuanto a contenido, resultaba de lo mas aburrido, aunque de repente, notarás varias cosas nuevas, ya sea en alguna lectura, explicación o comentarios en clase...de primer instancia fue, *saber que existían, que en verdad existían* una serie de personas, pero sobretodo de teóricos, tratando de explicar ¿qué onda con la comunicación?, mucho más allá de un modelo de emisor, mensaje y receptor, no por ello menos importante, pero que sin duda, se trataría de ahondar en todas aquellas posibilidades que permitieran conocer aquel torrente de comunicación, sus alcances, pero también sus desequilibrios.

Obviamente cada profe, al tener esta libertad de cátedra y siguiendo ciertos parámetros de acuerdo a las temáticas a abordar, cada quien mantenía su percepción y visión de mundo, abordando cada tópico de forma diferente, te dabas cuenta de estas discrepancias por comentarios de tus cuates, que a muchos les aventaban las teorías a partir de la filosofía griega y a muchos otros los ponían a *abrazar árboles*, y seguía siendo para aquellas personas, muy su dinámica y modelo de comunicación.

---

<sup>51</sup> Apuntes de clase. Asignatura: *Sociedad y Comunicación*,. 2005.

### ***Soria... ¡Una cuata muy sesuda!***

Es una de las tantísimas frases recurrentes de *Soria*, para referirse siempre a cuates...reflexivos, con propuesta, con pensamiento y acción.

La Maestra nunca se quedó atrás, ella también traía onda, y esa onda se llama disciplina y trabajo, creo bien pueden ser dos conceptos esenciales en la formación de *Soria*, además del gran gusto por el deporte, la buena alimentación, sacar a su perro a pasear en las frías mañanas de Ciudad Universitaria y *los jeans Levis*, sus lentes... y una que otra gota de maquillaje.

### ***En tiempo y en forma***

Al principio no fue fácil estar en frecuencia con ella, quizá lo más viable era que ella pudiera bajarse, ya que alcanzarla estaba un tanto mas complicado. Considerándome sociable, me costaba muchísimo entablar conversación con ella, y más porque las dos llegábamos sumamente puntuales a la clase de siete, éramos las primeras en el salón... *de qué voy a hablar con la profa*, estaba como que muy cabrón sostenerle una plática, sobretodo por que desde el inicio dejó entrever en cada uno de sus discursos, su postura como profesora, como Maestra, y siempre clavada en la materia, difícilmente se desviaba, no sé si este fue como un caparazón, para tomar ciertos límites, para no exceder confianzas y rebasar permisiones.

Este carácter, lo aplicaba de una forma impecable, puesto que sus demandas al grupo estaban invariablemente acordes con lo que ella es y decía, era admirable la manera en que revisaba cada una de las tareas requeridas y por cada párrafo había una serie de observaciones y correcciones en tinta roja, que decías... *¡esta no tiene novio y nada que hacer!*... lo peor era que cuando checabas... en efecto, había cosas que no estaban del todo bien y más en ortografía... entonces era difícil poder tratar de chasquearla.

Su planeación y organización era otra de las cualidades de *Soria*, desde el comienzo ya nos había presentado todo un calendario repleto de actividades, tareas, controles de lectura, exposiciones y ensayos para entregar, ya tenía previsto días festivos... con el único fin de que lo solicitado esté en *tiempo y en forma*.

### ***Teoría... y más Teoría.***

Ya para los próximos dos semestres, aparentábamos cierta resignación con el gran pensamiento teórico, lo único rescatable y que nos daba cierto consuelo era decir que ya nos conocía, nos ubicaba y quizá en el próximo semestre pues bien podríamos aspirar arriba de un siete...

Todo aquel bombardeo de información *Empírico-Analítico, Lingüístico Fenomenológico Hermenéutico y Sistemático de la Acción o Dialéctica*, además de *recorridos cronológicos del siglo XX, Teoría General de Sistemas y Perspectiva Crítica de la Comunicación, Desequilibrios y Problemáticas Sociales, lo Pragmático y Funcionalista, La Escuela de Chicago...* hasta la madre con la *Escuela de Palo Alto, la Escuela de, de... de...ya no me acuerdo ni de que Escuela*, pero eran varias las escuelas que sustentaban las teorías de la comunicación ...

Era un martirio, me sentía muy abrumada... y apenas íbamos casi a mitad de semestre... que si *la problemática social, el impacto de propaganda, que la comunicación de masas, que la ecología humana, que sí el modelo teórico- metodológico, el orden, el control...* que si *Lazarsfeld, Laswell, Mattelart, Moragas, Otero Bello...* que si este decía una cosa, que sí el otro otra y estar checando constantemente periódicos, copias hasta la madre, y más mamotretos de copias ahí medio leídas, medio mascadas, medio entendidas... era todo tan rígido ya ...

Y no sólo era la materia de mi querida profesora *Soria*... eran cinco asignaturas más, en las que tenías que chingarle por igual, que sí la nota informativa para *Géneros*, que las características esenciales de la *Prensa durante el Porfiriato* para *Historia* de seis a diez cuartillas...

Y un ensayo sobre el *Malestar en la Cultura de Sigmund Freud*, para *Psicología...* y *pa´rematar* el análisis de la película “*El Gladiador*” con base en las nueve funciones de *Vladimir Propp* para *Semiótica...* chinga normal siete, si bien nos iba ocho... para ese entonces ya no volví a saber de las *estructuras míticas e ideales de belleza*, pero si me quedaba claro que el llegar a tiempo a clase, tener mi asistencia y cumplir con las tareas era un excelente pase.

Quizá, toda la parte teórica que *Soria* se esmeraba por enseñarnos no quedó tan impregnada como sus comentarios, para mí siempre fue un gran gusto escucharla, y más cuando nos dejaba ver un poco su esencia, porque era simpatiquísimo verla, ya no con el papel o el rol de maestra, sino de una persona que extiende de manera espontánea y con un toque de gracia, un humor “refinado” cualquier comentario, nunca ofensivo, siempre reflexivo, y acompañado de una buena dosis de ingenio, *Soria* tiene un discurso muy particular para decir las cosas o referirse a ellas.

Sin duda, su clase fue signo de motivación, no sé si para los demás compañeros, que la solían tachar como “*la maestra profesor*”, y esto era sólo porque quizá no usaba labial o su cabello no estaba a la moda... finalmente éstos eran simple comentarios no mas *pa´chingar...* o tener algo de que platicar, y eso era mil veces mejor que discutir la *Teoría de las Masas...*

*Subsanar lo inmediato, ser y sentir el orgullo universitario... el discurso no proviene de la Estratósfera, hay que volver a formatear, amplía tu seso* cuando quería decir: renuévate, ponte a trabajar, aplícate, investiga, pregunta, no divagues... *Soria* no era sublime ni abstracta, mucho menos idealizadora, y esta personalidad tan bien planteada o al menos así lo percibía, me lograba transmitir su ánimo por querer conocer, aprender... aprender a reconocer las oportunidades, aprovecharlas... ella hablaba y mucho, pero siempre su ejemplo la definía y la constataba... trabajo, responsabilidad, compromiso, organización y amor por lo que se quiere hacer, son algunos elementos esenciales para tratar de definir un poco a la *Maestra Soria*.

