

NO DEJES QUE TE COMA EL LOBO

Por

Malú Pérez Teja

CONFUSIONES

Mi punto de partida es hoy, Domingo 29 de Septiembre del 2019...

Me encuentro en un momento de mi vida un tanto confuso, entre la Alegría, la Ansiedad, y la Tristeza.

Alegría porque estoy rodeada de personas que me aman, además del amor incondicional de mi familia, están mi perrita Honey y mi gato Kissifu,

Esto debería bastarme para sentirme feliz, pero lucho desde hace muchos años contra la Ansiedad, siempre tan presente en mi vida, aunque estoy medicada y me trata un especialista, hay días que es una verdadera batalla conmigo misma, es tan desgastante.

Y la Tristeza que es también parte de la vida, tristeza de ver a nuestros adultos mayores degradarse cada día, ver cómo se van apagando sus ojos, el sonido de su voz ya no es el mismo, ya no escuchan o escuchan muy poco, su lento andar, y estar pendientes de ellos, saltar cuando recibo una llamada a horas poco usuales como la madrugada, hasta que llegue lo inevitable.

Hoy estoy contenta, por eso digo desde el principio que estoy confusa, porque empiezo este TALLER, que me tiene muy emocionada!!!

Es algo que Siempre he querido hacer, escribir y leer para mi ha sido algo muy importante desde siempre.

Gracias por esta oportunidad de convertirme en TALLADORA DE LETRAS.

¡PORQUE MI NOMBRE ES MIO!

Bien dicen que nuestro nombre es una especie de marca registrada, nos da identidad para transitar por la vida, a mi me gusta mi nombre: MARIA DE LA LUZ, siento que tiene una gran carga espiritual y emocional, llamarse LUZ, es una forma muy hermosa de llevar Luz a donde vayamos, aunque a veces nos sentimos como un foco fundido.

No siempre podemos estar irradiando un fulgor que no sentimos, hay días que soy total oscuridad, me cuesta abrir los ojos al nuevo día.

¿Porque me nombraron María de la Luz? Esta es la historia...

Nací un 9 de Julio de 1952, mi madre y yo tuvimos un parto muy mal manejado, estuvimos a nada de morir las dos.

La hermana mayor de mi mama se llamaba María de la Luz, le llamaban Lucha de cariño, cosa que no entiendo, te ponen un nombre y te llaman de otra forma, a mi me dicen Malú, para mi es mas identificativo que mi nombre.

El hecho es que mi Tía Lucha falleció el 4 de Agosto del mismo año, yo aun no cumplía 1 mes de nacida, ella era muy joven tenia 32 años, cuentan que tenia un mal cardiaco, de pronto se sintió mal, y ya no hubo nada que hacer.

Este hecho causo un gran dolor en la familia... una vez pasado el funeral, aunado al dramático parto de mi madre, decidieron bautizarme el 20 de Agosto, y en honor a mi Tía, me nombraron MARIA DE LA LUZ. De mis primeros recuerdos consientes, ubico la casa de mis abuelitos maternos, quienes nos cobijaron, ya que mi padre siempre fue un hombre ausente, tengo una hermana menor que se llama ALMA, también es un nombre con una fuerte carga.

Nos criamos y crecimos en la Ciudad de México, en Polanco, a una cuadra del actual Palacio de Hierro, donde estuvo por muchos años el Instituto Patria.

En la escuela me causaba malestar tener un nombre tan largo: María de la luz Pérez Teja, ocupaba un renglón completo en las hojas de los exámenes, en lo que uno se fija cuando es chico.

La escuela me llamaban Luz las maestras, en casa y mis amigas me llamaban Malú.

Hasta la fecha soy Malú, cuando han tenido que anestesiar-me, le digo a los doctores, para despertarme dígame MALU, porque si no, no acato.

MI IMAGEN

YO SOY... muchas mujeres en una sola, dentro de mi, conviven todas las mujeres necesarias según los roles que la vida me ido pautando.

He sido hija, nieta, hermana, amiga, compañera, lo que vivimos todos a lo largo de nuestra vida.

Uno de los roles mas importantes es ser MADRE, ser madre modifiko por completo mi manera de pensar, de sentir y de apreciar infinidad de sentimientos que no me había detenido ni siquiera a pensarlos.

Aprendí gracias a mi hija y mi hijo, la importancia del Amor en su máxima expresión, Amarlos para educarlos, para enseñarles valores, pero la prueba mas grande de Amor, ha sido respetarlos, dejarlos Ser y dejarlos Ir, entregarles su Libertad, confiando en que todo lo aprendido rinda buenos frutos; y así ha sido, me siento feliz por ellos y también por mi.

También he sido la Madre de mi Madre, cuando la edad empieza a cambiarnos la jugada, y tenemos que convertirnos en la persona que cuida a su madre, es otro de los roles mas difíciles de la vida. Cuidarla con amor, tratar de no desesperar con sus berrinches y rabietas, su falta de memoria, y ya en los últimos meses con una enfermedad que la dejo discapacitada, es de los momentos que han sido mas álgidos para nosotros, me refiero a mi familia y a mi.

Tomar decisiones, y también...dejarla ir.

NO SOY... egoísta, mundana, soy mas bien solitaria, me gusta vivir como vivo, ya sin el esposo, soy divorciada desde hace casi 20 años, trato de vivir sin molestar a nadie. No soy metiche, ni tampoco envidiosa, amo la Paz que es lo mas parecido a la Felicidad.

ME DA MIEDO... no lo había pensado mucho, esto del miedo, pero si tengo algunos. Me da miedo enfermar y quedar imposibilitada, dependiente, ser una carga para mi familia, dejar problemas, poco a poco trato de llevar la vida y de solucionar lo mas que se pueda para evitar esto de los problemas.

ESPERO... tener buena salud, arreglar lo que tengo pendiente, pues me causa mucho estrés, y espero poder seguir disfrutando de la vida que estoy viviendo, quizá no sea una vida ideal, pero como exprese antes, es lo mas parecido a la felicidad.

MI MUNDO ES...mi mundo actualmente y desde siempre ha sido mi familia, somos una familia muy pequeña, por lejos o cerca que se encuentren de mí, gracias a la maravilla del Internet, uno nunca esta lejos de sus seres queridos, siempre estamos al pendiente unos de otros.

Por otro lado mis amigos entrañables, que no son muchos, pero se que siempre están y yo siempre estoy para ellos.

Mi mundo interior que es una Galaxia, y por supuesto mi perrita Honey y mi gato Kissifu.

RESURRECCIÓN

Existen muchas frases que me han marcado a lo largo de mi vida...una que se convirtió en mi lema y que me aplico cuando me siento derrotada, sensible, dolida, cuando ya no puedo mas!!! mi Madre me decía: NO DEJES QUE TE COMA EL LOBO!!!, y cuanta verdad encierran estas palabras, aunque son tomadas de un cuento, es sabiduría antigua... ¿a cuantos lobos nos tenemos que enfrentar cada día?...

