

Concomitancias: mi vida y sus matices

Devenir

Es una tarde calurosa, aunque el invierno aún no ha terminado, hoy es un día especialmente acogedor. Escribo desde la sala de mi casa, escuchando a Horacio Franco. Mucho tiempo pensé que para escribir se necesitaba inspiración y que las musas te acompañaran. Hoy considero que la soledad y algunos tropezones, me han enseñado y me motivan más a escribir.

Parto de ese punto, del aquí y el ahora, del ahora que se ha alimentado de muchos *ahoras*, de aprender a ser plena en cada segundo del día. Hoy entiendo el *Carpe diem*, y lo vivo y lo nutro para que no se me olvide que no hay mejor instante que el ahora.

Soy consecuencia de muchas decisiones, de asumir como enfrentar esas decisiones, de saber que de mí depende sufrir o aprender y avanzar.

Siento como si la vida en este momento me llevara a dejar de buscar, a no insistir en lo que me daña, a construirme, a inspirar, a compartir mi forma de apreciar el mundo sin querer que los demás piensen como yo.

Hoy parto del agradecimiento, de cada una de las cosas que me conectan con este mundo, de las personas a mi alrededor, de las sensaciones, los sabores, los olores, las imágenes, la tecnología, los sentimientos, hay tantas cosas por las cuales mostrar gratitud al despertar, al vivir y al transitar.

“Parto: que palabra tan interesante y con tantos significados. Parto: me voy. Parto: proceso para que nazca un nuevo ser. Parto: cortar en pedazos. Creo que todos se relacionan con el inicio de algo”

Me gustan mucho las palabras, me gusta saber que son conceptos en los que cargamos nuestra visión del mundo, que por medio de ellas transmitimos; son decretos y son configuraciones en nuestra conciencia.

Yo Soy Vanessa, una mujer Valiente, Libre y Alegre. He aprendido que la esencia de las personas es lo más importante y lo que cada día debemos nutrir. Ahora ese es mi punto de partida, todos los días hago un decreto para mí y para mi familia: mejorar nuestro entorno, mejorar nuestras relaciones, mejorar nuestra conciencia.

Una mujer a quien aprecio mucho me prestó un libro y en él venía un ejercicio muy particular: “respira profundo y mueve los dedos de los pies”, cada vez que me aburro, que me siento inmersa en mis pensamientos y me quiero ir hacia al pasado o hacia el futuro, muevo los dedos de mis pies, sonrío porque percibo que es una sensación única, que me trae al presente, que me arraiga en él y que le da significado al momento, al tránsito de la vida. Nunca somos, siempre estamos siendo.

Conexión: yo y el mundo.

Mi nombre era para mí una palabra extraña en mi niñez, casi nadie me llamaba por mi nombre. Es una rara costumbre ponerles apodos a las personas, sean niños, jóvenes o adultos. Según mi experiencia, esos apodos hieren o te desconectan de quién eres.

Yo tenía un sobrenombre que nunca me gustó: me decían cotito o gordita, las dos palabras describían mi complexión. Mi abuela paterna me puso el sobrenombre de cotito porque decía que me parecía a un cotonete, redondito y suave, además en el comercial que los promovía aparecían unos bebecitos y mi abue decía que me parecía a ellos.

Casi toda mi niñez me llamaron así. Cuando entré a la escuela y me llamaban por mi nombre, no me gustaba, se me hacía un nombre superficial y que denotaba algo que no era yo.

Después aprendí a leer y escribir y me gustaba como se veía escrito: Vanessa, pero no me identificaba con él. Fue en mi adolescencia donde me empecé a identificar con mi nombre, me parecía auténtico pero frívolo. Entonces vinieron las

preguntas, las comparaciones y comencé a cuestionar a mi madre y a mi abuela materna, por qué habían decidido ponerme este nombre.

Las explicaciones fueron muchas, involucraron a mi tía y a mi papá, al final la respuesta fue impactante para mí en ese momento. ¡Vanessa era el nombre de una telenovela del momento! Les gustaba el nombre porque era “original “. Cuando me dijeron eso, no lo podía creer, decidieron ponerme el nombre de un personaje de telenovela, yo pensaba que a los bebés se les daba un nombre, pensando en sus características o por el significado, ja,ja,ja, pero no, a mí me lo pusieron por otra razón. Ninguno de mis familiares sabía que significaba el nombre.

Durante mucho tiempo pensé que quería llamarme de otra manera, ese nombre no me representaba, para mí era extraño que me llamaran Vanessa. Después entre la escuela, la universidad, el trabajo me fui acostumbrando. Me enamoré y me gustaba como sonaba cuando me hablaban mis pretendientes o novios por mi nombre. Además, los apodos de la niñez se habían ido.

Una vez en un ejercicio en la universidad me pidieron que buscara el significado de mi nombre, así que fui a investigar. Vanessa significa “mujer vanidosa”, y es un nombre que creó un escritor llamado Jonathan Swift para referirse al nombre de una de sus alumnas de quien se enamoró, como no podía decirlo abiertamente, le hizo un anagrama. También el nombre fue dado a un género de mariposas: Vanessa Cardui.

Saber lo que mi nombre significaba, ayudó mucho para que yo me identificara con él. Muchas personas prefieren decirme Vane, Vanessita, Vanexak, Vanessi o Vanesuki, me gusta que mi nombre sea adaptable y mantenga sus raíces, así soy yo, eso me ha permitido reafirmarme como persona y como mujer.

Durante algún tiempo trabajé como profesora a nivel bachillerato y les dije a los alumnos que no era obligatorio que me dijeran profesora o maestra. Había quienes me decían profa o maestra Vane y me hablaban de usted, otros me hablaban de tú y me llamaban Vane, a mí me gustaba más de esta forma, creo que eso creó un contexto de confianza y camaradería.

Actualmente prefiero Vane, me siento familiarizada con esa expresión. Además, me acerca a las personas y me conecta. Mi nombre completo lo utilizo en situaciones formales o donde requiero mantener cierta distancia. Me agrada mi nombre y le agradezco a mi abuela, a mi mamá y todos los que participaron en esa decisión porque me dieron una identidad y tal vez de manera inconsciente ellos auguraban que ese nombre me haría sentir auténtica y libre.

