

◆ Capítulo 2

“Ser mexicane es magia”: integrando el trauma y re-ordenando el Yo en *Your Healing Is Killing Me* (Tu healing¹ me está matando)

Sara A. Ramírez

He estudiado trauma y healing (sanación) desde una perspectiva feminista decolonial por mucho tiempo, pero he tenido que luchar contra los efectos del trauma y la necesidad de encontrar healing desde que tengo memoria. Mi madre me comenta que pensó que se volvía loca la primera vez que lo escuchó —el sonido de mi llanto en su vientre. Mi abuela revela que mi madre lloraba en el vientre también. Le pregunto a mi abuela si ella también lloraba desde antes de nacer, y lamenta que algunos temas relacionados con el pasado de su madre eran demasiado traumáticos y no estaban abiertos a la discusión. Sabemos, sin embargo, que los padres de mi bisabuela pelearon y murieron en el frente revolucionario de la Revolución Mexicana, y que quedó huérfana como resultado. Me pregunto si heredamos el duelo, el dolor y sus llantos.

Debido a que hay mucho que nosotras, chicanas y mexicanas, no sabemos acerca de nuestro pasado, producto de la violencia de clase, raza y género, tomo con gran seriedad a la historiadora y novelista chicana Emma Pérez y su noción del imaginario decolonial, un constructo teórico que nos incita a “rethink history in a way that makes agency for those on the margins transformative” (reconsiderar la historia desde una perspectiva que crea una agencia transformativa para aquellas personas que viven en la marginalidad).² Los estudios culturales chicanos y la teoría feminista decolonial —dos vectores de gran importancia en el sentido de que ponen en primer plano a comunidades poco representadas y frecuentemente marginadas— aportan legibilidad a esta reconsideración, especialmente mientras exploro la significancia sociopolítica y psicológica de producciones culturales de artistas chicanos *queer*, quienes en su obra exploran la noción de trauma.

La definición básica del especialista en trauma Paul Valent es de ayuda en mi análisis de dichas narrativas chicanas. Valent define el trauma como “a

**Humanidades médicas:
debates desde la literatura, el cine y las artes visuales**
Hispanic Issues On Line 33 (2024)

state of disruption caused by stressors severe enough to threaten life or make one believe that one is about to die” (un estado de disrupción causado por estresores lo suficientemente severos para poner en peligro la vida o hacer a uno pensar que está a punto de morir).³ Asimismo, activistas-académicos apuntan a cómo los cambios drásticos en las estructuras económicas y sociopolíticas contribuyen al malestar psicológico, al llamar la atención hacia conceptos como “trauma histórico” y “trauma intergeneracional”, dos conceptos distintos pero relacionados. Ambos abordan cómo una persona puede experimentar síntomas de un trauma sin haber estado presente en los eventos (o el evento) traumáticos. Nathaniel Mohatt, por ejemplo, define trauma histórico como “a complex and collective trauma experienced over time and across generations by a group of people who share an identity affiliation or circumstance” (un trauma complejo y colectivo experimentado a través del tiempo y a través de las generaciones por un grupo de personas que comparte una identidad de afiliación o circunstancia).⁴ El “trauma intergeneracional” se refiere a la experiencia traumática a través de las generaciones, pero no específicamente a un evento traumático concreto experimentado colectivamente por un grupo de personas. En este caso, una persona o familia pudo haber experimentado un trauma, como el abuso doméstico, y los efectos de este (como conductas aprendidas y mecanismos de asimilación) son transmitidos a través de las generaciones. La escala en la que ocurre el trauma genera distinción entre los dos conceptos. Por lo general, los investigadores de la experiencia traumática explican que el trauma histórico sucede en una escala masiva y sistémica, mientras que el trauma intergeneracional se expresa en una escala más pequeña e individualizada.

Con estas definiciones en mente, a la vez que analizo las narrativas chicanas del trauma, enfatizo el argumento feminista que expresa, “lo personal es político”. Las experiencias en una escala pequeña, de generación en generación, son un reflejo de los sistemas de poder a gran escala, que dan forma a la estructura de la historia colectiva, incluyendo nuestras vidas individuales y familiares. Considérese el caso de los descendientes de personas africanas o indígenas en América que experimentaron tortura a nivel físico —y psicológico—; el caso de los descendientes de las personas que vivieron cerca del Río Grande / Río Bravo en el siglo XIX, cuya lealtad nacional y cultural fue cambiada a la fuerza de la noche a la mañana; el caso de los descendientes de mexicanos y mexicoamericanos que fueron deportados durante varias campañas antiinmigrantes en el siglo XX y en la actualidad. Estos casos colectivos, violentos y de gran escala han provocado un trauma histórico, que afecta a los descendientes de estas personas aún mucho después de que aconteciera el suceso traumático. Sigo el pensamiento de Joy DeGruy respecto a que estos casos seguramente motivaron cambios ideológicos que

abrieron paso al racismo internalizado, sexismo, colorismo (*colorism*), y, en general, odio propio, que se proyectan hacia otras personas de color y se transmiten de forma intergeneracional.⁵ Se vuelve evidente que el trauma intergeneracional puede, de hecho, surgir del trauma histórico. Juntos, estos traumas, en la escala micro y macro, ciñen el mal-estar (*dis-ease*) chicane.

La académica chicana y curandera indígena Patrisia Gonzales acuñó el concepto Trastorno de Estrés Post-Indígena (*Post-Indian Stress Disorder* o PISD por sus siglas en inglés) para describir el trauma histórico de las personas indígenas en relación con su trauma intergeneracional.⁶ A la vez que reconoce que no todos los mexicanos son indígenas o dicen serlo, Gonzales describe a las personas mexicanas y/o chicanas como “culturally mixed, de-tribalized Indigenous peoples and communities” (personas y comunidades indígenas culturalmente mezcladas y destribalizadas).⁷ El PISD, por lo tanto, se puede referir al trauma histórico de mexicanos y chicanos. Gonzales explica:

For many Indigenous peoples disconnected from, or with limited access to, their ancestral cosmo-logic, it is what is not known, the loss of their ancestral and communal names, the dislodgement of ancestral memories from their embodied experience, that form part of their historical trauma.⁸

(Para muchas personas indígenas desconectadas de, o con acceso limitado a su cosmología ancestral, lo desconocido, la pérdida de sus nombres ancestrales y comunales, la remoción de sus recuerdos ancestrales de su experiencia física, forman parte de su trauma histórico.)

El PISD es “des-ordenante”,⁹ como plantea Gonzales, en el sentido de que “comes from being disallowed to connect to what helped their ancestors make sense of their place in the world, their specific spiritual teachings that help them know themselves” (proviene de estar incapacitado para conectarse con aquello que ayudaba a los ancestros a dar sentido a su lugar en el mundo, a sus enseñanzas espirituales específicas que les permitían conocerse a ellos mismos).¹⁰ Los macrosistemas dominantes como los gobiernos coloniales y de supremacismo blanco se fortalecieron a sí mismos a través de la traumatización histórica de indígenas mexicanos y chicanos. Estos mismos traumas históricos a gran escala “des-ordenaron” las relaciones intergeneracionales en la pequeña escala, que eran necesarias para asimilar las heridas históricas. Conceptualizar el PISD como “des-ordenante” permite a Gonzales cambiar el enfoque del individuo que experimentó el trauma, al sistema que ha infligido el trauma.

A través de los estudios culturales y de un enfoque feminista decolonial, en este ensayo argumento que Virginia Grise, dramaturga galardonada, de manera similar, cambia el enfoque del trauma individual hacia el trauma colectivo en su *performance* y manifiesto titulado *Your Healing Is Killing Me* (Tu *healing* me está matando). También planteo que esta dramaturga lesbiana, marxista, china-mexicana utiliza su *performance* para facilitar el entendimiento de su audiencia respecto a la violencia sistémica y el trauma a partir de expresar en su narrativa las diferentes maneras en que el trauma nos afecta no solo a nivel de comportamiento, sino a nivel celular.¹¹ Al repasar sus experiencias con varias condiciones médicas, Grise expone los efectos de la violencia sistémica de un sistema de salud basado en el capitalismo, y de las manifestaciones de un trauma encarnado. Mientras se acerca a las múltiples fuentes de trauma con las que las personas empobrecidas y de clase trabajadora deben luchar, también ilustra cómo estos traumas contribuyen al Trastorno de Estrés Postraumático, un efecto que es “des-ordenante”, y que funge como la base del sentido internalizado de malestar en muchas personas chicanas.

