

Sigo siendo una Power Ranger

Antología de textos
discaenfermos derivados del
proyecto Usted Está Aquí

VOLUMEN I





GOBIERNO DE
MÉXICO

CULTURA
SECRETARÍA DE CULTURA



biznaga
colectiva editorial

usted  está aquí

Título: Sigo siendo una Power Ranger

Coordinadora: Zaría Abreu

Autoras: Isaura Leonardo, Olympia de la Puente, Jocelyn Ché Santiago, Hilda Reyes Díaz (Lila), Miranda Maxine Campos Castañón, Lorenza Garza, Laura Rojas Del Toro, Patricia Campillo, Zaría Abreu, Joselyn Silva, Rosalinda Flores Echavarría, Catalina Perea, Sofía Torres, María Richardson, Naye Aquino, Le petit Riot, Judith Satán, Valentina Sierra Bárcena y Paulina Barros.

Diseño y formación: MaFer Arnaut

Primera edición, mayo de 2024

Usted Está Aquí www.ustedestaaquí.mx

Licencia Creative Commons:

[Reconocimiento NoComercial-CompartirIgual 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

[Licencia internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Este Proyecto forma parte del programa de Apoyo a la Producción e Investigación en Arte, Medios y Discapacidad 2023 del Centro Multimedia del Centro Nacional de las Artes.

Este libro es para todas aquellas que han sufrido pérdidas desgarradoras, para todas aquellas que tienen en su cuerpo las heridas de la enfermedad, para todas aquellas que a diario luchan no contra su discapacidad, sino contra un mundo capacitista. A todas ellas les deseo que encuentren aquí un mapa para sostenerse a sí mismas. Y que en ese sostenerse sepan que no le deben nada a la sociedad tanatopolítica y se merecen todo lo que implica la vida, con la belleza de su complejidad. Una no es a solas, en “Usted Está Aquí” hemos acuñado la frase “Estar aquí , es estar juntas”, una es también su red, sus otros cuerpos que acompañan el propio y que dejan su huella impresa en nosotras. A quien haya vivido pérdidas, duelos y transformaciones así de duras, le deseo que en esta antología encuentre resonancia, caminito de mirarse al espejo y saberse tan suya como es posible ser. A quien no haya vivido ninguno de estos procesos, le deseo que esta antología le abra la puerta a la empatía, el acompañamiento comunal y el saber que para poder decir “usted está aquí” o “yo estoy aquí” necesitamos ser juntas desde la interdependencia funcional.

Índice

Prólogo 7

Santa Rabia

Isaura Leonardo 11

El estigma mata

Olympia de la Puente 12

Conjuros

Jocelyn Ché Santiago 15

La enfermedad reina en nosotras de una o de otra forma

Hilda Reyes Díaz (Lila) 17

Hacer nido

Miranda Maxine Campos Castañón 19

Erizo de mar

Lorenza Garza 21

Enfermedad del Suicidio*

Laura Rojas Del Toro 23

Sabor a amar/go

Patricia Campillo 25

Sangre Frapé

Zarúa Abreu 27

Gata feral

Joselyn Silva 29

Una pantera con artritis

Rosalinda Flores Echavarría 31

Ojos de huracán

Catalina Perea 32

Neuroestimulador

Sofía Torres 34

Mesita de noche

María Richardson 36

En carne viva

Naye Aquino 38

Horizonte

Le petit Riot 40

Sin sacrificio suficiente

Judith Satán 41

Quimioterapia

Valentina Sierra Bárcena 42

El corazón camina

Paulina Barros 43

Tengo una cuerpa enferma

Emilia Bautista 44

Prólogo

Sigo siendo una Power Ranger, además de ser una antología poética, es sobre todo el registro del conjuro que un grupo de mujeres hacen alrededor de la poesía, utilizando un mecanismo de enunciación. Este mecanismo es de suma importancia —y potencia, como será revelado al leer los poemas aquí reunidos— por el contexto de las integrantes del grupo: mujeres con enfermedad crónica y discapacidad.

