



# LA CUCA ILUSTRADA Y LAS AVENTURAS DE MIS RELACIONES FALLIDAS

Escribir *La Cuca Ilustrada* y las aventuras de mis relaciones fallidas fue lanzarse al vacío. No solo por ser una novela gráfica en un país donde el mercado editorial es precario y el hábito de lectura casi nulo, sino porque decidí narrar mis experiencias más íntimas desde un espacio completamente vulnerable. En un mundo que nos exige hiperproductividad y competitividad, lanzar una novela donde se exponen sesiones terapéuticas, traumas, sexualidad y relaciones fallidas, suena a lo contrario de lo que fuimos programados para ser.

*La Cuca Ilustrada* es una novela gráfica que expone mi recorrido emocional, familiar y terapéutico. Más allá de narrar la historia, se convirtió también en un espacio para cuestionar las estructuras tradicionales que moldearon nuestras vidas como mujeres creciendo en un Quito de los 90s.

La novela nace en el diván de mi psicóloga. En una terapia en la que cada semana analizamos un año diferente de mi vida. Fue ahí donde comprendí que mi historia, aparentemente personal, estaba anclada a algo mucho más profundo: una cultura machista que nos impone caminos prediseñados, valores inamovibles y un rechazo a cuestionar lo aprendido.

Cada escena de esta novela analiza mis relaciones pasadas, no solo como una exploración personal, sino como un reflejo de cómo fuimos educadas para seguir un camino marcado, que no solo nos frena la exploración, sino que nos silencia. Mientras regresaba hacia mi niñez, comprendía con más claridad que mi historia no era tan única o peculiar, sino que es la historia que compartimos con millones de mujeres porque es el único camino que aprendimos.

El eje central del libro, y de mi vida en los últimos años, ha sido intentar cuestionarme todo lo aprendido. Y, en ese cuestionar todo, aprender a ser honesta, para saber cuáles ideas sí van conmigo y cuáles no.

Necesitamos cuestionarnos para intentar crear un camino propio. Cuando intentamos romper esos moldes, pensar es un acto de rebeldía, y, de ese pensar surge la acción. Pensar no sólo para entendernos, sino para atrevernos a cuestionar todo lo que consideramos "normal". Este proceso de análisis —desde la terapia, el arte y la escritura— me llevó a deconstruir lo aprendido y a encontrar en el humor una herramienta transformador. ■ ■ ■





# LA CUCA ILUSTRADA

POR ANABEL LLERENA

LA CUCA EXPUESTA  
O LAS AVENTURAS DE MIS  
RELACIONES FALLIDAS



CUANDO YA EMPIEZAS A ACOMODARTE UN POCO, SIN NINGÚN AVISO MÁS QUE LOS BRACKETS Y UN SOSTÉN QUE APLASTA TODO TU SER, LLEGA LA ADOLESCENCIA. LA OSCURA ADOLESCENCIA.



Ilustraciones y fotografías: Anabel Llerena

**CREAR CONCIENCIA DESDE EL HUMOR:**

En el contexto social actual, y específicamente en Ecuador, hablar de sexualidad, salud mental y feminismo es confrontativo. Por el miedo o incomodidad que estos temas pueden generar, muchas veces dejamos de tener los diálogos necesarios. Me parece importante traer estas conversaciones a la mesa, pero no desde un lugar de pugna, sino desde el deseo honesto de hablarlas. Por eso, desde que nació el proyecto, tuve claro que esta historia debía ser contada desde el humor.

Creo firmemente que el humor tiene una capacidad única de generar empatía. Este crea estereotipos bondadosos, nos puede mostrar personajes llenos de defectos que aun así son adorables, y personajes neuróticos con los que empatizamos al entender sus traumas. La vida está llena de cosas que nos humillan y nos avergüenzan, y el humor nos da justo ese espacio para ver esas situaciones como normales.

La comedia nos ayuda a poder ver y mostrar nuestros propios errores sin estar a la defensiva al respecto. Con esto, no me refiero solo a la necesidad de reírnos y consumir comedia, sino de ver la vida con humor. Encontrar la gracia en el absurdo y en la falta de sentido. Intentar volver a jugar por jugar, a perder el tiempo, a sabernos ridículos y soltar el control.

