

**Mente, cuerpo, espíritu.
Un encuentro con Dios**

Xitzali

Mente

Me viene al pensamiento en estas primeras líneas algo que escribí referente a la comunicación que debe existir en cuanto a experiencias: “La mayor riqueza que puedes compartir es tu experiencia”.

Siento en mi interior que el compartir algo de mí misma puede ser útil y ayudar de igual manera a mujeres y a hombres, pues es un hecho irrefutable que el proceso de la vida afecta tanto para bien como para mal a todos.

Buscando en mis adentros encontré que para mí las palabras pecado y religión iban de la mano; entonces me pregunté ¿cuál es su relación? ¿Dónde empieza uno y dónde la otra? ¿Pueden subsistir el uno sin la otra? Durante mucho tiempo mi religión fue la católica y tomé la misma ruta seguida por muchísima gente: ir a misa, rezar, comulgar y aprender que el pecado es castigado a veces con terribles horrores.

Para mí fue así. Desde pequeña fui a misa con mi abuela paterna, me llevaba con mis hermanos los domingos por la mañana; para las mujeres era obligatorio entrar a la iglesia con la cabeza cubierta, lo contrario hubiera sido -en ese tiempo- visto con malos ojos. Recuerdo los pequeños pañuelos -a veces de papel- que sacaba la abuela para cubrirnos la cabeza, al mismo tiempo que ella se ponía su inconfundible chal negro, aunque algunas ocasiones llevaba el gris.

De las visitas al templo que más me impresionaron fueron las ocasiones en que nos llevaban a ofrecer flores, *requisito indispensable* para todas las niñas que quisieran ser bendecidas por la Virgen, era emocionante para mí depositarlas ante el altar; nos ponían escapulario, símbolo de la adoración y del compromiso ante Dios de ser buenas, y de la seguridad de que estábamos haciendo lo correcto, dando un servicio a la Iglesia.

Recibí el sacramento del bautismo y el de la confirmación, desde siempre tuve muy claro quién era mi padrino de bautismo y quién el de confirmación. Andando el tiempo también hice mi primera comunión, reafirmando así mi convicción (en esos tiempos no sabría decir si todo lo que se hacía era por convicción o por compromiso).

Al igual que para todos los niños, me fueron extraños los primeros días en el jardín de niños, así como el comienzo de la escuela primaria, ya que por ser una escuela de paga y religiosa, se nos pedía hincarnos para la entrada a clases y orar antes de empezar el día de enseñanza; igualmente, era necesario hacerlo cuando entrábamos de recreo.

Era extraño constatar que a todos los niños se nos pedía amor, obediencia y alta moralidad -cosa en la que insistían- y sin embargo los profesores a veces eran crueles en los castigos que nos imponían, como cuando se me salieron las lágrimas al ver el castigo que recibía inmerecidamente mi hermana Cristy. Recuerdo claramente que la maestra le dio varios reglazos en las manos por no saber leer. Afortunadamente fuimos cambiadas a una escuela de gobierno.

Ahora ya mayor, me doy cuenta de que entre más cerca estuve de la religión más presente estaba en mí el miedo a pecar; por lo tanto, en lugar de sentirme cerca de Dios, más lejos estaba, pues sentía que no era digna de recibirlo, no estaba convencida de que estuviera en mi corazón.

Hoy puedo decir que lo que rigió mi vida no fue tanto el amor a los conceptos religiosos o los castigos en mi contra, tampoco las amenazas a los que se portaran mal; lo que me guió fueron los principios y valores que me fueron transmitidos por mis padres, los consejos que me dieron, las experiencias que compartieron conmigo desde su corazón y sobre todo sus actos; si éstos fueron o no influidos por la religión no lo sé, pero averigüé que arrastra más el ejemplo que las amenazas.

Conforme transcurría mi vida fui descubriendo que ese tesoro que se me había entregado debía valorarlo como tal; el tenerlo me hacía sentir diferente a los demás. Casi puedo jurar que fui empezando a sentir el amor de mis padres desde el momento de mi nacimiento, en noviembre de 1959. Fuimos siete hermanos (cinco mujeres y dos hombres).

En estos momentos no me considero mejor ni peor que nadie, pero sí tengo claro que fui bastante inquieta, siempre quise entregar más de lo que recibía, siempre deseé hacer más de lo que me pedían, comprobar las cosas por mí misma; puedo decir sin pena que siempre busqué hacer las cosas que me gustaban, defender mis derechos y luchar por lo que consideraba justo.

Fui hija de un alcohólico y el alcoholismo de mi padre tuvo graves consecuencias; sin embargo, tuve la capacidad de rescatar bellos recuerdos y aprender de los no muy gratos.

Mi juventud fue sana, me gustó ser responsable, estoy segura de que mi comportamiento fue el adecuado para mi corta edad; no obstante siento que me faltó vivir más plenamente, sin tantas responsabilidades ni compromisos que aún no me correspondían.

Entre los trece y los catorce años comencé a asistir a bailes con mis hermanas; veía cierta preocupación en mi madre, ella percibía que empezábamos a andar por el camino de la tentación. Cuando tenía catorce años seis meses conocí a un muchacho de veinticinco, con el que salí algunos días, fue un hombre amable y respetuoso. Después conocí a un chico de mi edad, muy inquieto y que insistía en tocar mi cuerpo cada vez que salíamos. Eso me hacía sentir demasiado incómoda, sólo salimos dos meses.

Decía que mi madre se sentía inquieta por ver que estaba tomando formas de mujer, decía constantemente: “Cuidense de los hombres, no permitan que vayan más allá de los besos, cuiden su cuerpo”. Como quiera que sea, esto influyó para que mis hermanas y yo no permitiéramos los anunciados abusos.