La enunciación en un contexto médico se da generalmente en tercera persona, por parte de un profesional de la salud que se esforzará porque su discurso sea *objetivo, clínico, impersonal: un diagnóstico*. Y para algunas de estas mujeres su experiencia ha sido reiterada de esa manera durante décadas reduciendo una parte de la vida y de la enunciación de esa vida. Como bien sabemos, enunciar el mundo es construir el mundo; por eso nace **Sigo siendo una Power Ranger**, como un intento de construcción de un mundo común, un mundo en el que diversas mujeres puedan habitar y nombrarse. Nombrar su experiencia/cuerpo, algunas por primera vez a sus 81 años y otras de nuevo y más claro y más fuerte a sus 26.

Al partir de una descripción desde la experiencia se está haciendo poesía, y hay en esa poesía un acto de modificación del mundo; quizá mucho más que en otros textos poéticos, ya que si hay un modo de —como pedía Alejandra Pizarink— “Poner el cuerpo en la escritura”, ese modo es hablar y nombrar el cuerpo mutado y enfermo, el cuerpo que al existir pone en duda las certezas (falsas) de un sistema que ha dejado de lado a quienes habitan los márgenes de lo que el capitalismo tardío llama “salud”.

Lo que para el médico es una patología, para la paciente —para la poeta— es un cuerpo, un modo del ser; lo que para la familia, para el círculo social, pudiera ser una tragedia digna de resignación o incluso un castigo, para la mujer —para la poeta— es una relación íntima con el universo y sus leyes. Lo que para “los otros” es lo aberrante, para la mujer enferma poeta es el cuerpo en su constitución de permanencia, un cuerpo que se adapta para persistir, que se enuncia para resistir, que se junta a otras en la maravillosa potencia de la mutación que le hace insistir en la vida. Y la vida es, también, su enunciación.

Esta enunciación tiene una importancia poética —y política— fundamental, le hace contrapeso a lo que se supone es la “realidad” y a lo que el mecanismo médico/social quiere adjudicar a los cuerpos enfermos y con discapacidad.

Porque cuando se hace un diagnóstico y se repite y se reitera, quien lo recibe, además de la mucha o poca información médica que contenga o que se pueda extraer de él, está recibiendo, también en parte, una sentencia que dice “ya no eres una Power Ranger” o “ya no puedes serlo”.

En esta antología hay un grupo de mujeres que se reúnen a contestar en voz alta: **Sigo siendo una Power Ranger, de hecho, lo soy más que nunca.**

Zaría Abreu

Santa Rabia

Isaura Leonardo

Debiste quererme ese día cuando te dije
sucede que el tiempo
y la Tierra no era plana, se mueve, gira.

Me rompo seguido
muy fácil.

Y el disco no reinicia en esta misma posición.

Debiste
no porque yo diga
pero el tiempo en esto me da la razón.

Y cuando despiertas
y abres los ojos
ya no estoy allí
y debiste, te dije.

Tengo un gen gitano
a lo mejor es por eso.

O es el dolor el que me distrae
y me agudiza los sentidos
me caigo de la mesa, como jarrón
me levantan, me recomponen
y quedo diferente cada vez.

Debiste
te dije.
Latcho drom

El estigma mata

Olympia de la Puente

1.

Me llamo Olympia de la Puente
y me gusta que me digan Olympia
y Oly (pero más Olympia)

Tengo 35 años.

Y de esos 35 años, 10 de no conocerme
10 de extrañarme a mí misma.

Me gustan los lugares que son teatro.
Los lugares que son bosque.
Los lugares inmensos, también los íntimos.
Los lugares que son montaña.

Soy una criatura más de bosque que de playa
más de clima fresco que tropical.

Mi cama es el lugar que más deseo y que más detesto.
Es el sitio donde más he convalecido.

Mi cama ha sido prisión y estigma.

Mi cama es también el reino de mis perras
y por eso mismo una sonrisa.

Mi cuerpo es un lienzo que era de colores
y el dolor pintó de negro
o no sé si lo pintó, quizá lo destruyó
porque no puedo verlo.

Mi cuerpo es un monstruo innombrable
que no sabe cómo recuperarse de tanto chingadazo.
Mi cuerpo resiste porque aquí sigue.

Mi cuerpo resiste
porque no me he matado al experimentar tanto dolor.

Mi cuerpo resiste porque
asumí que la enfermedad es parte de mi identidad
y que el estigma es lo que más daña.

El estigma mata.

2.

Me llamo Olympia de la Puente.

Tengo treinta y cinco años de
adecuada interface entre la materia gris y blanca.

Y de esos treinta y cinco años
diez de no conocerme.

