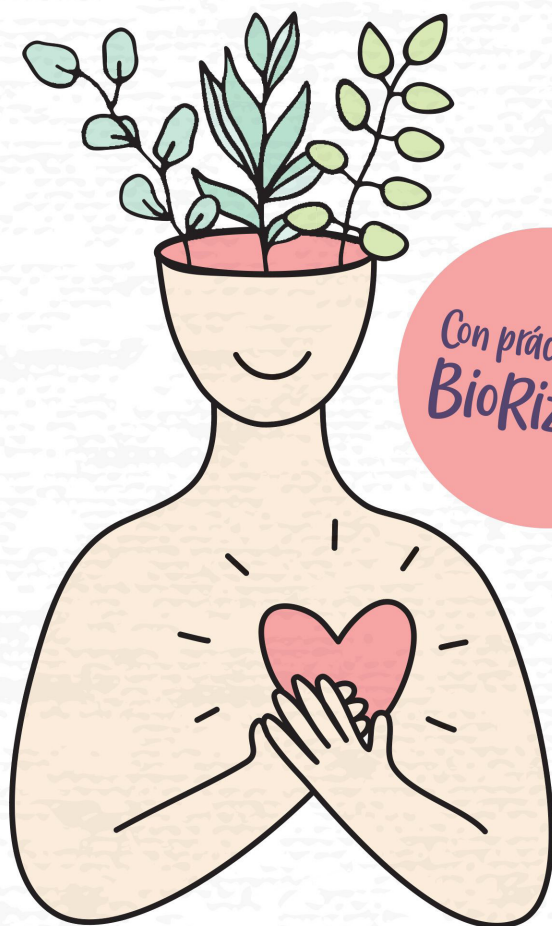


VIOLETA VAZQUEZ

Entrá en crisis

UN ANTIMANUAL PARA DECODIFICAR
TUS SÍNTOMAS, CONFLICTOS,
MANDATOS Y PÉRDIDAS

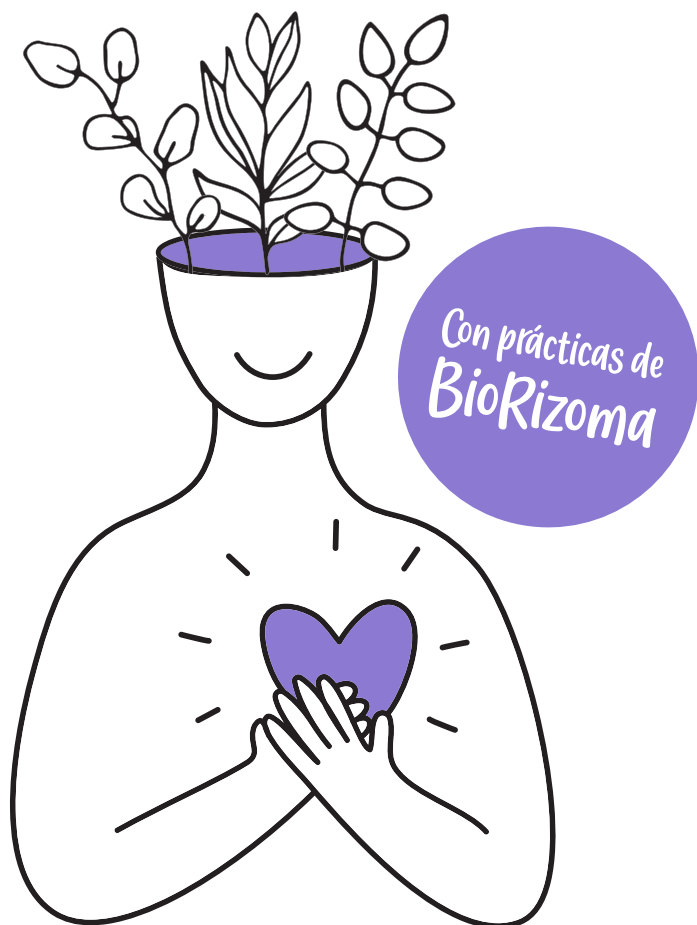


Con prácticas de
BioRizoma

VIOLETA VAZQUEZ

Entrá en crisis

UN ANTIMANUAL PARA DECODIFICAR
TUS SÍNTOMAS, CONFLICTOS,
MANDATOS Y PÉRDIDAS



INTRODUCCIÓN

¿Qué
esperar
de este
libro?