A la edad de quince años conocí a un chico de dieciocho y nos hicimos novios; cuando teníamos sólo unos meses de conocernos llegó tomado a verme, lo cual me disgustó y le dije que se fuera, que no se atreviera a presentarse así otra vez; él me rogó, pero en esos momentos no lo escuché.

Ya tenía yo antecedentes del comportamiento de las personas alcohólicas, así que pude entender qué estaba pasando. Al poco tiempo, en un baile, se portó muy celoso y lo corté. Al enterarse mi madre de que él estaba muy triste, platicó conmigo y me convenció de que fuera a

verlo, fui y reanudamos nuestro noviazgo, en el que duramos por seis años; durante todo ese tiempo él insistía en que me le entregara si lo quería, así que nuestras caricias se hicieron más atrevidas cada vez, sin llegar a consumar la relación sexual -no sé si era por no defraudar a mis padres o era el tabú del pecado.

Él se graduó de maestro de Educación Física y yo de educadora; el día de mi graduación me obsequió el anillo de compromiso, y me pidió a mis padres el 4 de octubre, para casarnos el 19 de diciembre de 1980.

Asistimos a las pláticas prenupciales, hicimos todo lo que la Iglesia nos pidió, preparamos todo al detalle. No faltó el arreglo para la fiesta, la cena, el baile; todo requirió de grandes preparativos y de grandes gastos.

Todo fue muy emocionante, más aún lo que tenía que ver con la luna de miel; desde el principio lo consideré como algo muy especial, pues era el día en que me iba a entregar a él, ¡el primer hombre de mi vida!

Después de la ceremonia religiosa tocó el turno obligado por la costumbre de ir a la fotografía; cumplido ese hecho fuimos a la cena para más tarde abrir el baile. Al finalizar el mismo invitamos a amigos y familiares a lo que en el norte es clásico, el menudo.

Luego de descansar un poco y de recoger nuestros respectivos equipajes, abordamos el avión con rumbo a Mazatlán. Todo sucedía como lo teníamos previsto, todo era muy emocionante: la boda, los amigos, el festejo, todo marchaba bien.

Ya en el hotel, ¡nunca olvidaré esa preciosa vista al mar desde nuestro balcón! Era apenas mediodía, así que salimos a comer y a pasear un rato; todo me gustaba, todo se veía hermoso; regresamos por la tarde y ya sentía yo un poco de nervios. Imagino que él también, pero aparentando tranquilidad decidimos que nos bañaríamos, yo primero y luego él.

Al salir del baño, lo que me preocupaba en esos momentos era cuál bata me pondría (puede parecer infantil, pero en eso ocupé el tiempo que duró él bañándose); yo llevaba dos batas, una corta color perla y una larga, blanca; me puse la blanca, pero estaba inquieta, no me sentía a gusto, sentía que me estaba ocultando; además algo me invitaba a utilizar el camisón corto, aunque a decir verdad me sentía un poco

apenada. ¡Frenaba esa parte muy mía! Ser sexy, sensual... al final decidí usar el camisón corto.

Debo confesar que sentí miedo, no sabía cómo actuar, no sabía cómo me iba a sentir, lo que sí sabía era que llegaba virgen para el hombre de mi vida, que había valido la pena esperar, y que no había fallado a mis padres, ni a mi religión y menos a mí misma. Todos estos pensamientos me hacían sentir bien.

En el transcurso de la noche, puedo decir que en vez de disfrutarla, estaba con mis sentidos alertas a lo que sintiera mi cuerpo, ¡no fue muy agradable! Me asaltaba la dificultad y lo extraño de sentirlo dentro de mí, más que entregarme me estaba cuidando de no salir lastimada; fue tiempo después que le encontré el sabor a las relaciones sexuales.

Duramos diez días de viaje, disfrutamos nuestra luna de miel; el único inconveniente fue que el 24 de diciembre se le pasaron las copas, vomitó por todo el cuarto y eso me enojó mucho; nuevamente sentía cerca de mí la amenaza del alcoholismo.

De regreso del viaje rentamos una casa chica; mi madre nos regaló una recámara, una hermana de él regaló lo de la cocina, nosotros compramos lo más necesario y así empezó nuestra vida matrimonial.

A los cuatro meses del matrimonio me embaracé. Durante ese tiempo me quedaba en casa esperándolo hasta muy entrada la noche y él no llegaba; yo estaba completamente triste en esos momentos, me sentaba en la escalera y me ponía a llorar... me sentía sola.

Tuve una niña que nació en enero de 1982; me dediqué a ella y fue así como palié la soledad y la tristeza de saberme desprotegida. Después llegó el varón, en octubre de 1984; fue algo difícil, el niño tuvo que nacer por cesárea. En una visita que me hizo mi esposo al hospital, llegó crudo; al acercarse a mí noté claramente en su camisa una marca de lápiz labial; sin ninguna vergüenza dijo que venía de celebrar el nacimiento de su hijo; no se había dado cuenta de la mancha en la camisa; cuando se lo hice evidente se sorprendió, así que le pedí que por favor se retirara, que era un desvergonzado. No supo qué decir.

Era claro que ya mi esposo tenía problemas con el alcohol; mi refugio fueron mis hijos y el trabajo. Tenía dos turnos, y el estar ocupada me hacía más llevadera la relación. Me di cuenta de que trataba de

disculpar sus actitudes en cierto sentido, que prácticamente cerraba los ojos y no deseaba ver la realidad, por eso me ocupé en otras cosas; no deseaba aceptar que nuevamente tenía cerca de mí a un alcohólico.

Era extraño lo que pasaba: por un lado trataba de ocultarlo y de no pensar demasiado en ello, y por otro me sentía con coraje e impotencia de no poder hacer nada.

