

DEMAC



PARA MUJERES QUE SE ATREVEN A CONTAR SU HISTORIA®

**FRENTE A FRENTE CON
MI VIDA Y CON LA MUERTE**

**Reflexiones de
María Alejandra Montero Clavel**

Año 17, No. **56**
Otoño 2015


DEMAC

DIRECTORIO

Amparo Espinosa Rugarcía
Directora

Graciela Enríquez Enríquez
Coordinadora editorial

Amaranta Medina Méndez
María Suárez de Fenollosa
Ángeles Suárez del Solar
Colaboradoras

Blanca Delgado Ocampo
Secretaría

Zurdo Diseño
Diseño Editorial: Rodolfo Taboada
Ilustraciones: Mariana Zúñiga

Impreso en Nea Diseño
Dr. Durán No. 4 Desp. 118, Doctores
Cauhtémoc 06720 México, D.F.

DEMAC *Para mujeres que se atreven a contar su historia*[®], es el órgano de expresión y difusión de Documentación y Estudios de Mujeres, A.C. Publicación trimestral. Año 17, Núm. 56 Fecha de impresión: septiembre de 2015 Con un tiraje de 2,000 ejemplares. Certificados de licitud de título y contenido: números 12493 y 10064 otorgados por la Secretaría de Gobernación. Certificado de reserva: número 04-2012-121817111500-102

Recibimos la correspondencia en:
José de Teresa No. 253, Tlacopac, San Ángel
Álvaro Obregón 01040 México, D.F.
Tel. 5663 3745 Fax 5662 5208
Correo electrónico: demac@demac.org.mx
Internet: www.demac.org.mx

Derechos reservados. Se prohíbe la reproducción total o parcial por cualquier sistema o método, incluyendo electrónico o magnético, sin previa autorización del editor.

ÍNDICE

FRENTE A FRENTE CON MI VIDA Y CON LA MUERTE

Reflexiones de
María Alejandra Montero Clavel

REFLEXIONES DE
MARÍA ALEJANDRA
MONTERO CLAVEL
4

SEMBLANZA
10



EDITORIAL



Me alegra escribir este prólogo...

Por momentos pensé que había perdido a Alejandra Montero Clavel, mi colega, mi amiga de tantos años. Pensé que la había perdido para siempre y que lo que escribiría sería una doliente esquila.

Así de grave estuvo ella.

Pero la vida la reclamó para sí.

Mujeres como Alejandra no abundan y la necesita por aquí para remediar entuertos.

La respuesta inmediata de mi amiga a este reclamo es el hermoso texto que les ofrecemos a ustedes en este boletín.

Son reflexiones saturadas de júbilo y de amor a la vida, que sólo pudo escribirlas alguien que ha dialogado con la muerte y le ha ganado la partida.

Alguien como Alejandra, mi colega y amiga de tantos años.

Amparo Espinosa Rugarcía
Fundadora y directora DEMAC



REFLEXIONES DE MARÍA ALEJANDRA MONTERO CLAVEL

Con el paso de los años, las experiencias vividas, los sinsabores y las mieles, la vida se simplifica y muchas de las situaciones y cosas que me preocuparon y ocuparon me parecen, ahora, una tontería. Sin embargo, quedó lo esencial: el amor, los hijos, la justicia social, la solidaridad, mis hermanas de la vida, y Víctor, que con su generosidad me donó vida y ha permanecido por más de 40 años junto a mí.

Formar parte de la comunidad de adultos mayores no es tan malo. Me hablaron de la muerte como algo terrible; sin embargo, cuando la tocas y la sientes tan cercana, te das cuenta de que no es así. Llegué a pensar que sería peor.

He logrado vivir, sobrevivir, gozar y disfrutar las cuatro etapas de la vida. Aun ahora, tengo que seguir creciendo y continuar el viaje de esta vida que me tocó. Con la dificultad que acarrea, me bajaré cuando sea necesario y tomaré el siguiente tren.

Lucharé por continuar dándole sentido a mi existir. Le apostaré a lo que viene, con las implicaciones que conlleva, para hacer de la esperanza mi acompañante y continuar sin temor a la muerte para que mis hijos no le tengan miedo a la vida.

En esta última etapa me surge la pregunta: ¿será posible escribir una nueva historia?, y al mismo tiempo me asfixia la costumbre y la maraña de problemas termina por adormecerme.

Esto pesa, duele, aburre, pero si estoy atenta a mi andar, encontraré nuevos detonadores de experiencias que me llenarán de frescura para lo que haga a diario. Aunque en apariencia tenga una rutina, las condiciones del camino y las mías cambian.

Siempre existirán nuevos elementos a los que debo estar atenta.

He cambiado de manera insospechada, a veces muy lentamente y oponiéndome a mi propia salud. Por todo esto es preciso cotejar mi andar con mis vestigios del pasado y mis proyectos futuros.

