

# Una canción me trajo hasta aquí

*Sarymer Echeverría Muñoz*

Es Viernes Santo en la noche, el penúltimo viernes de abril y en el estudio de mi casa-taller se respira un perfume con olor a café recién hecho, entremezclado con insecticida opaco y cloro de fondo que crean una productiva atmósfera de pulcritud. Del otro lado de la ventana verde-azul se enmarca una menguante luna, sobre mi escritorio turquesa redacto estas líneas y de vez en cuando, por necesidad fisiológica, mi cuello gira para observar alrededor: las paredes gritan arte, exigen cumplir metas, recuerdan frases motivadoras, se llenan de fotografías de ídolos, de pizarras y agendas por cumplir, de colores pastel, texturas maderosas, de pinturas de Da Vinci, Botticelli, Van Gogh, de edad de juventud y ganas de seguir existiendo.

Hace un tiempo esto no fue así, pero hoy suena el *jazz* libre de pecado, el aire está limpio de ese olor a mota mezclado con licores, de pensamientos suicidas, de sentimientos de inferio-

ridad, de traumas, de olores sucios de otros cuerpos, de sonidos obscenos de otras voces, de maldad, de abuso; ahora se respira humedad de jazmines y limoneros, calor de hogar, brisa de paz.

La Semana Santa usualmente me hace sentir de una forma especial; el instinto y recuerdo maternal me domina y soy otra; compasiva y orgullosa de mí misma, inevitablemente sensible desde la risa hasta las lágrimas, es como ser mi propia madre e hija a la vez. Por supuesto que sentirse así da miedo, son segundos en que sientes que estás tocando la locura, entonces es necesario disipar la transmutación momentánea o hacer algo con esta energía, a mí me funciona la música.

Pongo miel al café, lo pruebo y lentamente me dirijo a la sala de estar, disfruto por un momento el sabor dulce-amargo de mi bebida y pienso en el orozuz y en Hemingway, en aquel diálogo de esa escena que he estado practicando toda la semana con Terán... ¡qué manera tiene el destino de retarme! “Colinas como elefantes blancos” me reta a ser Jig de nuevo, a revivir mi embarazo y la incertidumbre, el miedo, el desamor... las ganas de huir.

Entonces mi café se ha convertido en ese “Anís del Toro” de la escena de Hemingway: soy Jig y todo me sabe a orozuz; la vida misma, todo sabe a orozuz.

Termino el café, camino al frente y me instalo en el escenario improvisado que he montado en mi sala para ensayar cuestiones teatrales, mentalizarme y apropiarme de ese espacio como si fuera mi hogar; ya estoy arriba: tomo mi guitarra y aún con el sabor a orozuz en mis labios, canto letras de Drexler (1996):

“No hay rincón en esta casa que no te haga regresar.  
Cada grano de memoria y la casa es un arenal.  
Fui a tus playas por el día y allí me quedé dos años...  
A la sombra de tu luna se acunó mi corazón,  
se borraron mis arrugas: mi casa se iluminó.  
Germinaron más canciones de las que yo merecía,  
se paró el reloj de arena: 730 días.”

Se ha ido la energía, transmuté y volví: ya estoy bien.

Ha pasado ya la mitad de mis 730 días, lapso en el que decidí simplemente crearme a mí misma, para lo cual primero debía suicidarme y parirme otra vez. De manera que lo que a continuación contaré quizás no sea tan emocio-

nante como lo que tuvo que pasar para poder haber llegado al punto en que me encuentro en la actualidad.

Sin entrar en detalles, declaro que esto no es un relato sobre mi padre machista, alcohólico y violento, ni sobre mi madre que me dejó huérfana a los seis años y de cómo presencié su injusto asesinato, de cómo mi tía, abnegada católica y activista Provida no pagó ni la quinta parte de la deuda moral por compensar –el daño irreparable que su esposo asesino nos hizo a tres pequeños niños, de cómo mi madre dio la vida por salvar la vida de mi primita de tres años y nunca supo que mi tía (su hermana) jamás haría algo parecido por nosotros, sus sobrinos, que jamás nos daría ni protección ni amor, sino orfandad–, o de mi hermano menor del cual tuve que hacerme responsable tras la muerte de mi madre criándolo durante diez años como si fuera mi hijo, de cómo le limpiaba su trasero y lo bañaba, hacía las tareas con él y le lavaba y planchaba su uniforme estando él en el kínder y yo en la primaria.