Your Healing está situada dentro de una trayectoria de líneas radicales de cuestionamiento realizadas por activistas de color, que enfatiza la violencia estructural como una guerra que está matando a la gente de color y a la gente blanca en condiciones de pobreza. Mientras les activistas en el presente hacen un llamado al cuidado personal y *healing*, Grise se concentra en las formas en que nosotres, gente negra, indígena y gente de color, debemos reconceptualizar *healing* y “cuidado personal” (*self-care*) y *reconocer* las herramientas ancestrales e intergeneracionales que hemos heredado y a las que aún tenemos acceso. Su *performance* examina los llamados superficiales a “*healing*” por parte de corporaciones y activistas, y hace énfasis en que “Capitalism is toxic but the Revolution is not in your body butter” (el Capitalismo es tóxico pero la Revolución no está en tu crema corporal).¹² Esto se refiere a que la revolución no yace dentro de un cuidado personal individualizado que implica que hay algo malo dentro de *nosotres*, sino que la revolución proviene de una defensa personal y un cuidado o *healing* personal colectivos, que reconocen que hay algo incorrecto con los sistemas sociopolíticos y económicos. Finalmente, argumento que, a través de su enfoque en las preocupaciones colectivas en lugar de formas individualizadas de *healing*, Grise “re-ordena” nuestro pensamiento a la vez que enseña a su audiencia que no hay nada malo en tener ascendencia mexicana porque, como ella aprendió desde una edad temprana, “being Mexican is magic” (ser mexicane es magia).¹³

Acogiendo “La Maldad” (Badness) a través del pensamiento crítico y la magia

Your Healing Is Killing Me está ordenada en ocho partes que corresponden a ocho ejercicios específicos del *Plan de acondicionamiento físico de 4 minutos* de Mao: “Ejercicio 1: Alcanzar”; “Ejercicio 2: Golpear”; “Ejercicio 3: Presentar el arco”; “Ejercicio 4: Patear la puerta”; “Ejercicio 5: Estiramiento lateral”; “Ejercicio 6: Tocar los dedos de los pies”; “Ejercicio 7: Hacia los cielos”; y “Ejercicio 8: Saltos de tijera”. El verbo “Caminar” indica la introducción y “Correr” designa el fin de la *performance*.

En el “Ejercicio 1: Alcanzar”, la artista presenta las voces de sus padres y se refiere a la influencia que tuvieron sobre ella. La teatralización de sus padres se presenta de forma prominente a lo largo de su *performance*. A la vez que caracteriza a su padre principalmente como una figura autoritaria, Grise expone las formas en las que él ha utilizado su pensamiento crítico para integrar sus propias experiencias traumáticas como veterano del ejército americano de la guerra de Vietnam contra Estados Unidos. En el “Ejercicio 2: Golpear”, Grise revela que hace poco que supo que su padre no se graduó del bachillerato, ya que fue “forced too young to choose work over school” (Grise, 27) (forzado a elegir el trabajo en lugar de la escuela). Ella sugiere que esta coerción a elegir el trabajo sobre el aprendizaje para subsistir (agregado a sus tres campañas militares como soldado estadounidense en la guerra contra Vietnam posteriormente) activó su conciencia política, y explica:

Growing up it was a given that my sisters and I should read and think about the world around us critically and politically. My father believed that thinking critically and politically was everyone’s responsibility regardless of one’s education, race, class, or gender. He hated boredom and he hated ignorance. Still does. When Ronald Reagan died, my father bought a cake. (Grise, 27)

(Al crecer era algo preestablecido que mis hermanas y yo deberíamos leer y reflexionar acerca del mundo que nos rodea de forma crítica y política. Mi padre creía que el pensamiento crítico y político era responsabilidad de todos, independientemente de su educación, raza, clase social o género. Odiaba el aburrimiento y la ignorancia, aún lo hace. Cuando murió Ronald Reagan, mi padre compró un pastel.)

Tomando nota del gesto de terror de su esposa respecto a esta celebración, él lo justificaba de la siguiente manera: “Ronald Reagan was an awful man, Emma. He was an awful, awful man” (27) (Ronald Reagan era un hombre deplorable, Emma. Era un hombre deplorable, deplorable). Durante su *performance*, Grise recuerda que su padre repetía esta frase: “again and again” (una y otra vez) mientras él “star[ed] blankly at the wall in front of him” (27) (con los ojos en blanco miraba a la pared que tenía enfrente). Cabe mencionar que, durante su presentación en 2017, Grise agitaba su puño en el aire repetidamente, imitando los movimientos de su padre mientras recordaba a Reagan, “un hombre deplorable, deplorable”. En este recuerdo, describía a su padre en un estado de trance mientras este repasaba en su mente la administración socioeconómica de Estados Unidos de Reagan, que traumatizó a la gente pobre del país y a cualquier persona que se preocupara por ellos.

En su “Note on Style” (Nota sobre el estilo), Grise explica que la *performance* “utilizes Chairman Mao’s 4 Minute Physical Fitness Plan as the basis for its gestural vocabulary” (Grise, 13) (utiliza el Plan de acondicionamiento físico de 4 minutos de Mao como la base de su expresión gestual). La relevancia de este vocabulario gestual se vuelve de lo más evidente en el “Ejercicio 2: Golpear”, a través del cual señala el impacto intergeneracional de la política estadounidense respecto a las personas pobres y de clase trabajadora. A través de este recuerdo vívido de la infancia, en especial el recuerdo de las expresiones físicas de su padre, Grise conecta el vocabulario gestual de la *performance* de un puño agitándose en el aire con la resistencia gestual de su familia de clase trabajadora. Mientras el puño subraya la perspectiva de su padre respecto a las atrocidades de Reagan, también apunta al vocabulario gestual de la resistencia de su familia contra el régimen aterrador del país. Esta combinación de detalles sobre la educación de su padre, su inclinación por el pensamiento crítico y su celebración de la muerte de Reagan muestra su confrontación diaria —y la de su familia— contra las fuerzas que llevan al desempoderamiento de las personas pobres y marginadas.

Estas tendencias políticas específicas llevan a su padre a desaprobador el “estilo de vida” adulta de Grise como artista. Ambos padres señalan lo materialmente impráctico de la profesión de “artista”. Grise parece darles la razón —que solo los adinerados pueden financiar el ocio de la vida de una artista— cuando en su *performance* de 2017, marca la palabra “artista” al abrir una maleta grande y antigua que contenía hojas de papel, que había transportado hasta ese punto. Al principio, saca hojas planas y bien acomodadas, pero al sacar más y más, los contenidos de la maleta se tornan en papeles arrugados y maltratados. Para cuando termina de sacar las hojas, estas son más bien bolas en lugar de hojas de papel. El papel arrugado no es solo perceptible de forma visual, sino también auditiva, haciendo ruidos mientras abandona la maleta.

La desesperación de Grise con tales cantidades de papel también es palpable. Grise, de forma visual, auditiva y corporal, conecta su experiencia como “artista” con la cantidad de papelería y burocracia necesaria para subsistir. Su interacción crítica y artística con tales cantidades de papelería también es una forma de testimonio sobre la influencia de su padre respecto a pensar de forma crítica y política acerca del mundo, sin importar su profesión.