¡Pues a muchos! cuando tienes que luchar contra ti misma, alejar el lobo de la tristeza, la depresión, el desconsuelo, porque no siempre podemos controlar lo que pasa a nuestro alrededor, o no nos corresponde solucionar, ni siquiera ayudar a nuestros seres queridos cuando están pasándola muy mal.

Recuerdo otra frase matona, NO SON TUS CHANGOS, NO ES TU CIRCO, esta es genial, una manera muy simpática de decirnos: “¡no te metas en lo que no te importa!” ¡es elegante!

DALE TIEMPO AL TIEMPO... es de las más difíciles, cuando se es una persona ansiosa, cuando quisiera que todo se arreglara en un segundo.

A QUIEN SABE ESPERAR, DIOS LO PREMIA, también me lo decía mi mamá, es complemento de dale tiempo al tiempo.

Las palabras son algo maravilloso, según la intención y el tono son armas puntiagudas o bálsamos para el alma.

Pero también las palabras que se transmiten con una mirada amorosa, un abrazo, o una caricia en el cabello, son mudas expresiones que dicen más de lo que podemos pensar. Un palmada en el hombro, un NO TE PREOCUPES, ESTARAS BIEN, TODO PASA, NADA ES PARA TANTO Y NADA ES PARA SIEMPRE, ESTO TAMBIEN PASARA... Estas últimas son mis favoritas, por mala que sea una situación, no será para siempre, y dentro de o malo siempre habrá una lección y un aprendizaje.

Las PALABRAS que han dejado profundas huellas en mi vida, provienen de mis ABUELAS, MI MADRE, MI HERMANA, MI HIJA, DE BUENAS AMIGAS, con quienes he compartido en todas las diferentes etapas de la vida, siempre estamos aprendiendo, creo que es necesario estar receptiva cuando hablamos, aunque sea de broma, como dicen la verdad se asoma.

Hay mucho almacenado en mi memoria, recuerdos hermosos, y otros tristes, recuerdo mi infancia en casa de mis abuelitos maternos, en la Ciudad de México, en la hermosa casa de Polanco, donde nos cobijaron, las vivencias también son palabras en otro lenguaje, pues es el sentimiento el que habla.

Yo tengo mucho que agradecer a las personas que me han acompañado a lo largo de mi vida.

He sido alumna y a veces maestra, como mencione antes, siempre estamos aprendiendo, y somos bendecidas porque aparecen en nuestras vidas personas maravillosas que vienen a enriquecernos cada día.

Resurrección, ¡es hermoso! es volver a nacer y tratar de ser mejores personas... es una ¡NUEVA OPORTUNIDAD!

MI ESPEJO, MI REFLEJO

El espejo... ese objeto que nos acompaña a través de nuestra vida, hace muchos años, en mi familia no dejaban que los bebés y niños chiquitos se vieran en el espejo, tenían la creencia que se volverían locos.....que paradoja! Cuando se descubre un niño a si mismo frente al espejo es como encontrar a un amigo igual a uno mismo.

Personalmente para mí es absolutamente necesario tener conmigo un espejo, desde niña me gusta verme en el espejo, en él descubrí todo lo que no me gustaba de mí: mi pelo chino, ser tan flaca (ahora quisiera volver a esta así), mis pestañas de marranito, ya adolescente descubrí mi nariz, me parecía horrible, con una joroba, igualita a la nariz de la familia del señor apodado mi padre.

No gozábamos precisamente de una situación económica muy buena, pero estuve fastidiando a mi madre hasta que logre convencerla de que me operaran la nariz, esto fue en la prehistoria, nada que ver con las técnicas actuales, pero, ya me decían que tenía ojos bonitos, mi pelo causaba ciertas envidias y en otros casos admiración, hasta que logre aceptarme, ya deje de criticarme y exigirme ser no perfecta, pero si verme y sentirme bien.

Es cierto que todo va llegando con los años, la capacidad de aceptación, de nuestro cuerpo, nuestra manera de pensar, la capacidad de resiliencia, de aceptar nuestro carácter, con rachas de buenas y de malas, también de alegrías y depresiones.

Yo hablo mucho con el espejo, me observo como muevo los ojos, las cejas, la boca con la sonrisa; también en mis épocas bajas, cuando estoy enferma o deprimida, se me nota en la cara, en mi postura, las ojeras de tres pisos.

Cuando me quedo sola por varios días o semanas, también hablo con el espejo ¿que me contesta? A veces me dice que no me desanime, que después de todo, no me veo tan horrible, que con un poco o un mucho de maquillaje por lo menos no espantare a nadie. Otras veces mi reflejo me dice... ¡Que bien te ves hoy! y me siento radiante, con mejor ánimo y enfrento la vida con otra luz.

Hablar con el espejo no es de locos, ¡es de listos!

Hace tiempo leí en alguna revista, los beneficios que da el hecho de hablar solo o con el espejo, recuerdo que esto de hablarse a uno mismo, mejora el pensamiento y las capacidades cognitivas, así como la capacidad intelectual...también nos ayuda a fijar mejor la atención y nos ayuda a solucionar problemas con mas facilidad.

Me gusta verme en el espejo, alguna vez alguien me dijo que el ojo es muy selectivo, frente al espejo nos fijamos mas en nuestros defectos, o en nuestras cualidades.

Lo interesante es poder vernos en el espejo del Alma, poder mirar nuestro verdadero valor, lo bondadosos que podemos ser con todo lo que nos rodea, personas, mascotas, nuestro entorno, la capacidad de ser empáticos, y poder ayudar a sanar a quien necesite ayuda, afecto, en fin ayudar, creo que esta ha sido mi constante a lo largo de mi vida, será que este afán de poder auxiliar a los que necesitan ayuda fue lo que me llevo a estudiar REHABILITACION, soy Terapeuta Ocupacional, que va de la mano con la Terapia Física, a diferencia de esta ultima, la Terapia Ocupacional busca lograr reinsertar al

paciente en las actividades de la vida diaria, con sus capacidades residuales... es apasionante, y nos retroalimenta el espíritu, es así como logré una percepción diferente de mi, en el hospital encontré una parte de mi que no tenía bien definida, más que enseñar a mis pacientes fui yo la que aprendí de ellos, por eso descubrí otra faceta mía ante el espejo, cuando me veía vestida con el uniforme del hospital y llegaba a mi trabajo a compartir trozos de vida con cada paciente.

Si, me gusta verme en el espejo, me gusta lo que veo y lo que me dice, a pesar de los años, ahora con canas y arrugas, me dice que soy un buen Ser Humano y ¡que siga adelante!