Sin duda, el nombre dado a una persona es un factor de identidad, es nuestra carta de presentación ante el mundo.

Mis fases, mis raíces.

Yo soy una mujer valiente, libre y alegre: descubrirlo me llevó años, muchas lágrimas y demasiada valentía y amor por mí. Encontrar mi propia definición fue enfrentarme y verme en diferentes fases, la que más trabajo me costó fue reconocer que era vulnerable y aprender a pedir apoyo. Tuve que vencer mi ego, sentir que todo lo podía hacer yo sola, sólo me estaba aislando y me enfermaba, muchas personas que apreciaba se alejaban de mí.

Un día perdí mi trabajo, mis ganas de luchar, me sumí en la depresión, el alcohol y una fuerte adicción al tabaco. La soledad me estaba consumiendo, tenía parejas muy eventuales casi nadie me soportaba y yo en realidad no quería estar con nadie, hoy creo que sólo estaba con ellos para evadir todo lo que me estaba pasando.

La llamada de Yaz, quien había sido mi alumna en una preparatoria que trabajé, fue una luz en medio de la oscuridad. Me invitó “a unos cursos” me dio poca información, pero la suficiente para motivarme a ir. Dichos cursos no fueron la causa del cambio, pero si iniciaron un proceso de transformación muy importante. Allí fue dónde supe que soy una mujer valiente, libre y alegre y que siempre lo he sido. La cotidianidad y la prisa por vivir me distrajeron.

Me liberé del cigarro y del alcohol, la voluntad ha sido muy importante para lograrlo, pero lo más importante fue conocerme y entender mis vacíos y mis

pasiones. Otras actividades que ayudaron fue el yoga, la meditación, el temazcal, la ayahuasca y reconocer todo lo que me hacía al excederme, incluso con la comida.

Entendí que la libertad era no deberme nada a mí y por lo tanto al convivir con los demás procuraría lo mismo para ellos. Estar en paz conmigo y con los demás, esa es la verdadera libertad.

No soy una mujer sumisa, triste y conformista: estos tres conceptos son aspectos que he experimentado pero que justo porque no lo soy, no me quedé ahí.

Diversas personas me enseñaron a no ser sumisa, a tener respeto por las personas y su manera de pensar, pero no a ser una mujer que no opine, que no muestre lo que piensa o las cosas que cree que podrían ser de otra manera.

Creo que la vida es muy hermosa para estar triste, aunque reconozco que es una emoción que es relevante en la sensibilidad humana, creo que cuando te quedas en la tristeza es como si te fueras secando como una piedra. Muchos años estuve triste y no sabía cómo salir de allí, tenía amigos tristes, escuchaba cosas tristes, música triste y bebía alcohol para sentirme alegre pero luego me volvía poner triste. Cada vez que despertaba después de una borrachera, sentía un vacío inmenso, era como si me succionaran el corazón... Pero no me quedé allí, por eso sé que no soy una mujer triste, aunque un día lo estuve y sé que vendrán eventos que me pongan triste, elijo no quedarme allí.

Una parte de mi vida creí que el conformismo nunca me alcanzaría, me sentía realizada pero poco a poco me di cuenta de que el conformismo te atrapa cuando menos cuenta te das. Alguien me dijo un día cuando empieces a sentirte cómodo en un lugar, muévete o haz algo que renueve la experiencia si no, poco a poco comenzarás a conformarte. Ahora es algo que asocio con el sumarle cosas a mi vida y a la de los demás, esa es mi manera de renovarme.

Me da miedo contagiarme del pesimismo y la superficialidad de las personas: primero tuve que darme cuenta de mi propio pesimismo hacia la vida y el éxito, lo cual me llevaba a actuar de esa forma ante las ideas y logros de los demás. Me di

cuenta de que las personas pesimistas en realidad son desagradecidas con lo que tienen y es allí donde hay que actuar.

He identificado que el aparentar es una característica constante en los seres humanos, por lo tanto, querer que los demás aprecien lo que se es en apariencia y no en profundidad, se ha vuelto un modo de vida. Yo en algún momento de mi vida busqué ser aceptada por los demás por cómo me veía, como vestía o de las cosas que hablaba, pero eso cansa.

Ahora que lo noto y que soy consciente de ello, creo que mi miedo es volverme a alinear con esa forma de pensar por aceptación.

Me da miedo el abuso de los seres humanos: una de las cosas que me han causado gran desilusión es el abuso de confianza que en muchas situaciones sufrí: engaños, mentiras, decisiones forzadas, malentendidos, burlas e influencia al decidir algo.

Siento gran desilusión por los hombres que se aprovecharon de mí, al ver que tenía un interés hacia ellos. Por otro lado, he podido observar, que no solo los hombres tienen actitudes de abuso, también algunas mujeres con las que coincidí, “amigas” que me presionaban o manipulaban para que hiciera las cosas como ellas querían, minimizando lo que yo pensaba o ignorando lo que yo sentía, aunque también entiendo que para la mayoría de ellas no era un acto consciente.

La posesión y egoísmo del ser humano son aspectos que me atemorizan: de las grandes experiencias que tengo es que cuando los seres humanos queremos poseer a otro ser humano o ciertas cosas, terminamos destruyendo la esencia del amor, de la amistad, de la sensibilidad. Eso mismo sucede cuándo sólo pienso en mis intereses o necesidades y los demás no me importan. Estos dos elementos son destructivos y exterminan toda posibilidad de convivencia e intercambio con el otro, además no permitimos ser al otro. Es un hambre de control y poder, al no encontrar nuestra auténtica esencia.

Espero ayudarle a otras personas a transformarse, ser inspiración y apoyo para mi familia y amigos ser una profesora que les ayude a sus alumnos a encontrar

su talento y vocación, escribir sobre las cosas maravillosas que percibo. He experimentado que la mejor manera de lograr todo esto es haciendo lo que a mí me gusta, creciendo y aprendiendo yo para que cuando los demás descubran lo que requieren en su vida, yo sea una persona que por medio de mi crecimiento y testimonio pueda ayudar, ser inspiración, guía y estoy segura de que la escritura de mis experiencias mucho aportará.