Encontramos, sin embargo, que a pesar de la desaprobación de su padre sobre su “estilo de vida” como artista adulta, él también incentiva su creatividad. En la misma sección, “Ejercicio 2: Golpear”, Grise cuenta cómo aprendió acerca de “things girls at five shouldn’t know, no matter how grown they are” (Grise, 30) (cosas que las niñas de cinco años no deberían saber, sin importar lo maduras que sean). Inmediatamente después, describe a su mejor amiga imaginaria, Karla. Grise narra: “My father had read in one of his morning newspaper articles that creative, intelligent people have imaginary friends so he encouraged my mother to set a place for Karla at the dinner table one evening” (30) (Mi padre había leído en un artículo del periódico matutino que las personas creativas e inteligentes tienen amigos imaginarios, así que animó a mi madre a hacer un lugar para Karla en la mesa, para cenar una tarde). Su padre apoyó su creatividad con la esperanza de que Grise creciera como una adulta inteligente y con imaginación. También recuerda:

My mother made it halfway through dinner before she refused to continue playing my game of imaginary friend. She threw Karla’s plate on the floor, breaking it, and then took me by the arm, kicking, and screaming, to go see the curandera for some old skool healing. (Grise, 30)

(Mi madre apenas llegó a mitad de la cena antes de negarse a continuar con el juego de mi amiga imaginaria. Lanzó el plato de Karla al suelo, destrozándolo, me jaló del brazo, pateando y gritando, para llevarme con la curandera para algo de sanación a la antigua.)

Esta escena se presta a una multitud de lecturas interconectadas desde una perspectiva feminista. Por ejemplo, el apoyo de su padre implica más trabajo doméstico para la madre de Grise, quien pone (y probablemente limpia) la mesa; esto pudo ser el disparador para el enojo de su madre trabajadora. También, es posible que la madre de Grise sospeche que hay razones más siniestras —más allá de procesos normales de desarrollo— por las que una niña podría inventar amigos imaginarios. La intolerancia de la madre de

Grise hacia “Karla” y su consiguiente intento de sanar a su hija al llevarla a una curandera indica que pudo haber reconocido a Karla como un síntoma disociativo de un trauma producto de la violencia sexual a la que Grise alude en una escena previa (30).

En la siguiente secuencia y ejercicio (“Ejercicio 3: Presentar el arco”), Grise recrea una limpia para el susto llevada a cabo por su abuela, y cuenta:

I remember, or at least I think I remember, that one night when, underneath a dark sky, my grandmother took a white rock, held it in her hand, breathed on it. Then she placed it on a black skillet and lit it with a match. The rock melted. White rock, black skillet. My grandmother and my mother and my two sisters were all there. We performed this ritual behind the house when my father was asleep. (Grise, 33)

(Recuerdo, o al menos creo que recuerdo, una noche cuando, debajo de un cielo negro, mi abuela tomó una roca blanca, la sostuvo en la mano y exhaló sobre ella. Entonces la colocó sobre una sartén negra y la prendió con un fósforo. La roca se derritió. Roca blanca, sartén negra. Mi abuela, mi madre y mis dos hermanas estuvieron allí. Llevamos a cabo este ritual detrás de la casa mientras mi padre dormía.)

Aunque la roca usada en este ritual era probablemente piedra de alumbre, que se emplea en limpias, puedo apreciar la narración creativa de Grise en esta escena, ya que evoca imágenes mágicas de la luna sobre un cielo nocturno. La roca blanca se convierte en la luna, la sartén negra se convierte en el cielo, en un ritual que no fue llevado a cabo por un médico occidental, sino por un grupo de mujeres que usan el curanderismo para intentar un proceso de *healing* mientras el patriarca duerme. Esta limpia se lleva a cabo para curar el susto después de un evento que la espantó de forma tan profunda que su alma dejó su cuerpo. Explica: “Some people get so scared, so scared. Something has scared them so bad they leave their body. Some people die of fear even . . . At the age of five I had already learned fear, had already learned to be scared, scared of men, scared of the men on the street in my neighborhood” (34) (Algunas personas se asustan tanto, tanto. Algo las ha asustado tan fuertemente que dejan su cuerpo. Algunas personas incluso mueren de miedo . . . A la edad de cinco años ya había aprendido acerca del miedo, ya había aprendido a tener miedo, miedo de los hombres, miedo de los hombres en la calle en mi

barrio). Mientras recuerda, la narradora explica: “The rock melted into whatever was causing the fear. Mine melted into the shape of a man” (34) (La roca se derritió en la forma de la figura que estaba ocasionando el miedo. Mi roca se derritió en la forma de un hombre). Para este punto de la *performance*, entendemos que, a la edad de cinco años, la narradora fue agredida sexualmente por un hombre de su vecindario. Esta escena narra no solo la experiencia de Grise sino la experiencia colectiva (y aun así, aislada) de muchas mujeres de color que han tenido que lidiar con un tipo de trauma particular enraizado no solo en la misoginia sino en el racismo.¹⁴

Curiosamente, Grise hace una transición de la reacción violenta de su madre contra su amiga imaginaria Karla, hacia la escena de la limpia, al observar que “My mother was trying to cure me of my badness, but it only made me think that being Mexican was magic” (Grise, 31) (Mi madre estaba tratando de curarme de mi maldad, pero solo me hizo pensar que ser mexicane era magia). En otras palabras, Grise se resiste a la idea de que es “mala” y en lugar de esto se acepta a sí misma como “mágica”. Esta observación memorable marca el fin del “Ejercicio 2: Golpear”, pero pronto nos damos cuenta de que este recuerdo de ser controlada por “la maldad” desde el interior de su cuerpo es solo el inicio de su experiencia de vida con la sensación del mal-estar.

El hecho de haber colocado esta aseveración posterior a la discusión sobre la influencia política de su padre y como la introducción hacia la influencia psicoespiritual de su madre ilustra que Grise ha aprendido a reconocerse a sí misma como “mágica” a través de herramientas específicas para la resistencia, que ha heredado de sus padres. Grise demuestra cómo sus padres le han aportado sus herramientas distintivas para navegar el mundo como una niña que un día se convertiría en una mujer de color en un país capitalista, sexista, racista y, en general, violento. Su padre incentiva su pensamiento crítico y político como defensa para las personas más marginadas, y su madre le enseña el valor de esas herramientas indígenas asombrosas y ancestrales que fueron designadas como ilegítimas por los proponentes de las formas occidentales del ser y el saber. Mientras su padre se concentra en el pensamiento individual para respaldar lo colectivo, su madre le muestra la importancia del trabajo colectivo para curar el espíritu, alma y cuerpo individual. Tanto el pensamiento crítico como el curanderismo son herramientas heredadas a Grise que provienen de las luchas que ha tenido que llevar a cabo su familia materna y paterna. Grise presenta estos métodos como herramientas para “*ordering*” (ordenar) nuestro mundo “*disordered*” (desordenado). En ambos casos, hay un entendimiento de que el problema —aquello que nos hace enfermar— está fuera del cuerpo y no dentro. El reconocimiento de estas herramientas por parte de Grise, así como sus usos, implica su reconocimiento de que, aunque nos concentremos en el trauma (o el duelo, como lo describo previamente) que hemos heredado,

las generaciones previas a nosotres nos han transmitido sus propios esfuerzos para curarse de traumas sociopolíticos, históricos e intergeneracionales —sin importar cuán faltos de *healing* parezcan para nosotres.

El trabajo del psicólogo Eduardo Duran es útil para ayudarnos a entender la relevancia del alma. Este destaca la conexión entre entorno, mente y cuerpo al denotar el significado del alma en *psicología*, una palabra que se traduce literalmente como “estudio del alma”. Duran atribuye a la digresión de la psicología moderna de trabajar con el alma a la separación cartesiana del ser en cuerpo y alma. A través de su investigación, se percata de que los ancianos en la comunidad indígena describen sus problemas actuales como un resultado de una “spiritual injury, soul sickness, soul wounding, and ancestral hurt” (lesión espiritual, una enfermedad del alma, una herida del alma, y un dolor ancestral) que se ha transmitido a través de las generaciones. A partir de esto, hace un cambio de “psychologizing to spiritualizing” (psicologizar a espiritualizar),¹⁵ dos funciones conectadas con la curación del alma, en pos de comprometerse con las metáforas “espirituales” que son útiles para la comunidad indígena con la que trabaja. Explica que los ancianos entienden el trauma intergeneracional como “una herida ancestral” que es resultado del exterminio sistemático de las personas nativas. El saqueo de la tierra para obtener recursos desde el siglo XVI también ha tenido consecuencias serias:

[W]hen the earth is wounded, the people who are caretakers of the earth also are wounded at a very deep soul level. Earth wounding speaks to the process whereby people become destructive to the natural environment and disturb the natural order.¹⁶

(Cuando la tierra está herida, las personas que la cuidan también son heridas en el nivel más profundo del alma. Herir a la tierra se refiere al proceso mediante el cual las personas se convierten en seres destructivos hacia el medioambiente y perturban el orden natural de las cosas.)

