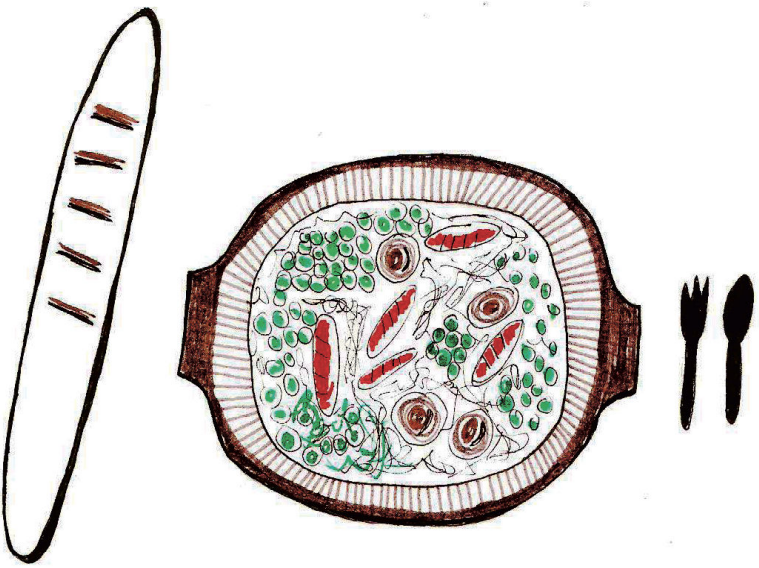
EL PUCHERO

FATzine del Komando Gordix



Enero 2020
Karcelona
Komando Gordix

INGREDIENTES

en la ciudad de la kosmopolicía del cuerpo,
quizá es la resistencia la que nos hermana

¡Bienvenide! En este fat-zine encontrarás poesía, cuentos, pasatiempos, ensayos, dibujos, fotografías y panfletos: todo hecho por gordes y sobre gordura.

Encontrarás tripas, michelines, estrías, celulitis, lágrimas, sangre, sonrisas, puños, pliegues, todo envuelto en el jugo gástrico del humor ácido, necesario para ser de digestión incómoda y lenta. Así que, tranki, siéntate, acuéstate a comer. ¡LA COMIDA ESTÁ SERVIDA!

Encontrarás olores, sabores, colores, ruiditos y tacto (sobre todo esto: caricias, abrazos y bofetadas). Encontrarás, quizá, buscando entre líneas, a une amigue, a une hermane, a tu madre, a ti misme...

Encontrarás reivindicación, ira, acción, reflexión, propuesta y revolcón, risa, venganza, autodefensa. Encontrarás, incluso, un suplemento anti-dieta para el verano y un álbum de fotos; el collage de las estrías y un "recorta, pinta y regordea"; pasatiempo musical y un correo para mandarle a tu médico.

En definitiva, encontrarás un poliedro de espejos, unas cuantas pinceladas de brocha gorda, unos retales de aquí y de allí que, cosidos los unos con los otros, juegan a poner en evidencia la necesidad de la lucha que nos ocupa: la anti-gordofobia.

Pero si por desgracia te equivocas, si llegas aquí con la mirada escéptica sobre el plato y te sientas a diseccionar con el cuchillo y el tenedor este nutritivo manjar que te ofrecemos para encontrar el clavo; prepara tu mente para recibir, si quieres, una buena ración de realidad, una gran dosis de crudos, una porción de confrontación. Porque este Fat-zine habla, sobre todo, y es innegable, de la vida. Y es desde la vida misma desde la que creamos. Una vez más, el hazlo-tú-misme, la autogestión. Porque creemos en la auto-representación como otra forma de lucha y resistencia. Porque, insistimos: el cuerpo gordo es una experiencia de vida válida y digna. Sin necesidad de aprobaciones externas. Y porque sí, ¡qué coño!, ¡porque queremos más salsa!, ¡porque el arte gordo es maravilloso en todas sus múltiples formas y posibilidades! ¡Y porque compartirlo y difundirlo nos lubrica un poco la huida entre los barrotes de esta jaula forzada!

Así que, ¡pasa! ¡pasa! ¡Bienvenide!
¡Abre la boca! ¡Buen provecho!

KOMANDO GORDIX
a fuego lento

LA GATA
SE VA
A
PONER
GORDA

LA GATA SE VA A PONER GORDA

¿gorda como tu preocupación por su salud?

¿o gorda como el olor a sudor
agrio y dulce a la vez?

¿gorda como el asco que llena la boca
de comida grasienta y gelatinosa?

sí, se va a poner gorda

gorda como la carcajada que te pegas
señalando al niño poco ágil
gorda como su madre aupándole en el parque
gorda como la kulpa
enrollada en las sábanas de la cama
gorda como la soledad mórbida
apretada en la tripa de la incomprensión
gorda como el NO al diagnóstico acusador
gorda como la prohibición
la falta de amigas
la falta de afecto
gorda como el sexo mordiendo y pidiendo
deseo perverso de una misma
deseo de caricia
ante el espejo
del esperpento
celulítico y blando

gorda como el llanto
como el poder arrebatado y rebatido
gorda como el vivir así
moverme así
comer así
vestirme así
sin tu permiso: gorda
como el ir y venir de mi cintura
contra tu prejuicio
gorda como el **DÉJAME EN PAZ**
como el **GORDA Y QUÉ?**
gorda como la torre en un tablero de ajedrez

poniendo en jaque al rey

sí, la gata se va a poner gorda
y la gorda se va a poner gata
¿gata como el propósito esbelto?
¿gata como la promesa de un lunes sensato?

no, gata así como **HARTA**

gata así como hasta el coño
lamido por su propia lengua áspera
gata así como pasando de todo
como que me la suda lo que pienses

gata como que vivo para mi placer y gusto

y **GORDA**
como el zarpazo que te llevas si le molestas.

Gorda empoderada y otras ficciones coloniales

Esta es una imagen compartida hasta el cansancio en redes sociales, seguramente su origen es alguna Fanpage antigordofóbica o alguna individualidad estrella que busca hacer mella en el discurso inspiracional del antes y el después de someterte a una dieta, una parodia de la típica fotografía donde a la izquierda aparece una gorda y a la derecha una irreconocible mujer delgada que supone ser la misma después de perder equix número de kilos.

La gordodobia como es bien sabido por nosotras, es un eje de opresión que va a afectar a todas las esferas de la vida de una persona (autoestima, vida sexual, familiar, laboral, etc), y además tiene un inherente **carácter eugenésico.** La corporalidad gorda existe en términos hegemónicos como un cuerpo que debe desaparecer para convertirse en una persona delgada.

Mientras tanto a las personas delgadas se les advierte constantemente, que deben estar en forma y no reproducir esta gordura.

Los procesos de pérdida de peso son espectacularizados en programas de televisión como The biggest loser, Mi vida con 300 kg, Extreme Makeover, entre muchos otros que hemos dejado de ver y donde todo tipo de humillación es legítima si al final se llega al momento esperado por la audiencia y el personaje se revela completamente acabado, esculpido en su versión delgada. **Nada vende mejor un producto adelgazante que esa síntesis visual del exterminio de la gordura.**

La parodia que hace este grafitti no es un simple guiño a desobedecer la dieta y permanecer gorda, esa permanencia es un grito de supervivencia, de resistirse a existir conforme a la norma y existir en tanto se permanece y se resiste. El grafitti es una oda a la existencia gorda que con solo existir es, en sí mismo, un acto de insubordinación.

