

# Abrazar

escrito por Carmen Mendivil

Por una pizca de letra se escriben casi igual, pero el solo sonido las asocia. Abrazar nos lleva a abrasar. Como la brasa, el cuerpo espera perpetuo la chispa que le encienda. Abrazar nos vuelve efervescentes, enciende la sangre, la hace bullir; es capaz de devolver lo que falta, incendia, pero al mismo tiempo apacigua, saluda, pero al mismo tiempo despide. Cuando se abraza, el organismo se olvida del hueso y de la carne, solo ordena conectar, arropar con sus ramificaciones el otro cuerpo.

Abrazar es como emprender un vuelo, cambiamos nuestra postura habitual para extender los brazos de par en par, las manos se alinean y en un pequeño impulso nos balanceamos con pasos adelante buscando el magnetismo que logre conectarse. Mientras se aprende la técnica hemos trastabillado buscando un abrazo encendido por el llanto o la carcajada y termina en el aterrizaje que encuentra alivio para aferrarse. Se sabe intuitivamente cómo abrazar, pero también se aprende con cada persona con quien se conecta, se va moldeando con quien se da, va teniendo su propio sello con quien se recibe. También se abrazan ideas, los sueños, las esperanzas, los deseos de querer lograr algo que haga trascender.

Es un verbo que se conjuga también de forma reflexiva ¡Vaya coincidencia! Y esa capacidad se extiende a su alcance. Abrazarme, abrazarte, abrazarnos.

Abrazar es nuestra herramienta como especie para recomponer los pesares, tiene el poder sanador del consuelo y la compañía cuando la soledad del vacío propio invade, cuando se llega a des-pertenecer de sí. Por eso también se buscan excusas para abrazar.

Abrazar es una pausa que nos regalamos para recordar que existimos gracias a alguien más.

Se abraza a la madre o padre, hijo o hija, hermano o hermana, amante o amistades, para marcar la conexión con lo íntimo que solo se expresa

con alguien en presencia. En medio de un abrazo no se piensa, se desconecta el pensamiento, se maximizan los sentidos. El abrazo entonces merece ser lento, detiene el desenfreno de la vida, ataja el afán del día, exige un momento y se acompaña de un ciclo de respiración completo, profundo, sin prisas. En el abrazo se tejen los deseos bonitos.

No es lo mismo abrazar de lado ni de lejos. Los mejores abrazos se entregan y reciben de frente. Abrazar nos enfrenta a alguien, dejamos ver cuán vulnerables somos, nos exponemos cuando nos abrimos porque obliga al cuerpo a desplegarse en la posición de mayor fragilidad, y causa su real efecto en la constricción. Amasa para saber que la otra existencia está ahí, devolviendo con igual intensidad la conexión cuando se combinan los cuellos y se entrelazan los brazos. Cuando abrazamos completo no vemos los rostros, nos encogemos para reducirnos a lo que se siente con quien se enlaza. Y así nos enfrentamos a nuestro reflejo, cuando recibimos lo que hemos dado. Se abraza por voluntad propia, por acuerdo mutuo; de lo contrario, se vuelve una cárcel que asfixia y limita, entonces deja de ser un abrazo abrasado.

Por casi un año sufrimos la abstinencia de esa sensación de rodearnos del amor puro que celebra la familia, la amistad y la pasión. Y en su ausencia le extrañamos, porque a pesar de vernos y hablarnos, sin el abrazo nos seguimos sintiendo en estado incompleto.

Y como abrazar nos rodea en todo, ya hasta inventamos las formas virtuales de despedir los mensajes por correo o de texto con “un abrazo”, se envían otras formas codificadas con emojis o *stickers*. Se ha podido caer en la banalización del abrazo, pero su fuerza la descompone cuando se presenta y toca.

Se acaban los días del año y en las vísperas de las fiestas del cierre de este ciclo que nos inventamos, en las canciones que lo recuerden, se entenderán algunas ausencias de forma más marcada cuando se sabe que hay abrazos que ya no se darán y no se recibirán. Esos abrazos quedaron ahí, suspendidos en el recuerdo del olor de quien los daba, de la sonrisa previa que invitaba a amarrar con amor. Pero estarán los otros abrazos que queden para consolar los vacíos y tratar de recomponer en

medio del lamento, estarán los que nos inviten a sonreír por todos los amores vigentes. También habrá nuevos abrazos por dar y en algún lugar alguien estará esperando nuevos abrazos por recibir.

Por todos los dados, por todos los que faltan por darse, mis mejores deseos de muchos abrazos abrasados.