Ya que el alma es energía y —como toda energía— está interconectada con cada cosa (líquido, gas, sólido, animales, plantas, rocas, tú, yo) como parte de un balance cósmico, cuando el alma está herida, toda la energía cósmica cae en un desbalance. El saludo maya *In lak'ech*, que se traduce como “Tú eres mi otro yo, y yo soy tu otro tú”, hace énfasis en esta interconexión, y nos recuerda cómo nuestras acciones hacia los demás también se dirigen hacia nosotres mismos. Las heridas del alma son heridas profundas que impactan a

todas las partes del mundo-yo (*world-self*). Duran explica: “[T]here is a process whereby unresolved trauma becomes more severe each time it is passed on to a subsequent generation” (Hay un proceso a través del cual el trauma no resuelto se vuelve más severo cada vez que se transmite a una nueva generación).¹⁷ Reitera entonces que el trauma se transmite entre generaciones, y que es acumulativo.

Así como la investigación indígena sobre la que se cimienta, la psicología chicana también honra el significado del espíritu y el alma, observando que “mental disorders are rooted in violations of the tonal—the spirit” (los trastornos mentales están enraizados en violaciones del tonal —el espíritu).¹⁸ Al describir el encuentro colonial, la psicóloga Yvette Flores reporta: “Those who survived the genocide carried in their spirits, bodies, and hearts the trauma of conquest and domination. They also kept in their souls and psyches the connection to the ancestors and their past” (Quienes sobrevivieron al genocidio llevaron en sus espíritus, cuerpos y corazones el trauma de la conquista y la dominación. También mantuvieron en sus almas y en su psique la conexión con sus ancestros y su pasado).¹⁹ El trauma histórico e intergeneracional sigue siendo un riesgo para el bienestar de les mexicanes y chicanos, en especial cuando aprendemos a navegar en el mundo a través de un sentido percibido de mal-estar. Utilizando la lente de los estudios culturales chicanos, Laura E. Pérez describe su herencia colonial y cultural como “un susto cultural” o “the ‘frightening’ of spirit from one’s body-mind in the colonial and neocolonial ordeals, the result of which is the ‘in-between’ state of nepantla, the postconquest condition of cultural fragmentation and social indeterminacy” (el susto del espíritu del cuerpo-mente propio hacia los problemas coloniales y neocoloniales, cuyo resultado es un estado de nepantla, un estado transicional, la condición posconquista de fragmentación cultural e indeterminación social).²⁰

Les chicanos y mexicanes usan el concepto de susto principalmente para explicar un suceso traumático. Entendemos el susto como una enfermedad espiritual que es consecuencia de haber perdido el alma propia.²¹ En otras palabras, como explica Elena Ávila, “trauma causes a part of the soul to get frightened and run away into hiding” (el trauma hace que parte del alma se asuste y se esconda) y “When this happens, a part of our energy is no longer accessible to us” (Cuando esto sucede, una parte de nuestra energía ya no está disponible para nosotres) y podemos enfermar porque “[w]e need 100 percent of our soul’s energy to be in good physical, mental, and spiritual health” (necesitamos el cien por cien de la energía de nuestra alma para tener una buena salud física, mental y espiritual).²² El susto o la pérdida del alma se refiere a un estado en el que no nos sentimos como nosotres mismos y/o que algo falta.²³ Las curanderas que usan las filosofías y prácticas indígenas explican que estos sentimientos surgen como consecuencia de una violación del tonal/espíritu

que encapsula y protege el alma. En su propia investigación y práctica, Flores integra modelos biomédicos tanto indígenas como occidentales en su estudio de la salud mental chicana. Las explicaciones biomédicas para los trastornos mentales tienden a referirse a un desbalance químico en el cuerpo. Aun así, las expresiones fisiológicas, cognitivas y emocionales de los malestares como el PTSD y el susto, por ejemplo, son similares.

Enraizamiento del PTSD en una sensación de mal-estar (wrongness)

Grise sugiere una conexión entre el susto en el “Ejercicio 3” al introducir el “Ejercicio 4: Patear la puerta” a través de una lista de diez características del PTSD, las cuales son presentadas en su *performance*. Toma un respiro profundo y explica que su padre, madre, hermanas y ella “suffer from PTSD” (Grise, 39) (sufren de PTSD). Acentúa el enunciado “sufre(n) de PTSD” cada vez que describe la forma en que su familia experimenta síntomas persistentes de distintos eventos traumáticos, incluyendo y comenzando con las tres campañas de servicio militar de su padre estadounidense durante la guerra de Vietnam contra los Estados Unidos. La frase y el verbo “sufrir”, en particular, funge para demostrar que su familia no solo vive con PTSD, sino que cada persona está sujeta a los efectos tortuosos de este.

Hay un ritmo en la *performance* antes de que exprese “I am lost” (Estoy perdida). Mientras Grise describe estar perdida en su nueva ciudad, Nueva York, nos percatamos de que la aseveración “Estoy perdida”, simultáneamente, se refiere a la descripción previa de la “pérdida” de su cuerpo, de sí misma, a la edad de cinco años cuando vive el susto y “something has scared [her] so bad [she] leave[s] [her] body” (algo la ha asustado tan fuertemente que abandona su cuerpo). Ese “algo”, ya lo ha insinuado, son “the men on the street in [her] neighborhood” (los hombres de la calle de su vecindario), a quienes denuncia en el “Ejercicio 3: Presentar el arco”. Contextualiza su entendimiento de este detalle, no obstante, en la siguiente sección, al reflexionar sobre perderse como una adulta en la ciudad de Nueva York:

You’d think I’d be used to it by now, being lost, but instead it causes me great anxiety and a whole lotta fear because I know what happens to women when they get lost, when they are somewhere they shouldn’t be, when they let on that they don’t know where they are going.

Because No Space Is Safe.
This is a concept I learned at a very young age.
It sucks being a woman, huh?
Yeah, it does (Grise, 40-41)

(Pensarías que ya me habría acostumbrado, estar perdida, pero, en lugar de eso, me produce una gran ansiedad y muchísimo miedo porque sé lo que les sucede a las mujeres cuando se pierden, cuando están en un lugar en el que no deberían, cuando dejan saber a otros que no saben hacia dónde van.

Porque Ningún Lugar Es Seguro.
Este es un concepto que aprendí a muy temprana edad.
Apesta ser mujer, ¿eh?
Sí, apesta)²⁴

A través de esta reflexión, Grise resalta los efectos persistentes del trauma que vivió cuando era niña. Reconoce los peligros de sexo y género específicos que se relacionan con estar perdida y desorientada como mujer. Como mujer, no puede equivocarse y no puede estar desprevenida en ningún lugar. Usa la mayúscula para acentuar la frase “Porque Ningún Lugar Es Seguro” como “un concepto”, una idea construida socialmente que se ha vuelto la norma. Como ser humano, esta presión le hace sentir una gran ansiedad. Asimismo, la pregunta “Apesta ser mujer, ¿eh?” no solo ayuda a dirigir la narrativa hacia el contexto médico de una clínica de aborto, sino que también ilustra que el trauma a manos de un hombre no fue un evento arbitrario; su experiencia está enraizada en su feminidad y en la parte de sí misma como mujer que los hombres (con más poder) intentarán controlar siempre que puedan hacerlo. Esto es, su trauma está enraizado en un sistema que denominamos “heteropatriarcado” porque existen demasiadas ocasiones en que no conocemos el nombre real de los hombres que viven en nuestras calles.