Me gustan los lugares que son íntimos
pero no tan íntimos como
el tubo de la resonancia magnética.

Mi cama es el lugar que más deseo y que más detesto.
Mi cama ha sido prisión, estigma y *morfología habitual.*

Mi cuerpo es un proceso inflamatorio.
Mi cuerpo es un monstruo innombrable
que no sabe cómo recuperarse de tanto chingadazo.
Mi cuerpo resiste.

Mi cuerpo resiste porque asumí
que una *lesión focal plintiforme*
es parte de mi identidad.

Mi cuerpo resiste porque ahora
estoy hablando
para decir que el estigma es lo que más daña.

Conjuros

Jocelyn Ché Santiago

Dos manojos de manzanilla
una taza de agua hirviendo
una cucharada de sal.

En casa de mi abuela Paula
así se cura el empacho.

5 hojas de limón
bien lavadas
se calienta
sin azúcar
4 flores.

Un té para la buena muerte.
Así me enseñó Soledad, mi madre.

En mi casa materna
cuando hay norte
nos cubrimos la cabeza.

Se sirve hierba amarga
una taza por la mañana
durante 5 días
en ayunas
para que el enojo
no se apodere de tu sangre.

En casa de la hermana de mi madre
se calienta hierbabuena
o jengibre

con panela
si el dolor se apodera de tu vientre.

Se reza a las 12 en mi casa paterna
siempre murmurando.

Se prende copal
y balbuceando
se enciende una vela.

En mi corazón
cuando llega la tristeza
se toma café con canela
y se anota en una hoja.

Albahaca, ajeno, ruda, caléndula
hierba santa, laurel, tomillo, eneldo
anís, limón, miel, maguey y sábila.

Yo no tengo ninguna idea
¿para qué sirve cada una?

A veces lo olvido
pero conjuro con ellas.

La enfermedad reina en nosotras de una o de otra forma

Hilda Reyes Díaz (Lila)

1.

Soy Hilda, me gusta que me digan Lila
no me gusta que cuando hablo me estén reprochando.

Tengo ochenta y un años de pendeja, soportando.

Tengo ochenta y un años de que no sé ni qué
ni por qué
ochenta y un años de vividas de todo
ochenta y un años de haber disfrutado.

Quisiera estar en mi casa
pero parece un desierto ahora que no estoy.

Me gustan los puentes como el de Cuajimoloyas
y el mirador de la tierra de Juárez.

Mi cama es chiquita
antes dormía en un cartón o en un petate.
Mi cama es una lancha y recuerdo el mar
pero me dan miedo las olas porque son muy traicioneras.

Mis lentes oscuros me ayudan mucho.

Son ojos de golondrina
de mosca
o de águila que se sabe hasta allá arriba
y divisa para abajo

Mi cuerpo es un delfín
que diario anda contento y sale
manso, tolerante.

Si se pone como una tortuga va paso a pasito.

Me dicen que soy así de fuerte por mi carácter
pero yo creo que es por ser un delfín:

 Mi resistencia es la tranquilidad.

2.

Soy Hilda, Lila
no me gusta que me digan *ultrasonido y vías urinarias*.

Tengo ochenta y un años de tiempo real
No me gustan los lugares con
transductor convexo multifrecuencia.

Mis lentes oscuros son
ecogenicidad y tamaño habitual de bordes regulares.

Mi cuerpo es un delfín.

Mi resistencia es *vejiga urinaria ovoidea*.

Estudio que muestra imagen sugestiva de *cistocele*.

Hacer nido

Miranda Maxine Campos Castañón

Volar no fue el problema.

Fue preguntarse si se pueden surcar los vientos
con un ala
fue sentir el cuerpo como espacio oxidante
que decidió, lentamente, verter en sí mismo aceite.

Con las plumas marchitas, no se puede volar
sí se sana, a cascadas se llora
sí dejas abierto el costado malherido
esperando que alguien con amor haga nido.

Harán nido las mujeres que te aman
porque conocen con qué hojas cobijarte
no temas pedir almohadas de recuerdos
no prefieras limpiar la incertidumbre
que te quema con tus miedos
elige como tu guarida de sanación, el nido sororo.