¡GRACIAS QUERIDO ESPEJO!

MIS MAPAS, MIS RUTAS, MIS DESTINOS

Confieso que me ha costado empezar esta misión...

Tengo tantas historias relacionadas con objetos, muebles, chucherías, recuerdos, souvenirs, que no sabía por donde empezar.

Decidí empezar por los muebles de mi casa... y salen a relucir de nuevo mis abuelitos maternos, la casa donde crecí... por ejemplo el comedor formal o Grande como le decía mi abuela, donde se celebraban las Navidades, los Años nuevos, nuestros cumpleaños, aun lo conservo, es el comedor formal de mi casa hasta la fecha, lo especial de este comedor es que tiene casi 70 años!!! ha pasado por varias reparaciones, y tapicería, me sigue gustando. La pieza que más me gusta es la Vitrina, ese lugar donde se guardan las copas, souvenirs, recuerdos de las primeras comuniones, bodas, etc., piezas de porcelana o cristal, que nos llevan de paseo por las líneas del tiempo.

Tengo un par de muñequitos asturianos que trajo mi mamá de España en 1947, se los trajo a mi abuela y se quedaron en la vitrina, también tengo una góndola réplica de las de Venecia, que me trajeron mis hijos, cuando fueron a Europa con su padre, ese era mi

viaje soñado, yo ya no fui, estábamos divorciados y que flojera ir a convivir con el individuo...sigo recorriendo los entrepaños de cristal y me encuentro con un bello delfín de cristal de Murano, me lo trajo una querida prima de Murano, Italia, y así sigo recordando, los angelitos de porcelana que nos ponía mi mamá en el pastel de cumpleaños.

Ahora recorro con la mirada las paredes, están los cuadros de siempre, mi colección de platos, la última cena de papel mache.

Ahora recorro la sala, más de lo mismo, recuerdos, es una casa tan grande y llena de cosas, cada una tiene una historia, ¿será que el apego es tan grande?

Ya veo mi casa como un museíto, algunas cosas son antigüedades, otras son solo cosas viejas.

Ahora estoy en uno de mis alhajeros, anillos, aretes, dijes, cadenas, todo ha tenido un significado en su momento... pero hubo momentos este año en los que no salía con los gastos, y por primera vez en mi vida fui al Monte de Piedad, y las prendas que lleve fueron : mi anillo de compromiso, una pulsera que me gustaba mucho, un par de aretes, y una cadena, objetos que se convirtieron en dinero, y que no me dolieron a la hora que las perdí. Resultó que el anillo de compromiso que en un tiempo aprecie tanto, no valía más de \$300.00, ahí me di cuenta que valen las cosas por el valor que nosotros le conferimos, así que bye anillo de compromiso.

Tengo unos dijes en una pulsera que me regalo mi abuelita cuando era niña, esa si es de mis favoritas, pero ya no siento tanto apego o aferramiento a las cosas.

Cuando les pregunto a mis hijos que les gustaría conservar de mis cosas, me contestan ¡NADA MAMA! Las joyas son tuyas, Mariana me dice que nunca se las va a poner, jajaja!!!! no me la imagino con aretes de perlas, cuando ella es más pandrosa y ¡su joyería es de hilo!

Así se van perdiendo los apegos, hasta convertirse en objetos.

Y además por los tiempos que estamos viviendo tan violentos, ya no se puede ni se debe usar joyería fina, son mejores las pulseritas de bisutería, mas seguras y que no llamen tanto la atención.

Creo que he recorrido mis mapas tangibles, pero están los otros, los mapas emocionales y mentales que también han marcado mi vida, y que igual que los objetos, has pasado a ser simples recuerdos, amargos, o dulces, pero solo eso.

Y por ultimo mis mapas en mi rostro y en mi cuerpo, las arrugas, de risa y de tristeza, el aumento de peso, por la edad o por comelona, también por los cambios y las vivencias. Creo que estamos llenas de mapas, que interesante enfoque!!! Muchas Gracias!!! nunca se me hubiera ocurrido!!!!

HUELLAS Y MONTANAS

Huellas en mi montaña; diré que no me había puesto a pensar en las huellas que yo he dejado durante mi vida en otras personas, siempre me he enfocado en las huellas que han dejado en mi, otras personas, situaciones, vivencias.

Desde muy pequeña ahora que soy mayor, aprecio y valoro lo que he significado para personas importantes de mi familia, mis amistades, compañeros, etc.,

Conforme he tomado conciencia de este punto tan importante, me voy dando cuenta de lo mucho que influí, de las huellas que fui dejando en personas que estuvieron cercanos a mi, para bien o para mal.

No puedo referirme a una sola montaña...creo he tenido una serie de montanas, parecidas a la Sierra Madre de nuestro país.

Cuando crees que ya conquistaste una cima, ¡sorpresa! resulta que hay otra montaña más alta, escabrosa, peligrosa, difícil de escalar... es aquí donde retomo mis huellas,

donde recuerdo que ya he recorrido algunos caminos y se que puedo alcanzar la cima de la montaña.

No es fácil, pareciera que estamos en esta vida para estar conquistando metas, la escuela, las calificaciones, el eterno estrés de ser estudiante desde el Jardín de Niños, el primer día en el kínder es el primero de mas de 20 años de estar cumpliendo con la escuela.

Conquistando las cumbres o cayendo estrepitosamente, como el suplicio de Tántalo, en la Mitología, aquel que tenia que empujar una gran roca por una ladera muy empinada, y cuando lograba alcanzar la cima, la roca volvía a caer, y Tántalo tenia que empezar de nuevo, y así por siempre, esta es solo una parte del castigo de Tántalo, es mucho más por lo que fue castigado.

Pero a fin de cuentas, es comenzar un reto, ya sea por obligación o por gusto.

Cuando alguien te recuerda después de mucho tiempo, que en algún momento de la vida le ayudaste, con un consejo, con un abrazo, unas palabras de aliento a veces con dinero, y te dicen: es que me salvaste de un mega regaño o castigo de mis papás. O me orientaste cuando estaba mas oscuro, y me diste esperanza, es cuando me doy cuenta que deje una huella positiva en esa persona.

Otras experiencias dejan marcadas huellas muy profundas solo con escucharlas, estuve en un grupo de apoyo, y las historias que ahí escuche me dejaron huellas muy profundas, solo de pensar en el sufrimiento de estos compañeros, pensé, que difícil situaciones y han logrado salir adelante, retomar sus vidas y darse una nueva oportunidad.

Personalmente mi deseo es haber dejado huellas profundas y buenas en los senderos de mis hijos, de mi familia, de mis amigos, sentirme orgullosa de haber conquistado las montañas, y las que me falten, de seguir dejando caminos, que me recuerden por cosas positivas, aunque a lo largo de la vida vamos dejando marcado el territorio, para algunos seremos muy valientes, para otros quizá seamos las villanas, todo depende como dijo Campoamor... del cristal conque se mira....