Quizás esa conversación que permanece flotando en el aire implique detenerme a observar lo que no he querido ver, o quizá poner en duda todo aquello en lo que he creído firmemente y que me ha provocado ceguera respecto a lo que está más allá de mi horizonte.

Debo aprender a abandonar el sedentarismo perturbador. Y cada día buscar ser feliz, desechar la frustración y trabajar por mi alegría.

Me esforzaré, seré valiente, no me desmoronaré y tendré presente que los obstáculos y dificultades no se vencen con una actitud triste y derrotista, sino con la plena confianza en Aquél que todo lo puede.

Otra pregunta surge: ¿por qué renovarnos?

En nuestra vida, muchas veces tenemos que resguardarnos por algún tiempo, como el águila, y comenzar un proceso de renovación para poder reanudar un vuelo victorioso. Debo desprenderme de ataduras, costumbres y tradiciones del pasado y de personas que lastiman.

Tengo que hacer conciencia de la forma limitada en que vivo, de la lamentable pobreza en que me sorprendió la muerte y de la invaluable oportunidad de potenciar mi ser.

Aprendo que los años arrugan la piel y tengo en cuenta que sólo el miedo arruga el alma.

Ya no dejaré que la nostalgia me sofoque, que la rutina me incomode ni que el miedo me impida intentar cosas. Aprovecho los días llenos de viento, furia y lágrimas y los llenos de mis recuerdos, de aquellos que me dan valor para seguir adelante.



No dejaré de tener en cuenta que embarcarme en el camino espiritual es como meterme en un bote muy pequeño y aventurarme en el océano en busca de tierras desconocidas. No descartaré que sentiré miedo. Ésta es una experiencia universal. Vivirlo cuando me enfrento a lo desconocido no es algo reprochable, más bien es una parte integral de estar viva. Todos lo compartimos.

Considero la posibilidad de encontrarme con la soledad, con la muerte, de no tener nada a lo que asirme.

El miedo es una reacción natural al acercarme a la verdad. Me atrevo a conocerlo, a familiarizarme con él, a mirarlo directamente a los ojos; no como una forma de resolver problemas, sino como una manera de deshacer completamente las viejas maneras de ver, oír, oler y saborear. Tendré el valor para morir. Para morir continuamente.

Todo se me ha venido abajo, pero sé que es una prueba y una especie de curación. Las cosas se han caído a pedazos, pero se volverán a juntar. Y la curación se dará dejando espacio para la pena, la aflicción, el alivio, y la alegría.

Aprendo que la decepción, la vergüenza, la irritación y el resentimiento, en lugar de ser una mala noticia, son en realidad momentos de gran claridad que me muestran en donde estoy atorada. Y me

enseñan a seguir adelante cuando prefiero colapsar y retirarme.

No tengo que ir en busca de nada, ni de crear situaciones límite. Éstas cosas ocurren por sí mismas con regularidad propia de un mecanismo de relojería.

Los recuerdos ya no son asignaturas pendientes, forman parte importante de mi bagaje. No son signo de vacío. Son los pilares que me sostienen.

Soy capaz de encontrar fuerza en el perdón, fe en las batallas, seguridad en el palco del temor y amor en los desencuentros. Valoro la sonrisa y también medito sobre la tristeza. Conmemoro los sucesos y aprendo de los fracasos. Sé que vale la pena vivir a pesar de todos los desafíos, incomprendiones y periodos de crisis. No soy más víctima de los problemas. Soy la protagonista de mi propia historia.

Agradezco a Dios cada mañana por el milagro de la vida.

Beso a mis hijos, gozo a mis nietos, valoro a mis padres, me quedo con todo lo bueno del amor. Y con las cosas que me quitaron el aliento.

En mis primaveras fui amante del regocijo, pretendo que mis inviernos me hagan amiga de la sabiduría. Cuando me equivoque, comenzaré todo de nuevo. Así seré más apasionada de la vida. Al final descubro que no se trata de ser feliz con una vida perfecta, sino de deslizar las lágrimas para regar la tolerancia; de aprovechar las pérdidas para refinar la paciencia; de usar las fallas para alcanzar la



serenidad y emprender las batallas de la inteligencia contra los obstáculos y el dolor.

Envejezco con los años y cada día me trae renacimiento.

Cuando toqué la muerte, todo se me cayó a pedazos. Las formas que tenía de protegerme, de engañarme, todas las vías que había empleado para mantener mi autoimagen... todo se derrumbó.

