



Universidad Autónoma
del Estado de México

EL CORAZÓN AHOGADO

Erick Rivera Moctezuma

Zarah Kaajtlyn Vanessa Díaz Fonseca (Ilustración)



Primera edición, julio 2023

El corazón ahogado

Erick Rivera Moctezuma

Tercer lugar del Décimo Concurso de Cuento Infantil

Zarah Kaajtlyn Vanessa Díaz Fonseca

Ilustración

Javier de Jesús López Castañares

Editor

Universidad Autónoma del Estado de México

Av. Instituto Literario 100 Ote.

Toluca, Estado de México

C. P. 50000

Tel: (52) 722 481 1800

<http://www.uaemex.mx>



Esta obra está sujeta a una licencia *Creative Commons* Atribución-No Comercial-Sin Derivadas 4.0 Internacional. Los usuarios pueden descargar esta publicación y compartirla con otros, pero no están autorizados a modificar su contenido de ninguna manera ni a utilizarlo para fines comerciales. Disponible para su descarga en acceso abierto en: <http://ri.uaemex.mx>

ISBN: 978-607-633-650-2

Hecho en México

El contenido de esta publicación es responsabilidad de las personas autoras.

Director del equipo editorial: Jorge Eduardo Robles Alvarez

Coordinación editorial: Ixchel Díaz Porras

Gestión de diseño: Liliana Hernández Vilchis

Corrección de estilo: María Consuelo Barranco Monroy

Diseño y formación: Luis Alberto Maldonado Barraza



EL CORAZÓN AHOGADO

Erick Rivera Moctezuma

Zarah Kaajtlyn Vanessa Díaz Fonseca
Ilustración



Universidad Autónoma
del Estado de México

DIRECCIÓN DE PUBLICACIONES UNIVERSITARIAS
Editorial de la Universidad Autónoma del Estado de México

Doctor en Ciencias e Ingeniería Ambientales
Carlos Eduardo Barrera Díaz
Rector

Doctora en Humanidades
María de las Mercedes Portilla Lujá
Secretaria de Difusión Cultural

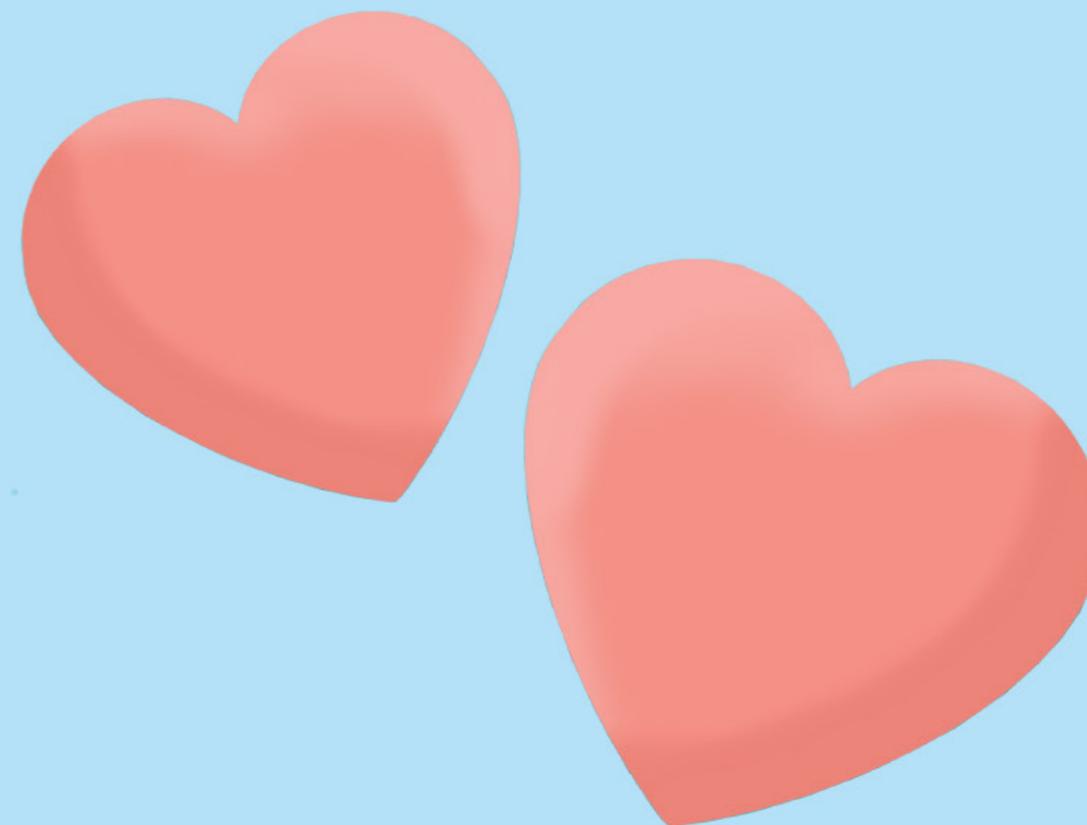
Doctor en Administración
Jorge Eduardo Robles Alvarez
Director de Publicaciones Universitarias

Décimo Concurso de Cuento Infantil
del Centro de Actividades Culturales (CeAC)

Director del Centro de Actividades Culturales
Javier de Jesús López Castañares

Comité Organizador 2023
Javier de Jesús López Castañares
José Roberto Anaya López
Mirna Guadalupe Ramírez Luna
Jesús Eduardo Garduño Espinosa

Jurado del Décimo Concurso de Cuento Infantil
Emily Cohen Abadi
Gabriela Trejo Rodea
Yuritza Areli Medellín Sánchez



Advertencia para el apreciable lector:

El **cuento** que sostienes en tus manos es **verdadero**. Martina —nuestra inteligente protagonista— compartió su testimonio para que los niños y jóvenes que habitan el mundo, conozcan los riesgos y consecuencias de llorar hacia adentro.