Las mujeres que te aman sabrán elegir
las ramas para sostenerte
tendrás la dicha de mirarlas construir el nido,
alegres y dedicadas
comerás ansias por reparar con un soplo tu ala
y volar con ellas
en el nido amoroso que han construido para ti
desespera.

Diles que el sol te pesa, que extrañas sentir
en tu rostro el viento

que te duele el vuelo interrumpido, las células oxidadas
el alma, la sonrisa
diles, para que te protejan de la luz y ahuyenten
la sombra con prisa.

Te recordarán la amabilidad del viento
para ser surcado con un ala
su compañía y amor, disipará la desesperación
que ha anegado tus ojos
las mujeres que te aman pondrán sus alas para cubrirte
las mujeres que te aman esperarán a que sanes
las mujeres que te aman, harán nido.

Erizo de mar

Lorenza Garza

1.

Me llamo Lorenza
y ya no me da ansiedad
cuando me llaman por mi nombre completo.

Tengo 31 años surfeando este cagadero.

Me gustan los lugares silenciosos y con luz indirecta
donde se escuchen los pajaritos
con sillas cómodas y olor a café.

Lugares con tapetes suaves
para que mis amigas y yo nos estiremos.

Mi cama es cargador de celular
la pausa forzosa que siempre llega antes de tiempo
ya que le dura muy poco la pila
se sobre calienta y se apaga...

Mi cuerpo es como un erizo de mar
que se abraza a sí mismo demasiado fuerte.

Erizos que protestan la moda de su sobreconsumo.

2.

Me llamo Lorenza
y ya no me da ansiedad cuando me llaman
el injerto se encuentra alineado y congruente.

Tengo 31 años surfeando este cagadero.
Persiste el dolor.

Me gustan los lugares silenciosos y con luz indirecta
donde se escuchen los pajaritos
con sillas cómodas y olor a café.

Mi cuerpo es como un erizo de mar
que se abraza a sí mismo demasiado fuerte.

Persiste disminución de la amplitud torácica.

Erizos que protestan la moda de su sobreconsumo.

Resección de cuerpo.

Enfermedad del Suicidio*

Laura Rojas Del Toro

De esto se trata la vida:
extirpar el corazón por goteo
arrodillarse para exigir perdón
en la víspera del desconsuelo
de la muerte
terminar con la vida
como un acto de reparación
hacia nosotras mismas.

Mi país una cama hospitalaria.

Soy del club de las desahuciadas
donde el ímpetu hacia la vida
es el centro pulmonar de la angustia.

Miro el techo desde la cama
como otro universo
un cosmos que sólo
el corazón humeante y yo podemos ver.

Afuera un vendaval de desesperanza
golpea la ventana.

Aquí adentro pensamos en la vida
respirar por un segundo el humo de los camiones
sin mascarillas
caminar 100 metros
aunque sea a gatas
abrir la tapa del frasco de la mermelada
sin ayuda

presumir unas manos aesthetic
sin ser un peligro para la humanidad
sentir el frío del mar
caminar sin dedos
como un animal bípedo
para llegar a la farmacia.

Reumática.

No tengo la fuerza
de tomar una piedra
y golpearme en la cabeza hasta la muerte
los dedos se han deformado
hasta perder su propia fuerza.

Siempre hay algo de qué hablar
desde el encierro en temporada
de pobreza.

Microdosis para valorar la vida.

Todos los miedos
son enfermedad
bombardearon mi cuerpo
como un misil.

El dolor es una mosca Tse-Tse
atrapada en mi túnel carpiano.

* El umbral del dolor es muy variable de una persona a otra, esta sensación del dolor es difícil de medir. Estudios concuerdan en que el peor dolor que puede sentir una persona es el inducido por la Neuralgia del Trigémino. También conocida como la “enfermedad del suicidio”.

Sabor a amar/go

Patricia Campillo

1.

Sabor Amar/go

Amar el café temprano en la mañana
porque es lugar feliz en mi cuerpo
olor a hogar, a paz, a música.

Amar el olor de mi hermana
dulce con un toque acidito en verano.
Dulce con un toque boscoso en invierno.
A hermana mayor.
A manicures caseros, música y plática.
A veces a Jean Nate con talco johnson's.

Amar las gardenias, las tardes soleadas
las noches de verano.

2.

Acariciar es triste a veces

COSAS QUE TOCAR CUANDO ESTÉ TRISTE:

El pelito de Circe, todo suavcito, fresco. Lleno de amor.
Sábanas de algodón, frescas. Recién lavadas y sacadas
de la secadora.