Mis asuntos pendientes quedaron expuestos. Lo que no había sido capaz de ver quedó patente de súbito. Me resultó tan doloroso que me preguntaba si volvería a ser feliz alguna vez. Mis autoengaños estallaban. Necesito volverme una buena amiga de mí misma para que mi situación sea más amorosa. Viene a mi mente una frase que leí: “Sólo en la medida en que nos exponemos a la aniquilación una y otra vez podemos hallar en nosotros aquello que es indestructible”. La verdad me clavaba, me ponía en mi sitio. Sufría. Sin embargo, había una ternura palpitante en esa sensación de no tener de dónde agarrarme.

Viví una prueba, de esas que necesitan las guerreras para despertar sus corazones. Experimenté una sensación de pérdida. Pérdida de mis seres queridos, de mi juventud, de mi vida.

Que todo se venga abajo es una prueba y también una curación.

No sabía si era momento de darle fin a mi historia o el principio de una gran aventura.

El despertar se encuentra en el placer y en el dolor, en la confusión y en la sabiduría, está disponible en cada momento de mi extraña, insondable y ordinaria vida cotidiana. Y todo se reduce a la

cuestión de hasta qué punto estoy dispuesta a aligerarme y soltar mis apegos.

He aprendido a dejarle su sitio al “no sé”. Esto porque ignoro si en algún momento voy a caer redonda o si podré aguantar de pie.



Postrada en la cama del hospital, viví días en que me abría y me cerraba. Y la oportunidad más preciosa se presentó cuando llegué a ese estado en el que me sentí incapaz de manejar lo que me estaba pasando, cuando pensé que era demasiado, que las cosas habían ido muy lejos. Me sentía mal conmigo. Por fin me solté. La vida me tenía atorada.

Era como si me mirara al espejo y viera a un ser repulsivo. El espejo estaba delante de mí. Lo que veía tenía un aspecto horrible. Buscaba verme desde otro ángulo para verme diferente, pero hiciera lo que hiciera, mi aspecto seguía siendo horrible. Me solté, dejé de luchar, ya no había pendientes y acepté lo que estaba pasando. No era capaz de

suavizar la dureza del momento, de amortiguar el dolor que sentía. Pedí a mi Dios que me habitara, necesitaba tranquilidad para ver con claridad lo que me ocurría. En ese momento experimenté quietud, mi oscuridad se empezó a iluminar. Todos mis espacios emocionales que me impedían sentirme bien, me acercaron a la muerte. Esa muerte era necesaria para un nuevo nacimiento.

Entendí que llegar a mis propios límites no era ningún castigo. Mi miedo y los temblores eran un mensaje para que cesara la lucha y mirara lo que me amenazaba. No representaban un obstáculo, al contrario, era como encontrar el pasadizo hacia la salud.

La multitud de pensamientos que me agobiaban, las tristezas y las preocupaciones los reconocí. Los dejé pasar. Me relajé, abandoné la resistencia. Volví a la frescura del momento presente.

Estoy convencida de que habrá más situaciones límite. Aprendí que, ante ellas, es mejor inclinarse para verlas con claridad.

Lo que viví no me lleva a ninguna posición ideal, al contrario, me quedo con mi experiencia como es y sabedora de que a veces tendré amplitud de pensamiento y otras no. Me anima a apreciar mi mundo y lo que sucede a cada momento.

Ahora sé que en medio de mis peores circunstancias, del pesado diálogo conmigo, de mi lado más negro, el espacio abierto siempre estará disponible.

Tengo que aprender a amarme de manera más compasiva para que se iluminen mis tiempos difíciles.

El día que estuve dispuesta a renunciar a la esperanza, la inseguridad y el dolor se acabaron;

tuve el valor para relajarme sabedora de que no me podía aferrar a nada. Fui capaz de reconocer mi miedo, la impermanencia y el cambio. Le encontré el truco a la desesperanza. Dejé de enemistarme arrojé mis fantasías.

Empecé a descansar. La soledad en que me encontraba me refrescó, era relajante. Mis temores se colocaron al revés. Era como situarme en medio del camino, en ese lugar donde no hay punto de referencia. Ese sitio donde la mente se relaja, no se aferra. Era semejante a estar en un centro de desintoxicación.



Ahí, en medio de la soledad, del temor, de la incomprensión y del rechazo, toqué las entrañas de la tristeza y logré abrimme al dolor, aunque con ello se me partiera el corazón. Así dejé de apegarme a mí misma y miré el mundo que me rodeaba; me conecté con mi pena y con mi alegría. Dejé atrás todo aquello que me estorbaba. Fue el principio de un nuevo camino que transité a mi propio paso, sin apresurarme. Ahí, en lo más denso de mi existencia, descubrí el amor que nunca muere. Aprendí que hay que abrir el alma para sentir el dolor, ése que suaviza y purifica. El que nos motiva a ser mejores, a superar el miedo y a disolver la tensión.



Me hablaron de la muerte
como algo terrible; sin embargo
cuando la tocas y la sientes tan cerca
te das cuenta de que no es así.