DE DÓNDE VENGO

Este es mi noveno libro y es el noveno año que me siento en mi computadora aterrorizada, con mucho para decir, pero desorganizada, sin saber cómo voy a lograrlo.

Así se siente tener la hoja en blanco: todo está por suceder y pareciera que depende exclusivamente de mí. Como si escribir no fuera una danza, un diálogo con amigas imaginarias, con guías que no sé si existen; como si no fuera una excursión por tu cabeza, lectora, lector; como si no fuera una demanda, una caricia, unas ganas locas de que estés ahí, ahora ya sintiendo, riendo, encendiéndose conmigo.

Hace años que estoy cansada. Es cierto, tengo mucho trabajo, mucho más del que hubiera imaginado alguna vez, pero no me cansa el trabajo. Estoy cansada de intentar encajar, de tener estudios teóricos diversos, de conferenciar por el país sobre ellos, de ser una voz autorizada; estoy cansada de que aun mostrándome vulnerable y contradictoria, las personas proyecten sobre mí éxitos y saberes que ni sé si tengo. Estoy orgullosa de coordinar dos escuelas de formación (una en puericultura y crianza, y otra de BioRizoma y terapias complementarias) y de hacerlo desde un lugar consciente, amoroso, rodeándome de personas humanas, formadas, buena gente. Pero igual estoy cansada. Tal vez desde siempre, cansada como una forma de empezar el día desde la profundidad, como si siempre estuviese nadando para encontrar la superficie.

Y como mis enfermedades, miedos, traumas y dolores me llevaron a un recorrido infinito por terapias de todos los colores, hoy puedo simplemente decir: estoy cansada. Con derecho, con dignidad, conmigo misma de testigo. Sin salir corriendo a probar la nueva técnica marca registrada, proponiéndome deconstruir las formas de trabajo terapéutico que llevamos adelante con mi equipo desde hace una década. Hacemos la antibiodescodificación clásica,

porque nadie busca sanar a nadie, porque amamos leer el pasado pero no le creemos como si fuera una verdad radical desencadenadora (de síntomas y conflictos), porque estamos alineadxs con la perspectiva feminista, que busca la equidad en una sociedad de violencias estructurales e invisibles hacia otra “plebe”, baja, débil, menor (no solo mujeres), y a la que se le reproducen las violencias con el objetivo de sostener el poder y el control. Porque creemos en el aporte de innumerables terapias y herramientas de abordaje alternativo y las llevamos a la práctica, pero no nos casamos con ninguna. Porque al final hay mucho que recuperar del psicoanálisis clásico y de su mirada desprejuiciada y acertada cuando se aleja de las propuestas que nos venden la felicidad como el último producto máspreciado a conseguir. Y porque lamentablemente, la palabra *biodecodificación* hoy se asocia a prácticas irresponsables y necias, que niegan la evidencia científica disponible (como la existencia de los virus y las bacterias, el valor de la tecnología médica o la esfericidad del planeta). ¿Por qué llamarle BioRizoma entonces? Porque si bien no se parece en nada a otras escuelas, nace del aporte de los mismos autores para tomar un camino divergente, sin dejar de reconocer su origen.

Estoy cansada de que quieran que me defina, de que quieran que encaje en una profesión, en una forma de amar, en un género a la hora de escribir. Estoy cansada del mandato de la felicidad y de la sanación. Estoy cansada de que me digan que todo depende de mí, que se trata de mi única responsabilidad invisibilizando la compleja red afectiva en la que estamos tejidos.