No es la historia de la familia adoptiva que por ocho años me maltrató y me llenó de inseguridades, de cómo mi hermanastro jugaba durante años a estrangularme y apretando con fuerza mi cuello me hacía vivir el dolor y la ausencia de la gravedad al sentir que mis pies se elevaban y no podían tocar el suelo o de cómo mi madrastra me hacía dormir en un sillón durante años, teniendo la cama de su adorada hija mayor desocupada, pero que durante años no me la prestaba ni una noche por temor a que se la ensuciara, ni del padrastro que a partir de mi adolescencia de manera gradual me acosaba y violentaba sexualmente para, llegado el tiempo, según sus planes, proceder a violarme (no se salió con la suya afortunadamente); ni de lo que pasó aquel día en que simplemente me llené de valor para escapar y salvarme del hambre, de la pobreza, del sacrificio, de los vicios, de los varones, de la muerte del hombre que más amé en mi vida, de la muerte de mi hijo que nunca nació.

No voy a escribir sobre nada de eso, porque la vida pareciera ser siempre una competencia para dignificar la existencia a través del sufrimiento, un concurso de martirio, una inevitable elección de ser el verdugo o la víctima. Porque al igual que otros mortales, a estas alturas ya he sufrido lo que se puede sufrir durante diez vidas, en una sola. Y además, ¿quién soy yo para decir que mi dolor ha sido el mayor del mundo? Mayor del que otros ya han tenido o que en el futuro tendrán. ¿Acaso existen grados para medir el dolor? ¿Valen mis lágrimas más que las lágrimas ajenas? No, no concuerdo en seguir victimizándome.

Esta no es una historia de debilidad, por el contrario, este es el relato de cómo encontré mi fuerza, esta es una carta de sanación.

## **Esta carta es para quienes me hicieron ser lo que hoy soy**

Hace algún tiempo que no hablamos, aunque no puedo decir que es mucho ese tiempo porque en realidad no lo es, considerando los años que han estado ausentes en mi vida.

Debo decirles muchas cosas, aunque no quiero y nunca he querido hacerlo porque he preferido siempre guardar silencio, no sé si por respeto o por no sentirme más triste. Sin embargo, son cosas que debo decir me guste o no, les guste o no.

Ha pasado un año ya desde que empecé a estudiar la maestría en Arte; estoy a la mitad del camino –a la mitad de 730 días– y hoy me encuentro en un proceso importante de mi exploración artística en el que me descubrí y reafirmé como un ser fuerte. De antemano, les informo que soy fuerte.

Y al descubrir esta fortaleza que me ha acompañado durante toda mi vida y que por nada perderé, porque es lo que me ha convertido en la persona que soy hoy en día, también descubrí que mi cuerpo, mente y alma han transitado interminablemente entre el dolor y el miedo sin poder trazar un camino hacia la plenitud. Ese camino ha estado bloqueado al igual que mis emociones y no les ha permitido ir más allá del laberinto para saltar a la armonía del amor o lo que para mí es lo mismo: del arte.

Además de que escuché en un grito surgido desde mis intestinos lo que ya no quiere mi ser, también comí, saboreé y escupí el veneno que vive dentro de mí. Descubrí desde cuándo se encuentra ahí, limitándome a estar perdida entre la maraña del interminable dolor y el miedo.

Encontré una salida al laberinto, vislumbré una posibilidad de escape que no era posible sin el enfrentamiento con el bloqueo: me enfrenté a mí misma y salté la barda, conocí “El método”. El autor Lee Strasberg propuso un método de actuación desde la recreación de la memoria emotiva-sensorial, un viaje hacia el interior de uno mismo para romper la barrera de acceso al inconsciente.