### ***En las mismas...***

A veces muy bien, a veces de la chingada... algunas ocasiones lloraba y otras me carcajeaba... ya me estaba acostumbrando, ya me estaba adaptando a este fluctuar de emociones... ya no sabía nada... *pero seguía aprendiendo*... la gran *CARRERA* se convirtió sólo en eso... lo mejor de mi momento... ya no sabía si quería seguir con mi sed de querer ser... cantante, actriz... volverle a hablar al *desamor*... mentarle su madre, o decirle cuanto lo quería y cuanto me partía la madre su abandono... o cuanto me asfixiaba el ser algo que quería, y no se porque razón o muchas razones no lo emprendía...

### ***María Luisa Castro Sariñana***

Quinto Semestre... ¡las Últimas Teorías!, de "alguno, de muchos o de cualquier modo, las teorías ya me estaban aturdiendo, y aunque no podía desafanarme de ellas, mi único consuelo era tener la certeza de que la *Maestra Soria* seguiría dando esta materia... para mi sorpresa no fue así.

Al revisar las listas de materias correspondientes al semestre, me di cuenta que *Soria* estaba descartada y de los restantes profesores no había ni a cual irle... más que *Sariñana*, y yo dije: *perfecto me voy a meter con la Sariñana*... pero fue algo muy particular esa decisión, ya que dos semestres anteriores, tuve el gusto ... *poco grato*, de conocerla, y por descuido de mi parte no me inscribí en mi hora correspondiente ... no alcancé lugar con *Soria*, entonces me fui con *Sariñana*, y ya ni modo...

A abrazar *pinches árboles*, si alguien podía definir o describir a *Sariñana* y su clase, era decir solamente... *¡ahhh esta chido!, te pone a abrazar árboles... o ¡ahhh es la profesora esotérica!... trae un pedo medio loco... pero esta relax* y hasta ahí. A pesar de aquellos comentarios, no me afectaron al momento de inscribirme con *Sariñana* para el quinto semestre...

La primera vez cuando la conocí por aquel descuido... ¡qué guapa! ¡Una mujer de mística personalidad y atractivo! ... pero... que llega con su cigarrote, eran como las siete y cuarto de la mañana... no soporto el cigarro... porque... eran pleitos con mi papá los fines de semana cuando el venia a la casa y siempre peleaba, le reclamaba de su cigarro... me ponía medio loca, exigiéndole que se fuera a fumar a otro lado, o que se saliera al patio... y me hacía caso... como siempre mi padre ha sido mi parámetro... si yo no lo tolero de mi padre, mucho menos a ninguna otra persona.

Cuando veo a *Sariñana* que está fumando, yo dije: no tengo porque soportarlo, si no lo tolero de mi padre mucho menos de una desconocida, para acabarla de rematar, comenzó con todo un *choro* de... la salud, la armonía, la naturaleza... y pensé... que incongruente es esta tipa... no podía concebir, el que me estuviera hablando en términos del bienestar, del equilibrio... del entorno, cuando ella a las siete cuarenta de la mañana se estaba chingando su cigarrote valiéndole madre los demás... si desayunamos, si traemos el pinche hueco en el estomago y luego imagínate con el cigarro... o simplemente la náusea que te provoca a esa hora... agarré mi cosas y me salí, sin decir nada, sin hacer cara...

Hice todo lo posible por cambiarme de grupo, de hecho fui a hablar con *Pedro Mundo*, quien es la persona responsable en cuanto a permutas de grupo.

No estaba de acuerdo, su enseñanza en ese momento me resultaba poco congruente, con lo que dijo y actuaba... logré cambiarme.

Volviendo al quinto semestre, dame cuenta que no había mucho que elegir y estando un tanto fastidiada con Mattelart y las teorías de la comunicación... pues era *Sariñana* o *Sariñana*... olvidando aquella primera impresión de su clase, sin pensarlo tanto me inscribí con *ella*...

Porqué sabía que no iba a hacer nada... y esa fue mi idea... no voy a hacer nada, me voy a olvidar de las teorías, de tantas pinches copias, libros, biblioteca...

En esos instantes ya no estaba tan interesada, me llegué a sentir sabotada, creía saber ciertas cosas, pero aun no lograba darle el sentido ni en mí ni en función a nada, llegó un momento en el que yo decía... ya no sé nada, no me interesa... es más no sé si esto es lo que quiero... pero... sé que de algo me va a servir, mi mentalidad estaba viviendo una dualidad peor que los arranques de la adolescencia... pero así la fui llevando, con todo y ello, nunca me detuve... a pesar que muchísimos pensamientos asaltaban mi mente.

El primer día de clases con *Sariñana*... ya estaba sentada casi hasta atrás... por ello del cigarro... y no manches... qué mujer tan guapa, con una puta personalidad brillante, con el cabello de lado, negro azabache por debajo del hombro... vestida toda de un solo color... me parece que ese día le tocó de fiusha, un bolso de mano, pequeño, justo para su cajetilla de cigarrillos y su libreta... es un personaje, su manera de hablar, su expresión corporal siempre acorde a sus palabras... nosotros éramos su público, y se adueñaba de aquel micro proscenio que era el espacio del salón.

### 3.3. SINCRONIA

***... es tener los huevos para soportar el temblor... fueron sus primeras palabras.***

*¡Estamos terriblemente entrelazados!* ..... e hizo una pausa como de ocho, diez segundos, y todos quedamos así como que... ahhhh estamos entrelazados... ¡y eso qué! ¿qué está diciendo?... y se arranca con el *choro* a todo lo que da...

Muchos dijeron *¡está bien pinche fumada!*... *¡pero fumada la cabrona!*, otros le trataban de agarrar la onda y muchos nos dejamos sentir, porque indiscutiblemente era una materia para sentirla, no era para estarle buscando el pinche hilo negro, a pesar de la subjetividad que trae consigo las temáticas vistas por *Sariñana*, que al fin y al cabo para ella seguía siendo comunicación... desde su perspectiva.

Conforme pasaban las clases, íbamos entendiendo un poco más, no era tan fácil digerir cada discurso enfocado a la *Teoría de la Sincronicidad* que fue el tópico por excelencia durante el semestre, aunado a muchos otros conceptos e ideas que se relacionaban con la *Psicología*, el *Psicoanálisis*, algunos aspectos de la *Física Cuántica*, *teóricos*, *autores...Jung, Pauli... y un puñado de leyes físicas...*

*“La Sincronía es entrelazarnos, es desprendimiento, una posibilidad de cambio, es revelación, significado de existencia, establece nuevos patrones de comunicación, nuevas formas de relacionarse, es romper patrones más allá del espacio y el tiempo, aceptar el riesgo que tú y ella y el mundo están unidos,... es tener los huevos para soportar el temblor... para soportar el cambio, el cual implica una nueva conexión...”* en cada clase decía cosas como las antes mencionadas, que eran la mejor forma para ir comprendiendo este desmadre maravilloso de la *Sincronía*... no bastaba comprenderlo... era forzosamente necesario sentirlo.

### ***Estamos Terriblemente entrelazados...***

Las primeras sesiones, *Sariñana* mencionaba con gran insistencia, lo magnífico que puede llegar a ser el vivir una *Sincronía*, los datos al principio parecían confusos, poco ordenados. La *Sincronía* la tratábamos de comprender de acuerdo al entendimiento de la *profa*.