Mi mundo es leer, aprender y enseñar a otros: aprendí a leer y escribir entre los 4 y los 5 años, mi tía Ofe era psicóloga y me daba clases personales, a mí no me gustaba la escuela, para mí no era necesaria, pues ya sabía leer y escribir y mi tía además me enseñaba cosas que me interesaban. Fue el mayor regalo que me pudo haber dado, me compartió el primer libro que leí completo: Pedro Páramo. Ese libro me maravilló, con eso decidí estudiar Letras Hispánicas. Mi tía murió cuando yo entré a la universidad, ese logro tiene mucho de ella... Hace unos meses mi mamá me dijo que para mi tía era un gran orgullo que yo haya aprendido a leer tan pequeña, seguramente se sentiría muy orgullosa de que haya terminado la carrera en lo que ella me inculcó con tanto amor.

Cuando era niña, jugaba con mi hermana Fátima a la escuela, yo era la maestra, desde pequeña supe que quería enseñarles a otros, después descubrí la literatura y supe que sería una gran herramienta para acercar conocimiento y experiencias a otros. La primera vez que di clases me sentí muy contenta, realizada y plena. He sido una profesora feliz de crear con mis alumnos. El tiempo nunca era suficiente.

Mi mundo son mis papás, mis hermanas y mis sobrinos: tenía 20 años cuando mis papás se separaron, aunque mis papás ya tenían muchos problemas desde antes, fue difícil ver irse a mi papá. Yo sentía que mi mamá tenía la culpa y varios años estuve enojada con ella. Hoy mis papás son buenos amigos, conviven cordialmente y a mí eso me hace muy feliz, entendí que ambos eran responsables de lo que había pasado y que eso no tenía nada que ver conmigo. Me siento feliz de poder sentarme a comer o a desayunar con ambos. Reconozco todo lo que

hicieron por educarme y hacerme feliz, tuve una niñez tranquila y llena de amor, estaba muy consentida.

Mis hermanas siempre han sido un pilar muy importante, desde niñas nos enseñaron a estar unidas, sin embargo, cuando mis hermanas crecieron comenzaron a tener su vida y ocupaciones y yo me sentía muy triste porque poco a poco se fueron. Actualmente convivo con ellas, respeto lo que hacen y lo que han edificado en su vida. Cuando nos vemos platicamos y jugamos, nos reímos mucho como cuando éramos niñas. Mi hermana Fátima está casada y tiene tres hijos, son una inmensa luz que me alumbra y me llena de felicidad abrazarlos y jugar con ellos.

También mi mundo son mis gatas: en mi casa viven cuatro gatitas que fui adoptando, son animales que tienen un lenguaje enigmático, aun cuando no hablan tienen formas muy particulares de expresar su cariño y agradecimiento. Son parte importante de mi vida y me hace feliz haber podido darle una vida diferente. Cada una tiene su personalidad y una forma de ganarse mi atención, disfruto mucho leer y trabajar en la computadora y tenerlas a mi lado, son una gran compañía. Cuando tenemos visitas, están muy pendientes de quién llega y en qué momento se van; son selectivas, si les cae bien alguien, se acercan, si no, se mantienen escondidas. Me gusta su franqueza.

Otra parte de este mundo son mis amigos del Colectivo: vivir en uno de los municipios del estado de México con altos índices de pobreza y violencia no es fácil, el miedo se apodera de la comunidad, la apatía y el egoísmo. Muchas son las problemáticas que hay en Chimalhuacán, por ello hace 8 años aproximadamente un grupo de jóvenes decidimos crear un colectivo cultural para que por medio del arte y la cultura podamos incidir en la consciencia de nuestra comunidad y transformemos el lugar en el que habitamos. Son gran parte de mi vida, tenemos un objetivo en común que es reconocernos como comunidad y así, en conjunto encontrar las soluciones a nuestras necesidades y problemáticas sociales, creemos que el arte y la cultura sensibilizan y detonan el espíritu creativo de todas las personas.

Todo esto es Vane...

Ecos en el alma

Una de las frases que me conecta con el entorno de la escritura, la literatura y la poesía es una de Walt Withman: *“Nunca dejes de creer que las palabras y las poesías pueden cambiar el mundo”*. Yo creo que las palabras crean y destruyen, asimismo pueden transformar.

“Usa todo a tu favor” mi amiga Lili, un día me regaló un libro que traía esta frase. Es un libro que reflexiona respecto a por qué le tenemos miedo a las ventas. Particularmente me gusta esta frase, porque me hizo valorar muchas cosas que tengo a mi alrededor. Me llevó a replantearme quien soy y qué herramientas tengo para crear y vivir. Aunque habla específicamente de las ventas, yo creo que es aplicable a todas nuestras áreas de la vida.

Cuca, mi abuela materna me dejó una idea muy importante y fue el valor de las mujeres, siempre me maravilló ver cómo mi abuela había salido adelante, era una persona analfabeta, nunca quiso aprender a leer y a escribir, pero esa situación la llevó a crear una manera de poder entender el mundo de otra manera. Sabía perfecto andar en transporte y moverse, tuvo una tortillería. Además, era una mujer que no se mantuvo con sus parejas, así que era una mujer soltera con cuatro hijas a quienes sacó a adelante.

Otra imagen o idea con la que me quedo de ella es que siempre consiguió lo que quería. Ella se enfermó y poco a poco su estado se fue deteriorando, la última vez que estuvo en un hospital, me sonrió y me dijo que ya se quería ir a su casa a morir allí, que ella no moriría en un hospital. Esa tarde la sacamos del hospital, la llevamos a su casa y al otro día murió. Hasta el último momento hizo lo que quiso.

Ángeles, mi mamá me deja la idea de la importancia de perdonar a una pareja y darle vuelta a la hoja. Mi mamá pudo perdonar a mi papá. Durante muchos años mi mamá no toleraba a mi papá, ni siquiera quería que nos viera a mis hermanas y a mí. Después, mi mamá lo perdonó y mi papá se esmeró porque su relación mejorara. Cuando firmaron su divorcio fue en los mejores términos y bajo la

convicción de que ambos siguieran su camino. Ahora son grandes amigos, hoy puedo convivir con los dos.

Alfredo, mi papá siempre ha sido un hombre muy trabajador, la idea que siempre me ha inspirado, es su deseo de ayudar a los demás, y siempre buscar innovar en lo que hace. Recuerdo que desde que era niña, una parte de su sueldo la destinaba a comprar despensas y donarlas. Donábamos ropa, juguetes, electrodomésticos a un orfanato. En los lugares que trabajó siempre buscó apoyar a las personas y aportarles algo.