Desde ese cansancio cronificado, y a veces amigo, mis redes sociales se llenaron de tu voz. De confesionarios con las historias personales de seguidoras y seguidores, que se animaron a decir con nombre y apellido sus miedos, sus frustraciones y sus secretos.

Podría escribir otro libro de maternidad, crianza o lactancia. Podría escribir uno de destete o despuerperio. Podría seguir investigando sobre

los derechos y sentires de las familias ensambladas. Podría escribir otro manual sobre el método que sintetice en el camino de búsqueda personal y de atención terapéutica por el que han pasado miles (miles y miles) de consultantes de este país y de otros. Podría darte muchos consejos y sugerencias que atesoro. Pero no, hoy me propongo un libro que siga acompañándote como lo hicieron los primeros. Un libro hermano de *Basta de repetir la historia familiar*, en el que cuento la historia de mi vida, cómo llego a la BioRizoma y para qué. Un libro sincero, sensato, posible. Como tu vida, como la mía. Un libro cansado para cansadxs. Un libro agujerado, al que se le vean los hilos y el vellón, pero que aun así cuente con recursos, ejercicios y miradas disruptivas para cuantificar todo aquello que sí se puede hacer con lo que duele.

Acabo de terminar de escribir una novela que tiene mucho de mi vida en tiempos de pandemia. Me tocó atravesar la muerte de mi padre por COVID, y la vida, que no se detuvo. Sin duda, después de haber podido contar de forma descarnada mi vida hecha restos, hoy me propongo, en este libro, que me acompañes en una nueva reconstrucción. Que estemos acá, vos para mí y yo para vos, que hagamos combinaciones nuevas sobre lo que ya tenemos, y que lleguemos a la superficie todos los días, cansadxs, pero siempre en un nuevo mar.

Este es un libro para que te animes a subrayar. Hacerlo tuyo, es bitácora, es cuaderno, es brújula. Subrayá con todos los colores, nada de lápices que se borran; sin tu manuscrito, tus ejercicios y tus aclaraciones, esta propuesta pierde sentido.

Lo que no puede hacer este libro:

- Darte *tips* de autoayuda.
- Decirte que todo se puede lograr.
- Sanarte.
- Esperar que superes una emoción o una pérdida.

No creo ni en la sanación ni en la superación de la parte difícil de la vida. Ya hablaremos más al respecto y te contaré por qué.

Lo que sí puede hacer este libro:

- Ayudarte a explorar el caos y la falta de garantías propios de la vida.
- Ponerle palabras al dolor, a los duelos y a los secretos.
- Facilitar que te mires sin culpas ni prejuicios.
- Animarte a la incomodidad y al desconcierto.
- Darte herramientas prácticas para bucear en tu historia y desenroscar conflictos vinculares y físicos.
- Animarte a promover tu red afectiva.
- Desarrollar la autohonestidad.
- Regalarte preguntas para derribar puntos de vista antiguos y atávicos.
- Dejarte ser vos mismx y animarte a ser distintx.
- Desconfiar de todo lo que creés hasta ahora.
- Asumir que las cosas no siempre salen como unx quiere. Tener una visión más exploratoria y menos resultadista.
- Abordar tus síntomas y encontrarles sentido.
- Armar una ruta de viaje para desenredar tus síntomas y sentirte mejor.



LA BIORIZOMA

BioRizoma es un método de trabajo innovador que teje la Biodecodificación con otras disciplinas como la psicogenealogía, la PNL, las constelaciones familiares, la Gestalt, el chamanismo, la bioenergética y la psicomagia. Nuestra metodología no se parece a otras escuelas de Biodecodificación ni trabaja bajo el mismo enfoque. Aprender el lenguaje del síntoma propone hablar un nuevo idioma. Desde Rizoma,¹ el abordaje se lleva a cabo con portales de información puntuales (la historia biográfica, el árbol genealógico, las fotos de la infancia, el análisis de los nombres, etc.) y está desarrollado por un equipo multidisciplinario de profesionales de la salud, la educación y las artes. No pretende resetear a nadie ni se realiza en una sola sesión, porque tiene en cuenta al consultante en su totalidad, como un sujeto activo que habilita un proceso de transformación a través del vínculo con el facilitador. Este abordaje no reemplaza el tratamiento médico ni psicológico. Dentro de este enfoque se puede trabajar todo síntoma, entendiendo como síntoma cada conflicto o dinámica vincular que te incomode o te duela.