Cuando cumplimos siete años de casados platicué con él para que se alejara de la bebida; le hice saber que no estaba en la disposición de atender borracheras ni crudas; en mi desesperación lo amenacé con el divorcio. Durante un tiempo esto dio resultado, parecía que se iba a componer; sin embargo, no fue así, al poco tiempo ya estaba borracho de vuelta.

A los trece años de casados tuvimos otra crisis matrimonial. Llegaba tarde, a veces tomado, y en ocasiones ni llegaba. Trabajaba todos los días y el fin de semana se salía, el domingo solamente quería estar dormido por la cruda y la desvelada; llegaba el momento en que lo despertaba y le exigía que nos llevara a pasear. Se levantaba de muy mala gana.

No tenía la más leve intención de acompañarlo a ningún convivio o baile, pues sabía que tomaría y se pondría en vergüenza, después todo sería sumamente desagradable. En diciembre de 1991 hicimos una fiesta de año nuevo en la casa e invitamos a nuestras familias. En esa ocasión se puso muy borracho, al terminar la fiesta se cayó y se lastimó la cara, y su hermana lo tuvo que llevar a un doctor para que lo curara. Fue tan triste el espectáculo que su misma familia vino al otro día para hablar con él, a convencerlo de que asistiera a un grupo de A.A., aceptó y desde entonces dejó de tomar.

Es justo decir que nuestra relación mejoró un poco; sin embargo, a partir de ahí su infidelidad se empezó a evidenciar. En una ocasión lo invitaron a Cuba con un equipo de volibol, me preguntó mi opinión y le contesté que esas oportunidades no se deben desaprovechar, le dije que fuera; a pesar de que estaban cerca las ceremonias de fin de año escolar de nuestros hijos, le comenté que no se preocupara, que yo me haría cargo de todo.

Se fue y duró un mes por allá; al regresar, mi hija, emocionada, abrió su maleta para ver qué le había traído, y lo primero que encontró

fueron unos condones; mi hija me los entregó diciendo: “¡Mire mamá, lo que trae mi papá!”. Mi hija ya se había graduado de secundaria, no era ninguna pequeña como para no saber de lo que se trataba. Sólo dije: “Déjalos ahí, más tarde hablo con tu papá”.

Con ellos en la mano, por la noche le pregunté a mi esposo: “¿Qué significa esto?”. Contestó que se los habían regalado en el avión, para prevención, ¡por supuesto que no le creí! Dos meses después, en el examen de Papanicolau me diagnosticaron una infección venérea. Me saltó a la mente el viaje a Cuba, pues se comenta que allá se ejerce ampliamente la prostitución.

Platiqué con él y le informé del resultado; nuevamente le pregunté que qué pasaba. También lo interrogué acerca del lugar donde había estado, “ten en cuenta -le dije- que me has contagiado”.

Después de algún tiempo de escucharme y de pensar, aceptó y confesó que se había acostado con unas cubanas durante el viaje; le reproché esa actitud y muchas otras; entre los reclamos que le hice estaba el de por qué no se había cuidado.

Me pidió disculpas y lloró, dijo que no sabía qué era lo que pasaba, que estaba consciente de que tenía todo conmigo, me pidió perdón. En fin, hicimos las paces una vez más, el tratamiento médico para mí fue largo, sin mencionar el desajuste emocional que esto me causaba y que traté de ocultar.

Pasó el tiempo y por aproximadamente dos años tomé cursos de bioenergética; mi esposo se molestaba por esas clases que tomaba, pero yo seguí adelante, buscando mi propia superación.

En cierta ocasión me abordó una compañera de trabajo y me dijo que deseaba platicar conmigo, quedamos de acuerdo y fuimos a tomar un café. “Mira -dijo mi amiga-, te estimo y no deseo herirte, pero por favor déjame decirte algo que debes saber, te aprecio mucho y por eso te lo digo: tu esposo me propuso que fuéramos pareja, yo no lo acepté. Esto te lo digo para que lo cuides, ya que si yo no acepté, otra sí puede hacerlo. Esto no es fácil para mí y me da pena confesártelo, pero sé que es lo mejor”.

Me sentí muy mal, nuevamente herida; sin embargo, saqué fuerzas de flaqueza y le dije que no tuviera cuidado, que le agradecía la información.

Esa noche enfrenté a mi esposo, lo cuestioné y hasta lo ofendí, lo reté a que desmintiera a mi amiga. No me podía explicar por qué tenía que tratar de engañarme con compañeras de trabajo, qué era lo que quería demostrar, qué pensaba. Nuevamente me pidió disculpas; yo no sabía cómo actuar, estaba confundida.

A esta situación que estaba viviendo en mi matrimonio tengo que añadir algo que considero muy grave; en una ocasión en que estaba de visita mi cuñada, esposa de mi hermano, ella se soltó llorando, me comentó que le daba mucha pena algo que tenía que decirme, pero que un día mi esposo le había pedido que se acostara con él; mi cuñada me dijo que tenía miedo de que yo no le creyera o de que fuera a pensar mal de ella. Tuve que calmarle los nervios y sacando fuerza de no sé dónde le dije que no se preocupara, que me daba mucha pena esta situación y que iba hablar muy seriamente con mi marido.

Ese día hablé con mi esposo, le pregunté: “¿Adónde quieres llegar? ¿Estás loco? ¿No te das cuenta de la magnitud de tus acciones?”. Terminé diciéndole que esto era imperdonable, que abusaba porque mi hermano estaba en Estados Unidos. Ahora estaba más confusa que nunca. Con el poco aliento que tenía le dije que estaba completamente decepcionada, que a mí me daba más vergüenza que a él.

Se quedó pasmado, totalmente callado, no sabía qué decir. Lloré, le grité con todo el dolor de mi corazón, llegó a mí una profunda tristeza y a la vez un coraje incontenible. Continué con él por mantener unida a mi familia, por mis hijos, pero con la fe hecha pedazos, decepcionada por completo.