Sin embargo, si miramos nuevamente la imagen, hay otro discurso. El *después* de la imagen es una gorda irreverente que le saca el dedo a la norma, le reta. Se nos presenta otra posibilidad de futuro, el empoderamiento personal, la aceptación de nuestro cuerpo tal y como es. Seguramente esta es la recta final, lo que muchos grupos de gordas que abordan el tema pretenden sembrar en las otras gordas que les siguen en redes, les escuchan en charlas o les leen en periódicos y revistas. Gordas a las que queremos infinitamente y han dejado mucho aprendizaje y amor en su andar.

Sin embargo, tanto en la imagen parodiada como en la parodia, tanto en el paradigma gordofóbico como en el discurso antigordofobia, encontramos la monocultura del tiempo lineal. En ambas se inserta el pensamiento evolucionista occidental.

Un *antes* colmado de gordofobia interiorizada, culpa, desamor, baja autoestima y un después de liberación, amor propio, de irreverencia y puro **FAT POWER**. La felicidad nuevamente, otra vez, allí, a la vuelta de la esquina. Si no se alcanza con dieta, la compraremos con frases inspiracionales, lecturas varias, espacios seguros, asambleas de gordas... Toda esa fuerza colectiva en aras de lo que se nos prometió debía ser una buena vida.

En la bitácora de una gorda abundan los motivos para que esta promesa se haga añicos contra el suelo y se repita el ciclo de culpabilizarse por dejarse afectar por una multiplicidad de manifestaciones gordófobas. Y como frase tántrica nos repetimos: **Son procesos.** Y así somos el eterno proceso del producto que no llega a ser...

¿Ser o no ser? No es Shakespeare. Es Fanon.

Sí Fanon, Fanon teorizando sobre la construcción de lo humano y lo *otro*, sobre la zona del ser y del no-ser, aquello que es privilegiadamente, ampliamente, reconocidamente *"humano"* y su relación de dominación con *"lo otro"* las personas no-humanas, sub-humanas, las animalidades y humanidades históricamente negadas. *Otredad* que va a inscribirse en la piel, aunque va a enmarcar determinadas prácticas religiosas, étnicas o culturales.

Este paradigma que construye el mundo en el que vivimos, articula una lógica de pensamiento donde la gordofobia y otras violencias se insertan y se validan bajo esta misma organización jerárquica de los cuerpos y los territorios. El racismo normalizará la existencia de cuerpos válidos y no-validos, de ***cuerpos que son*** versus ***cuerpos que tienen el DEBER de llegar a ser,*** donde lo delgado encarna valores estéticos, éticos, saludables, mientras la gordura es la ausencia de ellos, lo que no es ni estético, ni ético, ni saludable.

El racismo, del que mis queridas amigas gordas blancas se benefician, es a su vez el eje vertebrador de la violencia que viven. Pese a esto, la gordofobia va a experimentarse ***abismalmente*** distinta entre las personas gordas que tiene un privilegio racial y las que no. Obviamente, tampoco será lo mismo si el cuerpo gordo es leído como femenino (incluso la gordura aporta elementos para esa lectura). La construcción y experiencia de esta opresión estará fuertemente vinculada a categorías de género, clase, capacidades, disidencias sexuales, etc.

Así mismo, la agenda política antigordofóbica también va a construirse con horizontes muy distintos; porque lo gordo-blanco tiene acceso a mecanismos de emancipación, bajo discursos de inclusión, igualdad, empoderamiento, etc., como el de la imagen del *antes* y el *después* que abre este texto. Sin embargo, estos discursos van a estrellarse con las realidades de *las gordas* ***otras***, cuyas búsquedas libertarias no radican en una opresión en concreto, si no arremeten directamente contra la raíz de estos yugos y proponen paradigmas radicalmente nuevos.

Someramente bosquejado lo anterior, las preguntas obligadas son: ¿Podemos las gordas blancas y las gordas *otras* construir una alianza desde aquí? Ustedes, gordas blancas, ¿repudian radicalmente la gordofobia? ¿o su lucha está en emanciparse de ella y construir un espacio de salvación?

¡Bienvenidas las radicalmente gordas, las radicalmente asquerosas y grasas, las insalvables! Bienvenidas las que luchan, porque entonces, la lucha antigordofobica será antirracista o no será.

Escritura situada desde una gorda migrante racializada.
Ilustración: Frances Cannon
Referencias:

- Prólogo de Lucrecia Masson del libro *Tienes Derecho a Permanecer Gorda*, de Virgie Tovar.
- Franz Fanon, Boaventura de Sousa Santos.

AL SEÑOR DEL TIOVIVO

Esta es una historia que fluye entre el recuerdo y la imaginación, entre mis siete años, las fiestas de pueblo y el azúcar de algodón; entre el descampado, las ranas metálicas cargadas de colores, niños corriendo por pura emoción de poder volar y poner a mil su corazón.

Y ahí estaba yo, mi familia y yo, seres gordos llamando la atención pasando el rato de un domingo de mayo en... espera que quiero salir de la -o.

Subir en dragonkanes nunca fue algo que me interesara, pasear entre las luces de neón me ayudaba a evadirme y me flipaban a la vez que me daban miedo esos remaches que, en teoría, unificaban cada rama de metal y cada rueda de coche de choque.

Pero ese día, por alguna extraña razón, me ilusioné. Quise subirme a ese caballo o igual era a ese tren de colores llamativos que daban vueltas sobre sí mismos.
Y pregunté, en realidad pregunto mi padre.
yo esperaba en el andén imaginario del tiovivo rojo y blanco y... no sé por qué subirme no era posible, decidieron que mi cuerpo era demasiado esférico, demasiado pesado, ¿demasiado poco flexible?

En realidad, me convirtieron, con solo una mirada, en un ser de acero capaz de romper con mi culo su suelo, de llegar, desmontar los tornillos y llenar el sitio de fuego.

En solo un segundo, mi gordo cuerpo les dio miedo, no puedo interpretarlo de otra manera, la verdad. Miedo a que su atracción de toneladas de peso pudiera caer en mis redes destructivas sin darme cuenta de ello, solo por sentarme al caballo rosa y agarrarme de su cuello; miedo de que la presión de sus arandelas ceda al verme de lejos, huyan todas como si esto fuera un juego. Déjame imaginarme al pobre tiovivo débil y ligero ante esa Carme de siete años que muy a mi pesar ni por asomo podría doblar ni el más mínimo trozo de acero, ni quitar un engranaje, ni saber qué era el queroseno.

Esto está muy lejos de ser miedo, ¿Cuántos kilos creéis que aguantan las placas de hierro? ¿Quién decide qué es mucho, qué es poco, qué es menos? Recuerdo a mi padre enfadado, intentando disimular, poniéndole amor a la frustración de mi deseo. Y me recuerdo a mí entendiendo que así era aquello, tranquila, prosiguiendo mi paseo.