ECOS Y RESONANCIAS

En mi vida he resonado con muchas personas, lugares, objetos... es hermoso encontrar este ECO, o resonancia, por ejemplo, conocer a una persona y sentir una empatía inmediata, no la conozco y sin embargo me cae muy bien, conforme avanza la conversación digamos que es en una reunión, y nos vamos conociendo, nos sorprendemos de lo mucho que tenemos en común, a veces provenimos de la misma ciudad y nunca nos conocimos, y nos encontramos en otro lugar y ¡siento que nos conocemos de toda la vida!

Con los lugares también me sucede... para mi es muy frecuente sentir los Deja Vu, aun en mi casa, siento que este momento o lo que esta pasando en el presente ya lo viví, lo recuerdo perfectamente, es una sensación extraña y fascinante a la vez. Los que creen en las vidas pasadas, que se han sometido a una terapia de regresión, afirman que en otras vidas pertenecieron a la misma familia, al mismo entorno, solo que van cambiando los roles, en una vida pasada pude yo haber sido un campesino, y en esta vida son la madre de mis hijos, y así se van formando los ecos, se quedan las resonancias en nuestra memoria.

Lo mismo pasa con los objetos, las cosas que me rodean, las miro y de tanto verlas ya no las conozco.

Donde siempre he encontrado ecos es en los libros y el cine, son ECOS de recuerdos, o de situaciones que me hubiera gustado fueran reales, hay libros y películas que nos dejan un sabor a alegría, a esperanza, a paz.

Otros nos dejan reflexivos, tristes, o nos dan un mensaje que estábamos necesitando y de pronto nos llega esa respuesta que tanto deseábamos.

Obviamente mis ECOS mas presentes, son los de mi infancia, recuerdo el aroma de la casa de mis abuelos, ahí donde llegue cuando nací, ahí crecí y me volví adulta.

Y es en estas fechas de Diciembre cuando mas evoco aquella época dorada de mi niñez, vuelvo a besar a mi abuelita, que me consintió siempre, esto me genero ser impopular con mis primos hasta la fecha, ya somos mas que mayores y todavía me dicen que yo era intocable, me da risa, lo que no entienden es que no fue de gratis, yo tenia que cumplir con las expectativas que mi abuelita esperaba de mi, ser disciplinada, estudiosa, bondadosa, cumplir con todas las actividades extraescolares, en este caso eran las clases de piano y de costura, comprobé que cuando las cosas son a fuerza, no se aprende nada, ¡ni toco el piano ni se hacer costura!!!

Estos ECOS, me permitieron ser una madre mas comprensiva, menos demandante con mis hijos, ellos han tenido siempre mi apoyo incondicional, en su infancia ellos eligieron que querían hacer en las tardes. A mi hija le encanta el TAE KWAN DO, y fueron a clases de esta disciplina, ya un poco mas grandes entraron a estudiar ingles, con muy buenos resultados, y así se fue haciendo la vida liquida, se pasa como un rio, y llegamos a este punto, al día de hoy.

Considero que mis ECOS, me han ayudado mucho, recuerdo con mucho afecto a mi Maestro de Literatura, el Gran German Dehesa, el me enseno a amar aun mas la literatura, los libros, el olor del papel y la tinta, es apasionante.

He tenido muchos ECOS importantes, mi Madre, mi Hermana, Mis Hijos, Mis Maestros y de quienes mas aprendí fue de mis pacientes, quienes aun con sus discapacidades, lograron reintegrarse a la vida, siempre lo expreso, yo les ensene técnicas para ayudarse y valerse por si mismos en la vida diaria...Ellos, mis pacientes me enseñaron a ¡VIVIR SIN MIEDO!

SUENOS Y DESPERTARES

Hace muchos años tenia un montón de sueños, hoy tengo un montón de años y un punado de sueños...

Yo fui la clásica sonadora, romántica, siempre pensando en encontrar un amor ideal, un hombre para que fuera mi compañero de vida, todo lo cursi que puede encerrar esta clase de relación. Creí encontrarlo muchas veces, creo que mi necesidad de amor y aceptación me hacia enamorarme de un pantalón en el tendedero (así me decía mi madre).

Creía que el amor perfecto era cualquier hombrecito que apareciera en mi vida, ahora me da mucha risa, pero en esos tiempos de adolescencia – juventud, yo de verdad me lo creía, y por supuesto que me lleve cualquier cantidad de decepciones, lo que me llevaba a sufrir y a veces a caer en depresiones.

Tuve muchos novios, a la antigüita, pues fuimos educadas con una frase que yo no lograba entender:

“ Acostándote con un hombre pierdes todo valor”

¡Chispas! Esa fue la educación sexual primaria que nos dio mi madre, obviamente, nada de besos, tocamientos, arrimones, ¡NO! nada de eso, así que mis noviazgos eran de manita sudada y ya.

Pasaron los años y yo seguía teniendo la idea nefasta de conseguirme un buen novio que se convirtiera en un buen marido, pero no encontré nunca al hombre ideal, siendo uno de mis sueños o cumbres privilegiadas. Me case a los 22 años con un hombre 11 años mayor que yo, divorciado con una hijita, el sueño no duro mucho. Era un tipo descalificador, de esos que todo lo saben, que me demeritaba en todo, yo acababa de salir de la escuela y tenia un buen trabajo, a los tres meses de casados lo corrí, ya no lo aguantaba mas. Vivíamos con mi mamá, le puse sus pertenencias en unas cajas, y le dije que quería el divorcio, y así fue, nos divorciamos y quede muy lastimada.

La decepción fue brutal.

Me enfoque entonces en mi trabajo, en el Hospital General, mi carrera ya he contado que siempre me ha gustado, ahí empecé a relacionarme con doctores, terapistas, hice buenos amigos, pero ya me había vuelto muy inquieta, eran los años 70's en su apogeo las discotecas, ya con amigas que habían roto con las tradiciones y los miedos, nos íbamos de farra todos los fines de semana, seguía viviendo con mi mama, y pasaba una situación muy curiosa: si salía mi madre se enojaba conmigo porque llegaba muy tarde, si me sentaba a leer un libro, apoltronada en el sillón también se enojaba, pues me decía que ¡ya no me iba a parar del sillón por estar leyendo mi librote!

Total que no quedaba bien con ella.

Un día conocí al que fue mi marido por 21 años, Sergio, el papa de mis dos hijos, con el sentía seguridad, yo tenia entonces 28 años y el 32, estudio en Estados Unidos, un tipo muy inteligente al parecer, muy seguro de si mismo, para esto ya se me había quitado la idea de casarme y ser la esposa, madre y todo perfecto, no pensaba casarme nunca más, pero el se encargo de lavarme el coco, y finalmente nos casamos al año de conocernos.