1. ¿Por qué Rizoma? Es un concepto que la filosofía toma de la botánica, que significa “tallo subterráneo con varias yemas que crecen de forma horizontal emitiendo raíces y brotes”. En la teoría filosófica de Gilles Deleuze y Félix Guattari, un rizoma es “un modelo descriptivo o epistemológico en el que la organización de los elementos no sigue líneas de subordinación jerárquica —con una base o raíz dando origen a múltiples ramas, de acuerdo con el conocido modelo del árbol de Porfirio—, sino que cualquier elemento puede afectar o incidir en cualquier otro” (Deleuze & Guattari, 1972:13).

CIENCIA, FEMINISMOS Y BIORIZOMA: ¿EL AGUA Y EL ACEITE?

La BioRizoma es una propuesta elaborada íntegramente por mi equipo de trabajo y por mí, que está en constante cambio para integrar diversos contenidos y formas de acompañamiento. Lo más difícil en la formación de un terapeuta (sea una formación ortodoxa o alternativa) es la construcción del rol: lo que sí puedo y debo, y lo que no, cómo me posiciono, cómo abrazo, cómo me detengo, cuándo no puedo con *esto*, cuándo *esto* toca mi historia. Por eso, la efectividad de un dispositivo terapéutico depende mucho más de la capacidad de acompañamiento y de adecuación del terapeuta que de sus títulos, sus marcos teóricos y sus saberes. El problema de las terapias complementarias es su falta de regulación, de cantidad horas de formación y, sobre todo, la falta de prácticas en el territorio, con el otro, y de prácticas supervisadas por personas competentes.

Escuché discursos en contra de que las mujeres se apropien de diversas herramientas terapéuticas complementarias o de miradas esotéricas, porque de esta manera siguen recluidas en lo periférico y *fácil*, sin disputarles el poder a los hombres en la ciencia. Pienso que *la ciencia* solo es ciencia cuando respeta principios históricamente femeninos de colaboración, cooperación, equidad, evaluación de pares, readaptación constante y circulación dinámica del poder y del saber. Lo que sucede es que tenemos identificada a *la ciencia* como un dogma, como un saber comprobado, y se cierra la cuestión; como una verdad poderosa que rige el mundo en términos de ley. Esa es la estructura patriarcal, la ley del padre, donde hay una autoridad con jerarquía que pone a los demás a competir por un

puesto y, mientras tanto, someterse a sus violencias y abusos como si fuesen objetos. Es la estructura de la pirámide: abajo muchos comiéndose y en carrera; arriba pocos, poquísimos, los *logradores*, los que pueden, los que saben, los que tienen, los exclusivos.

¿Una terapia que responsabilice y culpabilice al consultante y a las mujeres? No la quiero.

¿Un espacio terapéutico que se base en la primacía de un marco teórico? No lo quiero.

¿Un espacio terapéutico sin perspectiva de género? No lo quiero.

¿Una condena a todos los espacios de autoconocimiento por no ser aprendidos en la universidad con el sistema de estudios oficial, basado en jerarquías, avalado y patriarcal? No la quiero.

¿Un feminismo del bien y un feminismo del mal, donde supuestamente todos defienden la diversidad y la emancipación de las ideas? No me lo creo.

¿Una terapia en la que no contextualicemos la voz de figuras necesarias como Freud, Jung y Hellinger, en su tiempo y espacio, y no podamos separar el marco teórico de la aplicación de movimientos terapéuticos? No la quiero.