A veces meditaba si no era suficiente lo que me había hecho sufrir; me decía que lo mejor era la separación, pero a la vez tenía miedo de separarme y quedar desprotegida económicamente. Con el coraje, los sentimientos heridos y lastimada la moral... tenía que acostarme con él. Eso me causaba más tristeza, estaba asfixiando mi ser, mi derecho a decidir.

Cuántas mujeres habrá como yo, que han aguantado abusos y falta de respeto, sin atreverse a romper esos miedos que nos atan, ocasionándonos el cáncer por la represión de nuestras emociones. Cuántas veces preferimos quedar bien ante la sociedad aunque por dentro estemos

destrozadas; lo que verdaderamente nos ayuda es lo contrario: sacar la fuerza, el poder y el valor interno para enfrentar lo externo.

Pasó un tiempo, dos o tres años, y en 1998 empecé a sospechar de nuevo. Mi hija -ya una señorita- me dijo que cuando yo salía de viaje por mi trabajo, su papá se arreglaba y se iba, dejándolos solos. Me comentó que en una ocasión llamó una mujer y le dijo que fuera a recogerla a la central camionera.

Así se sucedían los mensajes y las veces que lo vimos en la calle con dudosas compañías. Mi hijo por accidente vio un mensaje en su *beeper*, en el que le decía que se verían en las calles x a las 11:00, yo me preparé cerca de la puerta y desde ahí le dije que yo iría a la cita; en cuanto arranqué mi auto él salió rapidísimo. En esa cita lo único que encontré fue la decisión de hablar terminantemente con él.

“De ahora en adelante tú haces tu vida y yo la mía -le dije-, ya no tenemos ningún compromiso, más que el de ver por nuestros hijos. ¡Puedes hacer lo que té dé la gana!, pero conmigo ya no cuentas para nada, de ahora en adelante harás tu vida y yo la mía”.

Di media vuelta y lo dejé solo, yo no tenía ya ninguna duda sobre lo que tenía que hacer.

Cuerpo

Sentía una profunda tristeza. Lo que hice para distraerme un poco del dolor fue convivir con mis amigas y mantenerme ocupada en diferentes actividades. En junio del mismo año conocí a un hombre de cuarenta y seis años en un evento cultural. Siete días después me lo encontré en un café, yo estaba platicando con mi amiga Alicia; se sentó con nosotras y nos mostró el *domi* de su primer libro. Estuvimos un rato y nos salimos porque mi amiga quería una cerveza para relajar sus penas. Fuimos a un bar, no había gente y disfrutamos mucho el momento; él me tomó de la mano y sentí una fuerte energía correr por mi cuerpo, él la sintió también y comentó que parecía un solo latido.

Nos invitó a tomar una copa en su departamento, porque ya estaba todo cerrado. Alicia y yo accedimos; llegamos a su departamento, un lugar sencillo con espacio abierto en el que se encontraba la

recámara, la cocina y la sala, al fondo estaba el baño; había lo justo para vivir.

Nos sirvió un tequila, yo me sentía un poco cansada y me recosté en el sofá, estuvimos platicando y al rato me dio sed y le pedí agua; al acercarse con el vaso de agua empecé a enderezarme y me dijo: "No te levantes, yo te la doy"; se acercó y colocó el vaso sobre mis labios, empecé a beber el agua; curiosamente, mi respiración se empezó a acelerar, de tal manera que dejé empañado el vaso. Nuestras miradas se encontraron, los dos estábamos excitados; se acercó a mí y sin hablar nos dijimos tantas cosas.

De pronto sentí sus labios en los míos y fue como si se hubieran unido dos fuegos ardientes para fundirse en uno. Fue inexplicable, no podíamos desprendernos, nuestros seres querían estar cerca; mi amiga Alicia se levantó, agarró el vaso, la botella de tequila y sus cigarros y se salió al patio; nosotros dimos rienda suelta a nuestro ser, sin limitarnos, dejando a un lado los tabúes y dando a nuestro cuerpo lo que verdaderamente deseaba en ese momento.

¡Fue una experiencia hermosa! Yo no había vivido algo así con el padre de mis hijos; estaba sorprendida de la forma en que me había dado tal libertad y de entregarme de esa manera a un hombre que apenas empezaba a conocer; lo único que sabía era que estaba separado de su esposa hacía dos años, que tenía dos hijos, que escribía y que acababa de concluir su primer libro; que era de Veracruz y que vivía solo. Lo que más me sorprendía era que la presencia de mi amiga Alicia no me había inhibido en lo más mínimo. Pobre de mi amiga, se quedó afuera buen rato; nosotros perdimos la noción del tiempo, menos mal que en junio y en esta ciudad es tiempo de calor.

Como a las cuatro de la mañana fuimos a dejar a mi amiga a su casa. De regreso veníamos excitados nuevamente, con un deseo ferviente de continuar juntos. Nos regresamos a su departamento, hicimos nuevamente el amor, nos regocijamos uno con el otro, estábamos extasiados, emocionados, yo sentía otro nivel de conciencia, sentía más mi cuerpo, mis emociones y mi corazón, y mis sentidos estaban muy perceptivos; casi amanecía cuando me retiré, en unas horas entraba a mi trabajo. Llegué a mi casa y todos estaban dormidos; lo único que me preocupaba eran mis hijos.

Fue incómodo llegar a casa y acostarme al lado de mi esposo, aunque yo moralmente ya no tenía compromiso con él.

Anduve por tres días como zombi, no acababa de aterrizar del éxtasis interior que traía, de repente me decía a mí misma: “¿Qué fue lo que me hizo caer en su jugada?”. Reflexioné una y otra vez y me di cuenta de que había sentido gran ternura en él, su sensibilidad, el cuidado para tocarme, todo acompañado de palabras suaves y bellas estremercieron profundamente mi ser.