Un tiempo fuimos felices, tuvimos a nuestros hijos, y de la mano de el se fueron volando muchos de mis miedos, crecí como persona, vivíamos en una casa muy hermosa en Ciudad Satélite, mi madre vivía con nosotros. Debo subrayar que la convivencia entre mi madre y yo fue por siempre y para siempre, la casa la compraron entre Sergio y mi mamá, así que yo fui hija toda mi vida, y esto es algo que también me marcó, le tengo un gran agradecimiento a mi mamá, me ayudo a criar a mis hijos, la amaron los nietos hasta el ultimo momento y aun la recuerdan con un gran amor, pero ella era una presencia que me quitaba autoridad, y poco a poco, le fui explicando que la madre de mis hijos era yo, que se dedicara a ser abuela... tuvimos varios disgustos pero al fin entendió. Pasaron los años y alcanzamos las cumbres de tener una empresa reconocida a nivel mundial.

Llegamos a Puebla 15 días antes del terremoto de 1985. Aquí se desarrollaron los proyectos de la empresa, aprendí a llevar la contabilidad, los tratos con los bancos, con los clientes, era una empresa floreciente, Sergio tenia un talento innato para los negocios, la empresa era para venta-renta-reparación de grúas, y después fue la primera empresa en México de Perforación Subterránea, un concepto fascinante, en esos años, yo me sentía en la cumbre de todo lo que había esperado, claro que había tropezones, pero la familia estaba integrada, aparentemente feliz.

Sergio viajaba constantemente, hasta que un día sin previo aviso me pidió el divorcio, el día de nuestro aniversario No.21, fue como baldes de hielo, yo intuía que era mujeriego, pero me hacia la tonta, no quería ver la realidad.

De ahí caímos todos en depresión, mi hija tenia 19 años, mi hijo 16, y se nos derrumbó nuestro sueñito de familia feliz.

Y fue recomenzar, desde recoger pieza por pieza los pedazos de Malú, reconstruirme para poder sostener a mis hijos y a mi madre, y los pleitos con los abogados, pero mas que nada el dolor de la confianza traicionada.

Mi mamá murió en el 2007.

Mi hija se fue a vivir a Toronto, allá está feliz con su trabajo, haciendo lo que le gusta que es la Cinematografía.

Mi hijo está casado con un joven hermosa y bondadosa, mis consuegros son como mi familia.

Ya me quede sola en mi casa, con mi hermana que también es divorciada, al lado mío en su casa.

Mi perra Honey y mi gatito Kissifu, me llenan la vida de alegría y de pelos.

Así que creo que he tenido muchas cumbres alcanzadas, supere mis miedos, angustias, etc.

Algunas cumbres ya son muy normales, cuidarme, tener buena salud, y estar para mis personas amadas por si me necesitan.

PALABRAS NON SANCTAS Y CARIÑOS

Me he puesto a reflexionar sobre el Tema de esta Misión, mis Rocas... esas palabras que nos alientan, nos sacan de nuestros marasmos o depresiones, las palabras que nos ayudan a recobrar la confianza en nosotros mismos, a retomar nuestra esencia y carácter, cuando nos sentimos intimidados, decaídos y sentimos que ya no podemos más.

También cuando tenemos logros, éxitos, cuando nos reconocen que hicimos un buen trabajo y somos motivo de orgullo para nuestra familia y amigos.

Pueden ser como dice el manual, palabras cariñosas o insultos, personalmente creo que en mi caso me funcionan mejor las groserías, un psiquiatra amigo que me trató un buen tiempo después de mi divorcio, cuando llegue arrastrada a su consultorio, totalmente aplanada emocionalmente, me decía: es mejor estar encabronada que deprimida. Así llegue a la conclusión que esto es verdad, estar encabronada me daba fuerza, energía, estando deprimida no tenía fuerza ni para levantarme de la cama.

Esto ha sido una constante en mi vida, cuando empecé a decir peladeces me sentía poderosa, por supuesto que las niñas o señoritas educadas no decían chingaderas, pero me fui dando cuenta del poder de un Carajo, un Chingados, Pinche, Pendejo, y mi frase favorita cuando algo no se puede hacer, llámese tramite, instalación de algún aparato, o algo que no funciona, mis palabras mágicas son: ¡COMO CHINGADOS NO! Pareciera cosa de MAGIA, ¡entonces logro que funcione!

No me da pena decir groserías, son parte de mi personalidad, quien me conoce bien se muere de risa, tampoco es que ande yo mentando madres a diestra y siniestra, no se trata de eso, yo se bien en donde y con quienes me puedo expresar como soy.

Tampoco creo en la gente persignada que se escandaliza cuando escucha a una mujer decir una palabrota, todos las decimos, quien diga que no es un gran mentiroso(a)!

Mi madre cuando me veía preocupada, o angustiada, estando aun casada, sentía a veces que no podía con el paquete del matrimonio, ella me decía “NO DEJES QUE TE COMA EL LOBO” todo tiene solución menos la muerte. Que proféticas fueron sus palabras...

Cuando en el 2007 le dio un derrame cerebral masivo, y quedo completamente paralizada, sin poder hablar, ni deglutir, y esta agonía duro 3 meses, ya que la inconciencia de los doctores a fuerza de martirizarla para alimentarla vía parenteral, conectada a un respirador, sabiendo que no tenia ningún futuro, ninguna mejoría, optamos por traerla a casa, ya sin apoyo de ningún tipo, solo rodeada de sus seres amados, sus nietos, sus hijas, algunas amigas cercanas, finalmente dejo de respirar y ahí fue cuando recordé: NO DEJES QUE TE COMA EL LOBO, y así he seguido, a veces llevo a doblarme, pero ya no caigo o intento no caerme, y recuerdo esta frase, y el ¡COMO CHINGADOS NO! y se recargan mis baterías, enfrento la vida como se va pudiendo, con días buenos y otros no tanto.

Y por otro lado también están las frases amables, las palabras bonitas, como un te quiero mucho, un ¡Gracias!, estas palabras alimentan y serenan el alma.

Mi frase favorita es cuando me dicen mis hijos: Ma' yo soy lo que soy Gracias a Ti!!! sin ti no hubiera llegado a ser lo que he logrado...¿que mejores palabras puede recibir una madre cuervo como yo?

¿ENCONTRE MI ESTRELLA?

Buscando mi estrella... después de las fiestas de fin de año, entre tantas luces, brillos, adornos, alegrías y tristezas...sigo buscando mi estrella.

Releí los conceptos del Manual, y es cierto, los hombres tienen mas definido su camino hacia su estrella que nosotras la mujeres.

Pareciera que los trazos de las rutas masculinas son mas nítidos y brillantes, aunque en los últimos tiempos esto ha cambiado.