La verdad es que es por miradas como la suya, señor del tiovivo, que a veces aún sueño que soy esa gigante que aplastaría con solo el dedo pequeño su caseta gris con llamativos destellos.

Es por miradas como la suya, señor del tiovivo, que sigo soñando en recubrir vuestros sueños con mi grasa radioactiva de acero, y sí, por miradas como la suya, demasiado pequeña empecé a entender de qué va esto de que mi cuerpo nunca será lo suficientemente bueno.

Déjeme decirle, señor del tiovivo, que estoy en proceso de querer a este cuerpo y que de verdad sé que todo era por miedo, que efectivamente, puedo destruir su tiovivo con solo un pequeño soplo de viento.

GORDOVEGANISMO

Hablar de mí es hablar de gordura.
Hablar de mí es hablar de veganismo.
La primera me acompaña desde peque, no fue elegida, de hecho, fue muy odiada, aunque hoy la abrazo.

El segundo fue mi elección, desobediencia hecha cuerpo cuando la violencia se normaliza en cada aspecto micropolítico de nuestra existencia.

No me entiendo sin gordura, no me entiendo sin antiespecismo.

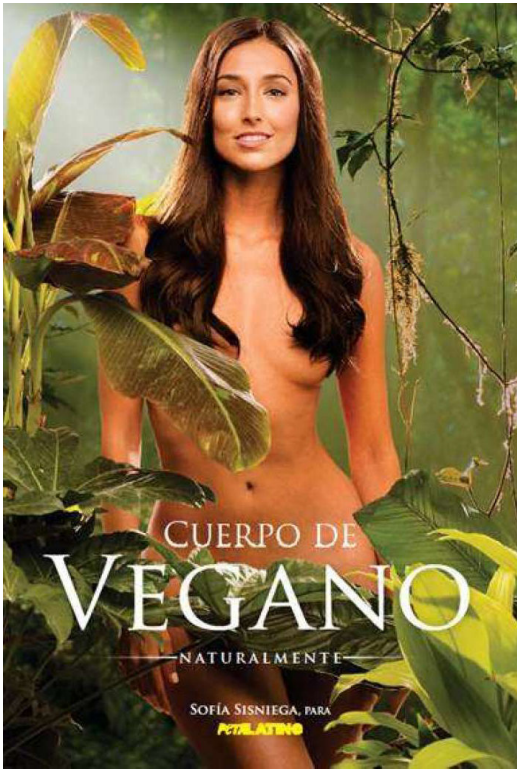
Y aunque este mundo intenta disolver las conexiones profundas y aislar los hechos, yo sé que la fuerza que sale de mi ombligo va mucho más allá del yo. Recuerdo el videoclip de la canción de Goldfinger, "Free me". Ese video todavía me hace llorar cuando lo veo. Me desgarra por dentro.

Me hice vegetariana con 15 años, cuando entendí que nadie quiere ser asesinada ni encerrada para el placer de otra. Yo no quería ser esa otra que demandaba un placer hiriente, violento y supremacista. Yo sabía lo que era la violencia corporal y lo que era ser diferente en un mundo que no acoge tu diferencia como válida.

No os confundáis, nunca todo fue tan claro. Primero, cuando me hice vegetariana por razones antiespecistas, aún había en mí una pequeña esperanza de adelgazamiento.

El veganismo, que no es una dieta, sería sin embargo una especie de 2x1 de ética y salud*.

**toda está película partía de la falsa premisa de que la delgadez significa salud y la gordura enfermedad, pero es otro temazo que no voy a cubrir ahora.*



Haces algo por los demás animales (o más bien dejas de hacer algo, oprimirles) y el universo te premia con un cuerpazo vegano de película como el del anuncio de PETA Latino con Sofía Sisniega. Porque claro, **¿cómo os imagináis "el" cuerpo vegano? Gordo seguro que no.**

Parece que, en el imaginario colectivo, la comida vegana está empezando a verse como comida deliciosa de todo tipo y no únicamente como ensalada o césped, que es lo que la gente cree que comes cuando se menciona el veganismo en la mesa.

Me hice vegetariana, y luego vegana sin muchos referentes. Me acuerdo de pensar, ¿cómo se es vegetariana en este mundo? Y no era por falta de opciones sobre qué comer, con qué materiales textiles vestirme, cómo obtener productos no testados en animales o qué formas de ocio podía tener que no perjudicaran a nadie.

El problema era soportar todas las bromitas, chistes y menosprecios de un entorno sin disposición a escuchar, entender, dialogar, ni mucho menos cambiar. Un entorno que me sonreía porque pensaba que así, al menos, podría adelgazar, y algo bueno se podría ganar de esta ingenua y radical idea de respeto a los animales que se le había ocurrido a esta loca. O que se me pasaría en unos meses, que no me podría contener ante el placer de un buen bocado de _____ [inserte aquí su comida especista preferida].

Entender el especismo y su magnitud puede ser demoledor. Te inunda una incomprensión y una soledad tremenda al hacerte consciente de cómo personas que amas son incapaces de entender la opresión a la que sometemos al resto de animales de este mundo. Te genera rabia y vergüenza de especie. Te genera dolor, impotencia y culpa por las dimensiones inabarcables de esta injusticia tan popular y socialmente aceptada. Y una se niega a aceptar que los amores de la vida de una no van a cambiar. Yo aún no lo acepto porque aún pienso que el cambio es necesario y posible. Pero aprendes a (sobre)vivir con esa ruptura de afinidad y esa incomprensión.

Es paradójico porque, a su vez, estás menos sola que nunca. Te conviertes en **aliada** de aproximadamente un millón de especies cuyos nombres no siempre puedes pronunciar fácilmente, pero que sabes que habitan el mundo contigo, que habitan sus mundos en un mundo a su vez común. Dejas de "estar sola" y encuentras complicidad en el canto de las aves, en el caminar de los insectos, en los mugidos de las vacas y las miradas de los perros.

De pronto tu ombligo, tu yo *(lo que mierda sea que significa eso)*, tus lorzas que antes eran foco constante de preocupación pasan, quizás, a un segundo plano. Las punzadas en mi estómago con cada comentario susurrado o gritado sobre mi cuerpo no era ya nada en comparación a lo que pasan otras. **Las comparaciones son odiosas.** Mi dolor es mío, mi rabia es mía.

La gordofobia duele y no es más ni menos que opresión corporal. Cuando la gente me mira, mi cuerpo es un filtro sobre mi salud, mi belleza, mi género e incluso mis habilidades o valores. Para muches, que no podrán ver más allá, seré la gorda indeseable, fea, asquerosa, bollera resentida por no haber sido deseada por un hombre. Seré la graciosa, la buena, la maja, la buena amiga, la "blandita", la que no se ha tomado en serio su cuerpo, la que no hace ejercicio, la que come insano y es insana, la que no es capaz de **controlarse.**

Demasiadas suposiciones a solo un golpe de ojo. Demasiadas explicaciones que no tengo ni tenemos que dar las gordas para revertir los estereotipos y prejuicios ajenos.

Texto de la imagen : Barriga Vegana

Te preguntarás… Pues muy bien, pero ¿qué tiene esto que ver con los animales no humanos y con el veganismo?

