

LOS FANTASMAS DEL ESPEJO

DERECHOS RESERVADOS

CARLOS CUAUHTÉMOC SÁNCHEZ

**LOS FANTASMAS
DEL ESPEJO**



DOS GÉNEROS EN
UN MISMO LIBRO

con la colaboración de
MARÍA FERNANDA LANGE

ÍNDICE

PRIMERA PARTE - NOVELA	7
Introducción	9
1. La Sirenita	11
2. Hombres de negro	17
3. La leyenda de las ballenas	23
4. Big Mama	31
5. Flashdance	39
6. Obsesión fatal	45
7. El exorcista	53
8. Psicosis	61
9. Pesadilla en la calle del infierno	67
10. Los otros	75
11. La zona muerta	81
12. Todopoderoso	89
13. El silencio de los inocentes	97
14. Más allá de los sueños	107
15. Corazón valiente	113
SEGUNDA PARTE - ENSAYO DIDÁCTICO	119
Anorexia	123
Bulimia	129
Grupos de alto riesgo	135
Tratamiento	145
Prevención	149
Bibliografía	156
TERCERA PARTE - GUÍAS DE ESTUDIO	157

PRIMERA PARTE

NOVELA

INTRODUCCIÓN

Dado que los sentimientos no pueden inventarse, mi principal obstáculo como escritor no ha sido crear historias, sino descubrir la esencia emocional de personajes reales.

Sólo esa fuente inagotable de palpitaciones emergidas desde el corazón de los lectores que me confían sus problemas, ha podido solventar mi necesidad de personajes “vivos”.

En el caso de este libro, eso sucedió de manera remarcable.

Desde hace un par de años supe que debía escribir sobre *trastornos alimenticios*. Era apremiante, de urgencia inusitada, y aunque contaba con infinidad de testimonios sobre el tema, la mayoría eran redundantes o anodinos. Me faltaba el *alma* de alguien que hubiera atravesado ese sendero y supiera explicarlo desde las entrañas. Entonces (como caída del cielo), apareció María Fernanda Lange. Su substancia me cautivó. Tenía una mentalidad legítima, con la evidencia medular del problema. Gracias a ella puede detallar la forma en que, emociones y pensamientos emergidos de un cerebro sano, llegan a transformarse hasta la más profunda degradación. Es interesante por cuanto tiene de aterrador: a cualquiera nos puede ocurrir.

María Fernanda pensó cada idea y vivió cada desazón relatada en estas páginas. Ella conoció a los fantasmas del espejo. Les habló cara a cara. Los descubrió tal cual son. Mi trabajo fue vestir el núcleo con una historia nueva para proteger su vida personal. Hicimos un buen equipo. Tanto María Fernanda como yo, tenemos la misma preocupación. Anhelamos publicar un libro que sea útil para denunciar el mal que nos acecha, ayudar

a cuantos lo están sufriendo y despertar a quienes no lo han padecido.

Ha llegado el momento en que toda la sociedad esté alerta para luchar y acabar con esas entidades que esclavizan y matan a miles de personas cada año. *Los fantasmas del espejo.*

DERECHOS RESERVADOS

1

LA SIRENITA

Hoy cumpla quince años.

Hace un par de horas mamá me ayudó a ponerme este vestido asfixiante. Tiene largas cintas cruzadas en la espalda. Precisó jalar con mucha fuerza para cerrarlo. Lo logró; no pude creerlo cuando me miré al espejo. ¡Tenía una cintura diminuta! Mamá me felicitó y yo sentí una mezcla de alegría y odio.

Desde pequeña fui una niña llenita, pero ¿qué bebé rolliza no es hermosa? Nunca adelgacé, y al llegar a la pubertad mi madre me criticaba por estar un poco ancha; a mí no me importaba, sin embargo cuando se acercó la fecha de mis quince años me convenció de que este día yo debía ser la más hermosa y delgada de la fiesta. Me compró un vestido de talla menor a la mía y lo colgó en el pasillo para motivarme a adelgazar. Ahora estoy aquí, sentada en medio del salón, respirando despacio y tratando de relajarme para disminuir mi consumo de oxígeno; no puedo entrar en pánico.