Otra idea que me ha acompañado en mi vida ha sido la libertad de elegir. Recuerdo que presionaban a mi papá para que hiciéramos la primera comunión, ante eso él un día nos preguntó: ¿quieren hacer la primera comunión? Es su decisión, yo contesté que no. Aprendí a no hacer las cosas por presión social, debe haber una convicción o intención personal auténtica.

Ofelia, mi tía me enseñó a enseñar, ella era psicóloga y después fue orientadora en una secundaria. Su pasión por enseñarle a los niños y jóvenes siempre me encantó, era una mujer muy entregada a su trabajo y a guiar a los que le pedían apoyo. Cuando ella estudiaba la licenciatura, a veces me llevaba y me realizaba algunas pruebas o juegos, a mí me agrada eso, me gustaba ayudarle.

Beth, mi hermana mayor, ha sido un ejemplo para mí, es una mujer que se ha desarrollado impresionantemente, es Contadora y vive en Colombia, su persistencia y su deseo de estar activa y sobresalir me motivan. Además, admiro mucho su valentía y convicción.

Fátima mi hermana, es la segunda, con ella tuve mucha cercanía de niña, es muy creativa y era muy ocurrente, admiro su manera de dibujar y de pintar, me divertía mucho con ella y siempre imaginábamos cosas, mundos, formas. Una vez cuándo éramos niñas escribimos una obra de teatro ja, ja, ja. Por ella, amo el arte y las diferentes expresiones culturales.

Aun cuando mucho tiempo me declaré atea, mi abuela paterna María Elena sembró en mí la importancia de conectarte con Dios. Me llevaba a la iglesia, le

encanta cantar y a mí me daba risa, un poco porque me sentía incómoda, ahora sé que esa incomodidad era mi resistencia a creer.

Mi abuela materna y mi mamá alimentaron en mí la idea de que la comida se debe hacer con mucho amor. Las dos han sido grandes cocineras, ver como alguien se deleita sus platillos es un símbolo de orgullo.

Cuando tuve en mis brazos a mi sobrino Demian por primera vez, comencé a ver la grandeza de los niños, ver cómo transforman un lugar y contagian su alegría y vitalidad. Estar cerca de él, cuidarlo y reír juntos siempre iluminó mi vida.

De mi amiga Ale, su autenticidad y su amor por los cactus. Le encantaba ir a cantinas, se enamoraba rápido y le encantaba el café y el cigarro. Estudiaba biología y le apasionaban las cactáceas. Me enseñó que la vida es efímera y que siempre hay que decirles a las personas cuanto las amamos y lo importante que son para nosotros. El 8 de julio de 2011 se fue de este mundo, su partida ha sido una de las enseñanzas que más han sacudido mi vida. Muchos años repasé el momento en el que se fue, trataba de encontrar una respuesta, despertaba a la hora en que murió, era como si quisiera despertar de un sueño y que ella estuviera viva. Aprendí a enfrentar la muerte y la frustración.

De mi amigo Saúl aprendí que cuando alguien trasciende físicamente, la mejor manera de honrar su memoria es haciendo lo que a esa persona ya no le dio tiempo de hacer en este mundo.

Mi amiga Tania me enseñó a ir por tu vida, a ser persistente y fluir con la vida.

Mis alumnos me han enseñado que la juventud está dispuesta a aprender cuando quien los guía lo hace con el deseo de aprender con ellos

Mis colegas y amigos profesores me han contagiado de su pasión por enseñar y ver en cada estudiante, la posibilidad de mejorar un mundo.

Liliana Gómez me guio para creer en lo imposible, a valorar todo lo que soy y lo que tengo.

Mi amigo Orlando me llevó a respetar la decisión y motivación de las personas. Cada persona debe actuar por motivación e intención, no por presión o por medidas coercitivas. Otra idea que me compartió es el trabajo con la comunidad, reconstruir el tejido social a partir de la participación comunitaria.

Jesús Bernal mi guía, cuando tomé ayahuasca me enseñó a que el amor transforma, y que éste emana de la aceptación de la luz y la oscuridad que soy. La abuelita ayahuasca me enseñó una parte muy oscura de mí, entendí que soy una persona envidiosa, negativa y ególatra.

Uno de los escritores más importantes que he leído y que me inspira y emociona su propuesta es Bertolt Brech. Es un escritor alemán, que en medio de la segunda guerra mundial escribe obras de teatro, y crea el concepto de teatro épico, con el cual propone que el arte y la literatura tiene un compromiso social y es deber del autor crear obras que lleven al espectador a pensar y a asumir su posición política e ideológica. Ese es el tipo de literatura que me gusta, aquella que es propositiva y te lleva a la reflexión.

Mi relación con algunos hombres me ha permitido observar su vulnerabilidad y algunos de sus temores. He podido verlos competir con las mujeres por el poder. Las circunstancias nos están rebasando por esta polarización entre géneros.

Con Uriel compartí once años de relación y entendí cosas relevantes: una fue que el apego es dañino y qué cuando una pareja deja de crear, el amor se extingue y otra es que hay que aprender a decir adiós a tiempo.

Rescato de mis familiares y amigos la alegría y el aprender a disfrutar del instante, de los pequeños momentos. Darle a cada situación su justa importancia, divertirse siempre es vital.

De las personas con las que he tenido conflictos, aprendo a ver que sus reclamos u ofensas, sólo trascienden en mí cuando hay algo que debo aprender o trabajar, cuándo no me genera molestia, significa que no existe en mí.

Amorosa mirada

La mujer que veo en el espejo tiene muchas cosas que me agradan, mi vista percibe aspectos materializados, sin embargo, la mente y las emociones van más allá y ve cosas debajo de esa piel.

Hay encuentros con el espejo que son inmediatos, sólo unos minutos, a veces segundos, pero al permanecer mucho tiempo frente al espejo pensaba en como la fisonomía, incluso la postura cambia según el estado de ánimo, que mi cuerpo y mis emociones, depende también de la plenitud, y sobre todo de la conexión entre cuerpo y alma.