A lo largo de mi infancia y adolescencia he crecido pensando que conocería a las personas que fueran capaces de "*ver más allá*", de conocer "mi belleza interior". Era todo un relato intelectualoide con bastante sentido, basado en la idea de que como mi cuerpo era una mierda, solo las personas que no fueran tan superficiales serían capaces de acceder realmente a mí y ver lo maravillosa que en realidad soy. Ese filtro, por supuesto, pues molaba. Porque esa gente sabía ver más *allá*.

Este relato me ayudó a sobrellevar mi gordura, por supuesto mientras intentaba superarla, porque llegaría el día en que conseguiría tomar el control de mi cuerpo, moldearlo como en la tele (antes-después) y ser exitosa y deseada. Ligaría y mi vida sería como la de las series o la de mis amigas.

No sé exactamente cómo ni por qué fue, recuerdo mirarme un día en el espejo, después de mil dietas fracasadas y de haberme repetido múltiples veces ese mantra de que mi vida iba a empezar con mi delgadez, una nueva yo acechando dentro de mí, como si la grasa fueran capas de personalidad… Recuerdo ese día en el que me miré a los ojos en un espejo y me sinceré conmigo, ¿acaso llegará ese hipotético día alguna vez? ¿Y si esta soy y tengo que empezar a vivirme desde ya en lugar de seguir postergándome para el inexistente-futuro-delgado?

Sabía que ese pensamiento era lo más sincero que me había permitido ser en mucho tiempo. Y era jodido de aceptar. Esa tarde no paré de llorar.

¿Qué ves cuando ves un gato? ¿Y una gallina? ¿Has visto alguna vez una? ¿Te has dejado mirar por ella? ¿Le has mirado a los ojos? ¿Le has permitido tocarte con su pico (donde experimenta su sentido del tacto)? ¿Has olido alguna vez una oveja? ¿Y un perro? ¿Te gusta(ría) acariciar su pelo?

¿Te gusta el sabor del cuerpo muerto de un cerdo desconocido? A mí solía gustarme, porque solía no pensar en que me estaba comiendo el cuerpo muerto de un cerdo desconocido. No solía pensar en cómo había sido su vida, en sus afectos, en sus miedos, en sus anhelos. No solía pensar que masticaba los músculos y la piel de otra. De un ser que respiró y sufrió para después llegar a mi estómago.

El especismo y la gordofobia consisten en no-ver en un sentido moral pero también casi literal. Consisten en llenar cuerpos con sentidos importados a nuestros cerebros sin ningún tipo de filtro crítico, sin ver a las verdaderas personas que esos cuerpos son.

El **especismo** permite que la diversidad corporal, de capacidades, de cultura, lenguaje y forma de habitar el mundo, todo ello contenido en la diferencia de especie, se convierta en condena en el encuentro con lo humano. Condena que cosifica, idealiza, atrapa, encierra, asesina, tortura, disecciona, raja, hiere, electrocuta, congela vivo, gasea y ahoga a quienes son diferentes. Porque son mercancías. Porque son un medio para el placer humano.

La **gordofobia** permite que la diversidad corporal, de capacidades, de cultura, lenguaje y forma de habitar el mundo, todo ello contenido en la diferencia de peso y talla corporal, se convierta en condena en el encuentro con lo delgado-normativo impuesto. Condena que cosifica, fetichiza, atrapa, encierra, insulta, ansía, deprime, frustra, hiere o asesina a quienes son diferentes. Porque son mercancías. Y porque no son el medio esperado para el placer de ciertos humanos.

Los animales no humanos no son mercancías productivas, alimento, entretenimiento, ropa, no son probetas o medios de transporte, no son terapias emocionales ni trofeos para machos, aunque así estén socialmente considerados. No son obedientes y eso se castiga con el encierro,

los golpes, la esterilización y reproducción forzada, la violencia psicológica, la domesticación y el (ab)uso constante.

Las personas gordas no somos mercancías productivas, deseables, ni generadoras de capital erótico, aunque así estemos socialmente consideradas. No somos obedientes y eso se castiga con la culpa obligatoria, la exclusión sexual y laboral, el juicio moral, el estigma, el asco, el desprecio, la patologización y la inferiorización constante.

La lucha antigordofóbica y la antiespecista están tan dentro de mí que no me es sencillo separar dónde empieza una y acaba otra, o hasta qué profundidad configuran mi existencia. Y la verdad, tampoco importa. **Porque en las resistencias identitarias lo mío es el gordoveganismo.** Más allá de la etiqueta, **como reflexión creativa-activa sobre mi lugar en el mundo.**

Un **gordoveganismo** antidieta que **entiende el cuerpo como espacio de liberación colectiva y no como cementerio de cuerpos ajenos.** Que sabe que el cuerpo vegano ideal es cualquier cuerpo que adopte el veganismo como la práctica ético-política antiespecista coherente (y no pura) que no quiere participar de la opresión de las no humanas.

Que los cuerpos veganos somos flacos y gordos, peludos y pelados, blancos, morenos, negros, con pecas, arrugas y lunares.

Con granos y heriditas, con cicatrices visibles e invisibles, con géneros y pesos fluidos y mutables, estrías, tatuajes, sillas de ruedas y quizás gafas.

Un gordoveganismo que tiene que ver con la vida elegida, con micro y macro política, con la autocrítica y la humildad, con los dilemas, el temblor, la duda y el deseo de cambiar(nos) y de-construir-nos.

Que es ejercicio de amor al ahora, a lo que somos hoy en cuerpo presente y a respetar a todos los animales que existen y quieren seguir existiendo con autonomía, cuidados y respeto.

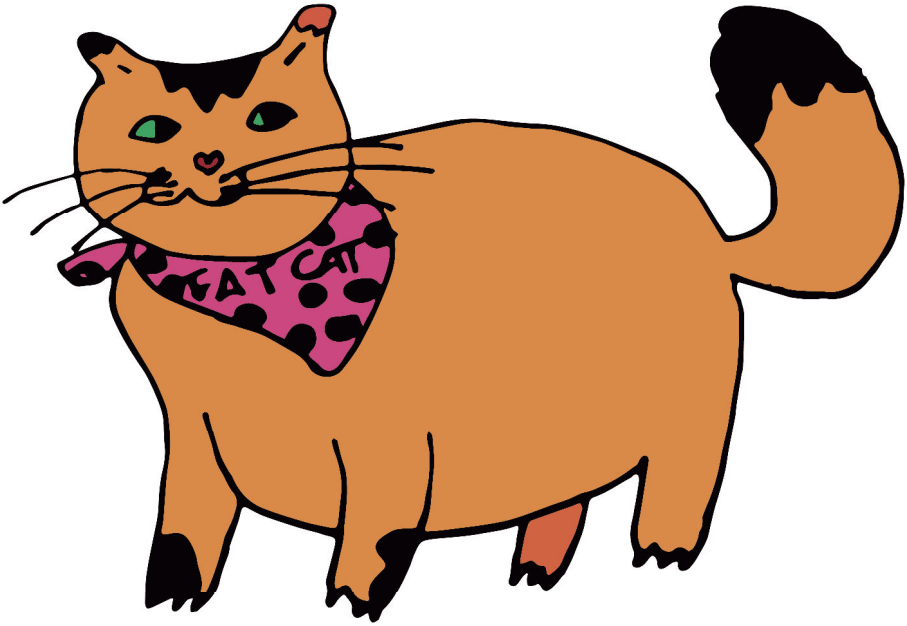
Que es potencia de liberación colectiva, abrazo a la animalidad común y la diferencia corporal en toda su amplia belleza.

