

ENCONTRÁNDOME A TRAVÉS DE LO ESCRITO

LAURA AHUMADA

Ahora solo Yo, solo Laura

Supongo que de origen griego, romano, ya que usaban las hojas para hacer coronas y coronarse como señal de triunfo, de honor. Imágenes de títulos, de honores.

Laura: Laurel, laureles, victoria, victorias, triunfos, honor, ganar, éxito, competir, desde que recuerdo he competido, queriendo siempre ganar y sobresalir, crecí con dos hermanos mayores y uno seis años mas pequeño que yo, rodeada del ambiente masculino, sin mamá, sin femenino, en un ambiente de competencia, de fuerza, del mas fuerte tiene el poder, aprendí a usar mis propios recursos, ya que no era la mas grande, la mas fuerte o la mas rápida, pero si la mas buena, la mas obediente, la mejor portada, la complaciente, la linda, la sonriente, la que agrada, la inteligente, la mas bonita de todos, ahhhhhh que gran competencia en la que nadie podía ganar ni perder solo adquirir patrones de conducta, actitudes y seguir con ellas de por vida, la verdad estoy muy cansada de todo esto, de competir, de luchar, de pensar que debo mantenerme en un lugar, de ser una personalidad, esta parte de mi nombre la estoy transformando, dejo de competir para generar lazos de comunidad y compañerismo, dejo de ser buena y obediente para solo escuchar a mi corazón y hacer lo que en verdad deseo. Dejo la complacencia para mi misma y... bonita? Desde que perspectiva? Soy una mujer de 47 años, tengo arrugas, la piel comienza a caer, las canas están en un 50 % en mi cabeza, me doy la oportunidad de envejecer y ser bonita de esta manera. Finalmente todo lo que hacía era para tener poder, para controlar, no me daba cuenta que yo misma me encerraba en mi control, en mi propia celda. Poder para no ser abusada, para no estar en la última parte de la fila haciendo lo que me decían los demás, yendo en contra de mi, siendo bien portada para que mis padres no batallaran con otro hijo más, ya era suficiente con los otros dos! Bueno ahora solo victorias que se disfruten, laureles para celebrar, coronas para bailar!

Los laureles son árboles que todavía no conozco, conozco sus hojas porque sirven para cocinar, le dan buen sabor a la comida, ¿sea que le puedo dar sazón un buen sabor de boca a la vida? Jijijij y si me gusta condimentar cuando cocino.

Las hojas de los laureles también sirven para limpiar espacios energéticos, las hojas secas se queman y el humo limpia, tiene esa propiedad, a mi me gusta mucho limpiar, ordenar, especialmente de una forma energética, así que esta parte de mi nombre me gusta mucho, me hace honor y le hago honor, lo disfruto.

Mi tía, la hermana de mi papá se llama Laura, es la primera, yo soy la segunda, mi prima, su hija, es la tercera y mi hija es la cuarta. Supongo que llevo este nombre por ella, la quiero mucho, es platicadora y ríe a carcajadas grandes como yo, su abuelo era chino de China, así que ella tiene los ojos muy rasgados, yo menos, casi no nos parecemos, lo que si tenemos es que somos delgadas y con mucha panza, las emociones guardadas, ella también tuvo dos hermanos hombres mayores, será que también competía?

Desde las Constelaciones Familiares llevar el nombre de un ancestro nos hace llevar su destino, positiva y negativamente, podemos voltear a ver esa vida y tener pistas de algo que puede ir maravillosamente o de un desastre, veo que nuestros matrimonios se parecen, sobre todo desde los últimos 7 años, que son los 7 años que no me han gustado, nuestros esposos no quieren trabajar, el de ella parece que nunca, mi papá siempre lo ha criticado, creo que por eso aprendí a criticar a los flojos irresponsables y cuando mi esposo entró en esa categoría, bueno que me he enojado de una forma terrible, ahora esta fase de nuestras vidas no ha terminado, he cambiado y aceptado que cada persona puede hacer lo que quiera con su vida y asumir las consecuencias, después de 27 de años de matrimonio por supuesto que cambiamos, somos otros, asimilarlo me costó mucho trabajo, de ahí surge la oportunidad para mi de crecer, de cambiar, de ser autosuficiente, responsable por mi, así que en el fondo puedo decir que cada crisis es una oportunidad de crecimiento, una puerta se cierra y muchas se abren.

El Aura sahumada, un amigo me enseñó este juego, repite tu nombre y fíjate que significa, que dice. Encontré varias respuestas la que más me gustó es El Aura Sahumada, en aquel entonces yo trabajaba en ceremonias y rituales como sacerdotisa del fuego, como sahumadora, me pareció atinado, Yo sahumaba, limpiaba las auras, los espacios energéticos de las personas y de los lugares. Otro era La hora, la hora, el tiempo, desde mi trabajo de astrología tengo el sol en el signo de Capricornio, su regente es Saturno o Cronos, el Dios del Tiempo, entonces este también me gustó.

Siempre he sido Laura, lo he sentido como un nombre fuerte, con mucha fuerza, de chiquita no me gustaba, yo quería ser como Verónica la de Archie jajajaja amaba ese nombre, veo que lo que quería era ser como ella, Betty me caía gorda porque era menuda y dejada como yo jajajajajaj hoy disfruto de la fuerza y presencia de mi nombre, me gusta que es solo uno, suficiente. Durante algún tiempo quise cambiarme el nombre, ser otra, Verónica recibía la atención de los demás, verónicas, ovaciones, aplausos, Archie moría por ella y por complacerla, ella le decía todo el tiempo que hacer y como hacerlo, era vista por él, creo me sentía sola y no vista, especialmente por mi padre, mi madre ya no estaba con nosotros.

La mayoría de la gente me dice Lau, Laurita, pocos me dicen Laura supongo que es por la fuerza del nombre y el cariño que me tienen, así lo siento.

Ahora solo Yo, solo Laura, una persona común y corriente que disfruta de lo que hace, me comparto cuando así lo deseo.

Laura sin diluirme en el otro, sin dejar de ser yo, permitiendo que el otro sea.

La hora de ser yo.

Mi esencia, mi aura sanada.

Laura vale.