El espejo me ha permitido también ver a Vane la que se ha conectado con ella misma, - es raro hablarle al espejo por primera vez, aunque también es una manera hermosa de reconocerte-. Para mí ha sido un acto de franqueza y honestidad, no le puedo esconder nada, veo como mi postura y mi semblante cambia cuando le digo que es una gran mujer y que estoy orgullosa de ser quien soy, también observo esa paz al decirle que estamos avanzando y aunque no sabemos el camino, estamos preparadas para disfrutarlo y reconocer en cada esfuerzo, el aprendizaje.

Verme al espejo ha sido un abrazo con palabras y energía positiva, decirme que cada una de las cosas que me integran físicamente hacen posible que funcione y que tenga plenitud en mi vida.

También me pido perdón por todos los descuidos, los excesos y el daño hecho al no poner límites. Pido disculpas por poner las expectativas sociales o de otras personas antes que mis propias decisiones o deseos.

Esto me permite sanar con esas palabras o pensamientos que me etiquetaron durante mucho tiempo y que eso hacía que me diera pena usar cierto tipo de ropa.

A medida que fui creciendo, me resistía a amarme y valorarme como soy. Hubo un tiempo en el que hacía mucho ejercicio para ser delgada y verme atractiva, pero ni aun así lograba verme "como yo quería".

Este conflicto por supuesto que mermó mis relaciones personales, me gustaban que me apreciaran desde lo exterior. Varios hombres con los que me relacioné buscaban una conexión desde lo físico, desde la apariencia. Después entendí que yo era la que atraía personas así, puesto que no me valoraba ni apreciaba aspectos profundos que viven en mí.

Estas situaciones alimentaron mi inseguridad y mi temor. Reflejado en mis relaciones, era una mujer excesivamente celosa, tenía miedo de perder a mis compañeros y sentir mi orgullo herido.

Sigo reconociendo algunas de esas emociones, acciones y sensaciones que son parte de mí, definitivamente la que más me costó aceptar fue la parte oscura de mi ser. Mi primer encuentro fue cuando entendí que actuaba victimizándome de las situaciones y de las acciones de las personas, no me responsabilizaba de mis actos y no ponía límites a las personas. Después, que tendía a ser demasiado dependiente de los demás, que me gustaba ordenarle a los demás qué hacer –me entrometía en cosas que no me correspondían-.

Otra parte del encuentro fue percibir que hay aspectos como el ego, la envidia, la flojera, el control, la ira, la nostalgia por lo pasado, que vivirán en mí, reconocerlas implica saber que me van a acompañar durante toda mi vida, y que al identificarlas puedo decidir si las alimento, o las reconozco y las canalizo.

Esta experiencia de verme al espejo me recuerda cómo ha cambiado mi cuerpo: de niña, adolescente, a los 20, a los 30... Hoy cuido a mi cuerpo, hago ejercicio, me alimento adecuadamente, dejé de fumar (un logro muy importante en mi vida, cuando fumaba pensaba que nunca podría dejar de hacerlo), y lo más importante fue aprender a trabajar mis emociones. Esto lo hago con la conciencia de amarme y valorarme.

Hace poco alguien me dijo: - ¡ya tienes canas! ¿Qué vas a hacer? - Le respondí: Sentirme orgullosa, cada cana representa vivencias y aprendizaje, pues como diría Pablo Neruda: *“Confieso que he vivido”*.

Yo recuerdo que cuando era niña me encantaba jugar a la escuelita y ser la maestra, mi memoria trae al presente los momentos en que jugaba con mi hermana y le calificaba la libreta o los ejercicios de los libros de años pasados, amaba el olor del gis y escribir con él.

Mi mamá me platica que antes de esto, yo quería ser psicóloga como mi tía Ofe. Cuando ella estudiaba la carrera, me llevaba a la universidad y me ocupaba para sus prácticas, de alguna manera fui su conejillo de indias. Desde entonces dije que estudiaría en la UNAM.

Con el paso del tiempo fui conociendo más cosas en la escuela y decía que sería abogada, química, contadora, etc...

Leer a los 14 años Pedro Páramo cambiaría mi mundo por completo, comencé a leer, a interesarme por cosas que antes ni siquiera sabía que existían. Al entrar a la preparatoria conocí a un profesor que impartía la materia de Lengua española, me encantaba esa clase, además Juan Manuel, fue un gran maestro. En ese momento supe que había una licenciatura en Letras hispánicas. De la misma manera me fui enamorando de la Filosofía, en la materia de Lógica me dejaron leer El Mundo de Sofía y fue un portal para mí.

Al cursar el tercer año de preparatoria debía elegir un área, de inmediato supe que mi área era Humanidades y artes, no tenía duda. Después llegó el momento de concursar para quedarme en alguna universidad. Al primer intento me quedé en la UAM Iztapalapa, estuve allí casi un año estudiando Filosofía, pero yo quería estar en la UNAM. Seis veces hice el examen a la UNAM, a la sexta me quedé en Letras Hispánicas en la FES Acatlán.

La facultad estaba a dos horas o más de mi casa, era una excursión ir, a mí me encantaba, podía leer en el metro, dormirme, comer. Además, en ese momento me empecé a sentir libre y responsable de mi vida y mis decisiones, atravesar la ciudad me permitía ir y venir a donde quisiera. Yo estaba feliz, mis padres siempre me apoyaron.

Poco antes de terminar la carrera, hice mi servicio social en una asociación civil que echó a andar un programa de promoción de la lectura, en el cual mi tarea era impartir un taller y propiciar el diálogo con los jóvenes, desde ese momento supe que quería dar clases. La experiencia de trabajar con adolescentes e intercambiar experiencias para mí era mágica y enriquecedora. La escuela se ubica en Indios Verdes, en la Ciudad de México. Todos los sábados me desplazaba a compartir con esos chicos ese espacio de creación e intercambio.

Un año después de esa experiencia una amiga de la preparatoria con quien me veía de vez en cuando me llamó con urgencia y me pidió que la fuera a ver en la escuela donde trabajaba. Fui de inmediato, iba vestida de pants y sudadera, ni siquiera me imaginaba que el llamado era para ofrecerme trabajo y me iba a entrevistar el director. Ante lo cual, le dije que no iba preparada. Sin embargo, ella insistió en que me entrevistaran. De inmediato empaticé con los directivos, ni siquiera se fijaron cómo iba vestida o lo disimularon muy bien. Me propusieron dar clases ese mismo día, pero no acepté ya que no me sentía preparada.