Actualmente, Martina ya no es una niña ni una jovencita. Hoy es una mujer adulta que dedica su tiempo a la **restauración** de **corazones** asfixiados, salpicados, húmedos, mojados y empapados. ¡Por fortuna todos tienen cura!

Sin más interrupciones, esta es la historia de cómo se ahogó su corazón.



I

Cuando Martina nació, el hospital se **inundó** por primera y única vez desde su construcción. Nadie podía comprender lo que ocurría aquel mojado día.

—¡Dejaron un grifo abierto! —exclamó la doctora—.
Y el **agua** acabó por llenar todos los pasillos.

—Imposible, doctora —refutó el enfermero—.
Pienso que hay un **tinaco** roto.

Cada médico tenía su propia **versión** sobre lo ocurrido. Hasta los pacientes se involucraron en la plática para aportar sus explicaciones, por más **alocadas** que fueran.



Todos estaban equivocados. El hospital se **inundó**, nada más y nada menos, por la llegada de **Martina** al mundo. Cuando la pequeña salió del vientre materno lloró, lloró y lloró, tanto así, que un **tsunami** tamaño familiar provocó. ¡Rompió el récord: Era la **niña** con más **lágrimas** derramadas del planeta entero!

La recién nacida producía quinientas veces más llanto que un bebé promedio.

Mamá jamás lloraba. Entonces era inexplicable que Martina produjera tantas **lágrimas**. Inundó la escuela primaria tres veces; su habitación, siete veces; la cocina, una vez y el supermercado, dos veces. ¡Tanta lágrima la dejaba **deshidratada!**

A pesar de todo, Martina desconocía el origen del **llanto**. Ni siquiera entendía aún el concepto de la palabra llorar. Ella la definía como una **llovizna** diminuta en los ojos de las personas: ¡Lluvia sobre su mirada! También probaba las gotas que tenían sabor a sal.

Sentía alivio mientras el agua se esparcía por sus **mejillas**. Aquella llovizna ocular era comparable a que las olas del mar **navegaran** en su piel. Confundida y llena de curiosidad quiso comprender ese fenómeno meteorológico facial.





—¿Por qué llueve en mi rostro? —preguntó.

Su madre preocupada le **secó** las gotitas de la cara con una servilleta.

—No es lluvia ni llovizna, Martina —aseguró—. Se llama **llanto**; y te ha hecho daño durante toda tu infancia. Por eso debo prohibirte, de ahora en adelante y para siempre, llorar.

Luego añadió:

—Las personas solo lloran cuando sienten **tristeza**. Y no quiero que tú seas una niña triste.



Martina no entendía el motivo de la **prohibición**. Mucho menos aquel sermón sobre la tristeza. Aunque tampoco quería **desobedecer** la orden de mamá. Por lo tanto, se prometió a sí misma que nunca más volvería a llorar.

Ese día le dijo adiós a la llovizna de sus ojos.





III

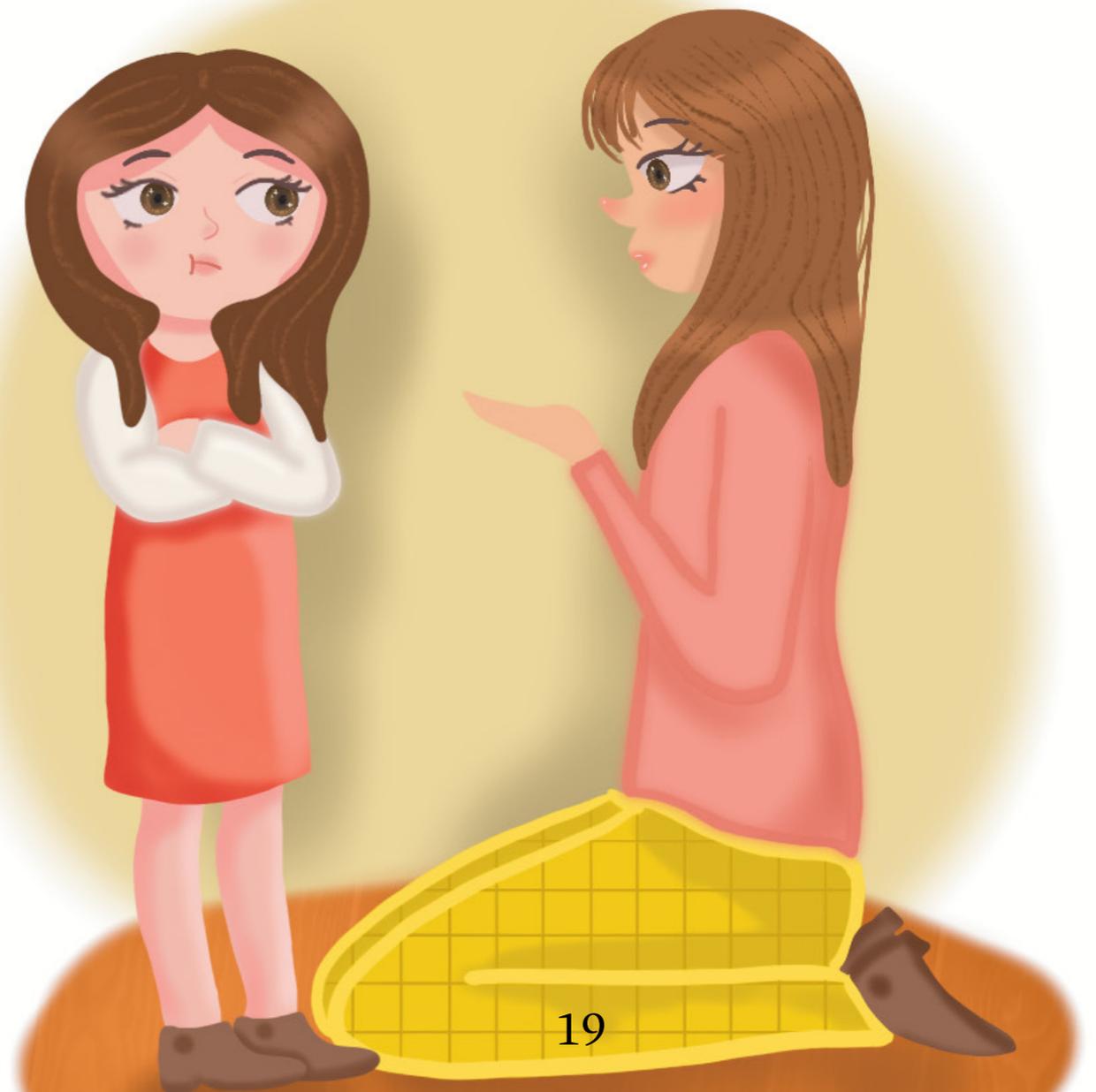
Ahora Martina odiaba llorar. Aquellas gotitas saladas que humedecían sus mejillas y enrojecían su rostro eran sus peores —y únicas— enemigas en el mundo. Mas era imposible contenerlas. Cuando se golpeaba el dedo gordo por accidente, llanto. Cuando no quería comer vegetales, llanto. Cuando no entendía un tema en la escuela, llanto.