*Otras formas de realidad, y otras formas de comunicación*, bien podrían ser los primeros cimientos para quitar un poco el prejuicio de todo este rollo que iba mucho más allá de lo cotidiano (y poco común en la Facultad) *“Es por tales razones que la sincronicidad puede ejercer un efecto tan profundo sobre nosotros, puesto que va más allá de nuestras defensas intelectuales y rompe nuestra fe en el carácter tangible de las superficies y en las órdenes lineales del tiempo y de la naturaleza”*<sup>52</sup> y quizá era necesario verlo así por la complejidad que trae consigo el tema.

---

<sup>52</sup> Peat, David. *Sincronicidad, Puente entre mente y materia*, Ed. Kairós, Barcelona, 1995. Pp. 14.

Al ir ejemplificando o bien materializando algunos de los sucesos que se dan a partir de esta *revelación sincrónica* o mejor dicho de este fenómeno imprevisto y sorprendentemente puntual, nos dábamos cuenta de que en efecto... muchos de nosotros ya habíamos experimentado de algún modo este torrente de la *Sincronía*, lo que desconocíamos es que estos sucesos tienen nombre... ¡hasta una teoría!

Desde mi perspectiva me permito relatar el cómo comprendí y viví la experiencia sincrónica, teniendo como base y argumento la propia vivencia, cuyos parámetros y aportaciones de la profesora *Sariñana*, así como lecturas recomendadas me sirvieron como guía y entendimiento de este admirable suceso.

Las experiencias personales que se iban destapando en cada clase eran una oportunidad no sólo para comprender al otro, sino reflejarnos de alguna forma en él mismo y animarnos a compartir lo que nosotros creíamos que era la *Sincronía*.

De entrada darnos cuenta de que las *casualidades*, son el principio de un llamado de conciencia que no podía pasar desapercibido por raro y misterioso que este fuera, esos pequeños instantes que nos podían transportar en una realidad incierta y muy significativa. Lo importante de ello era no dejarla pasar, muchas veces la coincidencia por su mérito paradójico, puede causar hasta risa "*desafían nuestro sistema de creencias*"<sup>53</sup>... y sólo se queda ahí... como algo chistoso, curioso, pero lo que cuesta trabajo comprender, que posiblemente, en eso chistoso, se da la ruptura y el comienzo de un nuevo orden de conciencia.

*La sincronicidad es la energía propia del universo es un campo morfogénico energético, está todo el tiempo, te tienes que abrir a él, y no es de pensar, es de sentirlo... y menos juzgarlo*<sup>54</sup>.

---

<sup>53</sup> Cousineau, Phil, *Momentos del Alma; Historias de Sincronismo y coincidencias maravillosas y reveladoras* Ed. Grijalbo, México, 1999, pp. 38.

<sup>54</sup> Dr. Antonio Delhumeau Arrecillas, Actualmente Catedrático de la FCPyS, UNAM. Entrevistado 9 de marzo, 2009.

Lo más importante es dotarnos de sensibilidad (*qué fácil*), dejarnos sentir, permitarnos sentir, para poder distinguir e interpretar aquellos instantes que nos hacen conectarnos con el todo y con nosotros mismos “...la sincronicidad nos proporciona un punto de partida, dado que representa un pequeño defecto en la estructura de todo lo que hasta ahora hemos considerado como la realidad. Las sincronicidades nos ofrecen la posibilidad de ver más allá de nuestros conceptos convencionales del tiempo y la causalidad<sup>55</sup>, de los patrones inmensos de la naturaleza, de la danza fundamental que conecta todas las cosas y del espejo que está suspendido entre los universos interior y exterior”<sup>56</sup>.

### **Sincronías, Sincronías...**

Así comenzaba la clase *Sariñana*, sugiriendo al que quisiera el podernos compartir una *Sincronía*, poco a poco el grupo empezaba a abrirse al contarnos su experiencia, y sin duda, varios de los compañeros lograron estremecernos con aquellas vivencias, la piel se te enchinaba, de pronto veías al compañero de a lado con los ojos llorosos y llenos de sorpresa, qué decir de la profa, su sonrisa y sus ojos brillantes reflejaban la intensidad que nos provocaba escuchar aquellas historias basadas en la fuerza sincrónica que rompe de manera indómita los límites de lo creemos nuestra realidad.

De forma repentina mi mente comenzó a rescatar cosas... que de acuerdo a la *Sincronía* yo de algún modo ya había experimentado, algo tan simple como, el acordarme de una persona y verla o me hablara por teléfono ... tan simple como desviarte del camino, ya sea por tráfico o sólo por cambiar de ruta y de repente encontrarte con un amigo o familiar que quieres, que aprecias, al cual no veías desde hace años, sueños que de alguna forma te preparan para enfrentar situaciones...

Tan simple y mundano como intentar estar a dieta, traía antojo de papas fritas, y en mi transitar, me topé con varios puestos de *papas fritas* e indecisa al no saber si comprarlas o

---

<sup>55</sup> Aunque el concepto de *Causalidad* puede explicarse bajo diferentes perspectivas científicas, en su sentido general se entiende como: *Todo efecto debe tener una causa*. Sin embargo, cuando se manifiesta un hecho *sincrónico*, la simultaneidad de uno o varios sucesos que trae consigo dicho evento, va más allá de una explicación causal (*causa-efecto*).

<sup>56</sup> Peat, David. *Sincronicidad, Puente entre mente y materia*, Ed. Kairós, Barcelona, 1995. Pp.10.

seguir la dieta...al subirme al metro, una niña como de cuatro años que ni siquiera me di cuenta de que estaba a mi lado entre tantísima gente... Me ofreció *papas fritas*, bañadas en *salsa Valentina... se veían...deliciosas*, ante mi sorpresa... le dije que ¡NO!... se me pasó la oportunidad y reprimí el antojo... aunque se me hiciera agua la boca...

Lo que se escuchaba en la clase era de sorprenderte... cómo una palabra, una frase dicha por un extraño, vista en un libro, en un espectacular...una llamada telefónica, una canción, un olor, un encuentro, una desviación de camino...

Podía conseguir un efecto trascendental en el persona, ya sea para optar por nuevas decisiones, cambios de actitud, reforzar vínculos familiares, de amigos, pareja... pero sobretodo reencontrarse asimismo, como toda una manifestación y oportunidad de volver a reintegrarte.

Sin duda, se trataba de una conexión breve, cuyas señales marcarían un cambio de conciencia en la persona, otorgándole un nuevo sentido a la propia vida, en donde puedes titubear o deleitarte. *“En este sentido, una experiencia de sincronismo es un momento del alma, una experiencia electrizante... una afluencia palpable de gracia y poder... una convicción súbita de que podríamos ir mas allá de la suerte...”*<sup>57</sup>

Algunos de los compañeros se resistían a este *desdoblamiento súbito*, y costaba el poder reconocer cómo un momento del alma nos ayuda a seguir el hilo de nuestras vidas y sentir los lazos invisibles que nos conectan, como puntualiza Cousineau.

*El tener los huevos para soportar la sincronicidad*, diría Sariñana, es también tener la capacidad para aguantar el resplandor y la resistencia, es parte de la defensa que los humanos tenemos, como bien se refiere P. Cousineau, *“Esto significa que la mayoría de las personas en realidad no desean cambiar o ser conmovidos con demasiada profundidad ... Sin embargo, aunque debemos observar la resistencia natural... también debemos observar cómo*

---

<sup>57</sup> Cousineau, Phil, *Momentos del Alma; Historias de sincronismo y coincidencias maravillosas y reveladoras* Ed. Grijalbo, México, 1999, p. 36.