Estoy completa.

Sin Diálogo...

Hola! Qué haces ahí en el espejo?

Mmmm me da risa, me da comezón...

Te veo las arrugas, los párpados caídos, como el paso del tiempo, me asusta ver que se cae el parpado como tapando los ojos. Veo mis párpados como los de mi suegra, hoy veo en mi muchas cosas de mi suegra que no me gustan, ahgg!

Parece que hoy no me gusta nada de lo que veo en el espejo... lo que mas veo es cansancio, ganas de no hacer nada, apatía.

Tampoco tengo ganas de dialogar conmigo. No sé que decirme, esperaré...

Hemos tenido una semana difícil, con dolor físico, con incapacidad, con poco movimiento, apoyándonos en los demás. Si aprendiéramos a combinar la independencia con la necesidad de apoyo seríamos mas flexibles.

Permitirnos recibir apoyo.

No me gusta verte tanto, estar aquí frente al espejo mirándote se me hace un poco perder el tiempo.

Quiero irme a hacer otra cosa, me aburro aquí mirándome!

Me siento prisionera aquí en el espejo.

Mi cabello crece en diferentes direcciones, hay algunas áreas sumamente moldeables y otras que siguen su dirección natural. Las cejas siguen el contorno del hueso. Me descubrí un granito y lo exprimí.

Me sorprende el silencio cada vez que llevo al espejo.

No se que decirte... cada vez que intento hablarte me da una nausea. La verdad quisiera irme y no estar aquí. Me molesta estar aquí frente a ti. Me molesta ver cosas que no me gustan, me molesta verme y que no me guste mi imagen o parecer a mi hermano o a mi suegra.

Mi mente vuela, se va a pensamientos lejanos, estoy frente al espejo y mi mente se va.

Ha sido un ejercicio difícil de llevar a cabo, no creo haber llegado a un dialogo, me canso, me aburro, me enojo, lo pospongo, que difícil hablar conmigo!!!!

Recuerdos del Corazón!

Mi medalla de la Flor de la Vida, es un regalo que me hice hace unos 5 años, la encontré en el centro de México, en una tienda de esoterismo, iba con unas buenas amigas de visita, desde que la vi me gustó mucho, me la he colgado por mucho tiempo es de mis favoritas me recuerda el comienzo de la vida, el florecer, que la vida continua, que siempre hay una oportunidad, me da fortaleza y seguridad.

Tengo unos huaraches de cuero, de Chiapas, tipo huarache, me gustan mucho porque son muy suaves y cómodos, en varias ocasiones había visto este calzado y no me atrevía a comprarlos porque pensaba que por ser de cuero iban a estar duros y para mi sorpresa no es así, los use muchos días durante un viaje que hicimos mi esposo y yo a Chiapas, era nuestro viaje de graduación de que nuestra hija terminó su carrera, fue un viaje liberante de obligaciones y compromisos de muchos años, de terminar, el cierre de ciclo con la responsabilidad para con ella. Entonces durante este viaje los horarios empezaron a desaparecer, las comidas se realizaron cuando nos daba hambre, dormíamos hasta que la cama nos

cansaba, nos bañábamos en los ríos o lagunas, era suficiente, un viaje de mucho gozo y satisfacción del que me traje mis huarachitos.

Mi álbum de fotos de cuando era chiquita es uno de los tesoros más preciados que tengo, tiene pocas fotos, cuando era pequeña y mi mamá ya no estaba yo lo usaba para jugar, así que tiene anotaciones y rayones que le hacía, hasta chistes jajajajaj y también hay fotos rotas porque mi tía y mi abuela quisieron borrar los rastros de mi mamá, la foto que mas me gusta es de mi papá conmigo, me está cargando y tengo como un año, estamos en la casa de mi abuela, tengo muy buenos recuerdos de esa casa, especialmente los aromas de la panadería que estaba enfrente, hacían por las tardes empanadas de crema pastelera, una delicia!!!!!! Nos llevaban de la mano para cruzar la calle y comprar empanadas. Las jacarandas de la calle soltaban su perfume y hacían alfombras de flores moradas, todavía hoy puedo disfrutar de ver y oler a las jacarandas. La casa de mi abuela tenía dos escaleras para subir a la azotea, entonces teníamos dos vías para subir y bajar, para escondernos y buscarnos, para correr y escapar, jugábamos mucho a las escondidillas y en el techo nos acostábamos y comíamos. Me gusta ver las diferentes fotos de cómo fuimos creciendo y las casas donde vivimos. Las cosas que hacíamos de niños y platicarlas con mis hijos, recordar lo que fuimos.

Mis libros y cuadernos de anotaciones son otro tesoro. Generalmente cuando aprendo algo me gusta escribir acerca del tema, hacer resúmenes y mapas mentales, a veces pienso que es una obsesión, es de las cosas más difíciles para hacer espacio, no quiero tirar nada, incluso si es algo en lo que ya no estoy trabajando o sin interés, pienso “después me puede servir”, tengo de muchos temas, algunos hasta carpetas, a veces como las fotos, los saco y los empiezo a leer, recuerdo y disfruto de esas lecturas una vez más, recuerdo el momento en que lo aprendí, como fue esa experiencia, las amistades que hice y sobre todo los contenidos, porque a veces los olvido, recordarlos es como volverlo a vivir. Ahora que escribo veo el librero y el escritorio y siento ganas de irme a verlos una vez

más. Cuando presto un libro, en mi mente prefiero pensar que lo voy a regalar, que ya no va a regresar porque soy muy celosa de ellos, siento apego con ellos, así que para poder prestarlos tengo que pensar que ya no van a regresar. Las primeras veces no hacía esto y si no me los regresaban me molestaba mucho. Cada vez que paso por un restaurante de una persona con la que tuve mucho contacto y ahora no, tengo una sensación dentro de mi de pararme y bajar a pedirle un libro que le preste, la verdad es que ya lo había leído muchas veces y se puede decir que me conozco el contenido, pero la verdad cada vez que paso esta ese pensamiento de detenerme, ups!!! Que intensa por un libro! Jajajajajaj y si, es verdad! Me doy cuenta que aprender ha sido un gozo en mi vida, desde siempre guardar libros y la dificultad de deshacerme de ellos tan presente. Los libros me han llevado a viajar, a sentir, a gozar, a conocer, a descubrir cosas interesantes, maravillosas, diferentes, mundos nuevos.