Volvió a **preguntar**, invadida por la duda.

—¿Por qué llorar es **malo**?

Su madre rápido inventó una excusa convincente.

—Las lágrimas te sacarán **arrugas** en toda la cara, y además, son señal de debilidad —comentó—. Por eso yo nunca he llorado en toda mi vida.



Era mentira. En realidad no quería que Martina llorara porque producía una cantidad **incontrolable** de lágrimas.

Desde ese día, **Martina** se esforzaba y se esforzaba para jamás las lágrimas sacar. Cuando algo la **entristecía**, se aguantaba. No obstante, siempre terminaba cediendo ante la tristeza y comenzaba a llorar, llorar y llorar hasta sus **ojos** inundar.

Su madre le ofreció una alternativa.

—Puedes llorar —dijo—. Aunque las lágrimas deberán caer hacia **adentro**.



Martina no entendió la **instrucción**. Por ello, mamá tuvo que explicar con el ejemplo. Le enseñó a su hija su técnica **secreta** para llorar hacia adentro.



—Llora cuando estés **triste** —ordenó—. Pero asegúrate de que las lágrimas no salgan de tus **ojos**, que no vean el exterior.

De esta manera no habrá **arrugas**, **inundaciones** ni señales de debilidad.





Esa tarde, Martina descubrió algo impresionante: ¡**Mamá** también producía **lágrimas**! Aunque no lo había notado antes porque su llanto nunca se asomaba ni siquiera un milímetro. Todo caía hacia adentro.

Ahora Martina no se **aguantaba** las ganas de llorar. Cuando algo la entristecía no había ningún indicio de tristeza, mucho menos de **humedad**. Lloraba y lloraba sin parar, pero nadie se percataba jamás.

Se volvió una experta en llorar hacia adentro.



IV

El llanto **desapareció** de repente.

Cuando le iba mal en **matemáticas** no había lágrimas ni indicios de sollozo.

Cuando su mamá la **castigaba** no había lágrimas ni indicios de sollozo.

Cuando sus **juguetes** se rompían no había lágrimas ni indicios de sollozo.

Cuando comía **vegetales** no había lágrimas ni indicios de sollozo.

Cuando tropezaba mientras **corría** no había lágrimas ni indicios de sollozo.

Se **esfumaron** en un santiamén las lágrimas y los indicios de sollozo.