¿La polarización ciencia/feminismo/izquierda versus esoterismo/fe/energía/derecha conservadora? No la creo.

Es una forma más de la lucha de poder en la que las mujeres quedamos fragmentadas, solas y dependientes, las unas contra las otras.

Lo que quiero es cuestionar la polarización, abrimos a la tercera posición, al observador. A la posibilidad de que no hay una única manera de resolver las cosas. Tal vez la necesidad de definirnos a favor o en contra de un sistema de pensamiento sea simplemente encontrar un marco de pertenencia para sentirnos seguros. Ni más ni menos que eso. ¿Y si todas las horas de debate entre supuestos buenos y malos fuese la forma más efectiva de alejarnos de la adquisición de

recursos prácticos y simbólicos para sentirnos mejor y hacer sentir mejor a los demás? Estamos dispuestxs a hacer cualquier cosa con tal de no decepcionar a nuestro grupo de pertenencia. Hay que ser una buena feminista, un buen discípulo de Hamer (uno de los padres de la Biodecodificación), hay que ser una buena chica y respetar los paradigmas, incluso los *nuevos* o transgresores. Pero no existe el feminismo, existen los feminismos. No existe la Biodecodificación, existe BioRizoma y también otras múltiples escuelas diferentes. No existe *la psicología*, ni el buen terapeuta ni el buen paciente. Porque si hay bueno, hay malo; si es necesario posicionarse, nos mantendremos entretenidxs tratando de evitar un polo y habitar otro, un mecanismo conocido, nada desafiante, pobre y agotador.

La ciencia no es dogmática: cambia, amplía, duda de todos los discursos. Es incómoda, debe esquivar sesgos y conflictos de interés. Lo mismo ocurre con cualquier herramienta de apoyo en la transformación de nuestras vidas. En una religión existe una jerarquía clara donde se pondrán las reglas del juego y se nos dirá cómo sí y cómo no. ¿O acaso decir que una persona vibra bajo y por eso está expuesta a miles de males o a dañar a otros no es también una forma de segregar, discriminar y excluir?

Todos los formatos de reseteo con reglas y nuevos lenguajes nos terminan alejando de nuestras redes afectivas para hacernos parecidxs a los demás, y constituyen formas de distraernos y de tener asegurada la repetición de lo que nos duele como un mantra. Cuanto más salimos corriendo, más volvemos a los lugares conocidos, como un *boomerang*.

Donde las cosas se pongan rígidas, no te detengas.

HACER TERAPIA, ¿FUNCIONA?

Para que un espacio terapéutico *funcione*, tienen que darse, según mi perspectiva, dos condiciones invaluable: el amor y el cambio. El amor es eso que pasa entre las dos personas: el consultante y el facilitador. No hablo de enamoramiento ni de idealización, hablo del amor profundo de cada uno por lo que hace y por lo que el otro, en tanto ser humano, está poniendo en el vínculo. El otro ingrediente que hace que un proceso terapéutico sea efectivo es la posibilidad de que algo del orden de *lo no conocido* se haga presente. Para cambiar hay que autorizar el cambio. Para autorizar el cambio se requiere de cierta certeza y compromiso con la idea de dejar ir lo que no sirve. Esto no lo puede ofrecer el terapeuta, es una premisa absolutamente autogestada. Cambiar es jugar a dejar de ser quienes somos, animarnos a derrochar energía en acciones y pensamientos a los cuales no les debemos ningún apego. Todos los días podés hacer algo que no se te parece y que te desafía. Desde cambiar la lectura, la vestimenta, el camino para volver a casa, el color de la pared o el gusto de empanada que pedís. Todos los días tenés que poder decirte: “¿Qué es esto? ¿De dónde salió? ¿De dónde salió?”.