*estas experiencias pueden abrirnos al significado de un abismo a menudo profundo...<sup>58</sup> Y tan palpable como la vida misma.*

Muchos ya queríamos tener una experiencia, un desdoblamiento, *Sariñana* decía que *cuando sucede una Sincronía comienzan por añadidura a ocurrir más Sincronías*, que por lo regular estas conexiones o pequeños instantes suelen pasar en *momentos críticos* en la persona, cuyo llamado de conciencia se logra materializar en la forma más fascinante y muchas veces confuso, por aquel tinte de gracia y rareza, *“cuya experiencia de fortalecimiento conduce a un nuevo orden... ruptura de patrones... la Sincronía rompe estructuras mentales, pero esta no sería posible si no te dejás romper”*.( *Sariñana*).

*“Las sincronías son permanentes, todo es sincrónico, lo único que varía es nuestra capacidad para abrirnos a la sincronía y percibirla o no, es el fluir del universo, tiene direccionalidad, tiene intencionalidad... tiene un para qué”<sup>59</sup>*

Un poco más de la mitad del grupo nos dejábamos contagiar, por supuesto a varios compañeros les valía madre, otros ya no sabían ni cómo reconocer, o mejor dicho cómo negar la *Sincronía*, era fácil de ubicar a estas personas, puesto que de muchas maneras anteponian todo, menos el estar en la clase, siempre hablando de otras cosas, interrumpiendo con murmullos, risitas, bostezando... era como una especie de negatividad que les impedía conectarse con el grupo... *¡por eso no reconocían la Sincronía!*, aunque la tuvieran, y por pequeña que esta fuera.

*“La sincronicidad sucede todo el tiempo, es la modalidad del suceder del fluir del universo... es sincrónico, es la apertura de canales, la sensibilidad, la disposición a una percepción... y luego tocar cierto fondo de sufrimiento en donde una diga ¡ya no quiero más esto! Y me abro a lo mejor que me ofrece la realidad”<sup>60</sup>*

Cuando menos me di cuenta experimenté aquel temblor del que tanto se refería *Sariñana*, llegué a mi casa con una sensación que justo en este momento que la estoy recordando me

---

<sup>58</sup> *Ibidem.* p. 18,19.

<sup>59</sup> *Antonio Delhumeau Arrecillas* Lic. En Ciencias de la Comunicación, Actualmente Catedrático de la FCPyS, UNAM. Entrevistado 9 de marzo, 2009

<sup>60</sup> *Ibid.*

remueve, como aquel instante fortuito, en donde las lágrimas bañaron mis ojos para ver con mejor claridad.

Dos semanas antes, en la clase, más que participar, quería que *Sariñana* me respondiera a algunas de las interrogantes que iban surgiendo en mí, no sólo en relación con la *Sincronía*, o quizá mucho que ver con ésta, sino con una especie de confusión y diafanidad que me estaba sacudiendo, el intento de interpretación sólo me duraba instantes, y más allá de una definición, la sensación de sosiego que experimentaba mi ánimo, complacía a la razón, brindándome una armonía inexplicable... *eso sí que fue por unos instantes... plenos y absolutos.*

Insistente por querer entender mi tiempo, a veces tan distante, tan vertiginoso...anhelos, idilios, deseos, aquel exceso de sueño... que apaciguaba el propio deseo...en aquel intento efímero por reconquistar el ímpetu, el aferro a un desamor que me hacía sentir relegada, el aferro líbido a conquistas desgastantes, en donde la batalla no sólo se medía por la fuerza de la pasión, sino por el estacazo de la decepción...el aferro a ser universitaria por oportunidad... no por sueño, el aferro a un talento exorbitantemente altivo y muchas veces perplejo ... estar en ese estado, ardiente y angustiante se convirtió en el peor ... o mejor broquel de mi vida.

### ***Sacudida... una reacción sincrónica.***

“*Duchka*”, “*Tichi*” y yo estábamos ya muy sentaditas y echando desmadre, en especial con “*Duchka*”, a todo le componíamos, yo ponía apodos, imitábamos, siempre nos hacíamos segunda, ella a mí o yo a ella, estábamos a la espera de la clase de *Publicidad*...el profesor *Garfias* y achichincles aun no llegaban...a pesar de que nos habían solicitado tercamente estar muy puntuales ese día, ya que un gran colega y amigo traído desde *Sinaloa*, nos iba a visitar con la finalidad de compartirnos su experiencia no sólo en el campo de la publicidad, también de la radio, puesto que el tipo es locutor.

Ya todo el grupo estábamos esperando, unos ya se querían ir *¡ya no llegó este cabrón!*, por qué el profe era muy puntual... cuando de pronto hacen su aparición, ese día se veían cagadícimos, de por si los tres son unos personajes, unos cábulas, lo que si tenían y tienen

sobretudo *Garfias* es una mente agilísima para responder y ejemplificar cualquier cosa, ya sea relacionada al tema u otra ocurrencia...aparentaban todo menos ser licenciados y aunque a *Garfias* se le veía bien el traje, no cabe duda que lo que mejor portaban era la cara de trasnochados.

¡Y van entrando los jóvenes profes! en fila y bien ordenaditos, el *Jetas* por delante (*uno de los achinchincles*), el Prof. *Garfias*, el invitado sinaloense *Jorge Sadi*, y el buen *Mata*... (*Adjunto del profe*)... parecían grupo de Rock... estábamos casi muertas de risa... los veías, y decías... estos cabrones ¡qué van a ser maestros, licenciados! te podías imaginar todo... menos que fueran docentes.

Sin embargo, cuando voy viendo al sinaloense... ¡me lo quería coger!, inmediatamente hicimos contacto con la mirada...por supuesto que me agradó bastante, un hombre alto de complexión media, tez apiñonada, melena rizada... bien peinadito, sonrisa amigable, y muy buen sentido del humor...

“*La Tichi*”, luego, luego me dijo vas *Bár...chíngatelo, vas, es tuyo*... no pos si, por supuesto, estaba mas que cogible ese cabrón... ese norteño me lo tenía que comer... y obviamente era un hecho, puesto que en su mirar (*el pase perfecto*...) aseguré mas que un posible gusto hacia a mí, ya que constantemente volteaba a verme durante todo su discurso... y era correspondido, ¡qué atractivo!... asimismo, muchas de las otras compañeras, dejaron entrever y confirmar que estaba bien papi, el tal *Sadi*.

Inmediatamente, ya estaba en planeando haber cómo o de qué forma, le iba a dar mi teléfono, mi mail, total...*ese es mi arte*...qué mierdas preguntarle para haber que se podía hacer... ya estaba por terminarse la clase, y el tipo este, muy amable, al final nos proporcionó su correo electrónico, para cualquier consulta, orientación... *cualquier cosa que se les ofrezca, algo que yo les pueda ayudar no duden en enviarme un mail*...

Que lo apunto y “Tichi”, emocionada preguntándome *¿qué a poco si le vas a mandar un mail?... si por supuesto*, aunque fue de alivio tener este dato, yo quería algo más que un pinche correo, y tenía que ser ya, y lo antes posible, puesto que ya se me iba pa’l otro día. Y en la madre ya se me estaba yendo... se me cerró el mundo, no sabía de qué forma darle mi teléfono, a pesar de que ya lo tenía bien apuntadito en un papelito... *¡pues vas wey, así dáselo!...*

### ***Un conflicto inexplicable...***

No sé por qué, comencé a sentir indecisión... confusión, no sé pero fue una sensación que simplemente no iba conmigo, no estaba segura en ese momento, de hacer algo que sin duda, me resulta hacerlo... y muy bien... si era mi especialidad y más cuando de hombres se trata... entonces esto me empezó a generar un conflicto inexplicable en ese instante... me sentía lejana, fuera de mi, las viejas me decían *¡apúrate se te va ir!...* sentí la presión por parte de ellas...