Tengo un collar muy largo me da como cuatro vueltas, esta hecho de cuadritos de tela que yo misma cosí, dentro cada cuadrito tiene tabaco, me lo pidieron para un taller de fin de semana al que asistí hace unos años en Guadalajara, no sabía para que lo íbamos usar. Al llegar nos recogió a todo el grupo un autobús con las cortinas cerradas, era de noche, nos pidieron que no nos asomáramos, que la ubicación del lugar al que íbamos era secreta y no podíamos saber donde era. Al llegar al lugar, que era como un pequeño hotelito, bajamos nuestras maletas, nos recibieron unos encapuchados estilo ku kux klan, en ese momento comencé a asustarme, además nos decían que estuviéramos en completo silencio, que ya no platicáramos entre nosotros, mas miedo. Nos llevaron a un salón grande con todo y maletas, las dejamos junto a una pared, nos pidieron que nos colgáramos nuestro collar de costalitos de tabaco, ahí empezó la aventura, un trabajo constante y sin parar, no comimos hasta el domingo por la mañana y no dormimos para nada, así que fue intenso y sanador. El costalito finalmente era para protección, como lo usaban los chamanes, nos dijeron; yo diría que también para el mal olor, ya que no nos bañamos hasta que salimos de ahí. Se escucha espeluznante y así lo fue en el principio, después entendí el proceso completo y

porque empezó así. El collar de costalitos lo guardo porque me recuerda un crecimiento interior, el viaje que hicimos juntas 11 mujeres, las personas y amistades que hice ahí, con algunas sigo en contacto, aprender una técnica terapéutica interesante, la visita que hice a mi familia, en resumen mucho amor el que guardan mis costalitos.

Piedras –Últimamente ya no lo hago pero antes a cualquier lugar que visitaba me traía mínimo una piedra, tengo de diferentes formas, tamaños y lugares. Tengo un jarrón con piedras de Puerto Progreso, me recuerda un viaje muy bonito a Chichen Itzá con un grupo de Sacerdotes Mayas a celebrar el Año Nuevo Maya. Fuimos a diferentes cenotes, ruinas, etc. Conocí una mini pirámide que es un laberinto completamente oscuro, sus paredes tienen guano y hay insectos y mil cosas más!! Lo interesante es que cuando una persona entra en eso desconocido, en la oscuridad descubre sus mayores miedos, ahí aparecen y se hacen grandes, es una aventura para soltar el miedo!!! Se entra uno por uno, solo los que requieren ayuda o que eligen pasar acompañados. Me dio tanto miedo la primera vez que me salí, regresé a la entrada, solo que yo era la última, así que al salir no vi a nadie, no tuve con quien hablar y regresé, poco a poco iba tocando las paredes, en el laberinto no sabías si el camino era a la izquierda o a la derecha, arriba o abajo, algunos pasadizos eran pequeños y para encontrarlos había que agacharse, o saltar una pequeña pared, todo a oscuras, en fin poco a poco fui avanzando, me salieron mis miedos a que los hombres, estando yo sola, abusaran de mí, me tocaran o me hicieran daño. Fue doloroso y también sentí vergüenza, no se me quitaron estos miedos, pero sí el miedo a avanzar, a quedarme detenida. Al ir subiendo por el laberinto cada vez hay más luz, al llegar arriba es fascinante la vista y la sensación de haberlo logrado. Se siente fuerza y capacidad en el cuerpo. Unas personas igual que yo lo repetimos varias veces, cada vez era más fácil y podía sentir esa fuerza y esa capacidad.

Cuando fuimos a Chichen Itza, los encargados del viaje nos dijeron que todas las entradas a todos los lugares estaban incluidas, que ellos se hacían cargo. Afuera

del parque hay un mercado, nos dijeron que teníamos un tiempo para comprar, me fui a chacharear y de repente ya no vi a nadie del grupo, me fui acercando a la entrada y nadie. Entonces me empecé a preocupar porque no traía nada de dinero, había dejado la bolsa en el autobús ya que todo estaba incluido, no tenía dinero para entrar al parque, me empecé a preocupar mucho, espere a ver si veía a alguien conocido y nada, cada vez me preocupaba más, pasaba el tiempo y mi preocupación crecía y me angustiaba. Me acerque con un vigilante a preguntarle si había visto a mi grupo, que era un poco absurdo ya que había muchísima gente entrando, yo creo que me vieron que casi lloraba porque me preguntaron: ¿es mexicana? Y Yo “Siiiiii” ni que me viera europea jajajajaj y me contestaron que era Domingo, los domingos los nacionales entran gratis! Jajajajajajaja suerte! Y me dejaron pasar.

Al entrar vi que era inmenso, adonde me voy para la derecha o para la izquierda, como soy muy cuadrada y ordenada decidí que a la derecha, comencé a caminar fijándome si veía a alguien conocido y nada, seguía angustiada, me sentía perdida y de repente que escucho el sonido del caracol: el grupo!!!!!! Me di la media vuelta y corrí siguiendo el sonido de las caracolas, así los encontré!!!! El Sacerdote que nos llevaba creció ahí, era un lugar donde jugaba de niño, conocía los lugares secretos, las historias fuera de la historia oficial, entramos al temazcal que esta en ruinas y revivimos experiencias de este hermosos lugar. Fue un viaje mágico, de perderme y encontrarme.

Tengo piedras de obsidiana y cuarzos, piedras de río y piedras normales, todas me gustan y me traen recuerdos de cada viaje.