¿Sabían que el cuerpo, a través de los cinco sentidos, recibe y guarda eternamente todos los traumas que se hallan en el inconsciente? ¿Sabían que se puede viajar al inconsciente y recrear esas vivencias que nos marcaron senso-

rialmente en la vida? ¿Sabían que al evocar la carga emotiva del inconsciente un ser humano es capaz de en cualquier momento volver a percibir cada aroma, temperatura, sonido, textura, etcétera, de aquella vivencia de hace muchos años que ya no recordaba? Pero todo está ahí. Y eso es lo que define lo que somos.

Tomando en cuenta todas estas cuestiones que ya había considerado el psicoanalista Sigmund Freud, Strasberg elaboró su método, el cual, como siempre lo concibió, es en realidad una profundización, mejoramiento y continuación del sistema establecido por Stanislavsky, el cual tiene como base buscar un estado de relajación activa para acceder al inconsciente y a las emociones, concentrarse y fortalecer este vínculo para traducirlo en una entrega en la actuación. Strasberg (1987) habla de Stanislavsky en su obra póstuma *Un sueño de pasión* a manera de introducción a su método:

Como primer paso para crear las condiciones bajo las cuales pudiera aparecer la inspiración, Stanislavsky empezó a desarrollar técnicas de relajación para sus propias actuaciones. Comparó sus sensaciones en el nuevo estado de relajación con las de un prisionero al que le hubieran quitado las cadenas, que durante muchos años estorbaron a sus movimientos. Creía sinceramente que en la relajación estaba todo el secreto; el alma de la creatividad en escena... el resto derivaría de este estado y de la percepción de la libertad física. Comprendió que había compuesto el personaje a partir de sus recuerdos. En este caso evocaba a un amigo suyo (p. 75).

¿Cuál es el resultado de realizar esto? Continúa Strasberg (1987) explicando las bases del método partiendo de Stanislavsky:

La concentración del actor atrae la del público y esto a su vez obliga al actor a ocuparse solamente de lo que sucede en escena. Excita su atención, su imaginación, su pensamiento y su emoción. Observó que la concentración agudizaba la vista y el oído y todos los demás sentidos: tacto, olfato, gusto, los sentidos motores. Esa noche adquirió consciencia del valor de la concentración en el actor y a partir de entonces elaboró una serie de ejercicios para mejorar sistemáticamente la suya (p. 77).

Por eso, Lee Strasberg propone específicamente partir de la relajación en una silla, acompañada de movimientos corporales, voz y consciencia emocional a través de una concentración total del ser para llegar a la evocación activa.

A ver, les explico:

Un amigo me presentó a Lee Strasberg y “El método”. Ese amigo se llama Terán. Mi amigo me guía en mi encuentro con la silla, una silla en la que dormito y relajo cada tensión de mi cuerpo, respiro y saco el aire con un “¡ah!”, en cada movimiento desde los pies a la cabeza, saco mi voz, cada vez con más libertad y sólo me entrego ya sea al dolor o al miedo, permito que mis emociones se expresen y griten, ríen o lloren, si hay proceso mental lo disipo escupiendo palabras de un idioma que no existe: “Asdnewusssambdshausa...”, si mi emoción se atora en mis entrañas la vomito con fuerza desde el diafragma: “¡Ah, ah, ah, ah, ah!” Muevo mi cuerpo cada vez más en posibilidades que él mismo me pide activar, a la vez que sin censura expresa con la voz todo lo que siente.