Días después recibí en mi trabajo una llamada telefónica. Era él, nos dimos cita nuevamente en la tarde, tuvimos un encuentro hermoso, intenso; me retiré a las nueve de la noche.

Nos encontrábamos en diferentes lugares, íbamos a restaurantes, nos sentábamos a platicar en el parque, íbamos a encuentros culturales. En una ocasión que llegué a mi casa, estaba mi esposo esperándome:

—¿De dónde vienes?

—Del trabajo —respondí.

—¿A dónde fuiste hoy?

—Fui a comer, ¿por qué?

—¿Con quién?

—Con un amigo, ¿cuál es el problema? ¿Qué, me andas investigando?

—No, pero me llamaron y me informaron que te habían visto.

—¿Quién te informó?

—Siéntate, vamos a platicar; en dos ocasiones te han visto con un hombre ¿quién es?, ¿tienes algo que ver con él?

—¡Sí!

—¿Y qué piensas hacer?

—Yo, nada ¿por qué?

—Mira, he recibido llamadas de la mujer con la que yo andaba para informarme que te han visto.

—¿Y a ella qué le importa?

—Lo que pasa es que quiere que regresemos y tener un hijo mío. Ya terminamos.

—¿Ya terminaron?

—¿Por qué no terminas con él?

—¡Claro que no! Eso lo decido yo, cuando yo lo considere conveniente. Ya te dije, vamos a separarnos un tiempo para aclararnos

—¡No, si yo me voy lo hago para siempre, ya no vuelvo!

—¡Yo no estoy dispuesta a dejarlo!

Así que continuamos cada quien por su lado. Mientras tanto, la relación con mi pareja continuaba. En una ocasión le comenté que una de mis fantasías era hacer el amor a la intemperie, y cuando menos lo pensé ya había hecho un tendido afuera para acostarnos. Contemplamos la luna, sentimos el fresco y viví mi fantasía ¡fue emocionante!

Otro día empezamos a recorrer el cielo platinado, después oscurecimos con la sutileza de nuestros cuerpos, sintiendo cómo estábamos uno en el otro, cómo fue besando mis pechos y colocando con suavidad su mano en mi vagina, cómo empezó a hablarme al oído cuando fue pasando su boca por todo mi cuerpo. Simplemente vibraba al sentir cerca su cuerpo, me gustaba mucho permanecer acostada de espaldas, me hablaba, me hablaba al oído y me entregaba el calor de su cuerpo, ¡yo sentía tanto placer! No se diga cuando me penetraba; todo se volvía movimiento, mi mar empezaba a correr, mis gritos salían sin cesar con gran fuerza desde mi plexo ¡increíbles!; los movimientos eran incontrolables. Era un hombre inteligente, sabía satisfacerme y lo hacía hasta que me extasiaba.

En mi turno yo lo complacía, lo besaba empezando por su cara, lo besaba por todo el cuerpo y jugaba con mis labios y mi lengua, acabando esas caricias en las partes más sensibles de su cuerpo. Para mí era un placer ver cómo disfrutaba de las caricias, eso me excitaba aún más. En una ocasión que estaba lloviendo le dije: “Qué rico ha de ser bañarse desnudo bajo la lluvia”, él me contestó: “¿Lo quieres hacer?”, “¡me encantaría!”. Me desnudé, me puso una manta encima porque hacía un poco de fresco y salimos a bañarnos bajo la lluvia. Lo invité a que estuviéramos abrazados bajo la manta, jugamos con el agua; de regreso me secó, como cuando secas a una niña, con mucho cuidado, yo hacía lo mismo; y me dio un té para que no nos hiciera daño la mojada.

Había momentos en que después de hacer el amor yo me quedaba relajada, él me contemplaba, sentía su mirada, me acariciaba la cara, yo le decía: “¿Me cuentas un cuento?”, y así lo hacía, hasta que

me quedaba dormida; él cuidaba de mi sueño, más tarde me despertaba y me decía: "Ya es hora de que se vaya a su casa, mocosa". En ocasiones nos metíamos a bañar y nos enjabonábamos uno al otro hasta hacer bastante espuma; jugábamos con ella hasta cubrirnos todo el cuerpo; nos acariciábamos y nos besábamos, yéndonos a la cama mojados, y hacíamos lo que se nos ocurriera en el momento.

Iba a salir de viaje y me invitó a la sierra. En unas barrancas empezamos a gritar nuestro nombre y a comunicarnos por medio del eco, gritando él una cosa y yo contestándole; nos divertimos con cosas sencillas. Continuamos nuestra relación con mucha intensidad y mi cuerpo hablaba de la evolución que se estaba generando en él. Me entregaba plenamente a mi pareja, tocábamos momentos de plenitud; mis orgasmos eran abundantes y continuos, como si hubieran desbloqueado un manantial interno que ahora tenía que fluir.

¡Sí fue eso!, libertad de ser, de sentir, de amar mi atrevimiento de romper los tabúes internos; mi ser se regocijaba en sí mismo, me sentía feliz de estar en plena libertad interna. Mi energía era abundante; todo mi ser estaba liberado.

Me atrevo a decir que cuando se tienen relaciones plenas se mantiene un nivel de energía extraordinario, además de un buen sentido del humor; una persona apática, de mal humor y poco dinámica, tiene en su cuerpo bloqueos energéticos que le impiden llegar a la satisfacción sexual.

Los cursos de bioenergética me permitieron tener más conciencia de mi cuerpo. Los bloqueos de energía que se forman en el cuerpo son en la garganta, en el pecho y en el plexo. El desbloqueo de estas tres partes permite llegar al orgasmo pleno.

En ocasiones, en los cursos que dábamos se ponían ejercicios para desbloquear, generando en la gente la liberación de energía y de emociones fuertes, de tal manera que algunas personas llegaban a tener orgasmos.