La realidad se percibe a partir de su sistema de creencias y solo se transforma cuando emergen nuevas creencias o, aún mejor, cuando aparece el “ni idea”. El “ni idea” es mirar una situación o un objeto y pensar: “No tengo idea qué sentido tiene esto, tal vez no signifique nada, tal vez sí y lo sepa, o tal vez sí y nunca lo sepa”. No sé si es fácil o difícil, pero no me cabe duda de que requiere confianza en lo desconocido, amor por lo trascendente, por la inteligencia vincular y también certeza de que no es necesario salir a buscar nada más que amor y cambio.

Sin duda, este libro te propone buscar en el amor y en el cambio, la disponibilidad para ser atravesadx por tu dolor, y que un día siga su curso y te abandone como una ola de mar.

NADIE SE SANA PORQUE NO ESTAMOS ROTOS

Este libro tiene muchas propuestas para que experimentes tu transformación. La propuesta es poder mirar los múltiples sentidos de tu realidad, poder decirlos, elaborarlos y después dejar que suceda algo del orden del cambio de posición. ¿Por qué no le llamo *sanar*? Porque sanar es una expectativa idealista que remite a *volver*: volver a estar bien, a ser bien, a ser sano, íntegro, completo, planchadito y sin arrugas. Sanar remite a hacer del daño algo que no ocurrió, que no deja cicatrices; sanar es volver a cero para funcionar bien. Sanar es llegar a un lugar en el que la sanación ya está hecha, como cuando se le reemplaza un repuesto que no funciona a un automóvil. Pero cuando hablamos de tu alma o de la mía, no existe un lugar seguro en el que dejamos de tener *el problema* que nos llevó a enfermar. Puede estar más silencioso, pero toda aquella cadena de sucesos que nos trajo hasta aquí, sigue ahí, andando; los que ya no estamos ahí somos nosotrxs. Eso no es *sanar*, es *resignificar*. Sanar no nos deja pensar en la incomodidad de cualquier proceso de *reconocimiento*, porque estamos esperando el resultado. Queremos biodecodificar para hackear el código y hacerlo nuestro, para tener la llave que abra la puerta de la felicidad, y si no la encontramos, estamos desaprovechando la vida. Pero no existe una llave ni una puerta ni un destino. Existen múltiples llaves y diversos portales

entreverados. Queremos salir de lo que nos duele o nos molesta, y sí, lo merecemos, merecemos emprender ese camino. No existe evolución ni avance sin la incomodidad de querer deshacernos de algo. Pero el camino tampoco es cómodo, no existe un movimiento parejo, no vamos por una autopista. Entonces nos sentimos entre la espada y la pared, toda la forma que tomen las cosas parece imposible de elegir. Lo que solemos hacer es esperar a hacer un síntoma, un síntoma físico o un grito de imposibilidad, un ataque de pánico, algo que elija por nosotros. Y a veces es así como nos movemos, con ayuda de los síntomas, que organizan el relato, nos ofrecen un rumbo, un “por acá ya no puedo seguir”.

Me interesan los síntomas como logros, no como enemigos, y las crisis como oportunidades de movimiento. El movimiento es lo único estable en todo lo que tiene vida. Para que exista la vida, debemos contar con herramientas de borde, donde uno y el entorno dialogan pero no son exactamente lo mismo. Yo, célula, soy parte del entorno, al que puedo abrirme o cerrarme, puedo metabolizar la información del entorno y enviar señales digeridas, deshacerme de lo que me sobra. Como célula, también tengo el poder de dejar legado, de repetir patrones y legar aprendizajes, para que cuando ya no exista, existan otros por mí. Y un día se me va a pedir que colabore con un entorno que no conozco y que no elijo, se me va a pedir que ataque, que me apure, que si solo sé vivir en el agua, aprenda a vivir en el aire. Todos esos desafíos son como empujones para mí, que me desestabilizan y me harán funcionar *mal* para aprender a funcionar distinto. La célula no se puede resistir a evolucionar.