Me di cuenta de que las cosas no son tan sólidas ni tan importantes como me parecían. Me topé con mi rigidez mental. Había que sacar la basura para aprender a vivir según el arte de la paz. Para aprender a “estar aquí”, a conectarme con la riqueza del momento y a tener el ánimo necesario que me lleve al abandono; a estar presente para vivir y tener la fuerza necesaria para dar nuevos pasos a pesar de la ausencia de suelo bajo mis pies.

No he de olvidar que mi vida es la mayor empresa del mundo. Aun con mis defectos, mi ansiedad y mi enojo, sólo yo puedo evitar que vaya en decadencia.

No me olvido de que ser feliz es encontrar fuerza en el perdón, fe en las batallas, seguridad en el palco del miedo y amor en los desencuentros. La felicidad no está sólo en la sonrisa, sino también en la reflexión de la tristeza; no sólo en la conmemoración, sino en el aprendizaje de los fracasos. Y en atravesar desiertos fuera de mí y en ser capaz de encontrar un oasis en lo recóndito de mi alma.

Aún me falta dejar vivir a la criatura libre, alegre y simple que vive dentro de mí. Alcanzaré madurez

para decir “me equivoqué”; osadía para pedir perdón y sensibilidad para gritar “te necesito”. Tengo que ser capaz de decir “te amo”.

Me urge lograr las pérdidas que me ayudarán a refinar la paciencia. Con mis fallas esculpiré la serenidad. El dolor me hará lapidar el placer.

Las estrellas no luchan para brillar, los ríos no luchan para fluir. No tengo que luchar para sobresalir en la vida, porque me merezco lo mejor.

Me aferro a mis sueños para que estén bien conmigo. Necesito valor para no abandonar a las personas que amo y ser feliz porque la vida es un espectáculo que no se debe dejar pasar.

Lo que Dios me da son perlas de conocimiento. Vengo del mundo de las almas y ahí voy a regresar.

Cuando estoy en el sitio justo, me siento anclada al punto del espacio y del tiempo en el que me encuentro. Y en ese sitio descubro mi corazón; entonces no me reprimo ni reprimo a los demás. Logro aceptar mi enojo, celos, resistencias, luchas y miedos. Pero también soy un ser precioso, más allá de toda medida: sabia y estúpida; rica y pobre. Totalmente insondable.

Junio de 2015

SEMBLANZA

María Alejandra Montero Clavel nació en la ciudad de Puebla. Su papá es periodista y su mamá se dedicó a cuidar a su familia con la generosidad que la caracteriza.

Estudió catorce años con las teresianas, después Periodismo y Comunicación en el Instituto de Formación Integral y en la Universidad Iberoamericana Golfo-Centro, además de canto y baile, que son su gran pasión, así como psicología infantil, historia, filosofía, literatura y estudios de género.

Durante treinta y dos años trabajó en la radio, donde por diez años fue conductora de los programas *La vida en rosa* y *La tribuna de Alejandra Montero*.

Ha sido Jurado en el concurso “Para Mujeres que se atreven a contar su historia®”, organizado por Documentación y Estudios de Mujeres, A.C.

Por invitación de Sara Lovera fue cofundadora de la Asociación de Mujeres Periodistas y Escritoras, capítulo Puebla (AMPEP).

La Red Latinoamericana y del Caribe y Católicas por el Derecho a Decidir le otorgaron un premio por su trabajo radiofónico sobre el tema del aborto.

Ha laborado en el Instituto Nacional de Protección a la Infancia en Puebla, así como en el DIF en el área de Trabajo Social. La labor social es muy importante para ella, por lo que colabora con clubes de servicio.

En el Banco de Comercio de Puebla trabajó en el área de Mercadotecnia y Publicidad.

Junto con las diputadas Rosa Márquez y Lucero Saldaña, realizó los trámites para la instalación del Programa Estatal de la Mujer en Puebla, y formó y perteneció al Grupo Plural de Mujeres Poblanas, con el que cabildeó leyes importantes a favor de las mujeres. Desde hace trece años, en Puebla, está al frente de la Fundación Espinosa Rugarcía (Esru) y de Documentación y Estudios de Mujeres, A.C. (DEMAC).





Cuatro décadas ha sido diabética y, como consecuencia de esto, hace cinco años le trasplantaron un riñón. Los inmunosupresores que toma para conservar el nuevo órgano disminuyen sus defensas, por lo que a principios de año luchó durante cuatro meses contra una neumonía múltiple que la enfrentó a la muerte.

Teresa de Jesús le marcó el camino espiritual; la oración, sus estudios filosóficos sobre los místicos y la meditación le ayudan a continuar en esta búsqueda.

Este texto es una reflexión de lo que experimentó en esos momentos.

*Sin embargo,
quedo lo
esencial:
el amor*