Aprendí a distinguir entre el miedo y el coraje; cuando mi cuerpo se contraía, había miedo y ansiedad, se manifestaba con estreñimiento y dificultad para hablar; obviamente, la entrega sexual era muy limitada. Toda expulsión que sale del cuerpo indica liberación de emociones o

necesidades orgánicas: el vómito, la mucosidad, el estornudo, el orgasmo, el llanto, el grito, la defecación, el sudor, la menstruación. Por eso cuando una mujer no tiene orgasmos, no hay liberación en ese centro de poder.

Mi ser se regocijaba en sí mismo; por tener esa libertad interna, mi energía fluía en abundancia, todo mi interior estaba liberado.

Sin embargo, en el mundo exterior a mi cuerpo había una revolución que nada tenía que ver con la libertad, sino todo lo contrario. Empezó la guerra con el padre de mis hijos; se había dado cuenta de que me estaba perdiendo. Sus intentos por recuperarme ya habían terminado, enfrenté la realidad tal cual era en mi familia, el padre de mis hijos quiso chantajearme por la relación que tenía. Defendí a capa y espada mi derecho a amar, tuve el valor de enfrentarme a quien fuera y a sus consecuencias.

Fue muy duro para mí, sobre todo enfrentar que lo que yo estaba viviendo era un pecado para la religión católica y para la sociedad; iban y venía a mi casa personas y familiares con mensajes bíblicos, consejos, pláticas; hacían el intento de que “reflexionara sobre lo mal que andaba”.

Fue una etapa fuerte en la que se rompieron muchos patrones viejos y externos, en la que tuve que pagar un alto precio, pero la ganancia fue más grande, ¡tuve un encuentro conmigo! Tomé las riendas de mi vida y empecé a ser yo misma.

El padre de mis hijos optó por retirarse, hizo su vida con otra mujer y actualmente tiene un hijo con ella.

La relación con mi pareja duró un año y medio; decidimos terminar y continuar como amigos; aprendimos bastante uno del otro.

Al poco tiempo estaba con un gran amigo en un restaurante, y al ir al baño me interceptó un señor que me dijo:

—Buenos días, disculpe que la moleste, soy el Mayor... —mencionó su nombre y me entregó una tarjeta—, me interesaría conocerla, ¿cuándo puedo platicar con usted?, ¿no me responde?

—Disculpe, no sé qué contestarle —le repliqué.

—¿Espero su llamada?

—No lo sé, no lo sé.

—No se asuste, espero su llamada, o dígame dónde puedo hablarle.

Más tarde le hablé y platicamos en el lobby del hotel. Me comentó que era divorciado dos veces; que vivía en el Distrito Federal y que estaba aquí de vacaciones con su hija. Me invitó a comer y después me llevó a mi casa.

En otra ocasión nos vimos y platicamos, se fue a la ciudad de México y me llamaba dos o tres veces por semana; me decía que cuando yo lo llamara lo hiciera por cobrar. En una ocasión me invitó a México, acepté y me envió los boletos de avión. Cuando llegué había rosas color melón, tenía champagne y unas velas encendidas esperando.

Compartimos esa noche y empezamos una relación formal, repetí el viaje en dos ocasiones. El señor fue muy amable conmigo, inclusive me daba pena, porque al regreso de cada viaje me entregaba dinero para gastos que se me pudieran ofrecer; esto me incomodaba porque sentía como si me estuviera pagando; en otra ocasión él vino al lugar donde vivía, porque yo no pude ir. Nos hospedamos en un hotel; la relación duró dos meses, pues sentí que ese no era mi lugar.

Al paso del tiempo empecé a hacer amistad con un escritor; salíamos de vez en cuando a un café para compartir experiencias vividas, así como algunos asuntos familiares.

En su compartimiento fui conociendo su vida familiar; era casado, platicaba de sus hijos, muy en especial de sus hijas, sobre todo de la más pequeña, que para él era el motivo de su permanencia cerca de su esposa, cumpliendo ante todo su deber de padre.

Yo le compartí acerca de mi experiencia matrimonial y de las dos relaciones anteriores, además de platicarle de mis hijos y de mi trabajo. Por buena disposición comenzó a ayudarme en poner por escrito los pensamientos que iba creando, haciéndome las sugerencias que él consideraba prudentes.

En una ocasión me propuso que fuéramos pareja, que yo le interesaba. Por mi parte, le respondí que yo me sentía mal por saber que él era casado y yo no podía dejar de ponerme en el lugar de su esposa; mi sentimiento era que no me gustaría hacer el papel de amante. Aclaró que ya no tenía nada que ver con su esposa y que estaba en su casa solamente por la niña pequeña, que iba a esperar que creciera un poco

y se retiraría de ahí; le dejé ver el miedo que tenía de empezar una nueva relación, ya no quería pasar por esa posibilidad.

Poco después iniciamos como pareja, me visitaba en mi casa con motivo del libro de pensamientos con el que me ayudaba y conoció a mis hijos.

Un día me di cuenta de que mi cuerpo sentía ansiedad por estar con él y me atreví a comentárselo. Me dejó ver que no tenía un lugar adonde llevarme y comentó que no le gustaría llevarme a un lugar público.

Estaba en busca de una oficina para atender su trabajo y de esa forma irse alejando poco a poco de su casa; encontró un lugar cerca de nuestras respectivas casas; arreglamos la oficina y empezamos a convivir como pareja. Al principio sentía como que no me adaptaba a su ritmo sexual, parecía que mi cuerpo necesitaba más, me costó un poco de trabajo adaptarme, pero fue interesante; en una ocasión me señaló ese aceleramiento que yo traía, pero me hizo ver que ya lo estaba superando.

Ahí descubrí que la primera relación que sostuve como pareja después de mi matrimonio, fue a un ritmo sexual muy acelerado, que además sentía casi como una adicción al sexo y que eso me estaba desfasando de mi realidad.