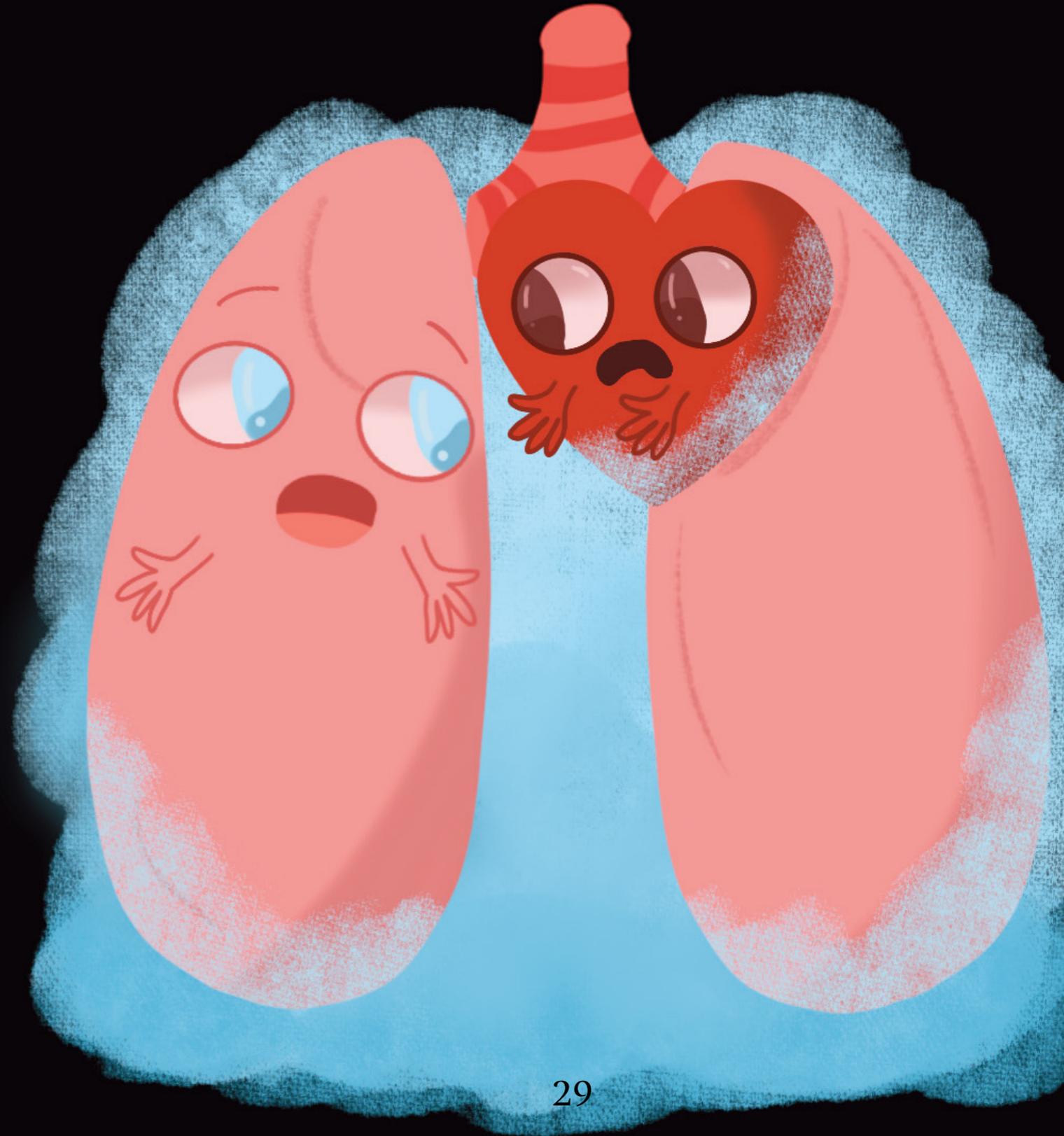


Pero Martina no imaginaba que en su cuerpo todos sus órganos estaban **angustiados**. El llanto interno les impedía trabajar. Los pulmones estaban **empapados**; el corazón también. Nadie podía cumplir sus labores con semejante humedad encima.