En el “Ejercicio 5: Estiramiento lateral”, nos enteramos de que la narradora de *Your Healing* no solo tiene PTSD sino también eczema intenso: “Allergies, rashes, hives, itchiness, dryness around my mouth and eyes, cracked and bleeding skin” (Grise, 46) (Alergias, erupciones, urticaria, comezón, sequedad alrededor de mi boca y ojos, piel agrietada y sangrienta), disparado por el calor de Nueva York, el polvo del tren subterráneo, el estrés y la mayoría de los ingredientes de la comida mexicana y china (48-49). Amigues,

profesionales de la salud y extrañas señalan su piel y hacen comentarios idénticos. Un médico del mercado negro que ha administrado un tratamiento a la narradora con una crema de esteroides eventualmente deja de recetar el medicamento adictivo y expresa, “I don’t know *what’s wrong with you*. You could have an autoimmune disorder” (48, énfasis mío) (No sé *qué está mal en ti*. Podrías tener un trastorno autoinmune). Una amiga recomienda a un trabajador social que atendería a la narradora gratuitamente. La amiga dice: “You just have to tell him you think you have AIDS” (Solo debes decirle que crees que tienes SIDA). La narradora responde incrédula, “Wait, what? AIDS? Well, you don’t know *what’s wrong with you* . . . Smash the stigma, honey” (Espera, ¿qué?, ¿sida? Bueno, no sabes *qué está mal en ti* . . . Rompe el estigma, querida), le aconseja su amiga (50, énfasis mío). En otra ocasión, la narradora está “seated between a junkie and hooker” (sentada entre una drogadicta y una prostituta), las dos mujeres la voltean a ver y le preguntan: “What happened to you mami? You look awful . . . *What’s wrong with you?*” (51, énfasis mío) (¿Qué te pasó, mami? Te ves horrible . . . ¿Qué está mal en ti?). La implicación es que la narradora se ve peor que las dos personas que la sociedad dominante espera que se vean “horribles”. Posteriormente, cuando el trabajador social hace un chequeo completo para diagnosticar enfermedades de transmisión sexual, reporta: “I don’t know *what’s wrong with you*. But I’m going to get you in to see a doctor today” (51, énfasis mío) (No sé *qué está mal en ti*. Pero voy a hacer que hoy veas a algún profesional de la salud). La médica hace todas las pruebas posibles y su jefe le cuestiona sobre por qué le hace tantas pruebas a la narradora. La médica explica: “I told him I didn’t know *what was wrong with you*” (53, énfasis mío) (Le dije que no sé *qué está mal en ti*). La narradora muestra la internalización de este sentido o sensación de mal-estar utilizando el mismo lenguaje que se presenta en sus conversaciones con diferentes personas (50-51). Solloza, “I don’t know *what’s wrong with me*” (51, énfasis mío) (No sé *qué es lo que está mal en mí*).

La teórica chicana feminista Gloria Anzaldúa explica más sobre esta sensación de mal-estar, y escribe: “As a person, I, as a people, we, Chicanos, blame ourselves, hate ourselves, terrorize ourselves. Most of this goes on unconsciously; we only know that we are hurting, we suspect that there is something ‘*wrong*’ with us, something fundamentally ‘*wrong*’” (Como persona, yo, como personas, nosotres, les chicanos, nos culpamos, nos odiamos, nos aterrorizamos. Casi todo esto sucede de forma inconsciente; solo sabemos que sentimos dolor, sospechamos que hay algo “*mal*” en nosotres, algo fundamentalmente malo).²⁵ Mientras Anzaldúa se enfoca en las heridas internas de les chicanos, como la vergüenza y el odio propio, Grise atiende las heridas tanto internas como externas; estas últimas las podemos interpretar como manifestaciones físicas de las sombras que ciñen al neoliberalismo.

En la misma sección que repite la frase “qué está mal en ti”, Grise expresa de forma explícita que las causas de nuestras enfermedades son sistémicas al usar el verbo “are killing” (están matando) en presente progresivo para nombrar a los culpables que contribuyen a la subsecuente y continua “pérdida” de nuestros cuerpos. Estos asesinos incluyen al neoliberalismo, la agresión sexual, el complejo industrial de cárceles, la violencia doméstica, la Reaganomía (*Reagonomics*), el heteropatriarcado, los silencios, el complejo industrial médico Monsanto, los alimentos procesados, la supremacía blanca y la gentrificación (Grise, 56-57). Estos problemas nos afectan a nivel material y, por lo tanto, físico y celular, y permean en nuestras vidas diarias. Al hacer introspección sobre su problema dermatológico, Grise demuestra que nuestros cuerpos —si no de forma inmediata, en algún momento— mostrarán signos de que estamos lastimados hasta en una escala microscópica.

Defensa personal colectiva: un proceso hacia la plenitud

“Doctors” (Los doctores), explica la narradora en *Your Healing*, “operate inside a system that ultimately doesn’t really care about your health” (Grise, 54) (operan dentro de un sistema que en lo ulterior no se preocupa por tu salud). Posteriormente, cuando describe lo que realmente la está matando, incluye, “Prescriptions that address the symptoms but not the cause are killing me” (56) (las recetas que atacan los síntomas pero no la causa me están matando). Estas descripciones de quién/qué la está matando nos ayudan a reconocer uno de los destinatarios del título de la *performance*, *Your Healing Is Killing Me*; las formas de *healing* prescritas por el complejo industrial médico la están matando. Con esto se refiere a que cuando pensamos en cómo cuidamos a la persona, debemos considerar las formas, los sistemas neocoloniales en los que estos tipos de *healing* operan. Bajo el neoliberalismo, el proceso de *healing* — como todo lo demás— es individualizado, y no ataca la raíz estructural de lo que nos enferma y termina por matarnos, como máximo ofrece una banda adhesiva en lo que el siguiente síntoma se manifiesta. La narradora nos recuerda lo que la poetisa y filósofa negra feminista Audre Lorde advirtió: “The master’s tools will never dismantle the master’s house” (63) (Las herramientas del esclavista nunca destruirán la casa del esclavista).²⁶ No podemos confiar en las formas en que nos matan para salvarnos.

Grise utiliza *Your Healing* como manifiesto. Es un manifiesto, dice, “Towards a Politic of Collective Self-Defense / Instead of Individualized Self-Care” (Hacia una Política de la Defensa Propia Colectiva / En Lugar de del Cuidado Personal Individualizado). Una instancia que demuestra el llamado de Grise a redefinir estos términos sucede durante su descripción de

una visita a un campus universitario. En el “Ejercicio 6: Tocar los dedos de los pies”, describe cómo, previo a su llegada, un grupo mayormente compuesto de estudiantes mujeres *queer* de color, había tomado el control de la oficina del presidente de la universidad con una lista de exigencias a la administración para abordar cuestiones desde falta de diversidad hasta agresión sexual en el campus. A pesar de que las exigencias de las estudiantes organizadoras se habían cumplido, aún existía una tensión palpable en el campus, por lo que el centro de estudios de las mujeres organizó un almuerzo-debate (*brown bag lunch*) para hablar sobre el cuidado personal. Les profesores a cargo del almuerzo guiaron a les estudiantes a través de un ejercicio de respiración, y una estudiante puertorriqueña gritó, “I can’t breathe” (Grise, 59) (No puedo respirar). Una profesora feminista blanca explicó en ese momento que cuando *ella* se siente avasallada y como si no pudiera respirar, habla con hadas para las que ha construido pequeñas casas en su patio (59, el énfasis es parte de la *performance*). Cuando la estudiante explica “Sometimes I feel like I’m going crazy” (A veces siento que me vuelvo loca), la profesora feminista blanca le recuerda no utilizar la palabra “loca” porque “language matters” (el lenguaje importa). La profesora feminista blanca aconseja a la estudiante caminar sola por el bosque o tomar un baño caliente (62). La mayoría de las estudiantes activistas se sienten “locas” porque, a pesar de que sus exigencias se han cumplido, el proyecto de la universidad en servicio del Estado no ha cambiado (63). *Your Healing* nos invita a tomar nota de que estas estudiantes necesitan un tipo diferente de *healing*: una forma colectiva de cuidado-personal, que alivie las necesidades de las personas y no del Estado.