Otra de las cosas que me costó trabajo entender fue que para él era natural durar días sin comunicarse, o si teníamos una cita no asistía, sin preocupación alguna.

Recuerdo que en un paseo por el parque me hizo comentarios que no entendí por qué los hacía; lo que sí me quedó claro fue que mi corazón se llenó de tristeza y reprimí el llanto delante de él, me sentí regañada injustamente. Ese día me dio a entender que si él se llegaba a separar de su esposa y otra mujer le exigía que se fuera a vivir con ella, él prefería quedarse sin ninguna de las dos.

Yo le comenté que si quería terminar me dijera, que no había ningún problema, que no lo iba a detener a mi lado sin su consentimiento, que si no detuve al padre de mis hijos, con quien tenía un compromiso mayor, menos a otra persona.

Otro detalle que jamás entendí fue un día en que llegué a la oficina porque vi la luz encendida y toqué. Me abrió la puerta, entré y empezamos

a platicar; en un momento en que nos íbamos a sentar le pregunté: “¿Dónde te sientas, aquí o allá?”, su respuesta fue: “Siéntate donde tú quieras ¡me tienes hartol, pareces mi mamá”.

Me quedé callada, pero quería salir corriendo; estuve un rato, después me retiré; fuera de algunos detalles, se me hace una persona centrada, ecuánime y tranquila; un hombre maduro, serio, servicial y humano; eso me gustaba y atraía.

En un tiempo noté que estaba muy ocupado iniciando un negocio con uno de sus hijos; no había tiempo para vernos, todo dependía del tiempo que le quedara libre después de atender sus compromisos.

Le dejaba mensajes, no respondía; le llamaba a su teléfono celular, me colgaba sin contestar. Eso me dolió mucho, sentía que no merecía ese trato; empecé a analizar la situación y me decía: “¡Tal vez no encuentra cómo terminar su relación contigo y no se atreve a decírtelo!”. Entonces me dije: “Voy a hablar con él, a platicarle lo que siento y ahí tomamos entre los dos una buena decisión, igual que cuando decidimos iniciar”.

Hice una cita con él pero la canceló, y ese mismo día fui a la oficina por algunas cosas que me pertenecían. Le dejé un recado pidiéndole un libro e invitándolo a platicar cuando tuviera tiempo.

Le mandé las llaves de la oficina y él me mandó mi libro en un sobre con un recado que decía “¡Gracias!”.

Espíritu.

Un encuentro con Dios

Habían sucedido tantos cambios en mi vida, tanto movimiento interno que me hacía necesitar hacer algo al respecto. Tenía también la necesidad de parar un poco y de estar más tiempo conmigo misma, evitar los lugares con mucho movimiento de energía. Era imprescindible encontrar paz y tranquilidad.

Buscaba estar en contacto con el cosmos y con la naturaleza. Parecía que esto tranquilizaba a mi espíritu y aclaraba mis confusiones. Comencé a tener más conciencia acerca de la importancia de la Tierra, el

agua, el viento, los elementos básicos para vivir; llegó a mí la necesidad de apreciarlos y de respetarlos. Dejé de andar en la búsqueda externa, descubrí que lo que necesitaba estaba dentro de mí.

Mi manantial interno seguía fluyendo a través de mensajes, mi mente se liberó. Inicé el camino a la espiritualidad, me dediqué más a mi hogar, a convivir con mis hijos. En cuanto tenía oportunidad escribía, descansaba y procuraba hacer una meditación diariamente.

Comencé a notar que cuando estaba en meditación me llegaban mensajes que tenía la necesidad de escribir; te comparto los mensajes que fui recibiendo.

Mensaje 1

Lunes 31 de julio del 2000

¡Niña Hermosa! Debes alejarte de ese hombre, es una persona que te hace mal tan sólo de pensar en él, es una persona que hasta ahorita no ha sabido apreciar la magnitud de tu grandeza en el amor, en la abundancia, en el perdón, en tantas y tantas cosas.

No te preocupes, lo que pasa es que él no puede ver cosas, escuchar, mucho menos apreciar lo que tú puedes ver con facilidad.

Aún está en la etapa de mucha necesidad, por lo que requiere la atención de mucha gente, muchos lugares, muchos cambios, mucho movimiento, y tú necesitas paz, tranquilidad y estabilidad.

Confía en que no es el momento de estar a su lado, retírate, suelta la inquietud de mantener una hermosa amistad, déjase todo al tiempo, él se encarga de poner todo en su lugar y de darle la justa medida e importancia a las cosas.

Tú abócate a tus asuntos, a ti misma, abrázate y siente toda la riqueza que entregarás en su momento a la persona que verdaderamente te corresponda.

Todo llega, nada se queda sin concluir, confía nada más, confía y deja fluir las cosas para que tomen su justo lugar.

Toda carga emocional se da porque estamos fuera de tiempo, acelerando las cosas que todavía no corresponde ejecutarse. Deja ser las cosas por sí solas, siente esa paz y esa tranquilidad y no estés empujando las cosas, las situaciones, porque tienen que darse por sí mismas. Eso no te permite estabilizarte, mucho menos armonizarte y amarte.

Mensaje 2

Lunes 4 de septiembre del 2000

Sé que tus lágrimas están a punto de brotar, pero no es más que el gran manantial interior que tienes, que no está dispuesto a detenerse por ningún motivo. No temas, no estás sola, aunque a veces pienses o sientas que no hay nadie a tu lado, pero estoy constantemente contigo viéndote crecer y todo lo que has hecho para lograrlo.

Saca todo ese sentimiento de soledad que te asfixia, para que quede libre tu corazón y puedas sentir el amor que te está llegando.