Tengo algunos gatitos – De diferentes materiales, barro, obsidiana, alpaca, metal. Me gustan mucho los gatos, como se mueven, su independencia, su libertad, su egoísmo, como ronronean. De adolescente mi esposo me regalo un gato en una caja de cartón, estábamos en la universidad y me lo llevo al salón de clases, no lo podía creer, como hacía eso??? Que tal si nos descubrían, a él eso no le

importaba, quería hacerme ese regalo. Además yo no tenía permiso en mi casa para tener un animalito, nunca habíamos tenido animales. Pues ni modo, me lo lleve con todo y mi miedo a ser regañada. Para mi sorpresa mi madrastra se encariño mucho con la gatita, era de color negro, le puse Negra. Era tan chiquita que la bañaba en el lavamanos, le enseñé a ir al baño en su caja de arena, bueno la verdad los gatos son muy listos y siguen su instinto, lo difícil fue enseñarle a respetar las macetas. Fue mi querida mascota hasta que me casé y me fui, no podía llevármela. Desde entonces me gustan mucho los gatitos, ya no volví a tener, primero porque tenemos perros y segundo porque mi hijo es alérgico a los gatos, así que gatitos de adorno.

Tengo Libélulas – En pinturas, colgijes, aretes, anillos, pisapapeles, esculturas, fotos, no sé que tengo más si libros o libélulas. Me gustan mucho, sus colores, su forma, su aleteo, como vuelan, su ligereza, me encantan!!! Las personas que me conocen me regalan libélulas, me mandan fotos, artículos, etc. Así que la colección sigue creciendo.

Las libélulas son del tiempo de los dinosaurios o más atrás. Un día quería salirme de un grupo, dejar la responsabilidad que tenía en él, sentía que si salía era como traicionar al grupo y lo que representaba, pero quedarme implicaba traicionarme a mí. Caminando en el parque pensé: “Dios mí dame una señal, si lo mejor es que yo me salga por favor mándame una señal” seguí caminando y frente a mí comenzó a volar una libélula, sonreí porque ahí estaba mi señal: lo mejor era salirme, para mi sorpresa apareció otra, otra y otra, una más, hasta que eran una nube de libélulas acompañándome en mi caminar, conté más de 60, me sentí feliz y tranquila de serme fiel y no traicionar al grupo. Ahora que ha pasado el tiempo me doy cuenta que fue la mejor decisión, para ellas y para mí, gracias libélulas.

Huellas que alimentan el alma.

Encuentro que algunas huellas son intelectuales y otras físicas, concretas y abstractas.

Una huella física en mi vida lo fue el deporte, desde niña disfrutaba de correr, patinar, escalar, de adolescente comencé a bailar y hacer clases de aerobics y de salón.

El deporte y el baile fueron acompañantes de la juventud. Comencé con danza folclórica, los vestuarios eran hermosos, los vuelos de los vestidos que giraban con la música, representar diferentes estados era divertido, también me gustaba estar en los escenarios participando. No recuerdo cansarme por los ensayos, todo lo contrario era pasión. Seguir con los pies el ritmo de la música, seguir los pasos y a veces inventarlos, porque no? Dar rienda suelta a la imaginación.

Mas tarde fueron clases de jazz, bailaba 5 días por semana, eran las horas maravillosas, no me gustaba que terminara la clase y ansiaba que llegara la siguiente. El maestro era dueño de cada músculo que poseía, como los gatos, tenía la capacidad de moverlos independientemente uno de otro, era un placer verlo bailar. Además como grupo nos hicimos buenas amigas, a todas nos gustaba mucho bailar. Una vez nos contrataron para bailar con pulseras y collares neón, era un producto nuevo y nosotras el aparador, nos llevaron a varios centros comerciales para mostrarlos mientras bailábamos. Aprendí a nadar, tomaba clases y los fines de semana era libre, para jugar, cuando entro al agua tengo un efecto de no quererme salir, juego, floto, me acuesto, hago bucitos, no importa si estoy sola o acompañada, igual pasa cuando vamos a la playa, no quiero salir del agua. Después continué con clases de aerobics, step, etc. Me gustan las clases de cardio con ritmo y coreografías. En algún tiempo baile hawaiano, este me costó mas trabajo porque es mas sutil, aprendí el movimiento del lenguaje de las manos. Participé en dos festivales culturales y después la clase dejó de darse. Seguí con clases de cardio, comencé con un poco de gimnasio y Kick Boxing, esto fue una aventura de adrenalina, en ocasiones usábamos guantes y peleábamos pequeños rounds, me daba miedo y a la vez mucha emoción, me sentía muy energizada. Un día me toco con una señora talla extra grande, cuando recibía sus patadas me

aventaba, pero regresaba por mas jajajajajaj en estas épocas comencé a volverme adicta al deporte, si faltaba un día al gimnasio me enojaba demasiado, me molestaba incluso tener que ir a las juntas de las escuelas de mis hijos, solo me permitía faltar los domingos porque cerraban el gimnasio, fueron dos años así, mis músculos era como piedras, pero no era suficiente, quería más. Si me decían te ves muy bien, no me la creía, quería mejorar constantemente, aunque no había para donde, no podía bajar de peso ni aumentar músculo sin tomar algún suplemento o anabólicos. Ahora entiendo cómo se sienten las adicciones. Me detuve hasta que comencé a estudiar inglés, los horarios de las clases coincidían con los del idioma, poco a poco fui haciendo la transición, eso fue hace 16 años aproximadamente, desde entonces he dejado el ejercicio, lo hago por temporadas, lo dejé y lo vuelvo a retomar. Solo por temporadas. Los primeros años dejaron en mi cuerpo, en mi memoria celular la capacidad de que con poco ejercicio, fácilmente los músculos vuelven a tomar tonicidad y flexibilidad. Ahora bailo en las fiestas, no importa si soy la única, me gusta tanto que no me avergüenzo, al contrario, lo disfruto, con o sin pareja. A veces pongo música en casa y comienzo a bailar.

La jardinería es una actividad que heredé de mi padre, somos los únicos en la familia que lo hacemos y además lo disfrutamos, platicamos de los diferentes tipos de plantas, abonos, como cuidarlos, herramientas, temporadas, etc.

Desde que era muy pequeñita recuerdo a mi papá cortando el pasto, gozando de la belleza de las flores, sorprendiéndose de la magia de la naturaleza, de la vida misma, que termina y comienza.

Cuando tuve mi primer departamento comencé con macetas y plantas de interior. Al tener mi primer jardín planté con mi esposo unos pequeños pinos, ahora miden más de 7 metros, ya cumplí con el dicho: "En la vida escribe un libro, planta un árbol..."