Al concentrarse en *lo colectivo* en lugar de lo individual, el proceso de *healing* de Grise refleja lo que yo, inspirada por Anzaldúa, entiendo como un proceso hacia la plenitud (process toward wholeness) en lugar de un mero enmascaramiento de los síntomas.²⁷ En su trabajo publicado de manera póstuma, Anzaldúa explica: “Healing involves the restoration of power, life force, or soul” (Sanar involucra la restauración del poder, de la fuerza vital o el alma).²⁸ De manera similar, Renee Linklater (integrante de Rainy River First Nations), en su estudio de historias indígenas y estrategias para descolonizar el tratamiento del trauma, define “*healing*” como la restauración del equilibrio de todos los aspectos de la vida dentro del universo, incluido el equilibrio entre la vida interna y externa.²⁹ Anzaldúa se apoya en las enseñanzas del psicólogo junguiano James Hillman y aclara: “Healing is a deep change of attitude that involves an adjustment and abandonment of ego-heroics” (Sanar es un cambio profundo de actitud que involucra un ajuste y abandono del heroísmo del ego).³⁰ Abandonar el ego, el yo, nos ayuda a conectarnos con lo colectivo. En otras palabras, abandonar el ego nos permite entendernos a nosotres mismas como algo interconectado.

Pero ¿cómo reconciliamos estos llamados a la interconexión con la noción de una guerra desconectante (acentuada por el *Plan de acondicionamiento físico de 4 minutos* de Mao y las lecciones de *El arte de la guerra* de Sun Tzu), que funcionan como el trasfondo en esta *performance*? Grise provee una respuesta en el “Ejercicio 8: Saltos de tijera”, durante el cual describe su relación con los abolicionistas de las prisiones Fred Ho y Raúl Salinas, a quienes conoció a través de su amigo Rene Valdez. Hace un recuento de la petición que el activista político asiático-americano Fred Ho le hizo: crear una campaña educativa que girara en torno al activista político y escritor afroamericano Russel Maroon Shoatz (quien fue encarcelado y para ese entonces había pasado veintidós años consecutivos en confinamiento solitario), y prosigue con la petición de su mentor. También educa a la audiencia acerca de Salinas, quien, junto con los independentistas puertorriqueños, llevó a cabo una huelga a lo ancho de toda la prisión en una lucha por mejores condiciones de vida mientras estaba encarcelado en la penitenciaría estadounidense de Leavenworth, en Kansas. Grise plantea el activismo político de Salinas como parte de “interethnic and anticolonial formations” (formaciones anticoloniales e interétnicas) globales e interconectadas, que buscaban dirigir las miradas hacia los derechos de los prisioneros y los movimientos antiprisión. Ella explica: “The prison rebellion was not just about reform. It was a collective act of self-defense as well as pointing to something beyond the bars, an imagining of something, something better” (Grise, 73-74) (La rebelión carcelaria no solo trataba de reformar. Era un acto colectivo de defensa personal, así como algo que apuntaba más allá de los barrotes, un imaginar algo, algo mejor).³¹ De esta manera, Grise aclara que la defensa personal no tiene que ser forzosamente violenta y destructiva, en relación con cómo imaginamos típicamente la guerra. A su vez, subraya cómo la defensa personal casi siempre se ve incentivada por la capacidad de imaginar un resultado distinto y mejor.

Asimismo, en esta sección la narradora recuerda su sensación de ansiedad respecto a “navigate a system without any tools for self-defense” (Grise, 75) (tratar de navegar en un sistema sin ninguna herramienta para la defensa personal). Aquí, pone el foco en su preparación para la guerra no como un estado de violencia entre grupos, sino como una defensa a través de la estrategia contra las ideologías y sistemas que son las fuentes del trauma. (De nuevo, si ella considerara la defensa personal en términos de una guerra violenta entre naciones, tendría acceso a herramientas para defenderse, como las armas.) Previamente, cuando describe “imagining something better” (imaginar algo mejor), agita su puño.³² Cuando posteriormente trata de relajarse y abrir sus puños, comienza a tener ataques de pánico a mitad de la noche. Sus puños ponen en evidencia que la preparación (o falta de preparación) para la defensa personal, para la guerra y/o la revolución, induce una sensación de ansiedad

que de manera instintiva la lleva a un estado de lucha o parálisis. De manera significativa, la inunda el pánico cuando trata de escapar a la reacción instintiva de su cuerpo que recuerda al vocabulario gestual no solo de los ejercicios de Mao, sino también de su padre. Grise retrata la cruda dificultad de desaprofundar lecciones bien intencionadas, pero por lo general hirientes, respecto a luchar contra la opresión. El hecho de que sea incapaz de abrir sus puños sirve como recordatorio de que estas lecciones yacen en la profundidad de nuestro cuerpo y mente.

Grise intenta calmar los ataques de pánico repitiéndose a sí misma: “Trying to remember, try to remember, try to remember to breathe. 1 . . . 2 . . . 3 . . . 4 . . . Raúl came to me in my dreams. Raúl led me to Rene, Rene led me to Fred” (Grise, 75) (Trata de recordar, trata de recordar, trata de recordar respirar. 1 . . . 2 . . . 3 . . . 4 . . . Raúl me visitó en sueños. Raúl me guió hacia Rene, Rene me guió hacia Fred). A través de estas palabras, Grise trata de recordar no solo su propia respiración, sino que es parte de una red, de un colectivo, así como un activista la conectó con otro. Reconocernos a nosotros mismos como algo interconectado es necesario para crear estrategias y para ir “a la guerra” contra las ideologías y estructuras que contribuyen a nuestro trauma colectivo. El llamado de Grise a la “defensa personal” en lugar del “cuidado personal” es también evidenciador. Aunque ambos términos se concentran en el yo, el “cuidado personal” solo se preocupa por el yo y en muchas ocasiones intenta aminorar un daño que ya está hecho. Como el complejo médico industrial, el cuidado personal se dirige hacia los síntomas y no la causa de nuestro mal-estar. La “defensa personal” implica que hay perpetradores contra los que nos defendemos. Grise nos revela que, al igual que la curandera que observa la piedra de alumbre para encontrar lo que nos enferma, debemos trabajar juntas para identificar a nuestros homicidas colectivos.³³ Una vez que podemos nombrar el problema, aprender quiénes son los perpetradores, podemos defendernos de ellos y sus heroísmos del ego.

Hago énfasis en que la interconexión y la construcción de alianzas es importante porque aminoran lo que considero parte del problema que lleva al trauma intergeneracional, al trauma histórico y, en general, al trauma sistémico. La idea de que no estamos interconectados ni somos interdependientes, creo, lleva a lo que Valent identifica como “a state of disruption” (un estado de disrupción) durante el cual sentimos que nuestras vidas son amenazadas. Los traumas históricos que describí anteriormente, incluyendo el genocidio y la esclavitud, no habrían sucedido si los opresores hubieran reconocido nuestra interconexión. La “integración” —específicamente la integración psicobiológica de las narrativas del trauma— puede impactar nuestro proceso de *healing* de forma significativa.³⁴ El trabajo de artistas chicanas como Grise nos enseña que debemos también integrarnos a nosotros mismos hacia nuestra forma

completa como seres interdependientes. Debemos descolonizar las formas y redes de pensamiento que posicionan al yo como algo completamente separado del Otre. No podemos llevar a cabo este proceso hacia la integración de forma solitaria.