Las tela polar que es caricia al tacto:
En cobijas. En Pijamas. En cojines. En Sudaderas.

A mí.

Acariciarme a mí.

3.

Sabor a días de dolor

Puré de papa, el mío
el que yo hago para cualquier día
que necesite descansar el cuerpo.

Sabor de crisis de disautonomía.
Sabor a días de dolor.
Sabor a días de lluvia.

Nata. Nata en tortillas.
Nata en bolillo. Su salecita.
Sabe a infancia.
A días en el jardín jugando con espinas.
Amar jugar con espinas.
Amar jugar con cuchillos.

4.

Afilador de cuchillos.

Sonido de pertenencia.
Sensación de atemporalidad.
Postal en el tiempo
(debo llevar mi corazón a afilar).

Sangre Frapé

Zaría Abreu

Darling, darling darling, I love you
el tiempo que dure el trayecto del hospital a casa.

Baby, I love you. No puedo respirar
y te ves tan lindo en esos jeans tan nuevos
y mañana hay laboratorios otra vez.

Necesito comprarme un vestidito nuevo
necesito cogerte *baby*
pero no puedo caminar tres pasos sin ahogarme.

Mis brazos llenos de moretones
"la dejaron como santo cristo" dice el flebotomista
me gusta la palabra flebotomista.

16 tubos de ensayo llenos de mi sangre.
Tanta sangre mía en tantos laboratorios.

Tanta sangre mía centrifugada
(en el fondo del recipiente, quedará un
sedimento llamado "sobrenadante").

I love yoy, baby baby baby // bye bye bye....

Tanta sangre mía para llevar
esa sangre que va en los tubos de ensayo
también te ama, *baby*.

Mi sangre ha tomado más aviones que yo
(yo no tengo visa).

Mi sangre cruza la frontera hacia la clínica mayo
(y te ama baby).

Mi sangre atraviesa la ciudad en una hielera
parecida a la que llevábamos a la playa para las chelas:
chelitas de mi sangre frapé.

Mi sangre congelada en el laboratorio del INER
tiemblo, ¿seguirá ahí cuando yo ya no?
¿Irás a visitar a mi sangre, *baby*?

Puedes meter tu mano en el congelador
saber que ahí, en ese estado molecular
una parte mía permanece y *I love you baby*
con toda mi sangre.

Amor con leucocitopenia y linfopenia.
5 tubos dorados, tres tubos verdes, 6 azules...
ahí va otra vez mi sangre.

Mi sangre sale más de casa que yo
(y que tú, baby).

Esa sangre que se va cada semana
a un laboratorio distinto, te ama baby.

Y mis uñas y mi pelo (cayéndose a mechones)
también te aman.

Quedarán mis sobras
separarás lo orgánico de lo inorgánico.

I love you boy, baby // Bye baby me voy.
(pero mi sangre se queda *sobrenadante*).

Gata feral

Joselyn Silva

Joselyn, Jos con una “s”
Jóse nieta de José
Jos que puede ser «j»uego y «y»oyo.

Tengo treinta y un años de querer
salvar el mundo en azul,
treinta y un años de estar muriéndome
(desde entonces se rompió la ambulancia
y me falta el aire)
treinta y un años desde que se extendió la mano
(ésa ya no la quiero).

Me gustan los lugares que huelen a libro viejo
(sé que son hongos)
y a mar
los lugares que tienen vacas a las que nadie
les arranca la cola (fueron mis ancestras)
los caminos de piedra a San Juan Tumbio
donde la Doña sigue arrancando granos de la mazorca
(¿cuándo me tocará a mí estar en la piedra cantando?).

Mi bastón es un arma en secreto.
Me sirve para golpear egos y romper escalar.
Le pongo stickers para decorarlo
como el filo decora mis antebrazos.

Es la «d» en mi disca
el sostén del lugar de estacionamiento
la mueca ante la dependienta inútil.

Mi cuerpo es un gato feral
que llegó a casa antes de ser devorado.
Teme, bufa, se eriza;
ve la noche en sus pupilas.
Un gato que suelta pelo para no sentir.
Dale comida y mimos, escucha, extiende la mano.

Mi cuerpo resiste (a la mala)
como el gato negro que resiste el cáncer de piel
más que la blanquitud mentirosa.