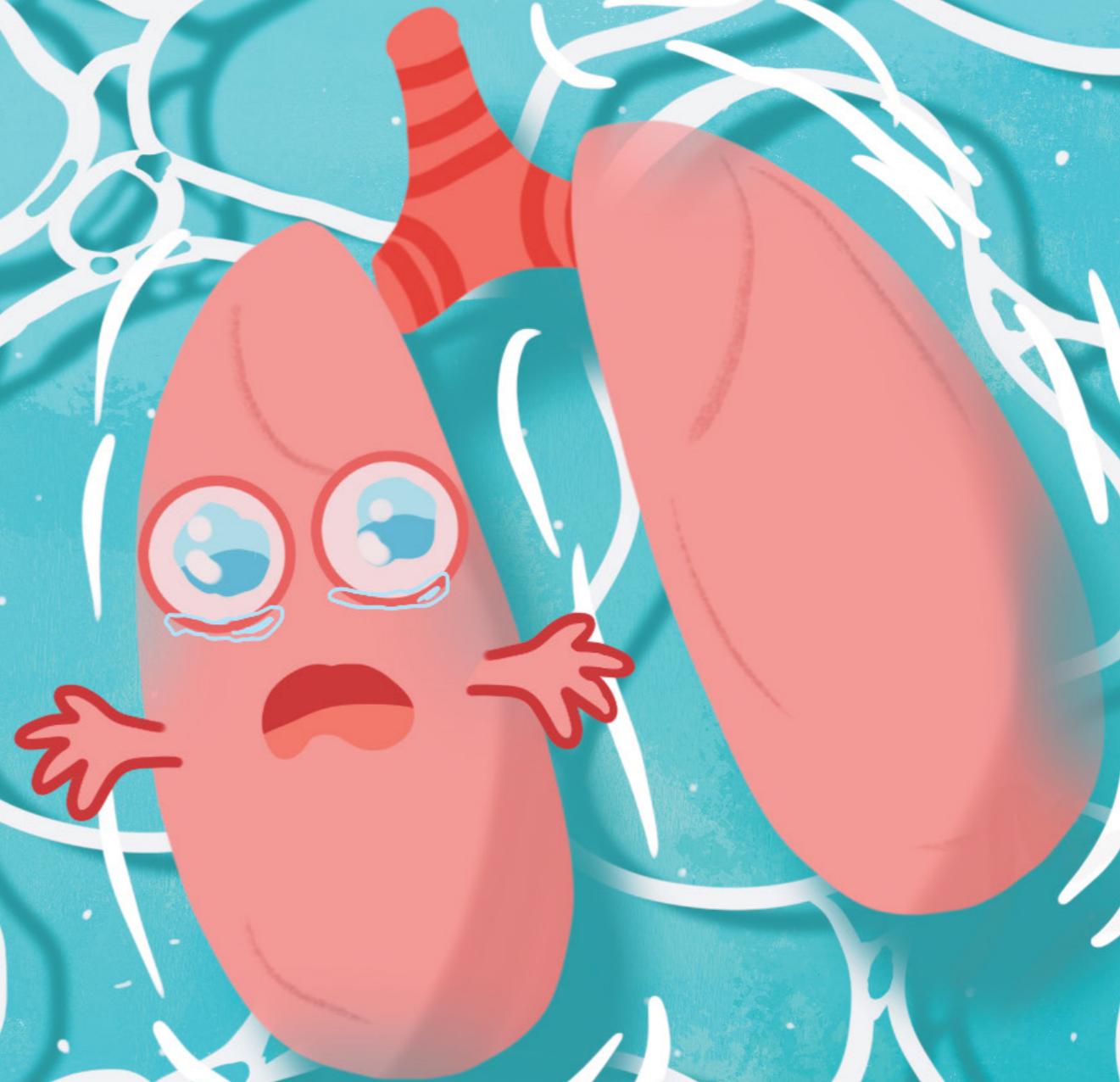


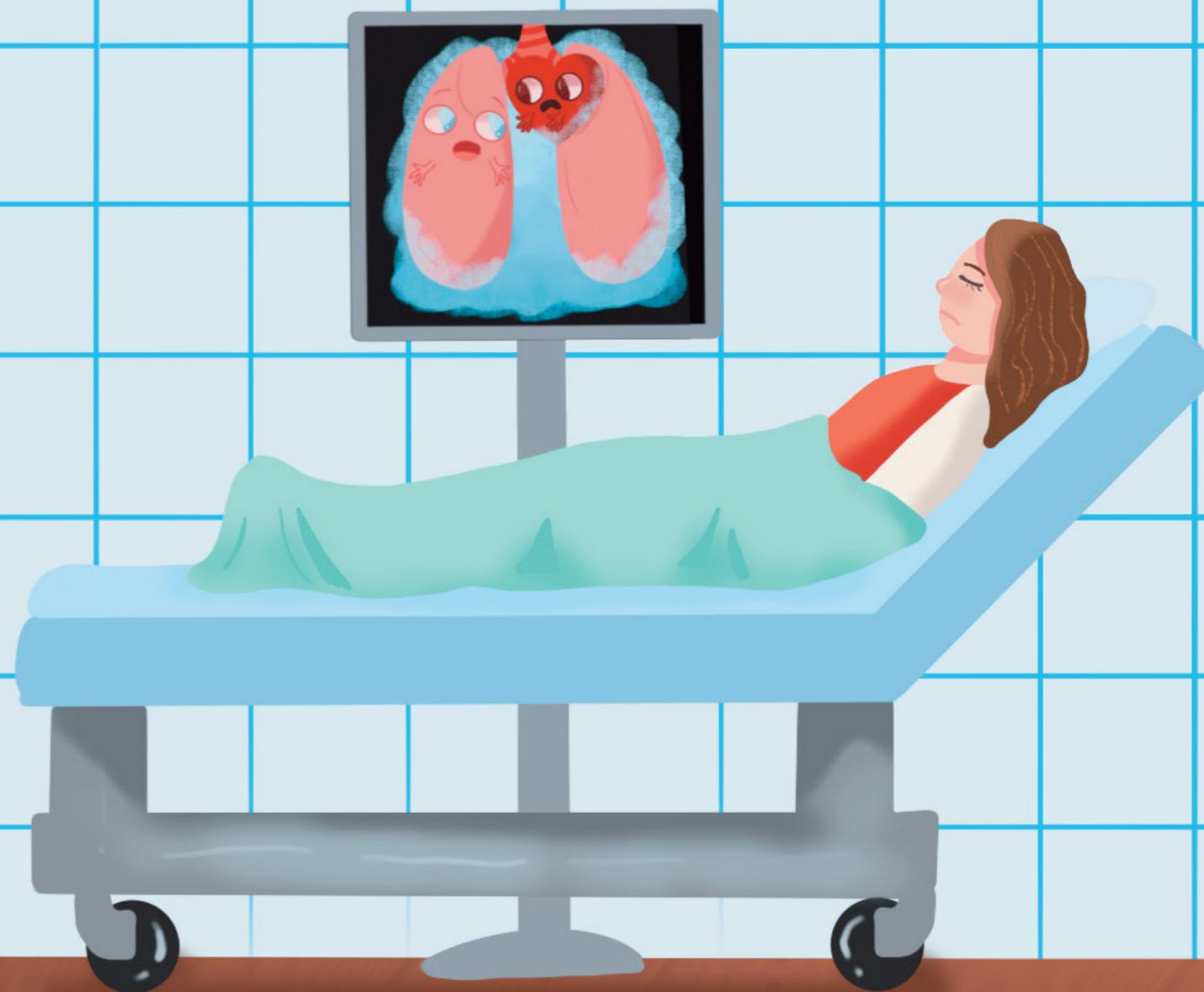
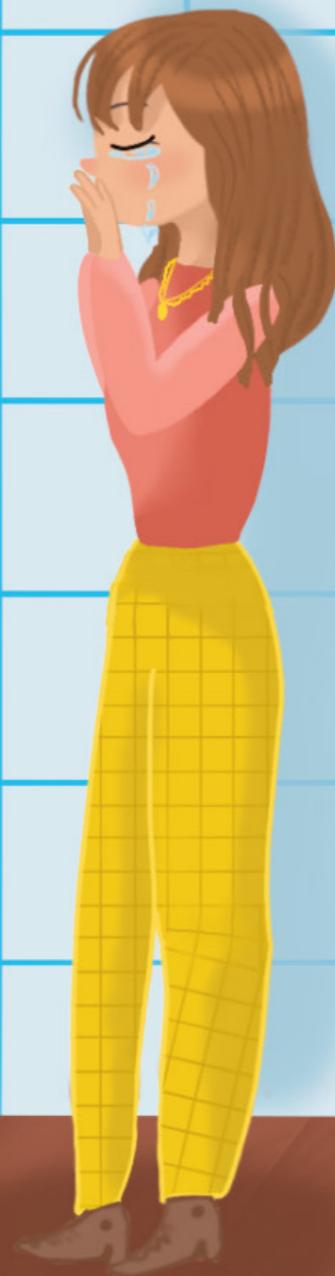
—¿Por qué no llora hacia afuera? —preguntó alarmado **Corazón**—. No puedo trabajar con esta agua estorbando.