La performance como magia

Como *performance*, *Your Healing* comunica este proceso colectivo hacia la integración. En su “Note on Style”, Grise explica que su manifiesto es “a meditation on political and artistic practice” (una meditación sobre la práctica artística y política) y pone énfasis en el cuerpo como punto central para dicho ejercicio. En la nota, también describe su relación con el *Plan de acondicionamiento físico de 4 minutos* de Mao; en algún momento fue parte de la práctica regular de sus estudiantes durante la clase. Apunta:

For young people awkward and self conscious about their own bodies, it taught them how to breathe together, to move together in unison as an ensemble, how to commit to actions that at first might seem quite utilitarian (walking, reaching, punching), but in order to maintain the integrity of our collective movement they had to set intention for and follow through on each exercise. They had to show up, be present in their own bodies, and stay connected to each other. (Grise, 12)

(Para gente joven incómoda y avergonzada de sus cuerpos, fue una enseñanza de cómo respirar juntas, cómo moverse al unísono, como un ensemble, cómo comprometerse con acciones que en un principio pueden parecer utilitarias [caminar, estirar, golpear], pero a manera de mantener la integridad de nuestro movimiento colectivo tenían que marcar la intención y seguirla en cada ejercicio. Debían asistir, estar presentes en sus propios cuerpos, y mantenerse conectados entre sí mismos.)

Cuando asistí a la premier de *Your Healing* en el JACK, en el Bronx, Nueva York, en octubre de 2017, me percaté de cómo la *performance* por sí misma incita a una conexión similar entre la audiencia. La energía de la desilusión, ira, comedia, recuerdos y esperanza en ese lugar era palpable entre les aproximadamente cien asistentes, muchos quienes, como yo, son representantes

de “bodies in struggle, under attack, and the targets of structural violence” (cuerpos en estado de lucha, objeto de ataque, blancos de la violencia estructural), gente relacionada con “the disenfranchised bodies being killed off by neoliberalism” (los cuerpos privados de sus derechos asesinados por el neoliberalismo), un colectivo que denotó sus intenciones de ser testigo de una crítica hacia el capitalismo.³⁵ Compartimos la camaradería siendo guiados a través de emociones colectivas que seguro que reorganizaron nuestros cuerpos celulares (hasta cierto punto) mediante lo que se sintió como un trabajo de *healing*. Después de todo, como menciona M. Jacqui Alexander, “[B]ody work is healing work is justice work” (El trabajo físico es trabajo de sanación, es trabajo de justicia).³⁶

El set evocó la magia de un ritual de *healing* colectivo en el cual la audiencia, como les estudiantes de Grise que practicaron el Plan de ejercicios de 4 minutos, “had to show up, be present in their own bodies, and stay connected to each other” (Grise, 12) (tuvieron que asistir, estar presentes en sus cuerpos y mantenerse conectados entre sí). Peiyi Wong, diseñadora de set, escenógrafa y artista interdisciplinaria, evocó esta magia por medio de un telón brillante, plateado, andrajoso, para enmarcar los movimientos de Grise, y botellas de vidrio de colores para delinear los límites del espacio de la artista. Brillantes gemas y joyas fueron esparcidas por el suelo como para invitar e invocar a espíritus para el ritual. Era evidente que debíamos tomarnos en serio y ser partícipes de la afirmación de Grise “Being Mexican is magic” (Ser mexicana es magia).³⁷

De forma curiosa, una pila de libros rojos estaba colocada sobre un escritorio situado a mitad del espacio. Los libros incluían *Quotations from Chairman Mao Tse-Tung* (edición chino-inglés); *The Art of War* de Sun Tzu; un diario rojo de piel; *This Bridge Called My Back: Writings by Radical Women of Color*, editado por Cherríe Moraga y Gloria Anzaldúa; *Parable of the Sower* de Octavia Butler; *On Racial Icons: Blackness and the Public Imagination* de Nicole R. Fleetwood; *Dissonant Divas in Chicana Music: The Limits of La Onda*; *Two Plays by Olga Mukhina* de Deborah R. Varga, traducida por John Freedman; *Wicked Theory, Naked Practice: A Fred Ho Reader*, editada por Diane C. Fujino; *The Revolutionary Imaginations of Greater Mexico: Chicana/o Radicalism, Solidarity Politics, and Latin American Social Movements* de Alan Eladio Gómez, y *The Pagan Operetta* de Carl Hancock Rux. Este conjunto de libros, que incluye obras de muchas de sus amistades, no solo marcó visiblemente la influencia política de Grise, sino que fungió como un recordatorio visual de que la revolución no se manifestará a través del trabajo individual y desconectado. Así como estos libros rojos conspicuos están agrupados, debemos unirnos, mantener nuestra integridad y trabajar al unísono para producir una fuerza liberadora que no se pueda obviar.

La *performance* llama a un re-ordenamiento de nuestro ser y nuestra imaginación política. En su lista del *Plan de acondicionamiento físico de 4 minutos* de Mao, Grise añade “Walking” (Caminar) al inicio, marcando la escena de apertura de la presentación. De manera significativa, añade “Running” (Correr) como la última parte del plan y como la escena final de *Your Healing*. De esta forma, Grise, tanto como profesora como sanadora, nos recuerda correr —no caminar— hacia nuestra integración o plenitud colectiva a través del pensamiento crítico y la magia.

Notas

1. Se decidió mantener *healing* en inglés a lo largo de la investigación ya que, como Grise nos enseña, la palabra en dicho idioma ha sido apropiada por corporaciones y personas influyentes en las redes sociales (*influencers*), quienes, impulsadas por el ego, utilizan dicho vocabulario como mera palabrería para aplacar a cualquiera que esté lidiando con los efectos del trauma histórico e intergeneracional. Este movimiento que impulsa un proceso superficial de *healing* y cuidado personal (*self-care*) ha convertido ambas palabras en sinónimos de una forma de autocuidado individualizado carente de cualquier crítica a los sistemas heteropatriarcales, capacitistas y capitalistas, a pesar de que dichos cuestionamientos son necesarios para lograr un reordenamiento del ser en grupos marginalizados en los Estados Unidos que lidian con los efectos (desorden) del trastorno de estrés postraumático.
2. Emma Pérez, “Queering the borderlands: The challenges of excavating the invisible and unheard”, *Frontiers: A Journal of Women Studies* 24, nos. 2 y 3 (2003): 123.
3. Paul Valent, “Definitions of Trauma”, en *Encyclopedia of Trauma: An Interdisciplinary Guide*, ed. Charles R. Figley (Los Ángeles: SAGE Publications, 2013), 678.
4. Nathaniel Vincent Mohatt et al., “Historical trauma as public narrative: A conceptual review of how history impacts present-day health”, *Social Science and Medicine* 106 (2014): 128.
5. Para un entendimiento más profundo de cómo el trauma histórico ha afectado el sentido de identidad de les afrodescendientes, en especial en los Estados Unidos, ver Joy DeGruy, *Post Traumatic Slave Syndrome: America’s Legacy of Enduring Injury and Healing* (Portland, OR: Joy DeGruy Publications, 2005).
6. Patrisia Gonzales, *Red Medicine: Traditional Indigenous Rites of Birthing and Healing* (Tucson: University of Arizona Press, 2012), 221.
7. *Ibid.*, xxv y 222.
8. *Ibid.*, 222.
9. Al hacer alusión al PISD (de acuerdo con sus siglas en inglés), en inglés este se refiere a un “disorder” (desorden) en lugar de un “trastorno” (definición en español). Debido

al propósito de la investigación, se decidió traducir “disorder” como “des-orden” para establecer que en el proceso de *healing* que propone Virginia Grise, este apunta no a lo que está mal en el individuo (trastorno) sino a aquellos sistemas que le han infligido el trauma (des-ordenado). Es en este reconocimiento que cabe la posibilidad de lograr justamente un re-ordenamiento del ser.