Sin embargo las mujeres tenemos nuestras estrellas opacas, polvosas o muy escondidas en las cuevas de nuestras montañas.

Aun pesan mucho los roles que nos han sido impuestos desde el principio de los tiempos, aunque hay mujeres maravillosas que han logrado alcanzar su estrella o muchas estrellas desenvolviéndose en diferentes ámbitos, no solo en los roles marcados por la sociedad, retando y siendo diferentes y rebeldes.

Personalmente me siento siempre en duda conmigo misma, no logro estar segura de que hago las cosas bien, siempre tengo esa incertidumbre...¿estará todo bien? Creo que no he erradicado el verbo "cumplir".

A veces siento que no estoy a la altura de las expectativas, de lo que se espera de mi. No importa que ya no tenga marido, ni a mi madre, que eran muy críticos conmigo, yo siempre sentí que tenía que cumplir con todo y con todos.

Actualmente sigo sintiendo lo mismo, en menor escala, pero siento que debe estar todo funcionando y también siento que decepciono a los que me rodean, no siempre, pero la sensación esta ahí, escondida, latente.

Con la llegada de Diciembre, quisiera salir corriendo, por momentos me apanico, es una verdadera avalancha todo como se vive ahora, todo de prisa, me estresan mucho los compromisos, que ya también los he ido dejando atrás. Aun así siento que es una temporada muy pesada, ¿será que nos han cambiado los tiempos? ¡en Julio ya hay cosas para los festejos del 16 de Septiembre, Halloween, Días de Muertos y Navidad!, Todo en beneficio de los comercios y costumbres gringas, aparte sus juguetes desde Julio para Diciembre o Enero, para una noche de Reyes como se celebra Hoy.

¿Será MI ESTRELLA, la de mi infancia, que tenía esta noche un bello toque de Magia, de Sueños?

¿Será que a mi hermana y a mi, nos traían los Santos Reyes lo que podían, y esa ilusión de despertar el día 6 de Enero, cuando el corazón latía de emoción...?

Creo que esa es MI ESTRELLA, luminosa, brillante, la que me ayudará a volver a ese punto de Sentir sin Sufrir, de poder ser feliz, como cuando era una niña, de no sentir ansiedad al menos unas horas, con suerte unos días.

Ahora puedo adentrarme en mi cueva sin miedo a decepcionar a nadie.

¡Espero mantener mi ESTRELLA, brillante y hermosa!

SANANDO EL ALMA

Tomando en cuenta los conceptos del Manual, me brinda orientación sobre los contrastes, los complementos... el Sol y La Luna, el Día y la Noche, en fin todos los opuestos que son complementarios, pues ¿como tener un día sin noche? Y así sucesivamente.

Aplicándolo a mi vida y experiencias, es cierto como nos insertaron en la mente a las mujeres a no sentirnos completas sin la presencia de un hombre (marido, novio, querendongo, marinovio) como sea que se le llame, estar sin una pareja.

Curiosamente en mi caso nunca hubo la presencia de un padre que es la figura más importante durante la infancia de las niñas, me referiré a las mujeres por supuesto.

Partiendo de este punto, en mi caso y con mi cursi manera de ser, fui una soñadora empedernida, deseaba con todo mi corazón ya de adolescente tener un novio, romántico, que me regalara flores, que me tomara de la mano y me mandara cartitas de amor...

Lo encontré, cuando éramos los dos muy jóvenes, a mi me había dado mi lección mi mama "si te acuestas con un hombre, pierdes todo valor" ¿cómo? ¿cual valor? Y al pobre chavo que era mi novio lo amenazaron sus padres "cuidado y toques a Malú, ¡porque te matamos!"

¡Que modos tan feos!

En aquella época yo tenía 15 años y el 17, claro el mas despiertito que yo, pero me amaba, aun hasta el día de hoy.

Mis contrastes con mis parejas, fueron muy curiosos y extraños... con unos años mas peor sentía la presión de tener o encontrar un novio mas en serio, también mi mente se despejó, y cada que estrenaba un novio, mi mama me releía la cartilla, hasta que un día le pregunte ¿como se puede valorar a una mujer por un pedazo de pellejo? Claro me refería a la “virginidad” mas bien llamada al himen, esa era la preocupación y claro salir con una panza era el peor de los pecados, sin embargo era tal mi pánico a estar con mi novio y llegar a tener intimidad y salir embarazada, que aplique mejor aquí corrió que a aquí quedo...

Hasta que conocí al que fue mi primer marido, yo tenia 22 años y el 31, divorciado, con una hijita de 3 años. Me apantalló, caí como mosca en leche, perdidamente enamorada, lo admiraba, era un HOMBRE, no un chavito, y me casé con el...sólo para vivir la más grande decepción, entonces se volvió criticón, controlador, me espiaba, no quería que trabajara, nunca logre entender que diablos quería de mi. Pasaron 3 meses y lo corrí de la casa (vivíamos con mi mamá), le dije que si el arreglaba el divorcio o lo hacía yo.

Finalmente nos divorciamos y caí en una de mis depresiones mas épicas. Pero no me quede con él. Había visto toda mi vida a mi madre ser sumisa, trapeador de mi padre, un infiel y gacho, con ella y con mi hermana y conmigo.

Así paso el tiempo, llegaron mas galanes, pero ya no estaba con esa ansiedad de tener pareja, seguí con mi trabajo, salía de fiesta todos los fines de semana, pero seguía viviendo con mi madre.

Un día me invito una amiga a salir con un Ingeniero que trabajaba con su novio, este tipo desde que me conoció me dijo que nos íbamos a casar, que dejaría el hospital, y que viajaríamos mucho por su trabajo.

Confieso que me sorprendió ¿quién en su sano juicio hace planes con alguien que acaba de conocer?

Lo tire de a loco, y el seguía insistiendo, empezamos a andar como dicen ahora, pero yo no tenia ni la mínima intención de casarme, ni de tener hijos ni nada de eso.

Así se pasaron unos meses, y empezó a decirme que como iban los preparativos de la boda, me había dado un anillo en Navidad, pero nunca pensé que era de compromiso, no hubo ninguna de las tradiciones ¡Me quede fría, con eso de la boda!!!

Finalmente caí y me case con el, al principio fue todo o casi todo lo que hubiera soñado, tuvimos a nuestra hija Mariana y nuestro hijo Santiago. Vivimos unos años mas en ciudad de México, y en el 85 antes del temblor nos vinimos a radicar a Puebla. Fue un comenzar todo de nuevo, y empezar a hacerme responsable hasta del negocio que habíamos comprado aquí en Puebla, aprendí a llevar la contabilidad, los pagos de los trabajadores, a llevar cuentas del banco, ya que el siempre tuvo trabajos en el extranjero, fueron unos años buenos, una familia feliz, aparentemente.