Gordoveganismo: compromiso encarnado que repiensa la mirada hacia un nosotras.

Que entiende que un cuerpo
nunca
va
solo
sino que está
inevitablemente
ligado
a otras
(re)existencias.

G:

G, de *grande*
G, de *gordx*
G, podría ser de *guapx*
G, pero se asocia más a *guarrx*
G, como el cuerpo de la *guitarra*
G, redondo y esbelto como el *girasol*
G, del cuadrúpedo, que anda por los tejados, *gatx*
G, de mujeres invisibilizadas que luchan desde hace siglos, de *guerrera*



Mutando
cuando engordo / *cuando adelgazo*

cuando engordo la ropa me aprieta

cuando adelgazo tú me dices "guapa"

cuando engordo ya no dices "qué guapa, qué bonita camiseta, qué bien te sienta"

cuando adelgazo tu deseo aumenta

cuando engordo mi culo no cabe en la silla,ni mis piernas bajo la mesa y la pieza encaja y la ropa también y tu mirada cambia

cuando engordo me molesta la ropa, me molesta la gente,
me molestan las bragas...

cuando adelgazo me encuentro IN

cuando engordo estoy a la defensiva, me siento gorda todo el tiempo

y pienso "un poco más, solo un poco más..." me percibo inmensa, desproporcionada fantasmas con bata y la mirada de mi madre orgullosa de tener una hija menos gorda

cuando engordo sí quepo en las puertas: quizá de lado, quizá rozando, quizá arrasando todo lo que hay en la mesa

ay!!! y yo podría alcanzar el éxito, ¿me dejarías ser parte de él?

cuando engordo el mundo se hace casita de muñecas y yo soy nora, y doy el portazo y rompo el esquema

cuando adelgazo tu deseo aumenta

cuando engordo me percibo inmensa y todo y todas quedáis

pequeñas: tu cariño también mengua:“¿quién va a querer a una gorda como esta?”

oscilo entre la gordura y los pantalones que estaban al final del armario que ahora están al principio

cuando engordo todo me estorba: la gente, su mirada, la ropa, las bragas

cuando adelgazo fluctúa mi amor, mi identidad... y tú me dices “guapa”
cuando engordo se clavan las costuras en mis caderas, en mis ingles, en mi tripa, en mis tetas

“gorda”es más que una balanza

mis músculos se chocan, se rozan, se besan

“gorda” va de resistencia

se irrita mi piel elástica y la rozadura se hace vergüenza

“gorda” va de romper croquis

y yo me desdomestico, me expando, me transpiro, me desbordo, me descalzo las bragas, las mallas, las medias, aquella camiseta que ya no me entra

va de olladas cruzadas

y muto a “puta gorda”, a gorda asquerosa, a “obesa mórbida”

va de partirse

habito en mí un poquito menos cómoda, pero queridas, la incomodidad es solo vuestra: os corresponde recogerla, tragarla y lidiar con ella

transmutando deseos

cuando engordo voy sola, voy sin bragas, duermo en bolas y eso os molesta

"gorda" va de plantarte

Cuando engordo no estoy disponible, soy insana, perezosa e incapaz incapaz de someterme, incapaz de seguiros el rollo de la moda

incapaz de la macrobiótica, la piña, los gramos, las calorías y la buena onda

"gorda" va de romper con lo incapaz

entonces soy la histérica , la gorda exagerada

salir y quebrar armarios

la hiper-sensible a la defensiva, la rara

y okupar espacios prohibidos

esta soy yo y no quepo en tu salón

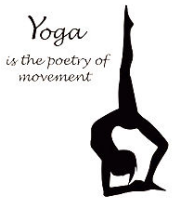
va de hacer gordas las delgadas líneas

y cada día soy más gorda, desdomésticada, abrumadora y monstruosa

cuando adelgazo yo me digo GORDA y tú me dices "guapa"

pero, lo siento, señoras, cuando se trata de mí, estoy de mi lado, nunca en mi contra

Bitácora de una gorda



Un cigarrillo después del gimnasio, el cuerpo extenuado, el culo sudoroso y caliente sobre la banqueta fría. Hay que reponer las reservas de hollín de los alvéolos anteriormente excitados, como un racimo de flores marinas se abrían y cerraban intermitentemente, ahora solo inhalan en toda su maravillosa apertura la bocanada del tabaco quemándose, el humo de los coches, incluso el polvillo sucio que levanta cada paso del caminar de cada uno de los transeúntes.

Hoy comparto banqueta con un grupo de adolescentes, se ríen tan estrepitosamente que, si es verdad, aquello de que hemos tenido otras vidas, ellas son la reencarnación del motor de un vehículo descacharrado. En hilera comparten el filo de la acera, el uniforme gris a cuadros de la secundaria y la risa en un mismo tono de labial rojo borgoña. Un bulto mucho más grande se encuentra en segunda línea, sentada en el suelo, comiendo sus espaldas y abriéndose paso entre los cuellos, asoma su rostro redondo. Una luna llena con ojos, nariz y boca, tímidamente pregunta:

- ¿De qué se ríen?

Una carcajada al unísono es la respuesta. Ni una tortuga hubiese regresado tan rápidamente al interior de su caparazón como aquella cara regresa inmediatamente a su sitio.

La conversación continúa su ritmo, mantiene como protagonistas a las chicas que por fin han parado de reír. Atrás, enmudecida, el bulto es una colegiala de unos 15 años, con más de 120 kilos de peso. Mis ojos, al igual que los tuyos, también son una balanza. Es enorme, ni el cuerpo de las cuatro jovencitas logran cubrir del todo, todo su despliegue existencial.

Sobre amor, locura, muerte y… dietas, versaba todo lo que había leído hasta ese momento. Literatura y revistas COSMOPOLITAN Sin embargo, mi expertise ya radicaba en la lectura del gesto, aquello que no es palabra hablada, ni escrita. Eso que no es una acción en concreto, pero es algo, que no puede ser interpelado ni con la voz, ni con las letras, ni con el gesto mismo, ese algo tan sutil como atrozmente violento, que lastima e inmoviliza simultáneamente.

– Vamos a casa – Me dije.
– Deberías irte – Me repetí.

La vocecilla interna, la presentadora estrella del talk show permanente de mi cabeza, aún con el cigarrillo encendido que había apagado 5 minutos antes, me recomendaba la huída de la contemplación. Su consejo llegó tarde, se le adelantaron los recuerdos de mi adolescencia, la melancolía de un sinfín de hubieras ante situaciones de desprecio.

Lo reconocía en aquel gesto, de la misma manera que reconocía el diezmo que le pagaba a ese mismo rechazo, con la Membresía Premium del GYM.

TODO INCLUIDO. Apertura exclusiva los domingos de 11 a 14 horas.