La comedia nos lleva a una concepción benevolente de las personas, y por lo tanto, de nosotros mismos.

Hablar de nuestras heridas emocionales, de nuestras crisis, de nuestras decisiones equivocadas puede ser abrumador, pero el humor nos permite transformar lo doloroso en diálogo y el diálogo en acción. En mi caso, intenté convertir mi historia y mis relaciones fallidas en un espacio narrativo que invita no solo a reír, sino a cuestionarnos para pensar en un cambio.

**LA IMPORTANCIA DE CUESTIONARNOS TODO**

Un tema recurrente en *La Cuca Ilustrada* es el cuestionamiento. No fue sino hasta mis 30 años, y después de una ruptura amorosa que me hizo llegar a esta terapia, que por primera vez me senté a pensar qué era lo que yo quería. Por primera vez me senté a cuestionarme si el llanto era por mi expareja, o era por todos esos hitos del amor romántico y los valores tradicionales a los que estaba renunciando. Fue liberador descubrir que casi toda esa vida ideal o de éxito que me vendieron no iba conmigo. Y, fue un alivio pensar que podía crear mi propio camino y mis propias formas de relacionarme. No fue un alivio inmediato, fue un alivio al final. El proceso fueron 2 años de llanto y confusión. Es un duelo despedirse de toda una vida de expectativas y decidir inventarse un nuevo camino.

Desde este quiebre y confusión, nace esta novela como una invitación a preguntarnos: ¿Cuáles de nuestras ideas son propias, o vienen de voces externas? ¿Por qué repetimos los patrones que repetimos? ¿De dónde vienen nuestras ideas sobre el amor, el éxito o el dolor?

En el proceso de escribir esta novela, me di cuenta de que romper con las expectativas impuestas no es solo un acto individual, sino colectivo. Necesitamos contar más historias que desafíen los relatos tradicionales. Vivir historias que nos ayuden a encontrar nuestra propia voz y, sobre todo, que nos den el valor de crear nuestros propios caminos. Es urgente compartir historias que nos permitan cambiar nuestra forma de pensar sobre el amor y las relaciones, y, así, sanar en conjunto. ■ ■ ■





## DEL ARTE A LA ACCIÓN: ESPACIOS DE RESISTENCIA

Crear esta novela fue un proceso profundamente honesto. Es una obra que no intenta dar respuestas ni moralizar, sino crear espacios de reflexión. El arte tiene esa capacidad única de reflejarnos y exponernos de la forma más transparente y visceral, así como tiene esa capacidad única de ser una herramienta de resistencia. En un mundo que constantemente nos exige perfección, permitirnos ser vulnerables e “incorrectos” es también un acto político.

El humor, muchas veces subestimado, es una forma poderosa de militancia. Reírnos de nosotras mismas no significa ignorar nuestras luchas, sino enfrentarlas desde otro lugar, abriendo espacios que de otra manera no nos serían permitidos. Creo que es fundamental cuestionar la idea de que el arte “serio” debe ser solemne. Porque en el humor hay libertad, y en la libertad hay poder.

La lectura y el pensamiento crítico son actos radicales en un mundo que nos bombardea con estímulos que nos empujan a la hiperproductividad y al consumo sin cuestionamiento. La novela de La Cuca Ilustrada fue para

mí una pequeña puerta a mirar hacia adentro y hacia afuera. Escribirla me permitió transformar el dolor en creación, las tragedias en humor y mi historia en una herramienta de reflexión para abrir conversaciones necesarias.

Lanzar esta novela, fue lanzarme al vacío, pero en este caso, hubo sostén. Fue sorprendente ver a un Ecuador abierto a aceptar y abrazar una novela ilustrada de sexualidad y feminismo que intenta romper con algunas de las ideas que aprendimos como mujeres. Y fue esperanzador enterarme que una segunda edición iba a ser distribuida por una editorial que reparte sus novelas con la planilla de electricidad, por todo el país. Me llena de alegría imaginar a un hombre de 65 años, encontrándose con esta novela en su hogar, y, sin esperarlo, repensar en nuestros traumas, nuestros afectos, y nuestra sexualidad a veces libre y a veces reprimida; leyéndole a una mujer en sus 30s, en Quito. ■

por **Anabel Llerena**  
*Artista audiovisual*