Esconde las quemaduras.

Aprendió a jugar con el fuego

(Mis ojos son el fuego).

Una pantera con artritis

Rosalinda Flores Echavarría

Me llamo Rosalinda.
Me gusta que me digan Rosy.

Tengo 77 años de amar y odiar
de aprender y asombrarme y esconderme.

Me gustan los lugares que son acogedores
con velas y muebles de madera
libreros con múltiples libros.

Un sillón suave, chocolates y mi mascota.

Mi cama es mi aeropuerto
desde donde despego y aterrizo
mi refugio, mi lugar de trabajo
mi lugar de descanso, mi lugar favorito.

Mi cueva luminosa
desde donde veo pasar la vida junto con mi Nico.

Mi cuerpo es una pantera con artritis y dolores
que quiere ser ágil y ya no puede
y mira con nostalgia el árbol al que ya no puede subir.

Ojos de huracán

Catalina Perea

Quiero llorar hasta vaciar la cuerpa agua
y bañarme de cabeza a pies
en su sabor de sal
pa ver si a falta de mar
me curo.

Confío en la premura de mis enfados
aunque les busco trescientos pies
sin entenderlos para sentirlos
entonces saber que los pies
son más de trescientos
que hacen del enfado rabia
y confiarles movimiento.

Hablo poco del cansancio
porque sobre exijo a una cuerpa
que externaliza enfermedad con traumas
de sangre que no escurre.

Entristezco mucho
porque sé sentir
desde la entraña más cercana
hasta la más lejana de mis ancestras.

Sueño constante
que encamino un viaje largo sin destino
que el viento del metro me entristece
sueño una escalera larga
de escalones rotos a medio camino.

Constante sueño
que me ayudan las amigas a seguir.
Sueño que reímos
y les comparto un atajo pa ya no subir escaleras
pa después continuar yo sola
casi al final del límite de cansancio
sin seguir de cierto un destino.

Tengo una tristeza grande de una imaginaria felicidad
de un amor auténtico que nace tras renacer
y pienso con la cuerpa que siento
voy hacia el camino equivocado
abriendo ventanas
absorbiéndome ojos de huracán
tempestades inmensas adentro.

Neuroestimulador

Sofía Torres

1.

Me llamo Sofía Torres y me gusta que me digan Sofi, Sof, Chon y todos los apodos que me han puesto mis personas favoritas. Tengo 26 años de leer la vida, aunque a veces me siento de 10 eternos, quizá esto se debe a la misma discapacidad.

Me gustan los lugares que tienen agua y calma, los que son verdes y naturales, también los que cuentan miles de historias, me gusta imaginar siempre a una mujer rebelde en ellos.

Mi cama es mi espacio seguro. Es el lugar que mejor me entiende y donde logro entenderme más. Mi cama también me recuerda que soy cuerpo, que la vida duele más de lo que quisiera y que descansar está bien. Es mi lugar de pausa en medio de tanto movimiento.

Mi cuerpo es mar, a veces está tranquilo y es fácil navegarlo, otras veces se revuelca horrible y nadie puede meterse, ni yo, me cuesta respirar en él. Mi cuerpo resiste al dejarse vivir, moverse y caminar desde su modo, desde su forma. Mi cuerpo también resiste cuando no se deja silenciar.

2.

Me llamo Sofía Torres y me gusta —*terapia de estimulación cerebral profunda*— que me digan Sofi, Sof, Chon y todos los apodos que me han —*electrodo*— puesto mis personas favoritas.

Tengo —*neuroestimulador*— 26 años de leer la vida, aunque a veces me siento de 10 eternos —*se implanta bajo la piel en la región superior del tórax*—.

Me gustan los lugares —*claves finos*— que tienen agua y calma, los que son verdes y naturales —*interior del cerebro*— pero también los que cuentan miles de historias en sus cementos, me gusta imaginar siempre a una mujer rebelde —*activar y desactivar la terapia*— en ellos que aún hoy tiene miles de sabidurías —*interferencia electromagnética*— .

Mi cama es mi espacio seguro —*sólo el médico podrá cambiar la intensidad de la estimulación*—. Es el lugar que mejor me entiende y donde logro —*nivel de carga de la batería*— entenderme más.