Bueno al menos en lo que al árbol se refiere, tenemos en total 12 árboles en casa. Mi esposo es amante de los perros, por lo que ha sido difícil tener plantas en la Tierra, por este motivo hemos tenido cientos de discusiones y problemas, no están entrenados, además escarban y sacan el pasto y hacen hoyos, es horrible y me da impotencia cuando esto paso, llegue a pensar, me divorcio o me uno al enemigo, pues me uní a ellos, he optado por macetones y una buganvilia a la que le puse una reja, gracias a eso ha logrado sobrevivir, ya creció, se trepo por los pinos y llegó hasta arriba, se ve por los dos lados, me encanta llegar a casa y verla, su color, sus flores, su forma de esparcirse.

Tengo otra bugambilia de arbusto, arrayanes, plantas medicinales como: hierbabuena, menta, lavanda, cilantro, romero, marihuana y otras. Dentro de casa tengo más macetas con plantas pequeñas y grandes. Cuando paso cerca de ellas les platico desde mi mente como si fueran personas, les hablo de lo hermosas que se ven, de cómo caen sus hojas, o si les falta agüita, que en un momento mas las atiendo. Hay días en que les hago peluquería, les doy su chaineadita para que queden lindas, mientras las arreglo me siento tranquila, en paz, les platico, a veces las saco y las llevo a un buen chapuzón.

Cuando corto el pasto siento la fuerza de llevar la podadora, deshiero y arreglo las piedras y los tabicones que rodean a los árboles. A veces cuando terminamos nos acostamos en el pasto con los perros a disfrutar, a jugar luchitas y a descansar. He pensado en dedicarme a esto como un trabajo, solo que es cansado, requiere de gran esfuerzo, mejor como hobby.

El aprendizaje es otra huella en mi Ser, leyendo, escribiendo, investigando, soy como una niña sorprendida ante cada nueva aventura, ante cada nuevo aprendizaje. Soy necia, solo aprendo lo que yo quiero, lo que me gusta y me llama la atención, de esto me gusta experimentar en mi persona. Enseñar es la contraparte. Así como recibo, entrego lo que aprendo, sobretodo lo que hace un impacto en mi vida. Desde pequeña jugaba a la maestra, con un pizarrón chiquito

le enseñaba cosas a mis muñecas, hacía exámenes y les calificaba. Aprendiendo de lo que enseñan en las escuelas tradicionales como matemáticas e historia de mis favoritas. Hago líneas del tiempo para entender sucesos que ocurren en algún punto del planeta y hago referencia con otros lugares y culturas. La precisión y exactitud de las matemáticas es perfección, me hace sentir que puedo llegar a un resultado, que hay una respuesta, que hay problemas con solución, los problemas se vuelven enigmas a resolver, retos para la mente. La distribución de la gramática del idioma español tiene su encanto y al compararla con otro idioma como el inglés podemos encontrar diferencias y similitudes. En áreas no tan clásicas he aprendido Metafísica, Astrología, Numerología, Bioenergética, Medicina Alternativa en varias facetas. Todo lo que aprendo va complementando la vida, se va interrelacionando, vuelve la experiencia de vivir interesante. Afortunadamente siempre habrá algo que aprender.

Mi trabajo como acompañante de procesos terapéuticos ha dejado huellas profundas. Cada persona vive la vida con una percepción diferente, cada cabeza es un mundo, mirar desde otra perspectiva enriquece, abre la mente. Me siento agradecida de mi profesión, de las experiencias cotidianas, de ver como cambian las miradas, el tono de voz, de los logros y cambios que hacen las personas de actitudes en sus vidas.

Trabajar con material humano es delicado, se pueden dañar profundamente. La confianza que depositan en mi es un regalo invaluable, el descubrir los más íntimos detalles, los secretos que tanto tiempo han ocultado me pone en un lugar de empatía, se vuelven relaciones estrechas. En este caminar he dado, también he recibido de otros terapeutas y maestros mucho de lo que yo he recibido de mis pacientes. Creo que es una profesión noble y de equilibrio.

Cuando encuentro que hay una carga emocional con un paciente, puedo verlo como mi espejo de un área que requiere trabajarse, en silencio, en mi mente, en

mi enojo, desesperación, etc. Le agradezco ser un reflejo de mi actuar, pienso en como estoy manifestando esa actitud que veo frente a mi.

Resonando en lo profundo

Resonancias

Al comenzar a recordar esos ecos me doy cuenta que en este último año he comenzado a hacer limpieza de frases, ideas y pensamientos, he hecho un vaciado, sigo pensando y lo primero que me llega son las enseñanzas del Maestro Jesús.

No profeso religión alguna, mi acercamiento fue desde sus enseñanzas de amor, sin dogmas religiosos, en casa no tuvimos adoctrinamiento, asistí un tiempo a la iglesia y lo dejé. En este momento que estoy recordando comienzo a sentir una profunda tristeza y añoranza. El recuerdo de sentirme protegida por él.

Acompañada. Leí el libro de J.J. Benítez, Caballo de Troya, es del Jesús del que me enamoré, de ese ideal. Alguien que me acompaña desinteresadamente, sin esperar nada a cambio. Siento ganas de llorar. Alguien tan grande y tan completo que no necesita de mi, pero que está dispuesto a cuidarme. Un ser de otro planeta, fuera de serie, con poderes especiales, con un corazón infinito. Un héroe! Un salvador! Un Padre! El papá que siento que no tuve y necesité, todavía hoy, me está doliendo mucho, en mi cuerpo me duele. Esos ecos de un mundo mas humano, con oportunidades para todos, amoroso, comprensivo, en donde no hay dolor. Es mi propia necesidad, desde mi niña de ser atendida y cuidada, de salir del abandono.

Aprendí y di muchas veces Un Curso de Milagros, dictado en los 70s por el Maestro Jesús para la humanidad. Entre en servicio a los demás, como él, me

alimenté de esto por muchos años, ayudé a muchas personas, pero ahora solo creo que era un sueño, un ideal, mi incapacidad de crecer y hacerme responsable de mi persona. Buscar ayuda externa sin desarrollar la propia. Creo que me engañé, buscando al faltante, necesitando a mi papá. Lloro.