Por último, como me explayé en *Basta de repetir la historia familiar* y en *Todo lo que soy capaz de (no) decir*, pretender reparación nace de un paradigma en el cual se nos educa haciéndonos creer que el cuerpo y la mente funcionan igual que una máquina o una computadora. Amanecemos en la adolescencia pensando que tenemos que sacarnos partes, ponernos otras, comprarnos cosas,

hacernos *service*, revisarnos y controlarnos; porque lo que nos queda no solamente es envejecer, sino estallar. Parece que tenemos dos opciones: explotar como bombas (por falta de control médico, por pandemia, por locura) o deteriorarnos lentamente, ir perdiendo algo todos los días. Perder inmunidad, masa muscular, células, cordura, frescura, elasticidad, paciencia, vitalidad, potencia, amores, hijxs, mascotas. Yo también me pregunté si acaso la vida no es la ruta de la pérdida, porque nunca se zafa de la sucesión de duelos; si todo sale bien, perderemos a mamá, papá, algunos amigxs, y con suerte nuestros hijxs nos perderán a nosotrxs. Pienso que sí, que vivir es algo así como aprender a transformarnos en los duelos y a hacer ganancia de cada uno de ellos, porque si cada pérdida puede ser un regalo, ¿cuál sería? Sin duda, el dejar entrar lo triste, lo distinto, lo oscuro. Y también dejarnos salir de patrones conocidos y aventurarnos a lo nuevo, elongando la supervivencia, engordándonos de experiencias y bailando en el error.

No, no somos máquinas, no estamos rotas. No estamos rotos. No estamos enfermos, estamos heridos, tenemos cicatrices y marcas. No vamos a sanar nada, vamos a conocer nuestra historia, vos y yo, y nos vamos a mover de lugar, con afecto y haciendo efecto.

BASTA DE CULPA

Tengo una militancia declarada contra la culpa. En principio, la culpa de las madres y de las mujeres en general, pero esa culpa que tanto estudié con relación a la maternidad, es una culpa estructural en todos los ámbitos de la vida, tal vez porque crecemos en el mensaje de que no somos suficientes o que hay algo mal en nosotrxs. Es verdad, no somos suficientemente buenos para hacer

todo como nos gustaría. Hacemos daño, a nosotrxs y también a los que más queremos. Es cierto, desbordamos, comemos, retamos, gritamos, dormimos, vacacionamos, y todo eso nos hace sentir fatal y en falta. La culpa nace de un criterio del *hacer bien* y del *ser bien*, en contraposición al *hacer mal*; la culpa es una garantía de repetición, sirve como un refuerzo a la creencia básica: “Soy malo”, “soy pecadora”, “no sirvo”. Lo que impide la culpa es saber qué te pasa, qué necesitás, por qué estás como estás y, sobre todo, tomar responsabilidad. Responsabilidad significa capacidad de respuesta o *responder por*, es tomar una situación y amasarla teniendo en cuenta nuevas variables. Responsabilizarse es un rasgo de salud. Responder es hacer. Culpar/se es latigar/se. Culpar nos impide decir, nos obliga al secreto, porque si no, “qué van a pensar”; si no, “soy un monstruo”. La culpa es una de las herramientas más poderosas del sistema hegemónico y dominante para achicarnos, sublevarnos y dejarnos pequeños sin posibilidad de respuesta a ninguna situación. Muchas veces la culpa es una máscara para no ver ni mostrar que estamos cubriendo una falta de otro. Nos culpamos para que no se note que nos están dañando, que somos las víctimas. La culpa nos enrolla con la anécdota (“dije”, “me dijiste”, “te hice”, “me hiciste”, “vos tendrías”, “yo tendría”, “los dos tendríamos que...”), y la anécdota tapa el origen de los sucesos, que suele ser ese hilo conductor de la propia vida que se manifiesta cada vez que nos sentimos atacadxs o en peligro. Conocer y amigarse con esa trama, nuestra trama (todxs tenemos una o dos tramas o temáticas que nos desafían, botones rojos con los que saltamos) es el principio de lo que llamo *autohonestidad*.