—Porque piensa que el llanto hace daño —respondió **Pulmón**—. Y que además saca arrugas.



—¡Locuras! —exclamó **Corazón**—. El llanto es un obsequio: una forma de sanar y liberar. No hay nada malo en permitir que las **lágrimas** fluyan con libertad.





Martina era la misma **niña** en apariencia, pero sus emociones habían cambiado. Los meses pasaban y la pequeña se sentía libre. Era una **profesional** en llorar hacia adentro. Hasta que un día, sin previo aviso, terminó en el hospital.

—¿Qué le pasa a Martina? —preguntaba su mamá con la voz **quebrada**, una y otra vez—. ¿Qué le pasa a Martina?

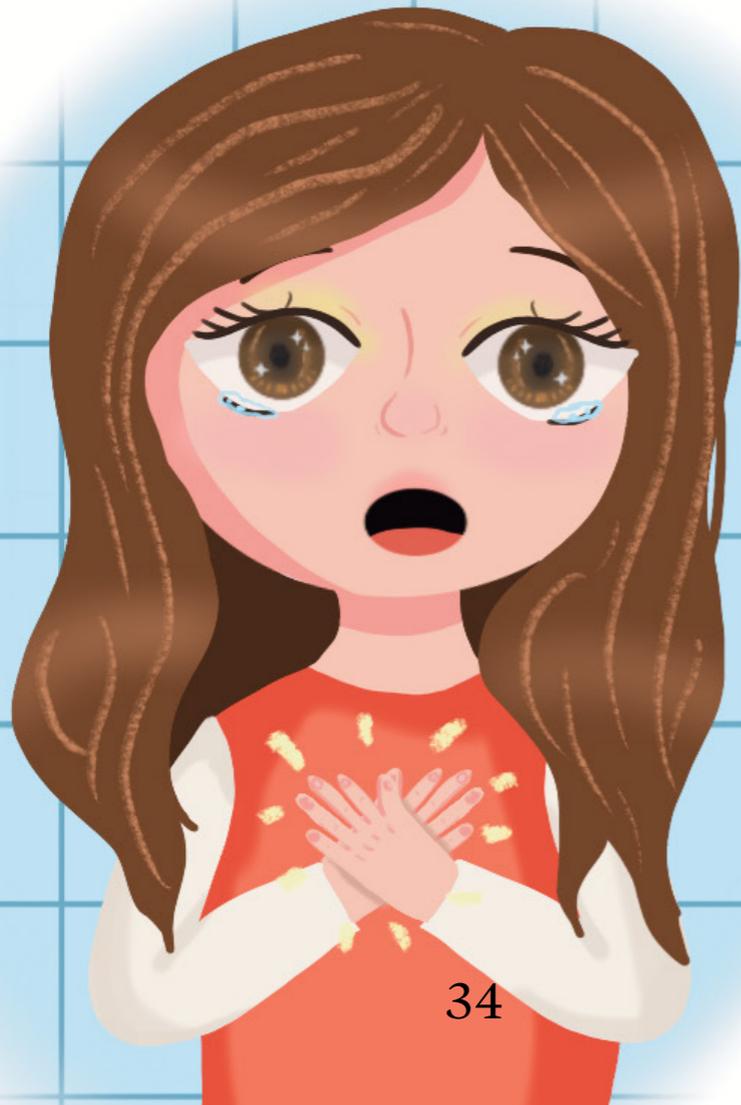
El diagnóstico de la doctora era malo: sus órganos se habían **ahogado**. Las lágrimas por dentro causaron una **inundación**. Primero se llenó un riñón de llanto, después los dos pulmones y por último el corazón.

El exceso de llanto interno ahogó su corazón.

Pasaron dos semanas y Martina por fin **despertó**. Estaba aturdida y sentía un fuerte dolor en el pecho, como si su **corazón** pesara quinientas veces más de lo normal. Sus lágrimas lo habían empapado hasta **asfixiarlo**. Y como si fuera una esponja, su corazón absorbió todo el exceso de llanto interno para proteger a los demás órganos del hundimiento. Esto **salvó** la vida de Martina.