Lo mas extraño es que no había pensado en este tema por mucho tiempo, hace un par de años pedí guía para terminar con el curso y con la onda Jesusita, fue cuando se me aparecieron mas de 50 libélulas en el parque y me sentí liberada, lo solté. Dejé estos cursos, estos ecos. Hace tres días tuve una sesión terapéutica, y para mi sorpresa se mostró la energía de Jesús, era energía, luz, con su cabeza, no quería verlo, me volteé para no mirarlo, estaba en rechazo, le dije que ya no quería trabajar con él. El Terapeuta me incitó para desahogarme de mis sentimientos, le dije que ya no quería vivir en sacrificio, en dolor, que en este planeta vivimos en lo concreto, en la materia y que requerimos hacer equilibrio. Saqué mi dolor, estoy sorprendida de estas coincidencias o sincronías, me dijo que yo había confundido el mensaje, que ya habíamos caminado juntos varias veces, que ahora iba a ser de otra forma. Puso su mano en mi cabeza y vi que introducía una bola de luz que brillaba dentro de mi. Tengo miedo de caer nuevamente en la fantasía y no ver mi realidad. De soñar sin crecer. De seguir en el dolor de mi infancia, atorada, sin movimiento. Me da miedo escuchar nuevos ecos que provengan del dolor y de la confusión.

Libertad

Encuentro la acción responsabilidad como la que me une a mi, no a todos en mi familia, la que me hace resonancia, digo a mi porque algunos de mis hermanos no resuenan con ella. Mi papá desde que me acuerdo ha sido una persona responsable, sin embargo nunca nos decían que teníamos que serlo, no es una palabra mencionada, menos exigida, es una acción no nombrada, algunos la tomamos otros no, unos de una manera, otros de otra.

Mi padre es de pocas palabras, cuando habla, cuenta su historia de vida, habla de él. Habían reglas no habladas, órdenes invisibles.

Al principio quise escribir "Responsabilidad" porque es como un pilar de mi vida y me doy cuenta de que no fue mencionada, me parece extraño que este tan presente, me acompañe durante tanto tiempo y tan invisible. Lo que era evidente eran las reacciones de mi familia a estas actitudes. Todos contentos y satisfechos cuando hay responsabilidad y molestias, desagrado, gestos cuando no. Lo mismo sucede en mi familia con la inteligencia, es sumamente apreciada.

Escojo la Palabra "LIBERTAD", ha sido como una guía en mi camino de vida, tal vez por tanta responsabilidad, esto lo descubro ahora.

Desde chica este tema me ha atraído, en películas, libros, historias, desde la independencia de un país, la esclavitud, los derechos humanos, hasta lo mas cotidiano.

Nadie me la dio o me la enseñó, yo la busco, la observo, la conozco, la vivo, la descubro cuando me siento atrapada. Es como si constantemente quisiera liberarme de las opresiones.

Soy la tercera de cuatro hermanos vivos, los dos mas grandes constantemente me molestaban, me mandaban, me pegaban, decidían por mi. Era mas débil que ellos y mas pequeña, ni siquiera pensaba en defenderme, no resultaba, a veces los acusaba pero mi padre realmente no hacía nada, nada pasaba, ellos continuaban con lo mismo, escapar de los agresores y de los abusos. Liberarme de ellos.

Con ese patrón también tuve mi primer noviazgo, hacia lo que me decía, deje de ver a mis amistades, solamente lo complacía. Una vez mi novio y uno de mis hermanos se pelearon a golpes por un problema de ellos. Mi padre me dijo que no lo volviera a ver, en este momento me doy cuenta de que a mi no me defendía de

mis hermanos pero a mi me dijo que terminara mi relación, no fue justo, me siento molesta y desilusionada, estoy descubriendo esto ahora, con razón tanto buscar la Libertad. Y yo tan tonta y tan buena que todo lo que me decían lo hacía,
¡ufffff!!!!!!!!!!

No es roca, son pedradas!!!!

Con razón tan enojada hoy en día con ellos! No tengo ganas de verlos!
Y tomo mi responsabilidad porque hoy ya no soy una niña, puedo poner límites, decir no, tomar mis propias decisiones y caminos.

Es como esta sensación de estar desprotegida y buscar esa libertad, ese salir.
Lo mismo me sucedió la mayor parte de mi matrimonio, claro, busqué una persona parecida a lo que conocía, ¡uffffff! ¡Que molestías me genero!!!

Tengo muchas ganas de llorar... De soltar estos sentimientos, de pegar!
Siento mucho asco!
¡Destellos de Luz!

Para entrar en la caverna donde se encuentra mi estrella he recorrido mucho caminos, ha pasado mucho tiempo, los años han avanzado, las canas se entretejen con los cabellos negros, porque la complacencia a otros ha sido mas grande, el ser amada, reconocida, cuidada, protegida ha sido la luz que me guiaba, no era una estrella, solo una pequeña luz, un calor estimulante, un cobijo falso de la realidad.

En esos caminos algunos muy sinuosos se han encontrado personajes a los cuales he seguido para sentir cobijo y protección, ahora mismo veo una gran montaña con laderas en las que los caminos son angostos, estos caminos son de tierra, se levanta el polvo cuando caminamos en ellos, otros tramos tienen árboles que dan sombra y frutos, no todo ha sido dolor, han habido alegrías, hay tramos

donde se ven explanadas donde los caminantes paran a montar campamentos, son lugares muy agradables, amplios, fructíferos, caen pequeñas cascadas, los viajeros pueden hacer la vida de manera placentera, incluso es tan agradable que podrían dejar el impulso, el deseo de seguir adelante. He caminado estos caminos sintiéndome pequeña, débil e incapaz. Veo este peregrinar con mi familia, con mis padres, con mis hermanos, con amistades, andando y creciendo, haciendo la vida. En algunos tramos se quedan las personas o deciden viajar hacia abajo, cada uno va tomando sus decisiones. Los pequeños escuchan a los mayores cuando cuentan sus proezas de cómo han viajado, los educan para que no caigan por los abismos, los hacen obedientes para estar tranquilos y no tener que preocuparse, difícilmente dejan espacio para las aventuras, pero los chicos comienzan a crecer, las hormonas los inundan así como el hambre de experiencias y la curiosidad. La curiosidad es una de mis estrellas. No me deja quedarme quieta, me impulsa y me mueve, puedo ser muy dócil y obediente pero en cualquier descuido puedo escaparme sin ser vista: mas vale pedir perdón que pedir permiso ja!