Pasaron otros años mas, la empresa siguió creciendo, el no paraba de viajar, y la rutina se volvió insoportable, cada día me exigía mas, dentro de la empresa, aparte yo era ama de casa y madre de tiempo completo, aunque siempre tuve el apoyo de mi madre y mi hermana.

Empecé a sentir que ya no estaba bien nuestro matrimonio, nunca me dio por hurgar en sus papeles, yo confiaba completamente en él...hasta que empecé a notar las pistas que no se pueden ocultar.

Era absolutamente infiel, mentiroso, bajo...

Me pidió el divorcio el día de nuestro aniversario No. 21, a primera hora del día... que puedo decir ...

Se desmoronó lo poco que quedaba, el divorcio fue violento, a todos nos lastimó, especialmente a mis hijos, y yo quede en calidad de trapo, estuve en terapia año y medio, poco a poco empecé a sacar la cabeza como las tortugas. Baje de peso, 25 kilos en 2 meses, no podía comer...en fin. Hasta que logre sanar poco a poco, y a vivir de otra manera, tenia 49 años, cuando nos divorciamos.

Decidí no volver a involucrarme sentimentalmente con nadie, aunque no faltaron voluntarios nuevos, y amores viejos, que tampoco funcionaron, reciclados es peor, hay que lidiar con nuevas mañas, y mientras mas viejos, ¡peor!.

Hoy en día soy una mujer insumisa, liberal. En armonía conmigo misma, y trato de estarlo también con los que me rodean, creo que fui así desde siempre, pero como dice el Manual, nos introyectan los roles desde que somos chiquitas, no estamos completas sin un hombre que nos respalde, ¡jajaja! yo ya no necesito de estas ideas, me salen sobrando.

Hoy prefiero verme sin contrastes, ni a contraluz.

Prefiero verme iluminada, brillante, con mi propia personalidad, siendo la mujer que soy, ya he cumplido con todo y con todos, lo que venga...

¡BIENVENIDO SEA!

UN BUEN SER HUMANO

En una clase de Crecimiento Personal, que tome hace ya algunos años, hacían mucho hincapié en la manera en que nos dedicamos a nuestra familia, pareja, amistades, etc., Cómo debemos darle nuestra atención y calidad de tiempo a cada uno de los aspectos que conforman nuestra vida.

Lo difícil de esta tarea es como repartirnos para cumplir con todo y con todos, pues, en afán de esto terminamos fragmentadas para completar a los demás.

¿Y donde quedamos después de cumplir con todo y con todos?

¿Donde quedó nuestra esencia, nuestra personalidad, nuestros sueños?

Cuando ya todos se han marchado, los hijos a seguir sus vidas, nuestros mayores ya han partido de este mundo, ¡ahora nos sobra tiempo!. Confieso que en un principio me sentía en un desierto, ya no había rutinas, ya no había que cumplir con esto o aquello, ahora era yo con yo.

Entonces recordé aquel curso que tome siendo muy joven, donde nos decía la maestra, como cuidar nuestra presentación, la ropa, el maquillaje, en fin nuestra imagen, que es la proyección que damos físicamente a los que nos rodean.

También abarcaba nuestra Belleza Interior, ella decía:

“Si la mujer esta contenta, todo va sobre rieles, pero Si la mujer esta de malas...Cuidado!!! porque todo será un infierno.”

Estaba joven y soltera, mis días malos eran los del periodo, y cuando se me desbocaba el mal genio, y deseaba estar sola encerrada en mi recamara escuchando a Janis Joplin, y a los Beatles, o algunos grupos cursis de música empalagosa.

¡Pero No! ¡Cuánto me faltaba por vivir y aprender!

Conforme fui siendo mayor, más grandes fueron los retos y la forma como tenia que responder, resolver e ir dejando buenas semillas en las relaciones de amistad, de compañerismo, cultivar el buen trato, las buenas maneras.

Debido a la naturaleza de mi trabajo, yo trate siempre de ser amable con mis pacientes, y dejar un buen recuerdo en sus mentes. Siendo el Hospital General de Salubridad uno de los que mas carencias tenían en todo, materiales, mobiliario, etc. Me decían “maestra” ya que estaba en Terapia Ocupacional y muchos de nuestros recursos para trabajar son juegos didácticos, como canicas, tableros para colocar cilindros de diferentes tamaños, inflar globos, pelotas, muchas actividades dirigidas a un medio terapéutico.

Nunca olvidare un día del maestro y una de mis pacientes me llevo un yogurt de durazno, ¡que ternura! me dijo: “maestra no tengo nada más que le pueda regalar, solo este yogurt...” casi me pongo a llorar, pero ahí sentí que había dejado una huella, y que me recordaría de una forma agradable.

Creo que vamos dejando un poco de nosotras en cada persona con la que convivimos, nos OFRENDAMOS a nuestra familia, nuestros hijos, nuestras causas, solo va cambiando el escenario.

Hasta hoy siento mucha Paz (siempre y cuando no me ataque la ansiedad) soy tan contradictoria...

No me queda nada de que arrepentirme, lo que pasó, si pasó, pero ya pasó.

He cumplido con honor, por así decirlo con mis responsabilidades, y trato de ser un buen Ser Humano,

Ser feliz y ayudar a otros a ser felices, es mi OFRENDA DE VIDA.

¿PAZ A CUALQUIER PRECIO?

Confieso que tuve que leer varias veces las instrucciones del manual, no había analizado mis tinieblas, zonas oscuras, faltas de luz de mi persona.

¡Claro que tengo tinieblas! algunas son mis miedos, terrores, angustias, ansiedades.

Miedo a no ser suficientemente buena para los demás...pero...¿quienes son los demás? ¿Porque tengo que quedar bien con todos los que me rodean, cumplir expectativas que realmente no me corresponden? Puedo ser muy contradictoria, por las buenas soy creio, una buena persona, pero también tengo mi lado oscuro, mi lado tenebroso, ser muy ofensiva si me hieren o me provocan especialmente si es algo injusto.

Odio la injusticia, la insinceridad, la hipocresía, y desgraciadamente hay tanto de estos temas por todos lados, personas, familia, apariencias, como esa analogía: lobos con piel de oveja, mientras eres de utilidad, ahí están explotando los buenos sentimientos, mas si no cumples con lo que esperan, te conviertes en una araña peluda y venenosa, te sacan a relucir todo lo peor que pueda vivir dentro de ti.

Es decepcionante, aunque trato de aplicar el: NO ESPERES NADA DE NADIE, pues caigo en la decepción, en la tristeza, y si me duele.

¿Qué tanto puedo ser tenebrosa? ¿Dejar salir mi lado oscuro y dejar que mis emociones negativas se apoderen de mi diario vivir?