El siguiente miércoles comenzaría: llegué puntual y preparada. Ese era mi lugar, brillaba al dar clases, al compartir el conocimiento adquirido, al buscar estrategias para trabajar con los chicos. Un grupo de 30 alumnos impone, pero me gané su confianza y siempre pensaba en cómo me hubiera gustado que me dieran clases cuando yo tenía la edad de esos chicos (entre 15 y 18 años).

En aquella preparatoria, *Calmecac*, trabajé casi 5 años, después estuve 6 años en otra prepa, y así fui impartiendo clases en diferentes lugares. Algunos años más tarde trabajé con emprendedores de negocios.

La tarea no ha sido del todo fácil, pero cada momento en el aula compartiendo con los chicos, hacía que valiera la pena el esfuerzo que ponía al preparar las clases, al lidiar con el trabajo administrativo.

Calmecac me permitió descubrir mucho de mi potencial, me apoyaron demasiado y me capacitaron también, aprendí de la pedagogía cubana y

desarrollamos un proyecto de difusión cultural muy interesante, lo denominamos *Viernes Culturales*.

Todos los viernes concluíamos una hora antes las clases y organizábamos un cartel de música, poesía, teatro, cine o cualquier expresión artística que encontráramos. Fue un espacio que nació principalmente ante la poca oferta cultural que había en la comunidad. La actividad principalmente estaba dirigida a los alumnos, aunque también la abríamos al público en general. De allí nació mi labor como promotora cultural, esa actividad complementaba mi actividad docente, fui muy feliz colaborando y organizando dicha labor.

En las demás escuelas en las que he laborado, siempre he procurado combinar y aportar desde estas dos facetas.

Ante las oportunidades de la vida y que a veces lo que realizaba en las escuelas no me era suficiente, decidimos formar algunos amigos, vecinos y yo, un colectivo cultural, primero inició como algo que hacíamos a veces y poco a poco se ha convertido en una comunidad. Hacemos rodadas en bicicleta, organizamos una carrera de bici de montaña, una posada, obras de teatro, música, rescate de tradición oral, etc. Participo activamente en la organización del *Pícnic literario*, el cual consiste en leer cuentos y conversar al respecto, dar nuestra opinión o a qué nos recuerda, cómo conectamos con el cuento y el escritor, lo hacemos en una plaza pública en Chimalhuacán, es una satisfacción ver a las personas escuchándonos, participando e integrándose.

Esta actividad me llevó a estudiar un curso breve de gestión cultural y me di cuenta de la importancia de ir expandiendo este proyecto y que llegue a una gran cantidad de personas; de allí nació otra inquietud, conocer a las comunidades, aprender a acercarme a las comunidades sin ser invasora, sin trasgredir sus costumbres y formas de relacionarse.

Derivado de esto decidí estudiar Antropología social, que en gran medida, antes de ser una herramienta para conocer a los demás, me permite conocerme a mí. Aunque por ahora no puedo estudiar de tiempo completo, ir a la ENAH me hace

siempre regresar a mi casa con mucha alegría y ánimo al ver la riqueza cultural que hay en México, y la importancia de realizar acciones.

Más allá de seguir contemplando nuestras problemáticas y nuestra miseria, debemos actuar a favor de aprovechar todo lo que tenemos.

Esencia creativa

Algunos años viví con la idea de que mis logros y el éxito de ellos estaba directamente relacionado con tener bienes, objetos materiales, con tener hijos y un hombre a mi lado, títulos o cargos profesionales o laborales. Eso me llenó de frustración y de desilusión, además que algunos deseos me hacían competir, sentir envidia al estar en desventaja muchas veces.

Creo que la convivencia con otras personas y la apertura a vivir y experimentar nuevas cosas me fue dando una percepción diferente. Aprendí a cada día reconocermé los avances, pequeños logros y la esencia que dejo en las personas y en los proyectos emprendidos.

En ese camino descubrí que mi actitud negativa, ser desagradecida y poco consciente de lo que soy y siento, me dificultaban verme como alguien que ha tenido logros trascendentes.

Al realizar este encuentro con mi esencia, vino la revelación de todo lo conseguido.

Una de las metas alcanzadas ha sido concluir la universidad, y particularmente haber podido ser una alumna de la UNAM. Ser parte de esta casa de estudios, me hacía sentir muy feliz, realizada, no era fácil y tuve mis momentos de crisis y dificultad, pues yo era una persona que hablaba poco, me daba pena participar y me ponía muy nerviosa cuando me preguntaban algo. Lo fui superando, encontré profesores comprometidos y empáticos que me enseñaron a expresarme, a confiar en lo que sabía y principalmente a defender lo que pensaba.

El tránsito por la universidad fue maravilloso, caminar por la facultad, ver los grupos de protesta, los estudiantes queriendo ser revolucionarios, la música, el café, el cigarro, las buenas y profundas charlas, el olor a biblioteca, leer en el metro y dialogar con personas que conocen o se interesan por lo que lees, las noches sin dormir, la hoja en blanco queriendo ser escrita, los amaneceres con trabajos concluidos, los exámenes sencillos o los que realmente me ponían a prueba, mi gastritis en los últimos semestres, los idiomas, el servicio social en fines de semana, los camaradas, los amores que me prohibí, los profesores que me sacudían la conciencia o los que me parecían intrascendentes y mi favorito: el andar por tantas bibliotecas y el olor a libros viejos, a veces por suerte también había aroma de textos nuevos. En ese logro, hay una vida llena de inmensos y deleitables recuerdos y demasiado esfuerzo por defender que ese era mi lugar.

A veces cuando miro el pasado y hago cuentas de los años que llevo dando clases, yo misma me sorprendo, no por la cantidad de años, sino por lo compartido con tantas personas: alumnos, profesores, directivos, administrativos, personal de vigilancia y de limpieza, servicio médico, psicólogos, artistas, padres de familia o tutores, políticos, embajadores, promotores y gestores culturales, escritores, actrices y actores todos ellos ubicados en un instante que con sólo cerrar los ojos, vuelvo a vivir. El logro no sólo fue enseñarles, sino fue dejar una huella profunda, que los mueve a buscarme para charlar, recordar o compartir sus triunfos. Mi mayor alcance ha sido ver triunfar a muchos alumnos, verlos elegir un camino y luchar por él, algunos profesionistas, con oficios, comerciantes, empleados o sólo en la búsqueda.