La secundaria fue una época maravillosa, llena de curiosidad! Comencé a andar en los camiones y las combis, quería estar con los amigos todos el tiempo, platicar, bromear, reír, ir a fiestas, llegaba tarde a mi casa. Mi madrastra una época me marcaba en el calendario a que hora llegaba a casa, yo le contestaba “para que quieres que este aquí?” Solo quería divertirme con los amigos. Los sábados íbamos a la escuela sin uniforme, en la parte trasera había un hoyo en la reja, uno a uno íbamos saliendo, nos íbamos de pinta a los parques o a un pequeño bar que se llamaba “Jefe Pancho’s” entre todas juntábamos dinero para comprar unas naranjadas y compartirlas, nos sentíamos grandes jajajajaja también era emocionante regresar, volver a entrar sin ser descubiertos. Yo era una pieza clave: la niña inteligente, obediente, complaciente con buenas calificaciones a quien los maestros querían mucho, incluso me dejaban cuidar al grupo, me ponía en la puerta a cuidar, cada quien hacia lo que quería y cuando veía que el maestro caminaba hacia el salón les daba una señal para que se sentaran, guardaran silencio y siguieran trabajando jajajaja siempre funcionó. Era

una hipócrita!!!! Jajajajajaja creo que siempre lo he sido, manipuladora y seductora, ahora es mas claro para mi, incluso saber como usarlo, tal vez hace unos años hubiera sentido culpa, ahora siento que son herramientas que tengo y se usar. Como me dijo una astrologa: “eres controladora, capricornio, eso es tu esencia, lo que hagan los otros es su responsabilidad, si se dejan controlar depende de ellos”.

Me gustaba ir a las fiestas a bailar con mis amigos, uno de ellos tenía coche y pasaba por los demás. Hacíamos reuniones y también íbamos al cine. En la escuela solo era un grupo de primero, un grupo de segundo y uno de tercero, era una secundaria muy pequeña, la mayoría nos conocíamos, como si fuéramos una familia y como en todas las familias también había problemas y peleas. Estando en primero había un chico de segundo que me gustaba, por supuesto todos se daban cuenta jajajajja una chica de segundo me mando la foto de este chico como regalo y de parte de él, yo me la creí y estaba que volaba en las nubes jajajajja meses después él me mando llamar para que nos reuniéramos en “la esquina”, el punto de encuentro de los populares jajajajajaja estaba tan ilusionada, tan enamorada y... Al llegar tenía una cara seria, me dijo que tenía novia y que lo nuestro nunca podría ser!!! WoW!!! Me sentí terriblemente mal, es la única vez que he dejado de comer Jajajajajaja una semana completa en depresión, hoy me rio pero me dolió mucho, fue una gran decepción, de todas manera seguía buscándolo y tratando de estar con él, hasta que se apareció otro chico mayor, de preparatoria y que tenía auto jajajajaj como de película y todo cambió, se me olvidó, claro este novio era el posesivo celoso jajajajajaja de Guatemala a Guatepeor jajajajajaja la curiosidad!!!

Tuve grandes amigas, las hermanas que no tenía y con las que me acompañaba, por eso llegaba tan tarde a casa, con ellas me sentía parte de una familia, querida y vista, no me importaban los regaños, además que mi madrastra no era importante, ni tampoco me sentía acompañada por ella. Con una amiga, Gaby, hasta nos comprábamos la ropa igual, como si fuéramos gemelas, nos

intentábamos peinar de la misma manera, solo que ella era china y yo lacia, ella rellenita y yo flaca como espagueti jajajajajaj nos queríamos mucho.

Tantas experiencias de vida, de crecimiento, de aprendizaje, de las mejores etapas de mi vida.

Tuve otro novio que también quise mucho, de mi edad, en el tercer año de la secundaria, fue un noviazgo muy amoroso, dulce, amistoso, nos veíamos en la escuela y a veces por la tarde, salíamos a fiestas. Me acuerdo que un día pude peinarme como Farrah Fawcet jajajajaja, me sentía soñada jajajajaja y cuando me vio se le abrieron los ojos, la fiesta era de su cumpleaños y antes de terminar empezaron a poner las calmaditas, antes de tiempo, su hermano también estaba de novio, los cuatro bailábamos muy románticos matando la fiesta jajajajaj los demás súper aburridos comenzaros a irse y nosotros felices jajajajaja me acuerdo y de me da mucho gusto que disfruté de estos momentos, se acababa el tiempo, no existía nada mas que nosotros, bailando las calmaditas, mmmmmmm!!!

Terminé la secundaria, salí a la prepa y el pasó a tercero, como ya no nos veíamos tanto se me fue pasando el amor hasta que un día le dije que mejor terminábamos, se puso a llorar y nunca supe que le pasaba, ya no quiso volver a hablar conmigo nunca. Sentí que lo había lastimado, lo busqué varias veces pero no acepto.

Pase a otra ladera de la montaña, no tan agradable, estuve en el Colegio de Bachilleres, conocí todo tipo de personas, ya no eran de mi barrio, venían de todos lados y había de todo, me hice amiga de dos drogadictos, fue raro porque intuitivamente sabia que tenia que darles por su lado, mantenerlos a raya y manejar la situación, después me di cuenta de que ser su amiga automáticamente me daba protección, los demás me decían “tus amigos”, era como tener a los narcos de mi lado, nadie me molestaba. Así pasaron estos tres años en donde no

encontré mi lugar, no hice lazos de amistad, solo sobreviví, incluso a cuando llegaban los porros, disparaban y teníamos que meternos bajo los autos para evitar cualquier bala perdida, tiempos de realidades crudas.

Aquí la curiosidad podía ser peligrosa, solo el día a día me enseñaba suficiente como para buscar mas.