—Queridos invitados. Ésta es una noche mágica. Bibiana la ha esperado ansiosamente. Siempre soñó con mostrar al mundo su belleza y gracia. La tienen aquí. ¡Véanla! Antes era gordita, pero ha bajado de peso. Se ha puesto muy linda. ¿No lo creen? Frente a ustedes, amigos y familiares, ¡una niña se

está convirtiendo en mujer! ¡Una flor se está abriendo y hoy nos llena con su fragancia!

Aprieto los dientes y sonrío. ¿Qué rayos le pasa a mamá? ¿Cómo se atreve a decir esa sarta de cursilerías en el micrófono? Cuando me quite la camisa de fuerza, todos se darán cuenta de que sigo siendo fofa.

—Ahora —prosigue—, mi ex esposo, el padre de Bibiana, va a decir unas palabras.

¿Es mezquina o estúpida? ¿Para qué hace aclaraciones innecesarias? La mayoría de los invitados saben que ellos se divorciaron, pero a los demás ¿qué les importa?

Baja del estrado con los compases de aristocracia que la caracterizan mientras su “ex esposo” sube por el lado opuesto.

Los altavoces emiten un chillido desagradable.

Papá no se inmuta.

Tiene una personalidad imponente.

Comienza a hablar. Sus palabras resuenan emergiendo de un amplificador ecualizado para la rumba y no para la oratoria. Aún así, las frases se entienden con claridad.

—Bibiana —trato de mirarlo a los ojos para concentrarme—. Cuando eras chiquita le tenías miedo a la oscuridad. Me despertabas a media noche y yo trataba de calmarte ¿te acuerdas? Sólo podías dormirte si veías una película. Siempre pedías la misma. Con el paso del tiempo, en tus crisis nocturnas, ya ni siquiera te preguntaba. Encendía las luces, íbamos al cuarto de televisión y te ponía la Sirenita. Sabías los diálogos de memoria. Entonces dejé de decirte “Bibiana” y te convertiste en mi sirenita. Hoy, “Sirenita”, linda, quiero decirte que siempre te tengo en mi memoria y en mis oraciones. Frente

a toda esta gente te digo que te quiero. Ahora que ya no vivo contigo, he aprendido a valorar lo que significas para mí.

Agacho la cabeza. Pasa por mi mente la idea de correr a hacia él, pero ¿qué dirán los invitados? Por fortuna papá baja del estrado. Lo abrazo. Se escuchan aplausos.

El cantante de la orquesta, un hombrecillo autóctono de alguna sierra agreste, se comide para fungir como maestro de ceremonias; modula con voz gangosa.

—¡Qué conmovedora escena! Sigamos nuestro programa y aprovechemos el momento para que la Sirenita baile el tradicional vals con su padre, el rey Tritón —risas del público, el locutor se disculpa con papá—, perdón por el atrevimiento, ¿podemos decirle a la quinceañera “Sirenita”? Nos suena más original...

Papá asiente como quien da su consentimiento para el uso de un nombre registrado. Me desagrada la anuencia. Ese apodo es privado. Sólo nuestro.

Se escucha el vals.

Es un *colage* que yo misma hice combinando la música de películas clásicas que me gustan: Titanic, El guardaespaldas, Pide al tiempo que vuelva y Un amor para recordar.

Papá me conduce con suavidad hacia el centro de la pista. Mi movilidad es escasa. Aún así, procuro bailar con gracia.

Muy a pesar de la forma en que mamá lo dijo, es verdad: he esperado esta noche durante años. Me encanta sentirme admirada. Me fascina abrazar a papá y soñar que ha vuelto.

—Te ves muy hermosa hoy. Hice un largo viaje para estar a tu lado.

—Gracias —no digo más, sólo pienso: “Heme aquí bailando con un hombre alto, apuesto y corpulento que dice ser mi padre. La última vez que lo vi yo tenía sólo seis años de edad. Ya ni siquiera recordaba su rostro, pero ¡cómo he pensado en él! ¿Por qué tuvo que irse? ¿Éste es mi papá? Vean todos. ¡Tengo papá!”