La primera vez que me sentí defraudada, y no por mis alumnos si no por mí, fue cuando una alumna se suicidó. Fue muy doloroso para mí, me cuestioné mucho: ¿qué es lo que hice mal? ¿qué me faltó? El tiempo siempre da respuestas, y fui comprendiendo que había cosas de las cuales no era responsable.

Esa experiencia también me hizo valorar la importancia de implementar actividades interdisciplinarias, para identificar ese tipo de problemáticas y canalizarlas.

Y uno de los momentos dónde me sentí satisfecha, fue cuando un exalumno me invitó a su examen profesional. Sentí que en algo había colaborado para llegar a esa meta. El día del examen citó un fragmento de un libro que leímos cuando él iba en segundo de prepa.

El trabajo de promoción cultural que realicé para los alumnos y la comunidad también ha sido una meta que me llena de satisfacción y de amigos. Además, yo en ese tiempo ni me la creía, me gustaba hacer la parte de logística, organizar y contactar a los artistas, preparar a los alumnos, difundir, pero no me gustaba mucho la parte de las relaciones sociales, ya cuando los tenía enfrente no sabía que decir y me ponía nerviosa.

Fue muy enriquecedor para mi formación, generamos gran interés en los estudiantes y la comunidad, promovimos el arte y la cultura, y formamos un gran equipo. Creo que hubo un cambio trascendente en los intereses de los alumnos. Algunos de ellos se dedican al teatro, a la danza, varios son músicos, gestores culturales, entro otras cosas. Esta experiencia ha sido de gran relevancia, pues ahora me sirve para las propuestas que desarrollamos en el colectivo que participo.

La labor del Colectivo me ha permitido concretar diversas ideas y principalmente compartir con mi comunidad lo que soy. El Colectivo Cultural Comunitario de Chimalhuacán se formó hace ocho años aproximadamente y es conformado principalmente por jóvenes. Ha sido un trabajo que me ha permitido apoyar en la planeación, en la ejecución y en la coordinación, además de generar identidad con el lugar en el que vivo y desarrollar una propuesta que recupere el tejido social que se ha ido perdiendo. El apoyo de la comunidad ha sido fundamental, y las personas se van sumando, algunas no están por completo, pero en lo que pueden se suman, el apoyo se da de diferentes maneras.

Aún hay muchas ideas por echar a andar, pero creo que las que he logrado concretar me han hecho feliz y plena, defendiendo mi autenticidad, libertad y compromiso al hacer las cosas. Esa es la ofrenda que dejo a la vida, a las personas y a Dios.

Sin dogma

Me llevó muchos años entender la diferencia entre espiritualidad y religión. Nací en un hogar católico, en el que teníamos costumbres correspondientes a ello: como ir a misa los domingos, hacer rosarios en situaciones difíciles, ir a ofrecer flores a la virgen, a mis hermanas y a mí nos bautizaron, me llevaron a presentar a la iglesia a los tres años y llevaba una paloma blanca que solté al concluir la misa. Mi mamá me platica que cuando ya hablaba y articulaba ideas, cuando me regañaban o no entendía algo que pasaba, me hincaba y llorando le pedía a Dios que hiciera buenos a mis papás o que me dijera por qué no me daban alguna cosa que pedía o por qué me mandaban a la escuela ja,ja,ja.

Tenía una abuela paterna fervientemente católica, María Elena y una abuela materna atea, Cuca. Una me hablaba de Dios, me llevaba a la iglesia, me enseñaba alabanzas y me daba esperanza, mi abue me llenaba de cierta tranquilidad al saber que el creador se encargaba de todo, sólo había que pedirle y actuar bien. Por otro lado, la atea, nos decía que Dios no existía, de hecho, hasta decía cosas como retándolo, criticaba mucho a María Elena y decía que para ser buena persona no se tenía que pasar uno la vida en la iglesia, sino hacer por los demás, esforzarse y pelear por las cosas que se quieren, la visión de mi abue me hacía creer que todo era posible.

Pasaron algunos años y llegó la etapa de hacer la primera comunión, María Elena le decía a mi papá que era importante que tuviera ese sacramento, él le dijo que no iba a obligarme, sólo si yo quisiera, la haría, pero no sería por imposición. La niña de 8 años dijo que no, recuerdo que en ese momento creía más en lo que Cuca me decía.

Mi familia de alguna manera también dejó de tener esas prácticas católicas, a veces íbamos a Misa, incluso en fiestas, preferíamos no ir. Yo sentía que no lo necesitaba, pero a veces en las noches, me hacía cuestionamientos y pensaba si realmente existía o no Dios.

Después me mudé a Toluca, y durante esos años, tuve experiencias muy fuera de lo común. Por las noches tenía viajes astrales, podía desprenderme de mi cuerpo y verme dormida, ver mi casa, ver la ciudad y viajar a la ciudad de México. Fue algo mágico, al principio lo vi como algo divertido y me sorprendía, no entendía lo que pasaba. Luego se lo conté a mi mamá y se asustó, me dijo que eso no era normal y que posiblemente era algo peligroso. Hizo una oración pidiendo que nunca más me pasara eso, y así fue, no volví a tener esas experiencias.

Vinieron mis años de adolescencia, no creía en nada, sólo en lo que la ciencia pudiera explicar. Pensaba que era innecesario creer en todo eso. Por muchos años, me definí atea. Cuestionaba la existencia de un Dios bondadoso, comencé a leer a filósofos que reforzaban esas ideas como Nietzsche, Sartre, etc... Mientras yo me volvía más atea, mi abue Cuca, se volvía más creyente, ya no hablaba mal de Dios, nos daba la bendición, iba a misa con mi mamá.