Y una sensación más que extraña invadía mi cuerpo y mi lógica... por qué, por qué, no puedo, por qué, qué onda... de pronto comienzo a cuestionarme... y pienso, por qué tengo que ser yo la que le de mi teléfono, por qué tengo que ser yo la que se anima a proponer a conquistar, por qué él no me lo da...

El detalle era por qué yo, por qué no ver en él también, su deseo materializado... surgieron tantas interrogantes, confusiones, que cuando menos me di cuenta ya estábamos fuera del salón, ya había terminado la clase... a la chingada.

Me sentí derrotada... qué esta pasando, esa no era yo... y volví a entrar en otro conflicto, pero ahora lamentándome... ¡Por qué no le di mi tel, sí ya lo tenía apuntado!... me daba cierta seguridad tener el mail que nos proporcionó, pero, el verdadero conflicto que agitaba mi seguridad era nuevamente el por qué él no me lo daba a mí, por qué el no se me lanzaba a mí, o por qué el no está en la mismo desasosiego que yo... y con esa misma avaricia le impulsara el querer conocerme... si nuestras miradas ya estaban más que aceptadas...

Todo seguía ambiguo, desconcertante, y más cuando mi título de nobleza se caracterizaba por ser la conquistadora, la que seduce, la que obtiene al hombre que codicia...

Y hasta ese momento y por vez primera, me sentí ajena, fuera de mí... la ambivalencia tan desgarrante de mi sentir se contraponía de la manera más absurda.

Nos fuimos al baño, nos tardamos como casi diez quince minutos, "*Duchka*" se quedó afuera esperándonos... cuando salgo, *Garfias* y su equipo iban bajando... yo pensé que ya se habían ido, por qué en verdad que nos tardamos en el baño, además a esa hora, en los cambios de clase, los pinches baños están atascados hasta su madre, había un chingo de compañeritas y sí nos habíamos tardado... en lo que haces cola para entrar, en lo que te cercioras si la taza que no está sangrienta, zurrada, vomitada ... en lo que "haces", en lo que te lavas las manos... en lo que saludas... si nos toma tiempo el ir al tocador.

Volví a quedar igual... nuevamente nos miramos... y cada quien para su rumbo... se perdió entre todos los compañeros que se disponían a hacer su cambio de grupo. Seguía aturdida, insatisfecha, inconforme...con ideas vagas sin poderme desconectar, inoculando mi razón con pensamientos indeseados que no podía frenar... a pesar de mi deseo.

Las chamacas y yo nos fuimos, íbamos a comer tacos con doña *Mary*, y en el transcurso seguía aferrada tratando de darle una explicación o quizá justificación a mi acción... ya estando en los tacos, ordeno mi campechano con quesito... y en lo que me lo están preparando "*Duchka*" y "*Tichi*" me piden prestada mi credencial de la biblioteca, iban por un libro que necesitaban...

Voy dándole la primer mordida, cuando de pronto hace su aparición *Asdrúbal*... el quesillo casi se me atora en la garganta, un tipo hermoso ...ojazos verdes, labios exquisitos, morenito... ya le había puesto la mirada desde el inicio de carrera, y que sólo nos mirábamos. Como no sabía su nombre, primero le puse el *Arabesco*, puesto que su aspecto, me remitía al prototipo de los hombres de Medio Oriente... y las chamacas de repente me chingaban con él...yo les decía que este *tipo* era algo diferente, y rompía con el patrón de hombres que a mi

me gustaban, sobretodo en la edad, él me hacía sentir, como en mis primeros inicios de cortejo, en verdad que era una sensación padrísima, puesto que su mirar es muy cándido.

Claro que se me hacía raro que no fuera a buscarlo, preguntarle ya de pérdida su nombre, enviarle una tarjeta...quizá unas rosas, pero también me quedaba claro que en el momento que yo hiciera eso, se me iba a romper aquella atmósfera que tanto disfrutaba con sólo verle, además, si algo me quedaba claro, era el tener la certeza que no se iba a dar nada entre nosotros, ni siquiera un besito... y creo que tampoco una amistad... o al menos eso era lo que yo intuía.

No tardó mucho tiempo cuando lo bautizamos como *Asdrúbal*, en honor *al gran mago* de un libro titulado "*La eternidad por fin comienza un lunes*" de *Eliseo Alberto*, la "*Duchka*" fue la iniciadora, ya que la protagonista, el *Cisne Negro*, decía que era yo, aludiendo que siempre vestía de negro... a lo mejor nada que ver la historia del libro con la propia historia, pero ya estábamos así bautizados...

Continuando con la historia... y ya bien entrada en el taco, el *Asdrúbal* se acerca... me avienta unas miraditas... jamás lo había tenido tan cerca en esos dos años... Ya me estaba doliendo el estómago, me quería chingar el taco de una sola mordida, pero se iba a ver medio mal... comí lo mejor posible, y rogaba porque llegaran las chamacas ¡que ya lleguen! ¡que ya lleguen! ¡que lleguen!

Una oleada de nervios iba invadiendo mi cuerpo poco a poco, que hasta sudando estaba, yo dije, ¡Me va dar hasta chorro! no era posible que estuviera generando todo este colapso, y más, que me pusiera nerviosa este cabrón, inmediatamente pasé de la confusión al coraje, primero por lo del sinaloense y luego rematar con este wey... bueno qué onda con estos pendejos, me regalan miraditas...

Y valen madre, ninguno se anima... finalmente estoy aquí tratando de tomarle sabor a mi taco, y todo sigue en la misma chingadera... la mente me asaltaba diciéndome o quizá reclamándome por qué yo siempre tenía que buscar a los hombres o a los pendejos, que a lo mejor querían algo conmigo y no se atrevían, o a lo mejor nada querían.

Me acabé el pinche taco, me sentí muy molesta, encolerizada. En eso llegan las chamacas, se dan cuenta de que ahí estaba el *Asdrúbal*, empiezan a medio bromear y me dicen que para el préstamo del libro necesita ir la titular de la credencial, excelente razón para salir de ahí.

Fuimos por el libro, ya de regreso iba platicándoles de cómo se me atoró el pinche taco, y justo bajando la rampa que se encuentra a espaldas del *edificio B*, hacia la salida de la Facultad, "*La Tichi*" me hace con el codo, ¡*voltea, voltea!*... y que voy viendo al sinaloense, muy sentadito en la banca de la primer cafetería... me sonrío, yo me pasmé, seguía sorprendiéndome, y ¡cómo no! tenía la oportunidad de volver a topármelo... pero esta vez sólo.

Seguimos nuestro camino y únicamente le dijimos adiós. En el transcurso, las viejas siguieron chingando... *ve wey, está solo, ándale ve a dejarle el teléfono, ¿no vas a ir?*... no sé qué me pasaba...

Me sentía confundida, indigesta... ya habíamos avanzado como unos diez metros... .. sabes qué wey, sí, espérenme, voy ir a darle mi teléfono a este cabrón... subiendo la rampa de nueva cuenta... que busco el papelito y voy bien decidida...