Mi cama también me recuerda que soy cuerpo,—*reduzca los síntomas de su enfermedad*— que la vida duele —*intervención quirúrgica*— más de lo que quisiera y que —*cargar la batería todos los días*— descansar está bien. Es mi lugar de —*valores de ajuste*— pausa en medio de tanto movimiento.

Mi cuerpo es mar, a veces es tranquilo y es fácil navegarlo —*estéticamente aceptable*— otras veces se revuelca —*con el tiempo atravesar la piel*— y nadie puede meterse, —*Sensación molesta de sacudida o descarga*— ni yo, me cuesta respirar en él —*corregir el problema*—.

Mi cuerpo resiste al dejarse vivir, moverse y caminar desde su modo, su forma —*pequeño bulto bajo la piel*—. Mi cuerpo también —*sustituir el neuroestimulador*— resiste cuando no se deja silenciar.

Mesita de noche

María Richardson

1.

Soy afortunada: no tengo una sola mesita de noche.
Puedo moverme por la casa y llamar cama a cada sillón.

El tapete que comparto con el perro
el azulejo fresco.

Ubicaciones estratégicas junto a la cafetera
o el carrito de suplementos.

No tengo mesita de noche
pero sí una bolsa o canasta
que me sigue con el alfabeto:
26 medicamentos, estudios científicos impresos
herramientas a intercalar.

Apigenina, báscula de cocina
catálogo de collares para inestabilidad craneocervical.

En el congelador, a cierta distancia, el gorro de hielo.
Y puedo caminar hacia las cortinas para cerrarlas
pero prefiero una cobija siempre cerca.

Ningún cepillo o labial
pero ocho cargadores eléctricos
para seguir midiendo el pulso en la muñeca.

El teléfono que proporciona música, amigas y yoganidra
que cuenta los minutos en estimulación del nervio vago.

Registro mis notas medievales:
mareas, fatiga, náusea, dolor, congestión
limitación cognitiva, falta de aire, etc, etc.
que me flanquean todo el día.

2.

Si pudieran responder las paredes celulares.

Quiero dirigirme a mi cuerpo con compasión
pero me faltan verbos adecuados.

¿Debo silbar a las citoquinas para que bajen la guardia?

¿Motivar al colágeno a redoblar el puente
hacia el cerebro?

¿Levantar al nervio vago de un sueño inundado?

Una y otra vez quiero expresarles
sé que aquí luchamos del mismo lado.

En carne viva

Naye Aquino

Mi enfermedad
que se origina por un sistema inmune afectado
en la mayoría de los casos es visible en la piel
—las células cutáneas crecen con rapidez
y se acumulan formando escamas o enrojecimiento—.

Solo que de bajo de ellas no hay costrita sino piel viva.

Se presenta de diferentes formas
hay diferentes tipos
pero todas comparten el dolor.

La mía se presenta en los pies
haciendo doloroso el caminar
también en las manos
y entonces no puedo sostener cosas.

Cuando la traigo en las uñas
desamarrar nudos y cortarlas
es causa de dolor
también la traigo en los huesos en tiempo de frío.

Entonces, mi abuela me apapacha en la sopa de lentejas
me arrulla con el guisado de habas
con la ciega me consentía
y en el caldo de pollo
con hierba santa contemplaba mi gripa.

“Contemplar la enfermedad”
le decía cuando dejabas que te invada

y te acurrucas con tu dolor de huesos
o los retortijones de panza
ahí tirada, ñenga, sin fuerzas.

Hierba santa, así me enseñó ella
ahora le dicen hoja santa
pero ese nombre no representa mis recuerdos.

Comer para no olvidar,
no olvidar para no morir
no morir para esperar el día siguiente
en el que me vuelva a abrazar desde otro caldo
desde otra sopa
con otras hierbas que me compongan el corazón.

Horizonte

Le petit Riot

El horizonte.

Escenario:

Dos árboles, vértebras comprimidas
una cama y dos ojeras en pleno atardecer.

La escena permanecerá inmóvil durante 3 actos.

Sin sacrificio suficiente

Judith Satán

Fue un placer sufrir la vida a su lado
rodeando su lengua daga directo al blanco
que es punto negro.

Yugular deseo por el corte.

A la defensiva de una caricia
por costumbre a violentarme.

Sacro el dolor que es goce.