La autohonestidad es la capacidad de decirnos la verdad ante nuestras acciones y elecciones grandes y chiquitas. Y si estás por adentrarte en lo que viene de este libro, seguramente tenés ganas de entrenar el músculo de la autohonestidad, que nada tiene que ver con deberle honestidad o transparencia a otrxs, solo se trata de vos mismx.

Digo autohonestidad y no autoconocimiento porque el autoconocimiento es mentiroso. ¿De qué sirve preguntarnos “quién soy”? ¿Hay un yo soy posible como respuesta? ¿Uno solo? Inmediatamente después de poder decir: “Yo soy...”, ya estamos parados en otro lugar, siendo otra cosa. Si digo: “Soy luz”, tengo que asumir la oscuridad. Si digo: “Soy líder”, tengo que asumir mi rol de conducido. Te propongo preguntas más interesantes como: “¿Qué necesito hoy?”, “¿con qué ya no me identifico?”, “¿qué cosas hago con mucho esfuerzo?”, “¿a qué no estaría dispuesto a renunciar?”, “¿qué cosas me parecen reemplazables?”, “¿qué me da miedo?”, “¿qué cosas carecen para que me quieran?”, “¿cuáles son mis innegociables?”, “¿qué me encantaría poder y no puedo?”.

Desde esta perspectiva quiero desmitificar frases vacías de sentido como: “Si sucede conviene”, “todo pasa por algo”, “nadie te hace nada, solo vos te lo hacés a vos mismo”.

Si sucede, sucede y trae movimiento. No sé si conviene, ¿convenir en términos de qué? Todo pasa por algo, no lo sé, no sé si hay un escritor de la película que estamos viviendo, posiblemente todo aquello que se ve caótico tenga algún orden en otra dimensión de sentidos, pero sí sé que todo pasa y después de eso pasa otra cosa que deviene de la primera, y cuando las cosas pasan, no estamos solos, sé que a veces podemos y que a veces no podemos, y que con los sucesos tenemos oportunidades para movernos, entendernos, crecer y correr de los lugares más pesados, como un largo camino del sufrir al doler, que no son lo mismo. Y finalmente, mentira que nadie te hace nada, somos seres vinculados y entrelazados. La gente puede hacer daño y lo hace, con conciencia y sin conciencia. Los demás no son personajes de mi película, porque la película es colectiva y nadie resignifica ni se mueve sin afecto. El afecto es una construcción que circula lo de adentro (uno con uno) y lo de afuera (el otro con lo suyo); el afecto es el tercero en discordia. Somos parte de un sistema mayor misterioso, que no tiene pensado

mostrarnos su sentido. No sé si todo tiene sentido, pero sí siento el afecto en todo. Veo afectación, capacidad de dejarse tomar, de afectarse y de conectarse con eso. **El afecto (para con uno y para con el mundo) es la única forma de que la honestidad se haga presente, en un entorno seguro. Sin afecto no hay proceso terapéutico de ningún orden.**

Hay cosas que me hago y hay cosas que me hicieron. Estoy afectada por el mundo, la sociedad y el sexo con el que nací. Y también estoy afectada por mi capacidad de posicionarme y de hacer movimientos conscientes en el sentido que crea pertinente, a veces pensando en lo que me conviene para estar mejor y a veces pensando en la sociedad que quiero, y no siempre ambas cosas van de la mano. No soy una buena representante de ninguno de los movimientos a los que adhiero, porque no creo en nada más que en la ambivalencia, en el dolor y en el error. **Miro la periferia de las cosas y ahí me quedo, incómoda, porque las periferias son pobres y desprovistas de brillo. Quiero un libro nacido desde y para los periféricos, para el conurbano profundo que hay adentro de cada persona, ese lugar donde las reglas se desdibujan, te coimeás a vos misma y sentís miedo de estar solo.**

Finalmente, la culpa puede ser el precio de tu libertad, de traicionar lealtades antiguas y salir del capullo hacia el sol.

En las próximas páginas vamos a habitar el niño, el monstruo, el brujo, el herido y el poderoso que todos llevamos dentro.