En el primer descanso de la rampa... me detuve, me detuve, no, no, no sé, no tengo las palabras para explicarlo, pero algo muy cabrón ejerció en mi cuerpo que no me permitió dar un paso más... las personas que bajaban y subían, los árboles, y todas las distintas plantas que adornan ese espacio, danzaba sobre mí, excepto el sinaloense y yo, que le miraba a distancia... éramos los únicos estáticos...el papel seguía en mi mano, sosteniéndolo sutilmente... vuelvo a regresar, a mi momento, hacer tierra...

Empecé a llorar, me sentía sin fuerzas, pero una sensación de alivio se iba impregnado en cada músculo de mi cuerpo, con paso lento fui bajando la rampa... las piernas las sentía débiles, o quizá muy relajadas.

Al llegar, “*Ducka*” me mira sorprendida, y pregunta *que qué me pasa, qué qué me hizo ese wey* y me abrazó inmediatamente, el llanto me impedía verbalizar, sólo dije, no puede, no pude, no pude... en eso llega “*Tichi*”, me cuestiona lo mismo, y les digo que ni siquiera llegué, que me quedé paralizada, *que los árboles no me dejaron llegar...*

estando entre los brazos de “*Ducka*” y las palmaditas en la espalda de “*Tichi*”, una nueva oleada de pensamientos y existencialidades cubrían mi mente, sin embargo, mi percepción era diferente, una seguridad comenzó a rebozar en todo mi ser, esta vez no me sentía violentada, a pesar de tantas ideas y cuestionamientos, me sentía diferente, y no le reclamé a mi lógica el porque me sentía así... desenmascarada... ni tampoco, el por qué estaba llorando a madres.

Entre los apapachos de estas chamacas, y abrazando a “*Duchka*”... de pronto, el sinaloense *Jorge Sadi*, estaba a unos pasos de nosotras voltea y dice: *“Mujer, no llores... y menos por un hombre que no sabes si vale la pena”* (siguió caminando), no termina de aventarse su frase, cuando justo *Asdrúbal* va subiendo la rampa, quien también me miraba y escuchó lo que dijo el sinaloense... el llanto cesó, las tres quedamos sin decir una sola palabra, después, lo único que dijo “*Duchka*” con actitud incrédula *¡no mames... no ma...mes!*, “*Tichi*” también, la noté un tanto sorprendida y con un destello de emoción... no comentamos nada en ese momento, sólo nos despedimos, y agarramos nuestras bolsas, cada quien por su lado y un hasta mañana.

Seguí, seguí caminando, al pasar por un puesto de películas que está a un lado de los tacos campechanos... escucho a alguien que me dice *¿ya te vas?...* ¡era el sinaloense!, *vámonos por ahí...* si, vámonos por ahí, respondí, ¡que trayecto tan más exquisito!, ¡una manera de platicar tan deliciosa!, disfruté muchísimo su compañía, disfruté en cada pisada sus gestos, movimientos, sus palabras... yo sólo le ofrendé atención, estaba más que complacida... *¡no*

*intercambiamos teléfono!...* no hubo necesidad, no sentí esa necesidad, esa avaricia a la que tanto estaba acostumbrada... todo fue diferente e incomparable.

Al llegar a casa, me recosté en la banca de la cocina, y me di el chance de volver a recapitular toda esta parábola... y estando con los ojos bien despiertos mirando al techo, me di cuenta que no podía rebasar el tiempo... y el espacio de los demás...

Tampoco el mío, rebasar un momento que no era el mío... aunque me pertenecía, por qué era parte de él... pero que no me correspondía ejercer... no podía rebasar un tiempo que no era el mío... finalmente el tiempo es preciso... y te llega justo a tiempo, para reencontrarte a tí mismo en la existencia.

### ***¿Habrá sido una sincronía?***

Lo que experimenté embelecó cada uno de mis sentidos, después de aquel instante, la palabra *Sincronía* vino a mi mente, como vocablo preciso para dar respuesta a aquella escena enmascarada de sentimientos coléricos, pero también armoniosos, el encausarla ahí, era darle otra dimensión a los hechos.

No dudé en compartir esta historia en la clase de *Sariñana*... total, si era *Sincronía* o no, en mí ya había florecido algo nuevo y tajante, *puesto que todo cambio implica una nueva conexión*, como decía la profa. El grupo vibraba en la misma frecuencia, escuchaba atento mi odisea, *Sariñana* se mostraba muy pendiente en todo mi relato... *¡que padrísimo!, ¡que padrísimo!... por supuesto que es una sincronía... ¿te das cuenta de lo vulnerable que eres? y te das cuenta que no sólo eres un jarro de vitrina que sólo pueden mirarte a través del cristal... y que alguien pueda además, abrir esa vitrina...sólo expandemos conciencia cuando dejamos de temer al universo...*

¿Un suceso fortuito?, ¿Una coincidencia? ¿Un llamado de conciencia?, ¿casualidad? ¿Un brinco de conciencia?, ¿Un significado de existencia? ¿Una expansión del alma? ¿Una conexión con la vida? ... ¿los tacos estaban echados a perder... ¿indigestión?... o quizá...

### ***Destapada... y sin pudor.***

Después de esta experiencia inolvidable, me sentí destapada...y sin pudor, y comencé a ser y hacer cosas, que muchas de ellas, las postergué por *miedo* al fracaso... o al éxito, y las *sincronías* rompen con los *miedos* para volver a establecer un nuevo orden de conciencia, materializado en lo más insulso, y a su vez rebasando cualquier intento de explicación, dejándote impregnar por el todo, de forma inesperada, repentina... *como un temblor*.

El desamor del que tanto les hablé, lo deje ir, lo solté sin darme cuenta, ese fue uno de los cambios o ruptura de patrón, que trascendió en mi vida... en mi corazón... por tanto se sentía tranquilo y a ritmo, esperaba con alegría y entusiasmo los próximos semestres, y por fin me animé a lo que tanto postergué...

Después de no saber ni cómo conseguir un casting, a la semana ya estaba en una agencia de actores, la cual me hace llegar más llamados de casting... y de acuerdo al perfil voy sin limitarme por los diez kilos de más, sonrisa metálica y caderas anchas...

El baile lo volví a retomar, ya no como necesidad, sino como el mejor de mis complementos y rituales, dejé que aquel sudor provocado por aquella mezcla de ritmos incandescentes le otorgara un nuevo sabor a mi esencia, y fuerza a mi feminidad.

Fue mi mejor momento, brindándome una nueva oportunidad de integrarme conmigo, con mis padres, mi familia, con las personas, con la vida...con el universo, estar agradecido y un poquito más atento, nos hace seguir admirando la existencia.

## **Sufragios al alcance... todo el tiempo.**

La gratitud en las cosas más simples y estar atenta al momento preciso fue algo que aprendí a disfrutar, las semejanzas y las coincidencias me hicieron dar otra interpretación a mí existir, sin estar reclamando nada al universo, sobretodo tener la certeza que siempre hay un llamado de auxilio que nos socorre de la manera más etérea y noble.

### ***Respirar...***

Fue algo que me *enseñó* mi querida **Miss Norma de la Parra**, la cual le tengo un profundo cariño y muchísimo agradecimiento por sus hermosas palabras siempre endulzadas de buenos y positivos comentarios, por cada uno de sus luminosos pensamientos y sentimientos, por su tiempo al querer compartir su bienestar con sus alumnos. Su experiencia de vida fue motor inexorable para volver a regocijarse de la vida y compartir.