Hacer sagrado el lugar donde se sufre
sacrificar las palabras, prender fuego al deseo
que arda con toda la pasión por la vida cuando es
menos vivible.

Arreglárselas bien para estar mal.

Religiosamente acudir al llamado del flagelo.

Apasionarse por lo perdido
como metodología para no encontrar.

Desear la bota en el cuello
una presión que azote ligera y cotidiana.

Palabras endulzadas con arsénico.
Poseer lenta y dulcemente.
Fue un placer dolerse de tanto y desprenderse.

Quimioterapia

Valentina Sierra Bárcena

No ceja de cejar la ceja y ni un pelo de tonta
va y remonta el crecimiento
fuera de su elemento.

Necia, necia, necia
recia, débil y despelada necia.

Ni un pelo en la sopa
ni un pelo en la lengua
mengua, afloja, suelta
y talla bien la ropa
para quitar la mancha
que mancha su cara de filtro forzado
muy manchado, morado, mallugado.

Pisa fondo y el piso es estorbo de llegar más hondo.

Ni un pelo de lista, ni un pelo de artista.

El corazón camina

Paulina Barros

Si mi corazón realmente es del tamaño de mi puño
es bastante pequeño
no sé cómo le da para tanto borlote.

Si, como dice Papiarre
la bomba de agua es el corazón de un edificio
hoy irrumpí sin querer en su cirugía a pecho abierto.

Por el momento vivo en un lugar sin corazón
me imagino cómo las venas
invisibles dentro de los muros
se van quedando secas.

El corazón camina.
Son sus pasos lo que escuchamos día y noche.

Sí, es mi mañana.
Vi en tiempo real lo que pasó y era un coágulo.
Los doctores no parecen muy preocupados
por averdiguvar de dónde salió.

Ya conferencí con mi corazón.
No estoy triste, ni enojada, no tengo susto
más bien estoy exhausta.
Creo que finalmente encontré la puerta
que tanto me han aconsejado: rendirse.

Tengo una cuerpo enferma

Emilia Bautista

Tengo una cuerpo enferma.
No, no tengo. Soy un cuerpo enferma.

Soy la gordura de los corticoides
las ojeras del insomnio
los pulmones adoloridos
el dolor de pecho
y las contracturas
y la lengua agrietada
y el miedo.

Una cuerpo que disfruta exhibirse
maquillarse, sonreír, bailar
que se niega a ser
la tristeza del rostro pálido
con sonrisa de guerrera
la monstrea relegada a la privacidad
de un cuarto sin visitas
la sombra de sí misma.

Soy una cuerpo vasta en su insuficiencia.

Quédense con su piel sin llagas
rostros lisos
vientres sin barriga
cuerpos erguidos
cuerpos-años.

Quédense con su autocuidado de té por la tarde
sus viajes para vibrar alto

sus fiestas para seguir viviendo
su realidad de mentiritas.

Yo me quedo con mi cuerpa mutante
mi enfermedad desconocida
mi encierro obligatorio
mis protocolos de emergencia
mi desgana de ser la buena enferma
y las poquísimas personas sin miedo a esta realidad
adolorida.

Soy una cuerpa enferma
una cuerpa gorda
cuerpágina
cuerpalabra
cuerpamor.

En Mayo de 1986 muere en Argentina la médica y feminista Alicia Moreau. Cuando ingresó a Medicina, eran sólo seis mujeres y de ellas solo tres lograrían obtener el título. Se recibió en 1914 con diploma de honor. Hizo las prácticas en el Hospital de Clínicas. “Ahí conocí la resaca de la desgracia femenina”, dijo, después se especializó en enfermedades femeninas. El tema de su tesis fue “La función endócrina del ovario”. Enseñó ciencias naturales, fisiología, anatomía y psicología y nos dejó, entre muchas otras, la frase: “El destino no está cerrado, tenemos que acompañarlo”. Así pues, acompañando al destino, 38 años después de su muerte, nace esta antología lista para su libre descarga en www.ustedestaaquí.mx

www.ustedestaaquí.mx

Este Proyecto forma parte del programa de Apoyo a la Producción e Investigación en Arte, Medios y Discapacidad 2023 del Centro Multimedia del Centro Nacional de las Artes.



**GOBIERNO DE
MÉXICO**

CULTURA
SECRETARÍA DE CULTURA



usted  está aquí
cartografía de mujeres enfermas