Honestamente no es lo mío, no me agrada en absoluto herir, lastimar, y he llegado a ser muy agachona con tal de tener paz...pero, ¿Paz a cualquier precio? ¡¡¡No!!!!

MI PAZ, MI INTEGRIDAD EMOCIONAL, NO SON NEGOCIABLES!!!!

Lo mas cercano a la Felicidad es la Paz!!!!

SER ESPIRITUAL

A lo largo de mi vida he experimentado diferentes cambios en relación a la espiritualidad. En mi ya lejana infancia, fuimos educadas con fervor religioso, mi hermana y yo tomábamos clases de Catecismo, para prepararnos para la Primera Comunión, era una ceremonia muy importante, además de estudiar toda la vida en escuelas católicas.

Llenando nuestras mentes de sacrificios, penitencias, pecados y culpas.

¿Que pecados puede tener una niña a los 4, 5 o 6 años?...ser contestona, grosera, pues ya sabia como me iba, fui una niña muy sumisa y apegada a la religión..... hasta que empecé a despertar, llego la odiolescencia, con miles de dudas y preguntas sin respuestas que satisficieran mi curiosidad.

Mi hermana que es dos años menor que yo, siempre fue mas despierta, mas morbosa, y yo me empeñaba en ser la “niña” perfecta.

Como dije antes fui creciendo y empezando a rechazar ir a Misa los domingos, pero esto era obligatorio, asistí a los Ejercicios Espirituales para la Semana Santa, y ese tipo de cosas y costumbres.

Pero fueron pasando los años, me convertí en mujer joven, me deschongué, me encantaba la fiesta, y la diversión, pero guardaba el “tesorito”, pues me apanicaba salir con un embarazo.

Y así fue corriendo la vida. Cuando me case y tuve a mi hija, por supuesto que fue bautizada en el Hospital, fue un parto complicado y el de mi segundo hijo también, ellos crecieron y estuvieron en colegios católicos, pero me puedo ufanar de haber sido mas light, se les dieron las bases religiosas, pues parecían coexistir la espiritualidad con la religión.

Sin embargo a ciertas edades cada uno eligió su camino, y yo también; empecé a explorar otras opciones, leí mucho de Budismo, me encanto la historia de la Vida de Buda, tome cursos en Casa Tíbet, y aprendí que la espiritualidad UNE, y las religiones separan.

¿Como es posible que te vengan a predicar y a quererte meter en ritos que de ninguna manera estas dispuesta a escuchar?

Para mi este es mi lema: ¡¡¡¡LAS RELIGIONES SEPARAN, LA ESPIRITUALIDAD UNE!!!!

Puedes tener un conjunto de espíritus dentro de ti: Espíritu de Servicio, Espíritu de Amor a los semejantes, Espíritu de Amor y Servicio por tu familia y familiares, etc., y esto no quiere decir que andes con el rosario colgado en la mano y la Biblia bajo del brazo...

Yo leí la Biblia de cabo a Rabo en mi juventud, me parece una obra maestra de a literatura, pero no me representa... no me gusta ese Dios colérico, que mando a ahogar a toda la creación con el diluvio Universal, ni tampoco me gusta que haya "brindado" a Su Único Hijo a una muerte tan cruel...y te dicen en las clases de la Iglesia, que Jesús vino a pagar por ejemplo tu cuenta del Vips por adelantado!!!! No creo en el pecado original ¿¿¿que es eso???

No y no, he encontrado la Paz lejos de toda esta parafernalia... Hay una película que nos encanta a mi hija y a mi, se llama STIGMATA, Estigma en español, ahí esta la neta de todo, en una simple frase: "Toma una piedra, un pedazo de madera, y ahí me encontraras." ¡¡¡Es bellissimo!!!!

Que mejor que hacer el bien, a nuestros semejantes en la medida que uno puede, las medallas de la caridad se cuelgan en el alma, no en el pecho, es mas, son mas valiosas si lo haces en silencio.

Ser ESPIRITUAL, no esta reñido con nada, es dejar tu esencia natural sin frenos ni condicionamientos.

Amar profundamente, sin medida, sin religiones, sin dogmas que son horrendos.

Simplemente AMAR con TODO EL CORAZON!

AQUI ATRACO MI BARCA

Hace 16 semanas me embarque en una hermosa barca sin saber mi destino... hoy escribo a donde llegue, cual fue mi destino final... Navegue por aguas inimaginables.

Debo decir que amo el agua, de los ríos, lagunas, riachuelos... pero tengo una gran admiración al Mar, con su oleaje imparable, eterno, con sus colores azules tan bellos, su sonido tan tranquilizador...Pues bien, a bordo de esa barca que mencione al principio, he transitado por un viaje a mi interior, a mis mas profundos miedos, y mis mas grandes alegrías, pasando por toda una gama de emociones, recuerdos, orígenes, un sinfín de emociones que ya parecían estar enterradas y olvidadas.

Volver a vivir, mas bien revivir, todas estas emociones, vivencias, que han sido la base de mi personalidad y de quien soy actualmente.

Al llegar a esta Isla de los recuerdos, donde atraco mi barca, subí por la montana de mi vida, caminos escabrosos, senderos, ligeros y a veces muy empinados, difíciles de recorrer, termine con las rodillas raspadas y los ojos llenos de lagrimas, pero seguí adelante, entré en las cuevas oscuras, me espantaron algunos murciélagos, nada nuevo.

Y seguí, resucite, me encontré con mi espíritu, mas bien mis espíritus, mis creencias, mis valores, siempre he deseado servir, ayudar, es mi Espíritu de Servicio, el que me llevo a estar siempre para ayudar, aunque muchas veces se ha malinterpretado y abusan de mi buena fe.

¿Que he sembrado y cosechado? Bueno, creo que he sembrado buena simiente, y la cosecha ha sido grandiosa, sobre todo cuando pienso en lo que sembré en mis hijos, y todo lo que ha redituado, me llenan de amor y felicidad, y se que a cada uno de sus logros, esta por ahí una semillita que germinó y esta dando grandes frutos, y tengo la convicción que conforme maduren ¡¡¡será mas grande y hermosa la cosecha!!!

Espero haber dejado huellas positivas con las personas con las que me ha tocado interactuar, ojala que me recuerden como un espíritu positivo, aunque tengo mis sombras muy oscuras.

En fin, mi punto de llegada es este muelle, donde esta atracada mi barca, en la que he recorrido mucho de mi vida.

Estoy feliz, y triste, se acabo el taller, pero doy gracias de haber estado en él, he aprendido mucho de mi, gracias a los temas de las misiones.

Y sobre todo Gracias a ti LOURDES MERAZ, por tu guía, tu compromiso y amor con los Talleres de DEMAC, eres CHINGONA!!!!cmi querida Maestra

TODO MI AGRADECIMIENTO, HASTA PRONTO!!!