10. Gonzales, *Red Medicine*, 222.
11. No estoy discutiendo que el malestar chicane sea “natural” o siquiera patológico. Los comportamientos que resultan del trauma son adaptativos y se asocian con el síndrome del superviviente, estrés traumático secundario, y/o crecimiento indirecto del trauma. Para un análisis de la relación entre estas experiencias, ver Eimer Cleary et al., “The meta-analytic relationship between secondary traumatic stress and vicarious posttraumatic growth in adults”, *Traumatology* 29, no. 1 (2023): 36-45.
12. Virginia Grise, contraportada y materiales promocionales para *Your Healing Is Killing Me*.
13. Virginia Grise, *Your Healing Is Killing Me* (Pittsburgh, PA: Plays Inverse, 2017), 31. Las referencias que siguen serán citadas entre paréntesis en el texto.
14. Para ver un ejemplo de un estudio que toma en serio la intersección de raza y sexo frente a la violencia sexual, ver Andrea Smith, *Conquest: Sexual Violence and American Indian Genocide* (Cambridge, MA: South End Press, 2005). Ver también Dorothy Roberts, *Killing the Black Body: Race, Reproduction, and the Meaning of Liberty* (Nueva York: Vintage, 1997).
15. Eduardo Duran, *Healing the Soul Wound: Counseling with American Indians and Other Native Peoples* (Nueva York: Teachers College Press, 2006), 16.
16. Ibid.
17. Ibid.
18. Yvette Flores, *Chicana and Chicano Mental Health: Alma, Mente y Corazón* (Tucson: University of Arizona Press, 2013), 65.
19. Ibid., 16.
20. Laura E. Pérez, *Chicana Art: The Politics of Spiritual and Aesthetic Altarities* (Durham, NC: Duke University Press, 2007), 21.
21. Elena Avila y Joy Parker, *Woman Who Glows in the Dark: A Curandera Reveals Traditional Aztec Secrets of Physical and Spiritual Health* (Nueva York: Tarcher/Putnam, 1999), 63.
22. Ibid., 19.
23. Ibid., 64.
24. Curiosamente, cuando Grise interpretó estas palabras en JACK del 5 al 7 de octubre de 2017, alguien en la audiencia que se presentó como una mujer blanca respondió audiblemente “No” a la pregunta “Es horrible ser mujer, ¿eh?”. Su respuesta me pareció obtusa en este escenario en el que una mujer de color reveló sus quejas contra un Estado que considera que su etnia, sexo y género son indignos. La respuesta de la persona de la audiencia también sirvió como un recordatorio de que, en los Estados Unidos, la “mujer” predeterminada es una mujer burguesa blanca autónoma

cuya posición puede no ser tan lamentable como la de una mujer de color de clase trabajadora.

25. Gloria Anzaldúa, *Borderlands/La Frontera: The New Mestiza*, 2a. ed. (San Francisco: Aunt Lute, 1999), 67. Énfasis mío.
26. Una banda sonora de la voz de Audre Lorde suena de fondo durante esta parte, “Ejercicio 6: Tocarse los dedos de los pies”, que ilustra cómo las voces y las lecciones de activistas mayores y antepasados también son herramientas para la curación y la liberación colectiva.
27. Anzaldúa evoca este proceso hacia la totalidad o restauración a través de sus teorías del proceso Coyolxauhqui y el imperativo Coyolxauhqui. Ver Anzaldúa, *Light in the Dark/Luz en lo Oscuro: Rewriting Identity, Spirituality, Reality*, ed. AnaLouise Keating (Durham, NC: Duke University Press, 2015).
28. *Ibid.*, 33.
29. Rene Linklater, *Decolonizing Trauma Work: Indigenous Stories and Strategies* (Halifax, Nueva Escocia: Fernwood Publishing, 2014), 77.
30. Anzaldúa, *Light in the Dark*, 29.
31. Grise sacudió el puño en este punto durante esta *performance* en 2017.
32. Las direcciones de escena no indican este gesto, pero noté que ella sacudió el puño en este punto de su *performance* de 2017.
33. Grise ofrece una larga lista de todo lo que la está matando en el “Ejercicio 5: Estiramiento lateral”.
34. Ver Bessel Van der Kolk, *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (Nueva York: Penguin, 2015).
35. Deborah R. Vargas, introducción a *Your Healing Is Killing Me*, por Virginia Grise (Pittsburgh, PA: Plays Inverse, 2017), 8.
36. M. Jacqui Alexander, “Remembering *This Bridge*, Remembering Ourselves”, en *Sing, Whisper, Shout, Pray: Feminist Visions for a Just World*, eds. Lisa Albrecht, M. Jacqui Alexander, Sharon Day y Mab Segrest (Fort Bragg, CA: EdgeWork Books, 2003), 627.
37. Estas son mis observaciones de mi asistencia al estreno de la *performance*. Las notas de escena y las instrucciones en la *performance* publicada no abordan estos detalles.

Obras citadas

- Alexander, M. Jacqui. “Remembering *This Bridge*, Remembering Ourselves”. En *Sing, Whisper, Shout, Pray: Feminist Visions for a Just World*. Editado por Lisa Albrecht, M. Jacqui Alexander, Sharon Day y Mab Segrest. Fort Bragg, CA: Edgework Books, 2003, 611-39.
- Anzaldúa, Gloria. *Borderlands/La Frontera: The New Mestiza*. 2a. ed. San Francisco: Aunt Lute, 1999.

- _____. *Light in the Dark/Luz en lo oscuro: Rewriting Identity, Spirituality, Reality*. Editado por AnaLouise Keating. Durham, NC: Duke University Press, 2015.
- Avila, Elena y Joy Parker. *Woman Who Glows in the Dark: A Curandera Reveals Traditional Aztec Secrets of Physical and Spiritual Health*. Nueva York: Tarcher/Putnam, 1999.
- Cleary, Eimer et al. "The meta-analytic relationship between secondary traumatic stress and vicarious posttraumatic growth in adults". *Traumatology* 29, no. 1 (2023): 36-45.
- DeGruy, Joy. *Post Traumatic Slave Syndrome: America's Legacy of Enduring Injury and Healing*. Portland, OR: Joy DeGruy Publications, 2005.
- Duran, Eduardo. *Healing the Soul Wound: Counseling with American Indians and Other Native Peoples*. Nueva York: Teachers College Press, 2006.
- Flores, Yvette G. *Chicana and Chicano Mental Health: Alma, Mente y Corazón*. Tucson: University of Arizona Press, 2013.
- Gonzales, Patricia. *Red Medicine: Traditional Indigenous Rites of Birthing and Healing*. Tucson: University of Arizona Press, 2012.
- Grise, Virginia. *Your Healing Is Killing Me*. Pittsburgh, PA: Plays Inverse, 2017.
- Linklater, Rene. *Decolonizing Trauma Work: Indigenous Stories and Strategies*. Halifax, Nueva Escocia: Fernwood Publishing, 2014.
- Mohatt, Nathaniel Vincent et al. "Historical trauma as public narrative: A conceptual review of how history impacts present-day health". *Social Science and Medicine* 106 (2014): 128-36.
- Pérez, Emma. "Queering the borderlands: The challenges of excavating the invisible and unheard". *Frontiers: A Journal of Women Studies* 24, nos. 2 y 3 (2003): 122-31.
- Pérez, Laura E. *Chicana Art: The Politics of Spiritual and Aesthetic Altarities*. Durham, NC: Duke University Press, 2007.
- Smith, Andrea. *Conquest: Sexual Violence and American Indian Genocide*. Cambridge, MA: South End Press, 2005.
- Valent, Paul. "Definitions of Trauma". En *Encyclopedia of Trauma: An Interdisciplinary Guide*. Editada por Charles R. Figley. Los Ángeles: SAGE Publications, 2013, 678-79.
- Van der Kolk, Bessel. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Nueva York: Penguin, 2015.
- Vargas, Deborah. Introducción a *Your Healing Is Killing Me*, por Virginia Grise. Pittsburgh, PA: Plays Inverse, 2017, 9-11.

Ramírez, Sara A. "'Ser mexicana es magia': integrando el trauma y re-ordenando el Yo en *Your Healing Is Killing Me* (Tu healing me está matando)." *Humanidades médicas: debates desde la literatura, el cine y las artes visuales*. Ed. Ana Forcinito. *Hispanic Issues On Line* 33 (2024): 48-71. Web.