—¿Dónde estoy, mamá? —preguntó al abrir los ojos—. ¿Por qué me pesa tanto el corazón?

Al escuchar estas **palabras**, su madre corrió a abrazarla. Verla serenó su propio corazón, que también estaba a punto de ahogarse.

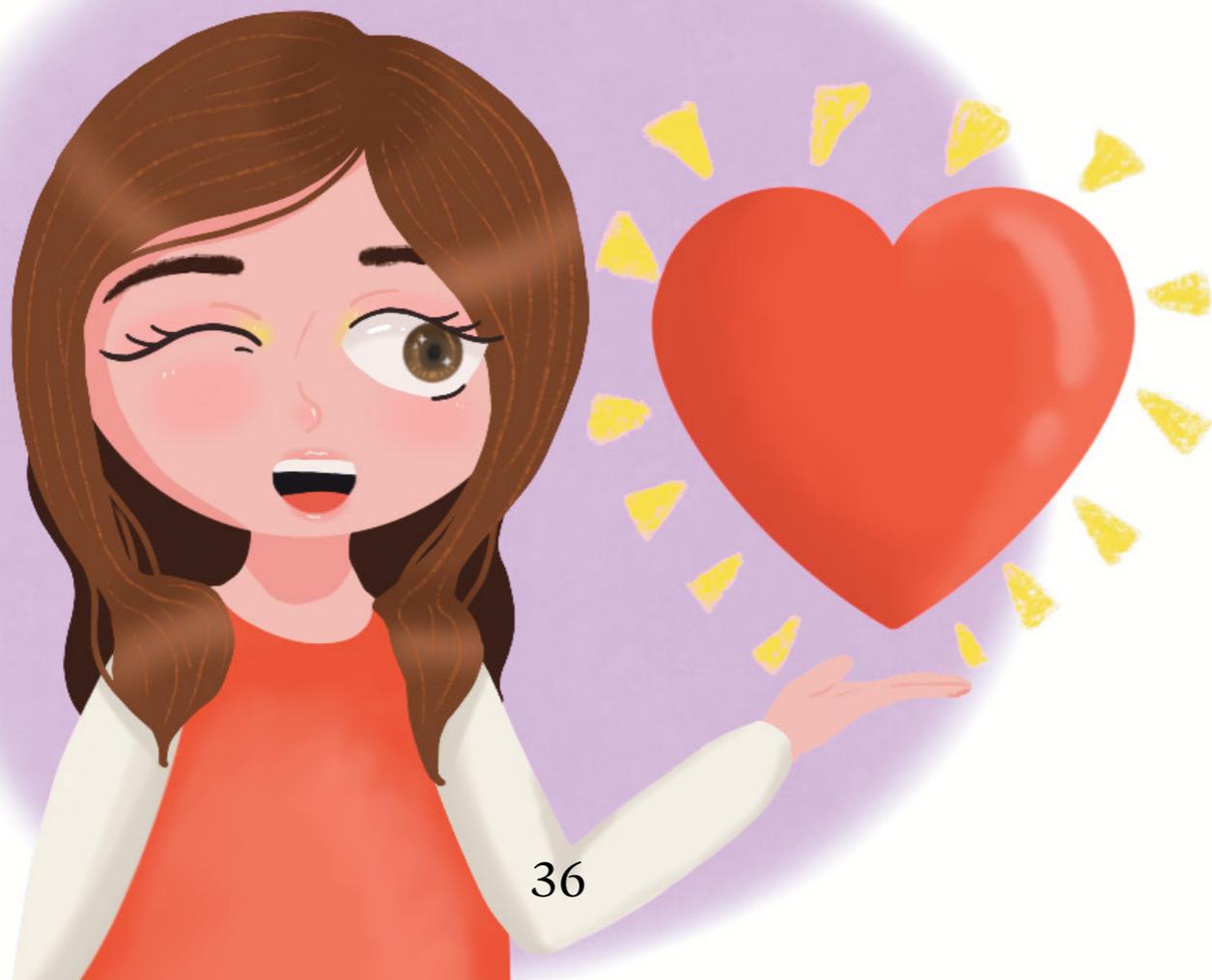


Narró todo lo sucedido y Martina se **maravilló** de sí misma: “¡Qué **corazón** tan resistente tengo!”, pensó.