A través de su búsqueda interna, tuvo la fortuna de conocer y probar algunas técnicas enfocadas al bienestar de la mente y el cuerpo, el *Yoga* fue una de las disciplinas que adoptó como filosofía y forma de vida, en donde la respiración es el *corazón* ineludible de purificación... de la manera más sencilla nos compartió su conocimiento, mucho más allá de posturas extravagantes.

El tener la oportunidad de conocerla, fue una vez más, constatar que siempre tenemos un sufragio al alcance materializado en las personas o en algún *evento fortuito* brindándonos lo necesario, en el momento preciso. Ahora la respiración vendría siendo un elemento clave y una nueva forma de energía espiritual, oxigenando no sólo nuestro organismo, sino todas aquellas emociones indeseables.

Todo comenzó por el hastío que se *respiraba* en el aula, y no era para menos, a esa hora muchos de mis compañeros, estábamos ya demasiado soñolientos, algunos más ojerosos que otros, con la chinga de siempre, lo que menos uno quería saber y aprender era *inglés...* y

menos a la última hora, la mayoría sólo tratábamos de cubrir el requisito del idioma, (aunque había excepciones) pues sin éste, la titulación se vería muy lejana.

Ante la situación, la *Miss* se daba cuenta del poco rendimiento, y de las muchas justificaciones, pero sobretodo del poco entusiasmo y desánimo por parte del grupo, el desgane, el exceso de trabajo en otras materias se convirtieron en pretextos sumamente reales... porqué en efecto, andabas en friega, el detalle era que ya no se podía más, con una carga “mental” y emocional que sólo te hace cumplir y actuar, pero sin rescatar la verdadera esencia del conocimiento y el aprendizaje... muchas veces reflejado en una exposición aburrida y terriblemente leída, además mal leída, o un control de lectura, cuya información la bajaste de Internet.

La *Miss* nos preparó mucho antes de las sesiones, de diez quince minutos que *nos ¡regalaba!*, siempre se portó como una amiga, como una compañera, pero pensándolo bien, muchas de sus actitudes me asemejaban a la alegre y *despapayosa* de mi madre, sobretodo en lo dulce, complaciente y muchas veces cómplice, no sólo por su confianza, sino por su ternura y sinceridad.

Después, nos compartió un fragmento de su vida, la cual la quebró por muchos años, pero al romperse volvió a resurgir... volvió a *respirar*. En una de las clases ella comentó (algo así o parecido)...“*siempre van a tener cosas que hacer...vamos a tener problemas, a muchos de ellos les vamos a dar solución otros son irremediables, siempre conoceremos a personas lindísimas que nos ayuden con su sabiduría, con su amor, con su luz... y también nos toparemos con personas desagradables... llenas de coraje, rencor...que no faltan, que te ponen trabas...pero no son para utilizarlas y seguir mal... es para aprender, para concientizar*”...

*¡No dijo nada nuevo bajo el sol!* (me comentó una compañera al final de la clase), y posiblemente tenga razón, las reflexiones espirituales se volvieron un gran soporte de consumo, es común escuchar en la radio, ver en televisión y medios impresos toda una sarta de contenidos destinados al alma... desde... qué te deparan los signos zodiacales, el amuleto

y tu piedra de la suerte, hasta los productos milagro para desaparecer estrías, aumentar busto, o un pene erecto prolongado... que aseguran darte estabilidad emocional y confianza en la cama ... aún siguiendo con la luz apagada...

No sé qué tanta razón pueda tener mi compañera, pero es su opinión, sin embargo, la *Miss*, sentía lo que decía y lo transmitía sin prejuicio ni titubeo... lo mejor de todo, ella se sentía bien, le funcionaba, quería compartirlo... y considero plenamente, tiene las palabras y la esencia para causar ese efecto.

Los compañeros que querían, nos podíamos quedar después de la clase, los chicos eran los primeros que se iban... o que huían.

La *Miss* pidió que cerráramos nuestros ojos, ella fungió como guía en todo momento... la respiración fue clave primordial para todo este recorrido que no le tomaba más de quince minutos, ella nos comentaba que era un tiempo adecuado, ya que apenas comenzábamos, (puesto que existen sesiones más prolongadas y más profundas) y sobretodo porque las condiciones en una aula de clases no eran las mejores, pero sí las más óptimas en ese momento.

Al final de la sesiones preguntaba cómo nos sentíamos, antes de abrir mi bocota y ser arrebatada por el protagonismo me dispuse a escuchar... la mayoría concordamos, nos sentíamos como si pasáramos de una fase a otra, primero con un liviano sueño, después venía el relajamiento y al final llenas de energía como si apenas iniciaras el día.

Una vez por semana teníamos la sesión, y los cambios comenzaban a notarse, por comentarios en la clase y pláticas entre las compañeras confirmábamos, *¡qué si nos estaba haciendo un parísimo eso de la respiración!*, exhalar lo que no nos servía, exhalar el rencor, la tristeza, la angustia, la ansiedad, la envidia, la frustración, el coraje... eran los principales motivos a desechar, posteriormente, ir retomando lo mejor de ti y lo que te rodea. Unas compañeras, ya dormían mejor, se sentían con más energía y ánimo por hacer sus tareas cotidianas, más perceptivas, menos enojadas y con más fortaleza por hacer las cosas.

De lo anterior también fui presa fácil... y algo padrísimo e increíble que aprendí en estas sesiones fue... *el respirar...*el oxigenar: mi mente, mi corazón...

Y lo pude constatar (no sólo porque dormía y descansaba mejor)... Para que agitar a mi corazón, finalmente estando a tiempo era estar a mi ritmo.

***Uno no deja de aprender, nada es tiempo perdido todo es experiencia***, se lo escuché decir a la profa *Soria*, *el deseo siempre nos impulsa*, voltear a lo arcaico y primitivo es desentrañar nuestra propia estructura simbólica e identidad, explicaba *Irene Herner*, *el estar terriblemente entrelazados* como bien dice *Sariñana*, nos hace conectarnos con lo más profundo y maravilloso de la vida... sólo hay que estar atentos y dejar que el universo nos toque... nos oxigene, para así poder *respirar* de él.

***“Los límites sólo son excelentes pruebas, la búsqueda es ir disfrutando lo que te encuentras en el camino y los deseos son el impulso para seguir caminando”.*** Bárbara González.

## *REFLEXIONES FINALES*

La capacidad de seguir admirando y aprendiendo, ya sea por oportunidad, convicción o experiencia, sigue siendo una excelente circunstancia para fortalecer no sólo la razón, sino también para entusiasmar al espíritu.

No se qué es mañana y que me pueda acontecer... y para qué esperar mañana, en este ratito...qué personas conoceré, qué otra técnica, filosofía, teoría, quizá una conversación... aprenderé, utilizaré, y hasta pueda darme la mejor de las respuestas, o por lo menos la que necesito en el momento, lo importante es saber que existen opciones en una sociedad llena de información y a veces, sumamente mal informada, bajo una careta ambivalente, a veces de miedos, prejuicios y culpas.

A través de esta narración, no sólo compartí mi percepción, emoción, también, un pensar y un estilo de vida que quizá a muchos no les resulte ajeno, y es ahí donde se marque la diferencia para ponernos en común con la otredad.