Después de un rato, desde mi entrecejo relajado, con los ojos cerrados y en blanco, viendo hacia atrás de mis párpados, me permito entregarme a la hipnosis del momento para comenzar a evocar. Entonces Terán me lleva de la mano de su voz al encuentro con mi mejor amigo de infancia: Arquímedes, y en un día de pinta de la escuela primaria paseamos por el parque entre risas e inocencia infantil, olemos las flores silvestres del parque y nos llevamos algunas en nuestras manitas sudadas envueltas en lodo. En otra recreación me hace golpear a mi padrastro pederasta y enfrentarlo sin miedo, pero con lágrimas para gritarle que lo odio, a él y a su asqueroso bigote que siempre busca rozar mis labios y sus callosas manos que, sin mi permiso y pese a mis quejidos, él posa en mi piel de adolescente, esta es una esperada venganza para hacer justicia y seguir gritándole y golpeándolo para que se vaya y no vuelva a joderme nunca más.

Otras veces, a través del método, puedo volver a saborear los dulces de cajeta en la tienda llena de aromas raros –que nunca he olido en ningún otro sitio– del abuelito de Claudia, la hija de la mejor amiga que mi mamá tenía en el pueblo, una señora buena que procuraba invitarme a ser feliz en su casa, con más frecuencia cuando mi mamá ya había muerto.

En las recreaciones felices, Terán me guía en el método y me ayuda a reír, me hace sudar de nuevo mientras Claudia y yo jugamos a la rayuela y yo salto y corro al compás de mis latidos acelerados que siento en mi cuerpecito

de ocho años, hasta de pronto chocar con los muros de una dimensión desconocida para mis recuerdos, una barrera física en aquel entonces, inexistente: las densas paredes del actual cuarto de ensayo de los martes y jueves del año 2019. Vuelvo al aquí y ahora, aunque después de practicar “El método” no soy la misma.

Los martes y jueves se han llenado ahora de objetos imaginarios y recuerdos evocados, de memoria emotiva y recreación vivencial, de llanto, risas, de menos tensión y más relajación activa que me permite conectarme a profundidad con mis emociones. De descubrir que todo, absolutamente todo lo que hemos vivido, nunca se va, todo está ahí dentro, por siempre. He vuelto a vivir en diferentes momentos de mi vida y mi voz se ha liberado para gritar y expresar lo que no pude hacer en esos momentos, por inocencia, por no querer sentir el dolor y el miedo, por no saber qué hacer con mis emociones, por querer renunciar a la mayor fortuna que poseo: mis vivencias.

Finalmente, aunque todas esas cosas están en el inconsciente, todo nos absorbe y se manifiesta en cada sentido, en la voz, en el movimiento, en la visión, en lo que creemos que es la visión, en lo que percibimos que es la realidad, en el concepto que tenemos de lo que es la vida. Mi cuerpo me pide seguir sanando y liberándolo del veneno. Mis experiencias enfrentadas me reafirman como una persona fuerte y esto también es liberador y detonante de amor propio. Mis sufrimientos pasados son mi tesoro.

Les cuento que en mi exploración actoral y en lo que va de mis estudios de arte, me he aventurado a indagar las posibilidades de mi cuerpo y ha sido un proceso de sanación que no deja de sorprenderme: después de veinte días de relajación en la silla, por fin sentí algo aterrador; desde mi plexo solar el dolor irradiaba hacia dentro, como si fuera un bala oprimiéndome y mi voz gritaba a volúmenes que quizás sólo emití cuando era un bebé, sentí un mareo y el dolor se convirtió en miedo, miedo a morir en la silla, pero, incluso, esa posibilidad fue aceptada por mi ser y seguí gritando más alto y fuerte; trabajando con mi emoción desde el cuerpo y la voz... Finalmente vino el escalofrío: no me morí y por fin la emoción que estuvo atrapada en esa región de mi cuerpo, se liberó y pude entonces ser Jig en la obra de Hemingway o Zerlina en *Don Giovanni* de Mozart, pude entonces ser quien yo quisiera, incluso yo misma.