Con 17 kilos menos, “casi” delgada, disfrazada con un chándal deportivo y una blusa de lycra spandex, me había librado del banquillo cotidiano de las acusadas. Era la audiencia de mi propio juicio, quería saltar a la palestra y defenderla, defenderme de la risa sin compartir, del acomodo de los cuerpos, de la espalda, pelear ese lipstick rojo borgoña como la vida misma, para ella, para mí, aunque fuese para entintar la boquilla del cigarro.

Cuántos desastres emocionales se esconden bajo el rostro impávido, indiferente, discreto, violentamente cincelado por el patriarcado. No hay emoción en el paisaje. Soy el paisaje, el incendio va por dentro, una chispa que el viento arrebata a una hoguera.

Me comió una calle. Desaparecí.

Calmé la rabia, olvidé el efímero e intenso anhelo de abrazar a aquella chica. Me fui convencida de que nunca más volvería a verla. Camino a casa fui dejando los ojos en el móvil, en los graffitis de los muros, en el estornudo de alguien cercano.

El día siguiente y los que le siguieron a este, continúe yendo al gimnasio. El trabajo, la universidad, la rutina de que ningún día sea igual a otro. Así llegó esa tarde. Saliendo del gimnasio volvía a verla. Estaba sola leyendo un libro. Al costado, dos bolsas de regalo y una nube de globos. Levantó su mirada y se encontró con la mía. Pensaría que le veía por la explosión de colores que le rodeada. Le sonreí y me regresó la sonrisa. A ese gesto le siguió una sonrisa más grande.

- ¡Cuántos regalos! ¿es tu cumpleaños?

- Sí, mis papás me los han enviado a clases hoy... es que... es que ya hago los 15 años.

- Oye, pues ¡muchas felicidades! Déjame darte un abrazo.

Me senté a su lado y le di un abrazo. Me enseñó el libro que también era un regalo. Hablamos un par de minutos. Un coche se detuvo sin aparcar, era su madre. Se despidió y esa fue la última vez que la vi.

La vida también tiene gestos: encuentros azarosos, coincidencias impensables, el lugar y el momento exacto donde dos cuerpos que encarnan el error se sonríen y se abrazan.

Nuevamente me encuentro triste, pero me siento viva... la vida, ese estado intermedio entre el nacimiento y la muerte, a veces es un sentimiento y un profundo deseo de significarla.

Fotografía del momento narrado en este texto.
Fragmento de mi diario personal, marzo del 2011.

Mensaje nuevo

Destinatarios @querida científica, @querida saludable, @querida racional y objetiva, @querida amiga,

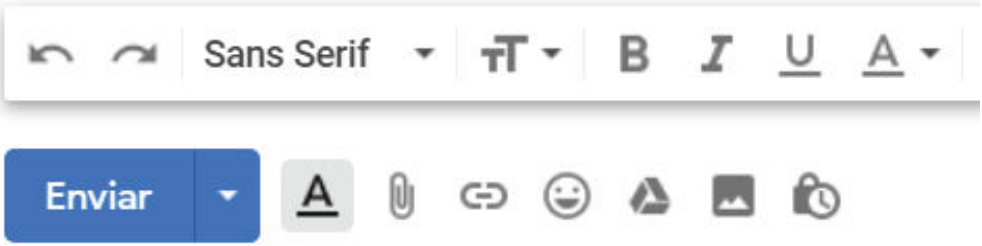
Asunto te lo digo por salud...

te lo digo por salud,
la tuya, la mía, la de todas…

la gordofobia produce trastornos de alimentación.
la imposición de una dieta produce ansiedad,
autolesión y atracón.
la obsesión con la imagen cibernética
produce bulimia.
el ideal de la delgadez por salud y estética
produce anorexia.
la gordofobia mata.

la palabra "obesa" no me identifica,
es el diagnóstico médico, me patologiza.
llámame gorda, que no es un insulto,
es mi identidad.
GORDA, prueba a decirlo, da mucho gusto,
tiene mucha fuerza, es muy digno.

pero sí deja de decir "me estoy poniendo como una vaca"
con automenosprecio.
deja de decir "rellenita", "anchota", "fuertota" y demás
eufemismos cuando quieres decir gorda.
deja de llamarte gorda cuando comes pizza o comida basura.
deja de dar por hecho que una gorda no se quiere a sí misma.
deja de negar mi gordura como si fuera algo malo.
y, sobre todo, deja de ver solo una gorda
cuando me miras.



Mensaje enviado.
Ver el mensaje

GAZPACHO
suplemento de
Verano
AY, TÍA
KE CALOR TU GORDOFOBÍA
Pasatiempos
Artículos
Galería
Poesía

maldita y mal llegada primavera
sube la compra y estalla la venta
INDITEX se adelanta y pronostica
violencia:
se llevan las faldas,
las flacas se aprietan
el día se alarga y la calle se llena
de heteros y guapas,
monógamas tiernas
que salen de casa y pasean

y yo, integral, diosa de mi ciénaga
pornográfica, obscena
(qué buen márketing, ¡oiga!)
sudorosa, gorda, amarillenta
exhibo mis carnes
dejo caer sobre mi tripa, mis tetas
y dejo que hablen
que digan de mí lo que quieran
que son muy sinceras (mis tetas)
y cuando quieren se expresan
van hacia abajo,
la gravedad les afecta
sudan cascadas
me limpian de mierda
transpiran, encharcan
lubrican mis penas
las hago chocar y aplaudir, grotescas

resbalan las gotas y penas
por mis caderas
y sé que (la gana)
se os pone bien tiesa
y, hmm… ¡me pongo perversa!

late mi clítoris entre mis piernas
y yo sigo andando
expando, contraigo
llego hasta abajo
y se crea un pantano
si os miro y os veo agachar la cabeza

"¿qué pasa? ¿has visto esa cómo va?
no se depila, no adelgaza
no pide perdón con la mirada
y para colmo nos vacila y hace guasa!"

ustedes, diminutas sedientas
pueden sentarse
y abrir sus boquitas dietéticas
que si se callan y escuchan
les riego con mi agua (muy sana)
y les fertilizo un poquito su siembra

¡ay, nena! ¡qué rica primavera!
¡hazme el amor y no la dieta!

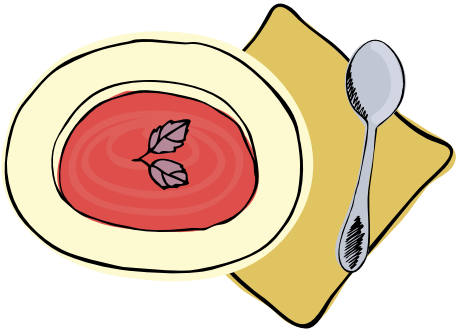
LA BELLEZA
DEL GESTO

Fotografía: Arte Mapache

Encuentra la mayor cantidad de palabras en esta

SOPITA DE LETRAS

b	a	r	r	i	g	a	l	i	e	m
b	u	e	s	t	r	i	a	c	u	i
s	a	l	m	o	r	e	j	o	h	c
c	u	l	i	l	s	i	n	e	s	h
q	u	a	a	o	p	o	l	i	t	e
b	a	g	o	r	d	a	f	e	l	l
o	r	d	a	z	u	l	p	i	ñ	i
a	c	a	b	a	l	o	e	a	w	n
w	h	a	l	l	y	v	e	r	d	e
c	e	l	u	l	i	t	i	s	h	a
c	o	m	i	n	o	o	r	g	h	t
b	r	a	i	n	m	e	s	u	d	a



Completa el siguiente texto y... ¡gana una canción!