La depresión como estado anímico, como enfermedad o quizá como justificación y un buen mecanismo de defensa, considero, sólo nos pone a prueba para darnos cuenta que existe algo más entrañable, y no sólo víctimas por lo que nos tocó vivir.

El conocimiento, el aprendizaje, es algo que no podemos codiciarlo sólo para nosotros, hay que compartirlo, pero sobretodo, hay que heredarlo, para así tener trascendencia y una mejor lucidez de vida, no hay que escatimar, mucho menos dudarlo... ya ese alguien sabrá y se encargará de aderezarlo, compararlo, debatirlo, aplicarlo o no estar de acuerdo, lo importante es dejar que nos toque, para si entonces, no tener juicios sino opiniones.

## ANEXO 1

En este apartado presento los nombres reales de los seudónimos referidos en el relato.

### **Familia**

María de los Ángeles..... *Gely.*  
Mary..... *La Ojitos.*  
Maximiliano..... *Max.*  
Dominga..... *Domi.*

### **Amigos/ Compañeros**

Andrea..... *La Gorda*  
*Oscar*..... *Chamas*  
Viridiana..... *Duchka*  
Yazmín..... *Tichi*  
Paul..... *Asdrúbal*

### **Contranálisis**

Leonardo Stemberg..... *El Barbas*

## BIBLIOGRAFÍA

- Alberoni, Francesco. *El erotismo*, Gedisa S.A 9ª reimpresión, Barcelona, 2004.
- Bataille, Georges, *El erotismo*. Marginales Tusquets 2a Edición, Barcelona, 1980.
- Castro, Sariñana Maria Luisa. *Recuperar la entrega*, Ed. Divine Egg, España. 2005.
- Cousineau, Phill. *Momentos del alma*, Grijalbo, México, 1992.
- De la Garza Gutiérrez Fidel, *Depresión, angustia y bipolaridad. Guía para pacientes y familiares*, Ed. Trillas, México, 2004.
- Domínguez, Luis Adolfo. *Descripción y Relato*. México, Ed. Trillas. 6ª Edición. 2002.
- Eliade, Mircea. *Mito y realidad*, Traducción de Luis Gil, Madrid, Ediciones Guadarrama, 2ª.Edición, 1973.
- Hernangómez Criado Laura, *¿Por qué estoy triste?*, *Guía para conocer y afrontar la depresión*, Ed. Aljibe, Malaga, 2002. p. 16.
- Herner, Irene. *Siqueiros, del paraíso a la utopía*. Arte e Imagen. México. 2004.
- A. Mauriana, L. Pettero, t. Verbitz, *Las caras de la depresión*. Ed. Herder, España, 2007.
- Paz, Octavio, *La llama doble*, Sex Barrial- Biblioteca Breve, México, 2005.
- Peat, David. *Sincronicidad; Puente entre mente y materia*, Cairós, Barcelona, 1985.
- Puig, Luisa. *La estructura del relato y los conceptos de actante y función*. UNAM. México. 1978.
- Ricardo Colin Piana *Distimias, guía informativa para enfermos, familiares y amigos*. Médico Psiquiatría y psicoanalista, Jefe de servicio en la unidad de ansiedad y Depresión de la Clínica San Rafael, de la Ciudad de México.
- Rojtenberg, *Depresiones, bases clínicas, dinámicas y terapéuticas*, Ed. Polemos, Buenos Aries, 2006.
- Stemberg, Leonardo, *Contranálisis I, II*, Grijalbo. México, 2002.
- *Al diablo con la negatividad*. Grijalbo. México. 2002.
- *Frases para el amor*. Grijalbo. México. 2002.

## TESIS/ TESINA

- Armando Rojas Arévalo, *Muerte en el bosque*, Relato periodístico, Tesina para obtener el grado de Licenciado en ciencias de la Comunicación, UNAM, FCPyS, México, 2008.
- Carlos Antonio Gutiérrez Bracho, *Gerardo Mancebo del Castillo, una semblanza*, Tesina para obtener el grado de Licenciado en Ciencias de la Comunicación, UNAM, FCPyS, México, 2007.

Cortez García Adriana, *Homosexualidad y depresión ¿Tu familia esta preparada?* Relato periodístico, Tesina para obtener el grado de Licenciada en Ciencias de la Comunicación, UNAM, FCPyS, México, Octubre de 2008.

Hernández, Carbadillo Elina Sonia. *El relato periodístico en México*. Tesis de Maestría (Maestría en Ciencias de la Comunicación)- UNAM. Facultad de Ciencias Políticas y Sociales. México. 1998.

María de los Ángeles Segura Rosas, *Cuando lo cotidiano se vuelve obsesivo. El trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)* Relato periodístico. Tesina para obtener el grado de Licenciado en Ciencias de la comunicación, UNAM, FCPyS, México, 2008.

Robles, Francisca. *El relato periodístico testimonial, perspectiva para su análisis.* Tesis de Doctorado en Ciencias Políticas y Sociales, orientación en Ciencias de la Comunicación. FCPyS-UNAM, 2006.

## HEMEROGRAFIA

- Claves de Razón Práctica, *Los orígenes estéticos de las identidades modernas* por Carlos Martínez Gorriaran, ISSN, No. 80, 1998, pags. 6-13.

## INTERNET

<http://www.grupoelron.org/quees/contraanálisis.htm> 5/ago/08. 11:05.

<http://www.potencialhumanotv.tv/actividades.html>

<http://www.medigraphic.com/pdfs/salpubmex/sal-2004/sal045e.pdf>. 2:03 G. Borges, María Elena Medina-Mora Icaza, Joaquín Zambrano, Corina Benjet, Clara Fleiz, *La depresión con inicio temprano: prevalencia, curso natural y latencia para buscar tratamiento*. Salud Pública Mex 2004; 46:417-424.

## ENTREVISTAS REALIZADAS

- *Antonio Delhumeau Arrecillas*, Licenciado en Ciencias de la Comunicación, Actualmente Catedrático de la FCPyS, UNAM. Materias que imparte: *Comunicación y Sistema político Mexicano, Psicología de la Publicidad, Introducción al Estudio de la Ciencia, Introducción al Estudio del Lenguaje*. Entrevistado 9 de marzo, 2009.
- *Dr. Salvador Facundo Bazaldua*, Cardiólogo Clínico del Hospital de Especialidades del Centro Médico Nacional La Raza. Entrevistado 23 de febrero, 2009.
- *Dra. Adriana Reyes Iraola*, Mtra. En Psicología. Clínica de Psiquiatría Morelos No. 23. México, D.F. Entrevistada 6 de febrero, 2009.

- *Dra. Magali Pérez García*, Médico Psiquiatra, adscrito al Servicio de Salud mental del Hospital de Especialidades Centro Médico La Raza. Entrevistada, 6 de marzo, 2009.
- *Luz María Margarita Martínez Ávila*, Pedagoga y Terapeuta en Desarrollo Humano. E-mail. maguitos\_goga@hotmail.com. Entrevistada 21 de febrero, 2009.

## **OTRAS FUENTES**

### *Apuntes de la asignatura correspondiente.*

- Soria, López Eugenia. *Introducción a las Teorías de la Comunicación (2006), Teorías de la Comunicación II (2006), Teorías de la Comunicación III (2007)*.
- Castro, Sariñana María Luisa. *Teorías de la Comunicación III (2007)*.
- Herner, Reiss Irene. *Teoría de la Imagen (2006)*.