¿A qué voy con todo esto? A que no estoy de acuerdo con proceder desde el veneno. La basura se tira en su lugar, no sobre otras personas, no sobre la familia, no sobre los amigos, no sobre los desconocidos, porque es lo mismo

que tirarla en uno mismo, que defecar y comerse el excremento, aunque casi nadie se da cuenta de esto, aunque a mí me hicieron esto, pero gracias por darme tanta basura porque con ella he creado mi bello “reciclArte”. La basura que en mí tiraron ya no existe, la convertí en arte, así que no tengan miedo de que se las regrese; sin embargo, a todos ustedes quienes me hicieron ser lo que soy, les aclaro que las cosas que les quiero decir serán dichas cuando nos encontremos en el pasado, cuando tome el vuelo con destino a mi inconsciente y les informo que yo seré una niña, como cuando lo era cuando viví el daño (o mejor dicho, aprendizaje) que ustedes me provocaron, pero gracias a Strasberg esa niña ahora será fuerte y no se quedará callada e inmóvil.

Lee Strasberg cree firmemente en esta justicia que nos es dada sólo en el teatro; no hay lugar más seguro, libre y mágico que el escenario, no hay ser más fuerte y poderoso que el actor, también Shakespeare (1605) lo sabía y nos lo dijo en Hamlet:

¿No es tremendo que ese cómico, no más que en ficción pura, en un sueño de pasión, pueda subyugar así su alma a su propio antojo, hasta el punto de que por la acción de ella palidezca su rostro, salten lágrimas de sus ojos, altere la angustia su semblante, se le corte la voz y su naturaleza entera se adapte en su exterior a su pensamiento? ¡Y todo por nada! ¡Por Hécuba! (p. 55).

Yo escribo esto a ustedes no por dolor ni miedo, sino por amor. Porque afortunadamente mi ser me pide crear y reinventarme y eso para mí es la manera de encontrar un hogar que nunca tuve y sentirme a salvo y amada, porque gracias al arte es que me libero del veneno, renazco y sano. A todos ustedes quienes me hicieron ser lo que soy: yo sólo quiero que sepan que de verdad me gustaría que sintieran lo que yo siento en estos momentos y liberen su veneno por años acumulado, que sientan lo bien que se siente.

A mí me gustaría que fueran tan libres como yo en este momento, para sentir cómo la voz cambia y tiene miedo y dolor, pero no hay problema con ello, porque está bien sentir: sólo los muertos no sienten. Me gustaría verlos sentados en mi sala, frente a mi escenario –o mejor dicho mi hogar– para escuchar cómo mi voz canta y se expresa con un brillo especial y no puede dejar de expresarse cada vez con más libertad, cómo mi cuerpo se mueve y juega y vuelve a fluir como en la infancia feliz, cómo ya no es necesario el alcohol o el cigarrillo para lograr olvidar (ya no quiero olvidar), cómo la actitud cambia

y te das cuenta de que puedes ser lo que quieras, de que sí puedes y lo haces. Pero te das cuenta también de que si no lo haces, no pasa nada, todo está bien, está bien atreverte a ser tú y está bien comer cosas con sabor a orozuz, está bien vivir lo que sea y como sea porque de cualquier forma saldrás adelante por ti mismo, como lo has hecho siempre.

...como lo he hecho siempre y como ahora lo estoy haciendo. Porque tal como les dije al inicio, soy fuerte y tengo amor en mí misma.

Mi cuerpo se mueve, mi voz sale potente y abrazando el dolor y el miedo puede cantar de inicio a fin una bella melodía que danza en esta armoniosa atmósfera, la canción de Drexler (2010) que me trajo hasta aquí, sólo escuchen:

“Antes, antes, en aquel otro mundo distante, en tiempos de otro cantar...  
Lejos, lejos, con la mirada en otros espejos, sin darme cuenta un día eché a  
andar.

Con el entusiasmo infantil que dura hasta hoy, una canción me trajo hasta  
aquí:

Fui dejando versos atrás, renglón a renglón: una canción me trajo hasta aquí.”

## Referencias

Drexler, J. (1996). 730 días. *Vaivén*. Dominio público.

\_\_\_\_\_. (2010). Una canción me trajo hasta aquí. *Amar la trama*.  
Dominio público.

Strasberg, L. (1987). *Un sueño de pasión: La elaboración del método*. Buenos Aires, Argentina: Emecé editores.