No temas, pequeña, ya está por llegar la grandeza, esa que estás esperando con anhelo, ese encuentro contigo misma que te permitirá entrar a esa etapa tan hermosa de paz, amor y tranquilidad.

Deja que tu voz salga, que tu ímpetu salga con esos movimientos de coraje y audacia, que esa seguridad interior salga desde lo más profundo de tu ser. Eso que has estado tapando durante años, esos dones que se te han otorgado y que sabes que los tienes y que has tenido miedo de sacarlos.

¡No temas! ¡No temas! Yo estoy contigo.

Mensaje 3

Martes 13 de febrero del 2001

El año de la purificación.

Hacer una ceremonia en un lugar muy tranquilo, cerca de la naturaleza, de energía pura en su ambiente. Estarán tú y Abraham de blanco, las siete velas blancas, agua y rosas blancas estarán de frente, meditarán y harán la oración con el mensaje que a cada uno de ustedes se les envíe. Será una unión hermosa, pero de compromiso fuerte que va más allá del cuerpo, estarán protegidos. Ustedes se apoyarán incondicionalmente en lo que requiera uno y el otro, sin preocupaciones, a cada uno se le indicará qué hacer o qué pedir.

Al año se reunirán y harán la ceremonia de agradecimiento, a cada quien se le dirá cuál es su purificación. En el transcurso del tiempo se darán cambios notables en ustedes.

Tu año de la purificación será:

No tener relaciones sexuales

Cuidar tu alimentación

Meditar una hora diaria
Hacer meditación dos días cada séptimo fin de semana
Hacer ejercicio dos o tres veces por semana
Reacomodar tu casa para equilibrar y armonizar
Escuchar música relajante
No tomar café ni bebidas alcohólicas
No estar donde sientas que hay demasiado ruido (movimiento de energía).

Mensaje 4

Martes 20 de febrero del 2001

Pondrás una oficina, será un espacio donde harás tus trabajos de escritora, de terapia, de descanso, de meditación, será un espacio muy acogedor, tranquilo, con un toque místico.
Te apoyará un hombre, será un área que van a disfrutar y requerir los dos, no te preocupes en tiempo, se dará.

Mensaje 5

Viernes 9 de marzo del 2001

Siete días antes de la ceremonia del 21 de marzo del 2001, para el año de purificación, no deberás tener relaciones sexuales; de las siete velas blancas que utilices en la ceremonia usarás cada una de ellas en la meditación que harás, en el fin de semana, cada siete semanas; utilizarás el agua diariamente, poniéndola en la cabecera de tu cama en un vaso de cristal con unas gotas, y llenándolo con agua purificada; de las rosas blancas conservarás los pétalos, con ellos harás velas blancas que estén adentro y las utilizarás en situaciones especiales para ti. Las rosas blancas que utilices serán 21.
Deja que las cosas fluyan, no te preocupes por la persona que te acompañará, todo se va a acomodar en su debido tiempo, ve preparando las cosas y el carro.

Mensaje 6

Sábado 10 de marzo del 2001

Bienaventurados los que se arrepientan; saquen de su corazón la basura que han permitido que entre durante años, porque al librarse de ella entrará la luz divina, porque en mí encontrarán la paz.

Mensaje 7

Sábado 10 de marzo del 2001

Las velas en círculo serán de protección, las velas en triángulo serán de consagración. El agua, las flores y las velas de consagración se ofrecerán por la purificación de ustedes y del mundo, ofrendándose a Dios Todopoderoso, Señor del Universo, hacia los cuatro puntos cardinales. La ceremonia será iniciada con siete campanadas y al terminar otras siete, diciendo: "En el nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo".

Mensaje 8

Martes 13 de marzo del 2001

Abre toda posibilidad que se te presente para el lugar de la ceremonia, si algo se visualiza que no se va a dar, es porque va a llegar otra posibilidad, hasta que llegue la más adecuada para la ceremonia.

Mensaje 9

Miércoles 14 de marzo del 2001

Purificarás la tierra del lugar donde estarás, rociándola con agua de rosas. Los niveles espirituales son siete, te corresponde ya pasar a otro de mayor compromiso contigo, con el Universo, con Dios.

Te empezará a armonizar por dentro y por fuera, compartiéndose esta armonía con las personas más cercanas a ti, a tu corazón.

Agradece profundamente ser uno de los elegidos, porque de ello dependerá el bienestar de los que aquí habitan.

Mensaje 10

Sábado 17 de marzo del 2001

Tu compromiso es grande, predicarás el mensaje número 6 con todo tu corazón, para que el mundo lo escuche, porque en él está su salvación.

Mensaje 11

Sábado 17 de marzo del 2001

Pon el agua al sol durante tres días para que se llene de energía.
Apártate de los lugares y personas ruidosas lo más que puedas, como parte de la preparación de la ceremonia.
Procura estar lo más tranquila que puedas, alejándote de lo mundano. No adquieras compromisos.
Tu partida y tu estancia hacia y en el lugar serán de mucha paz interna y externa.
Es el momento de que tú y tu guía espiritual unan lo que tienen que unir para cumplir su misión.

Preparé todo como se me indicó y se realizó todo con fluidez. ¡Fue un encuentro hermoso!

Mensaje de agradecimiento

27 de marzo del 2001

¡Bienvenido seas, Señor! Te doy gracias por haberme elegido entre tanta gente, para recibir en mi ser tu luz a través del sol. Fue un encuentro maravilloso, estuvimos mirándonos con el corazón, abriéndose esa comunicación interna, silenciosa y profunda.
Fue un regocijo de mi alma el haber sentido tu grandeza en mí.
¡Bendito y alabado seas!
Estoy cumpliendo el compromiso que adquirí para llevar a cabo el año de purificación.

En este cúmulo de experiencias aclaré mi mente, conocí mi cuerpo, recibí al espíritu y tuve *un encuentro con Dios*.