Seguí subiendo la montaña, mi estrella me hacía compañía, entre en la universidad, conocí a mi esposo, nos hicimos novios, la curiosidad tomo otro rumbo, no solo el académico, que era fascinante sino también hacia la sexualidad, esto comenzó en la secundaria, durante la prepa se detuvo y retomó fuerza para la universidad. En el segundo año me embaracé, terminé el semestre con 8 meses de embarazo. Esto me daba un toque de ternura, siempre estudiosa, esto agregó una cereza al pastel, la mayoría de los maestros me exentó sin pensarlo. Después de 6 meses fuera y con una vida nueva, el matrimonio y la maternidad, regresar no fue fácil, sobretodo porque sentía mucha vergüenza, quería continuar estudiando pero la presión social la sentía mas fuerte y salí.

La curiosidad no se quedó tranquila, la maternidad no le llenaba al cien, poco después comencé a trabajar, a incursionar en otros mundos, a seguir el sendero de la montaña.

Mi propia familia se convirtió en una gran explanada de vida, donde fuimos construyendo el hogar, a los hijos, ha habido de todo, de todo, de todo, el amor sostuvo lo mas difícil, las aventuras y la juventud agregaban el sabor y la energía, las satisfacciones. Los esfuerzos y el trabajo se recompensaban con fiestas y alegría. Los hijos alimentaban el corazón y el ego. Sus logros podían ser los míos.

El mundo del trabajo, del área profesional ha sido un torrente generoso para mi curiosidad, nada lo ha detenido y sigue sin parar, de un tema a otro, de una área a otra, de gozo en gozo, de aprendizajes a desarrollo de capacidades, de actitudes a hábitos, de paradigmas a libertades, de todo a nada.

No conocía a esta estrella con claridad, es en estas palabras en donde la descubro, la reconozco, la siento vibrar en mí, me invento y me alimento con ella. En cada área a la que fui entrando la curiosidad me ha movido a conocer y experimentar. Cuando la curiosidad se despierta no me siento débil, me siento fuerte, no me siento pequeña, no hay tamaño. La incapacidad se convierte en el móvil para ser capaz. Solo un impulso energético de seguir adelante! Una luz en el camino de la vida!

Compartirme

Hace dos días encontré una forma de entregarme, de ser la ofrenda. Comienzo escribir y me sube la temperatura, me detengo a quitarme el suéter. Encontré la forma que buscaba de transmitir lo que llevo dentro mío, la forma en que transito por este planeta en este tiempo espacio.

Recopilé la Nueva Medicina Germánica con el tema Cáncer Cervico uterino y lo apliqué de una manera didáctica, divertida y experimental utilizando un pizarrón, algunas imágenes y el sistema de Respiración Ovárica Alquimia Femenina, en dos horas lo conocieron, lo entendieron, lo experimentaron, lo sanaron y quedamos satisfechas, en especial Yo, completamente satisfecha y energizada.

Adoro, me encanta enseñar, compartir el conocimiento, la experiencia. Ahora el conocimiento no solo está en mi mente sino en toda mi experiencia biológica, puedo sentir lo que digo, lo digo con el cuerpo, con todo mi SER. Y compartir desde este lugar es maravilloso, es algo que no alcanzo a expresar con palabras. Me siento completa, llena de gozo!

Si creo que puedo hacer del mundo un lugar singular, especial, que lo que apporto es valioso y lo mas hermoso es que estoy sintiendo que todos en diferentes

momentos tenemos esta capacidad de aportar, de dar nuestro aporte original y el mundo se completa. Estoy escribiendo y escuchando una canción de Barry White y el momento se vuelve mas especial, el me aporta una vez mas esta canción que me llena tanto! Que completud! Que maravilla que somos tan diferentes, siento el amor en este momento que llena mi corazón, siento que se expande, que esta creciendo y latiendo con fuerza.

Estoy en un verdadero éxtasis que recorre mi cuerpo!!!! Es un momento sagrado, es lo profundo del ofrendarse y compartirse con el otro, es un momento de fundirse con lo que es y existe!

Hoy ofrende tiempo y gozo a mi familia cocinando y lavando su ropa, es verdad que lo importante es el gusto por entregar lo que soy o lo que puedo hacer por alguien mas, incluso por mi.

Me duelen las piernas y siento satisfacción, 6 horas dedicadas a ellos, a hacerles sentir bien, a consentirlos, a poner cosas en su lugar, en ese transitar disfrute del sol y su calor, de la lluvia y el viento fresco, de compartir la comida y la conversación, que gusto!

Me puse a lavar la tarja de la cocina, tenía mucho sarro, de años, primero investigué en internet que materiales eran los mas eficientes sin necesidad de usar químicos, encontré limón, bicarbonato y vinagre, limpian sin maltratar, al estar limpiando me di cuenta de que me gusta hacer limpiezas profundas, de raíz sin maltratar, sin dañar, me di cuenta que esto hago también en mi trabajo, en las terapias que hago me gusta profundizar, ir a la raíz del conflicto, hasta el fondo sin generar dolor, sin dañar, sin maltratar, dejando limpias a las personas, acompañándoles a soltar los cochambres mas pegados, me ofrendo, me interno con ellos en los inframundos del inconsciente, les enseño a entrar en esta parte nuestra para conocerla, que deje de ser doloroso y se integre en el Ser. Después regresamos mas completos, lo desconocido se deja de sentir oscuro, lo que dolió

o era sucio se ve como lo que nos llevó a generar partes fuertes y grandes en nosotros.

Generalmente mi manera de ofrendar es servir, cuidar y enseñar, puedo cansarme, llegar al agotamiento como hoy y sentir que no pasó el tiempo, que fue muy rápido, que gocé. También me doy cuenta de que yo decido cuando hacerlo, como hacerlo y a quien. Esta actitud no se muestra constante, hace muchos años podía desvivirme por los demás, ahora yo tengo la prioridad, el primer lugar en la fila, cuando me siento completa me es mas fácil estar disponible para los demás. Esto es un gran logro: ofrendarme a mi misma, llevarme a través de la puerta que lleva a lo oscuro y regresar fortalecida, cuidarme, servirme y enseñarme a mi misma.