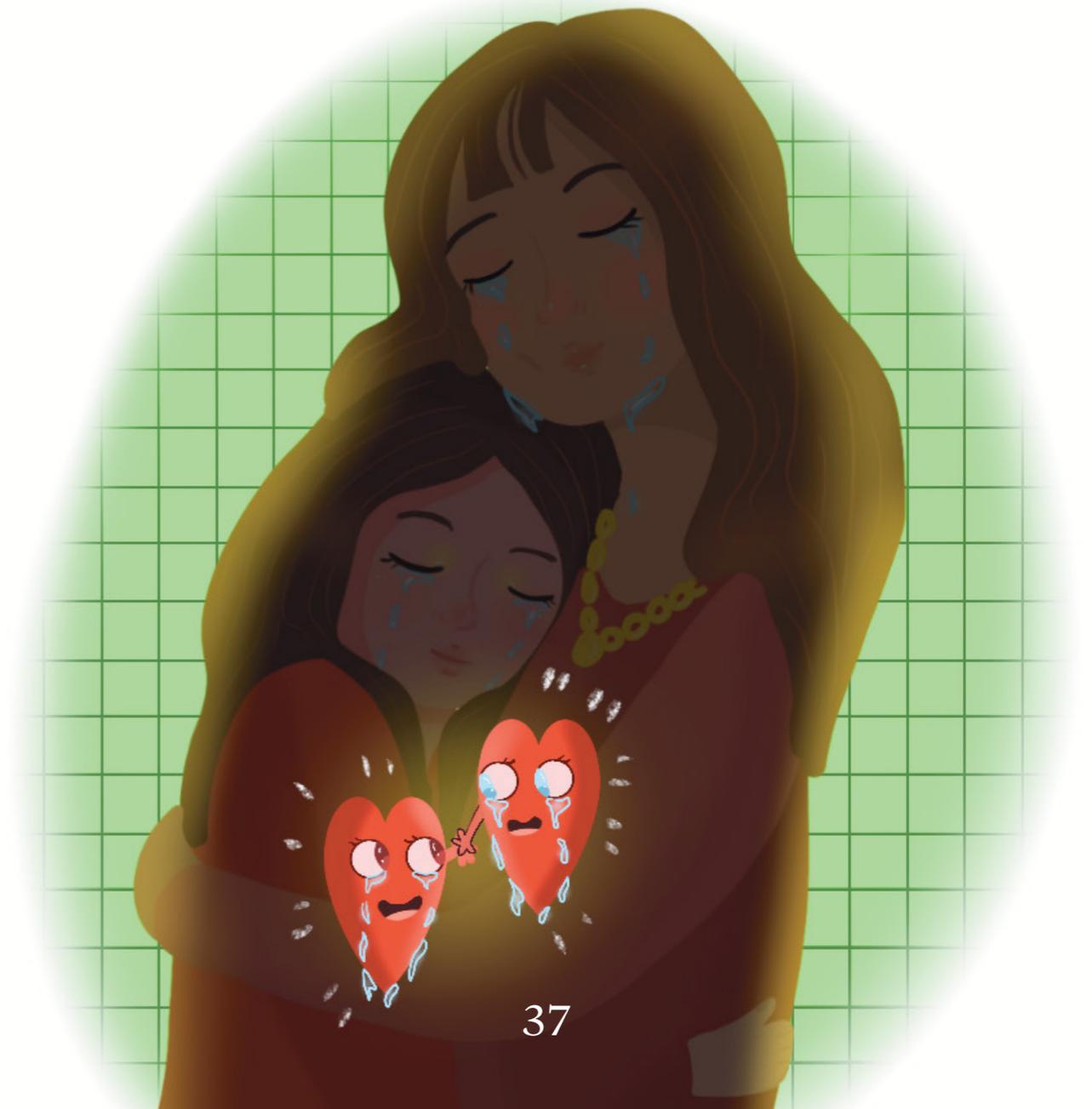
—Para dar de alta a **Martina** aún hace falta una medicina —interrumpió el doctor—. La única que le permitirá sanar.

Madre e hija **escucharon** atentas. El doctor procedió a explicar en qué consistía:

Llorar, pero nunca más hacia adentro.



Más temprano que tarde, el **corazón** de Martina sanó por completo. Todos los demás órganos lo trataron como lo que era: un salvador. Estaban agradecidos con él por sus **heroicas** acciones. De esta manera, el interior de Martina volvió a funcionar como antes de la inundación. Incluso mejor.



Por otro lado, madre e hija **aprendieron** que llorar es un acto de liberación y autocuidado.

El **sollozo** ahora no tenía motivos para ocultarse.

Además, **descubrieron** una verdad que hasta entonces desconocían:
¡Existe el llanto de alegría!

No todas las lágrimas son producto de la tristeza. Algunas son originadas por la **felicidad**.



Después del ahogamiento de corazón, el llanto salía cuando necesitaba salir. No hubo arrugas por eso. Tampoco señales de debilidad, sino lo contrario: se transformó en una señal de valentía.

Las lágrimas permitieron purificar ambos corazones.

Y llorar hacia afuera siempre es mejor que llorar hacia adentro.

Erick Rivera Moctezuma

Estudiante de Comunicación y Periodismo con especialización en Prensa Escrita en la Facultad de Estudios Superiores Aragón de la UNAM. Sus textos han sido publicados en las revistas digitales *Katabasis*, *Efecto Antabus* y *Paradigma*. También ha colaborado en el blog Librópolis de Universo de Letras, UNAM. Escribe narrativa, cuento infantil, crónica y poesía.

Zarah Kaajtlyn Vanessa Díaz Fonseca

Es una joven gráfica, especializada en ilustración digital y tradicional. Destacada egresada de la Universidad Tres Culturas (2021). Ha realizado diversos proyectos empresariales. Participó en el certamen internacional "A la muerte con una sonrisa", organizado por el Museo Mexicano del Diseño (Mumedi). Ilustró el cuento infantil *El ruiseñor de armario* de Jesús Alberto Martínez Ramírez (UAEMÉX, 2021). Recientemente ha emprendido su propia marca de joyería y accesorios llamada KeytShana.

- △ Para leer en Navidad
- ✶ Para leer fuera de Navidad
- 🥛 Acompañar con un vaso de leche
- 🚗 Para leer en el auto de papá
- 🚗 Para leer en el auto de mamá
- 🕒 Para leer solo y esperando
- 📺 Para leer antes de dormir

SDC

15 Años
de la Fundación del Instituto Literario
del Estado de México