—¿En qué piensas, Sirenita?

—En nada.

El maestro de ceremonias emprende la lectura de nombres para que los invitados más cercanos bailen conmigo.

—Solicitamos la presencia del señor Rufino Pérez.

Papá cede su puesto a mi tío abuelo. Comienza el desfile de ancianos expertos en danzón y cha cha cha. Son anticuados pero elegantes y buenos bailarines de vals. Después pasan mis primos, tiesos, arrítmicos y punketos, vestidos con corbatas mal anudadas y trajes zancos que sólo usan en los velorios.

Aparece Aurelio.

El esposo actual de mi madre.

¿Pretende bailar conmigo? ¡Yo no lo puse en la lista! Nadie lo requirió. ¿Viene por su propia cuenta? Me toma de la cintura y comienza a oscilar como campana en el mismo sitio. No mueve los pies. Las manos le sudan.

—¿Por qué estás tensa, hija?

—No me digas “hija”. Ya conociste a mi verdadero padre.

—Veo que pudiste entrar en tu vestido. Te felicito.

Giro la cabeza para mirar hacia otro lado.

—Ahora, queridos amigos —dice el aborigen del micrófono—, los invitamos a tomar sus asientos para presenciar dos

bailes modernos preparados por la Sirenita.

Suelto a mi padrastro y camino hacia los sanitarios. Mamá va detrás de mí. En el trayecto me topo con Magali, la chica más popular de la secundaria. Viene peinada con un chongo ridículo.

—Que bien te ves, “Sirenita”. Luces espectacular.

—No te burles.

—Estoy hablando en serio. ¿Te pusiste a dieta? Cuéntame.

—Luego.

Paso de largo. Entro al baño. Mamá me sigue. Desata las agujetas de mi vestido y siento cómo mi tórax se ensancha.

Al fin puedo respirar.

—¿Qué van a decir los invitados ahora que descubran mis lonjas?

—No te preocupes. Tu vestido moderno también las disimula.

—¿Tienes un chocolate? Me estoy muriendo de hambre.

—Ni se te ocurra.

Durante dos semanas he llevado un régimen de emergencia. Mamá dice que funciona de maravilla. Cuando se iba a casar con mi padre tenía miedo de verse gorda en la ceremonia, así que siguió esa dieta y bajó dos tallas. También la usa cada año antes de las vacaciones de verano para poder lucir bikinis. Dice que cargamos el sobrepeso en los genes. Es nuestra maldición. Mis tías y abuelas son gordas. Mamá no. Yo tampoco. Por lo menos no hoy.

Me pongo el atuendo para el baile moderno. Aunque también ha sido confeccionado de forma estrecha, al menos no

tiene cintas en la espalda. Salgo a la pista. Mis chambelanes están listos. El nerviosismo nos traiciona. Perdemos el ritmo y nos equivocamos varias veces. Al final, de todos modos la gente aplaude. Corro al baño a cambiarme otra vez. Estoy extenuada. El corazón me late en las sienes. Ahora usaré una muda de mezclilla. Me deshago del vestido y alcanzo los pantalones. Trato de ponérmelos. Se me atorán en la cadera. Hago un esfuerzo para subirlos. No lo logro.

—Tranquilízate. Tal vez si te sientas.

Obedezco. Comienzo debatiéndome sobre la banca y termino acostada. Me contoneo. Pujo. Grito. ¡Un calambre en la pierna derecha! Mamá se desespera.

—¡No más comida grasosa hija! ¡Mira, qué vergüenza!

—Estoy débil.

—Es por el nerviosismo. Se te quitará en cuanto bailes.

Al fin logro vestirme. Voy al espejo. Me veo pálida. Tengo la boca seca. El corazón sigue laténdome en las orejas. Me falta el aire. ¿Qué sucede? La gente espera. ¡Ánimo! Salgo hacia el corredor y entro al escenario de nuevo. Se escucha la música. Comienzo a bailar. Estoy mareada. Redoblo el esfuerzo, pero mi sonrisa se congela al momento en que escucho el golpe de mi cráneo chocando contra el piso.