Para que el rap, como el punk, nunca haga dieta... Soy exceso, la gorda que_____tus límites, el_____ que nadie quiere, que nadie come, soy mi peso en _____; no es retención de líquidos es mi _____.

Soy grasa, _____, maldita marea que _____, eyacula y desatina. Soy la que _____sin miedo y tiembla el _____y por eso soy el asco en tus _____cis-hetero. Mis dedos _____ pliegues húmedos, el _____ que escupes cuando paso por la calle, no soy_____, soy _____ las que miran el espejo y no se ponen. _____ la barriga si alguien mira la _____, la estría que da risa, la _____ y la cosquilla _____, prohibida.
La _____que ahoga la _____del patriarca, soy vergüenza en la _____de mamá que alienta: "vamos, _____, haremos dieta". que _____!!! que _____!!!

Soy la _____ de la escuela donde el _____no me entra, soy la sangre de mis _____ resbalando por mis _____, soy la _____ en esta falda _____, soy la _____que no encuentras, la _____ de presión en la _____, el botón del pantalón que _____.
El _____ de mis muslos, la_____ de mis tetas,el _____de la cara que _____, soy fea, soy _____atucanonde_____Autodefensa_____.
En la cama soy _____, golpe en la _____ y en la _____soy histeria ante el grito de papá que _____y su agresión lasciva y _____siempre queda.

Soy atracón_____, ansiedad, latido, soy_____ vómito que libera la _____de lo prometido. Soy _____explosivo, _____, no normativo.

Soy _____ en convulsión y_____soy la que_____placer_____en la comida y miga a miga en el_____, mala presencia y _____a sudor. Soy el _____que inunda tu _____ cuando te hablo de _____en las jaulas, cuando como mi_____, mi pizza o mi bocata soy_____en tu barriga que_____salsa. Soy censura en la _____, la etiqueta que no encaja, ni_____, ni machorra, ni bollera, ni_____. Soy agua_____ que transforma, soy_____, celulítica, _____... a la mierda con tu_____!!! Rompo con la_____ de la piel, soy la_____de mi vagina. De la_____las espinas, yo soy la_____ que te_____y que_____en la tarima con mi _____insumisa; soy la enferma que te grita y que molesta en la_____con mi rap de_____altiva.

Para todas las gordas.

El rap del gorda - La Grieta
Videoclip Komando Gordix

¡¡¡La socorrista está gorda!!!

Hay cosas que no compaginan con nosotres **les gordes y** una de ellas es **el deporte**. Como gorda me encontré en esta tesitura, cuando empecé a hacer el curso de socorrismo y progresivamente el módulo de teatro físico. Sin ningún referente de deportistas gordas a simple vista, me surgían mil preguntas en el camino de trabajar con mi cuerpo, y constantemente esta verdad universal pesaba sobre mí: "**si un cuerpo gordo se ejercita... pasará a delgado**".

Existen miles de vídeos virales en internet que cuentan historias "reales" de personas gordas que con mucho esfuerzo y sacrificio, a veces en nombre de un amor a su pareja la cual es delgada, adelgazan 20 tallas con mucho deporte y dieta.

No existe en el imaginario un cuerpo gordo que pase por un período de mucho deporte y no haya una transición a delgado. Y todo el rato el binario en mi cabeza de gordo-delgado, saludable-enfermo. **Miraba mi cuerpo cuando salía de entrenar y pensaba cuándo cambiará.** No cambiaba, kilo abajo, kilo arriba, pero seguía Gorda.

Los cuerpos gordos estamos en el imaginario como un cuerpo de tránsito, **el deporte es esa senda frondosa llena de pinchos que si logras cruzar, cambiará tu vida.**

Me empecé a obsesionar con el camino del cambio, no hacia la delgadez porque no lo acompañaba con dieta, pero sí hacia un cuerpo quizás más tonificado o definido, quería mi cambio porque me lo habían prometido.

Pero no todo lo que brilla es oro y **la meta no siempre es la normatividad** y deshacer la parte perniciosa de mi propia historia corporal era una de ellas.

Los recuerdos en las corporalidades gordas en torno al deporte son la mayor parte negativos: la burla, las clases de gimnasia, el potro, la demostración…

Asocio el deporte a bienestar, a conectar con mi cuerpo, a practicar otro ocio, a disfrutar, a desfogar, a segregar endorfinas, a reír, a superar los límites, a compartir…

Todo lo anteriormente enumerado me cambia a muchos niveles, pero mi cuerpo es el que es. Y sí, podría estar horas y horas machacándome en el gimnasio pero deseo que el vínculo con deporte no sea a través del machaque. No quiero hacerlo sufrir mucho, quiero unirme, quiero crear una sintonía que nos vaya bien, amarnos y dolernos a ratos, me rehuso a vivir en estado de espera, **me atrevo a pronunciar que te quiero así, cuerpecito, hasta que la muerte nos separe.**

Aquí van algunos ejemplos de deportistas gordes:

Teresa Almeida futbolista profesional Angola

Serena Williams
tenista afroestadounidense

Terri Frew
roller girl

Krista Henderson
atleta multipremiada, activista

Alexa Moreno
gimnasta rítmica mexicana

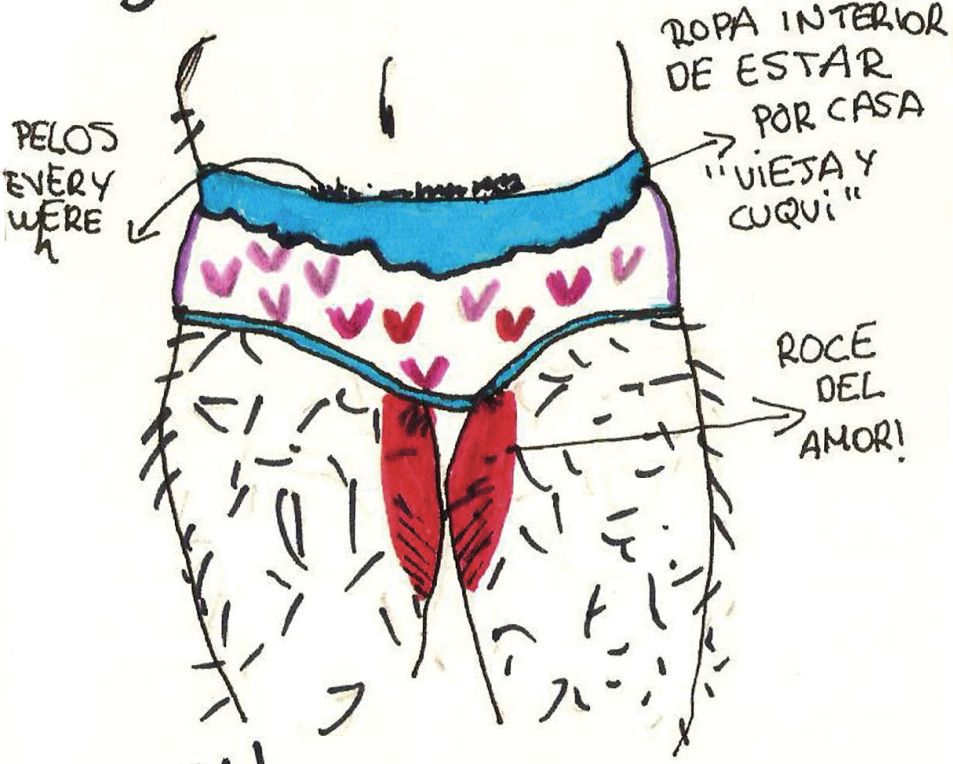
Kathy Gilmour
triatleta estadounidense

Leah Gilbert
atleta de resistencia

Jessamyn Stanley
profesora de yoga, activista

Peggy Hughes
ciclista

Las carnes se quieren y chocan



(6)
el vello está todo el año

Gordofobia en las antenas

Bueno, de hecho, se podrían poner otros términos también, pero dejemos este como paraguas. Parece ser, es casi histórico...que cuando se acerca el verano, del mismo modo que las revistas de la prensa rosa, en las radios se emiten programas cuya temática es la operación biquini. Y sí, amigues, aquí insertamos el título.

Es, mínimo, surrealista que quienes hablen de ello sean personas normativas a quienes la gordofobia no les atraviesa, además, se llenan la boca agua reproduciendo artículos, anuncios, o frases hechas, asimiladas, sin coherencia ni una base sólida argumental.

"Alerta amigui: bueno no hay que cuidarse de cara a la operación bikini -léase en verano- sino que hay que hacerlo todo el año. Porque cari ya sabemos que después de las navidades y de las comidas en exceso pasa lo que pasa..."

Muches de las que suelen participar en programas, cuyo tema es el verano, para más inri, suelen ser personas cuya profesión es: nutricionista, dietética, coach, psicologa y psiquiatra. Profesiones atravesadas por el mirar la paja en el ojo ajeno. En las que se da más el hablar que el escuchar, el dar opiniones o consejos que poco, o casi nada, tienen que ver con la gente que tienen delante. La chapa que escupen por su boquita, por consiguiente, no en todos los casos pero sí en la mayoría, es de la índole del: lo que importa es que seas feliz o, al menos, que lo aparentes, tu cuerpo, por ello, tiene que pasar por el aro y debe ajustarse a los parámetros o a lo que nos venden como saludable. La verdad es que me importa una mierda a lo que hayas venido, me interesa la pasta y mis resultados tienen que ser efectivos o visibles.

Y así entramos en la eterna espiral de las dietas, de no vernos bien ante el espejo, de cuestionarnos y plantearnos nuestra cotidianidad, estilo de vida, forma de relacionarnos. **Nos hacen creer monstrues cuando somos diversas.** O monstrues, pero no en el significado peyorativo. No hay un cuerpo único aunque sea, parece, la única meta que nos venden.

Que si cremas para aparentar más joven, que si ejercicio para determinadas estaciones del año, que si los prehistóricos corsés, en su defecto, fajas, que si reducciones de estómago... Y un sinfín más de estupideces mezcladas con el falso discursito médico.

Vigila con tú IMC[1], ojo con la tiroides, es que con el sobrepeso, ¿vaya culo tienes no?...se podría llenar la ciudad entera con pintadas gordofóbicas. Pero ¿acaso se ha planteado alguien qué hay detrás? La respuesta es el capital, obvio, las empresas y el dinero que lo mueven todo. Por este motivo, mediante la fechitización, campañas publicitarias y anuncios, se trabaja hacia esa dirección. Tratando de llevar a cabo un lavado-vaciado de cerebro, para que consumas los productos que te están vendiendo. Lo mismo sucede, no solo con los mass media, sino también con la educación. Se ha convertido en un problema estructural de base social.

¿Nadie se ha planteado cuánta violencia hay en esta realidad? Últimamente, se podría decir, que los cuerpos no estándar empezamos a tener algo de visibilidad, pero no nos engañemos, es solo la justa e interesada. Así entendemos que marcas de moda muy conocidas, que no nombraré para no darles más bombo, utilizan corporalidades ‘‘diferentes’’ para publicitarse y llamar la atención de nuevxs adeptxs.

[1] El índice de masa corporal (IMC) –peso en kilogramos dividido por el cuadrado de la talla en metros (kg/m2) es un índice utilizado frecuentemente para clasificar el sobrepeso y la obesidad en adultos. La OMS (Organización Mundial de la Salud) define el sobre peso como un IMC igual o superior a 25, y la obesidad como un IMC igual l o superior a 30.
La OMS es indiscutiblemente gordofóbica.
https://www.who.int/features/factfiles/obesity/facts/es/ (23-07-2019)

las estrías son la vida enráizandose en mi cuerpo

Mis estrías

Tengo estrías que recorren todo mi ser
que subrayan mi piel
allá donde mi cuerpo
tiene ansias de engordarse
y ocupar el espacio

Mis estrías son
suaves, delicadas,
a veces tensas, a veces arrugadas.
Se esconden en mis muslos, en mi culo,
en mis brazos, en mi tripa
e incluso en mis rodillas

Mis estrías son hermosas,
dulces rasguños de mujer-tigre
como el reflejo del sol entrando en el mar
y el olor a verano.
Estrías multicolores,
como el paso del tiempo, los matices
la vida enraizándose en mi cuerpo.
Empiezan en un rojo vivo, se van rosando.

Se hacen lilas hasta que se tornan de un
blanquecino-como-mi-piel.

Mis estrías a las que hoy escribo poemas
han sido y son también odiadas,
hentidas como una señal de no-hay-marcha-atrás
como marca definitoria encarnada de mi gordura
innegable
como la imposibilidad, hecha cuerpo, de salvarme
y negar mi existencia como lo que soy, como lo que
siempre he sido:

Gorda ♡

Mis estrías marcan
las idas y venidas del peso,
de la experiencia,
de la amplitud y de la vida.
Mi piel expandiéndose para darme cabida en mi
mayor extensión
en este contradictorio mundo que trata de reducir
nuestros cuerpos
de hacernos menos
que asesina a demasiadas
cada día
cada hora
cada minuto
cada segundo
y además nos quiere convertir en nuestro propio
verdugo.
Es por eso que mis estrías,
rayas de transformación sentidas
aparecen en mi cuerpo pidiendo posicionamiento
"o con ellos o con nosotras".
Nunca es tan lineal el conflicto
pero las estrías son esa potencia,
ese fuego interno
que es impulso de las entrañas
para aceptar y abrazar y amar
mi cuerpo en el actual-caótico-estado-del-mundo
en el día de hoy y no en la procastinación del
mañana

yo leyendo libros sin parar
no me había dado cuenta
de que las estrías,
que recubren mi mullido cuerpo
son lecciones de vida encarnadas.

Las antiautoritarias gordas advierten

LA GORDOFOBIA MATA