Vino el divorcio de mis padres, y con ello una crisis familiar muy fuerte. Eso me hacía cuestionarme fuertemente respecto a si Dios existía por qué pasaban cosas así. Una hermana de mi mamá, Martha, se convirtió al cristianismo, y de allí casi toda la familia materna. Mi madre y mi hermana Fátima fueron las últimas, y aunque ellas lo niegan, hubo una gran presión para que yo también me convirtiera, me invitaban a eventos, a escuchar la prédica, y sí asistía. Pasaron un par de años y mi papá también se convirtió, ahora él me invitaba y me compartía lo que él sentía. Pensé que ese era mi lugar y varias veces estuve a punto de hacerlo, pero había algo en mi ser que no me lo permitía.

Finalmente decidí que reconocía la existencia de Dios, y que me había dado muchas muestras de que estaba conmigo, pero no quería que alguien me dijera como amarlo. Poco a poco me fui dando cuenta de que yo elegía tener una relación con Dios sin ataduras dogmáticas, que me obligaran a actuar bajo la interpretación de otros. Comencé a leer la biblia y encontré pasajes que me permitieron entender la naturaleza humana y la necesidad divina.

Durante los años que me alcoholizaba frecuentemente, me di cuenta que Dios nunca me abandonó, me cuidó hasta donde yo lo permití, yo me estaba

autodestruyendo y eso sólo yo lo podía parar. En esos años entendí lo que significa el libre albedrío y que Dios nos lo dio para crecer, experimentar y responsabilizarnos de nuestra vida.

Encontré lo que yo quería, una relación con Dios desde el agradecimiento, desde el amor pleno que transforma, que da confianza y que te mueve a mejorar tu vida y tus relaciones. Yo no buscaba una religión, buscaba una relación con Dios, para mí eso es la espiritualidad, la conexión con el creador y con todo lo que él ha generado.

Al entender esto, me fui permitiendo tener otras experiencias, fijándome siempre en cuál es mi intención: aprendí a meditar, el yoga, el encuentro con la Abuelita Ayahuasca y con el Abuelo Tabaco, el temazcal e identificar mi tótem. Estas vivencias me han ido revelando aspectos que viven en mí, me han dado respuestas y me han llevado a disfrutar la vida. Cada una de ellas, me llevó a entender mi naturaleza.

La espiritualidad es un encuentro que parte de la responsabilidad de quien la busca, requiere autodisciplina, valentía, sabiduría, amor, generosidad, agradecimiento y vivir en el aquí y el ahora. A medida que me conozco, me libero de ataduras, entonces el espíritu es libre y creador como la divinidad.

Gracias a esto dejé de juzgar y respeto el dogma, la religión o la experiencia espiritual que elijan las personas. Somos seres diversos y nuestras experiencias o dificultades nos llevan al camino que requerimos para *encontrarnos*.

Recapitular

Decidí sintetizar lo escrito, con la idea de identificar cada cosa que sentí, descubrí o experimenté. El recorrido estuvo cargado de honestidad y amor al ver mi vida en diferentes momentos y sucesos que han dejado algunas marcas, unas profundas y otras que casi ni se perciben, pero todas ellas presentes en este recorrido. Cada misión me conectaba con una parte de mí, que al ir escribiendo se mezclaba con diferentes aspectos de mí.

Cada escrito implicó abrir mi corazón: para mí. Decirme lo que pienso y siento, no esconderme bajo caretas por aceptación. Tengo mucho que decir, así que este espacio se convirtió para mí en una posibilidad de reconciliación, de empoderamiento y de empatía.

Al principio creo que escribía desde la generalidad, poco a poco comencé a ser más específica, a jugar con las palabras, a dejar de racionalizarlo todo y me resultó mejor escribir desde la subjetividad, fue una manera de romper el hielo conmigo misma.

Ahora cierro mis ojos y me miro escribiendo, relatando y mostrando mi vida, es un ejercicio que me llena de inspiración para seguir haciéndolo y motivar a que otros lo intenten.

I. Devenir:

Comencé en este viaje percibiendo el presente,
generalización de ideas,
pistas que abren portales para comunicarnos.

Desmitifiqué mi pasado:

sin llanto doloroso,
sin vergüenza de lo que soy.

Narré la vida pensando en el ahora,
en los ahora que convergen,
que son ladrillos que se acomodan
para construir a Vane.

Esos *ahoras* con olor a lavanda,
se hacen presentes para verme florecer:
enseñándome.

II. Conexión: yo y el mundo.

Rememorar la historia de mi nombre,
revalorar el nombre elegido,

pensar en su historia simpática
y comprender el contexto en el que nació.
Identidad con mis padres, mis abuelas y abuelos:
sentir apropiación,
el nombre nos hace específicos.
Nos da tierra para crecer,
es un sentimiento que predica,
mi esencia al nacer.

III. Mis fases, mis raíces:

Pensarme a partir de los que soy y no soy,
de lo que me da miedo,
de lo que espero del mundo.
Integración de dos energías: positivas y negativas.
Rememorar el dolor:
sin olvidar,
sin cometer el error de borrarlos,
de despojar mi mente de ellos
y no reconocer mi historia.
Cimentar raíces con la vida,
con las personas.
Fortalecer la historia,
dándole sentido.

IV. Palabra e inspiración:

Ejercicio agradable,
escribir inspira mi vida,
palabras grabadas en la conciencia y en los actos.
Valorar a quienes transitan en mi vida,
sus enseñanzas,
sus actos,

sus decretos,
su poder.
Decreto de gratitud,
irradian luz,
son faro que alumbra en medio de la oscuridad de las tormentas.

V. *Ver para transformar:*

Verme al espejo con reconocimiento,
Rebasar los límites de un cuerpo,
pensarme como humana y mujer:
descripción psicológica, moral, filosófica y cultural
He recorrido algunos sórdidos pasajes:
con extrañeza e inseguridad,
me han conducido a mí,
a verme con amor y plenitud.
El espejo es un arma que destruye o empodera
ves lo que quieres ver,
o te miras con honestidad:
sin cánones,
sin estereotipos comerciales,
o queriendo ser quien no eres.
Mi mirada fue abierta,
como quien mira algo nuevo,
reconociendo las fortalezas
y elige avanzar.

VI. *Materializar la vida:*

La edad y las experiencias me he vuelto selectiva,
la conservación de objetos
trascienden en mí
aportan.

*Las fotografías captan instantes
no se volverán a vivir
pero enmarcan el presente
pienso...*
¿de cuántos instantes está construido lo vivido?
Mis ojos se llenan de lágrimas,
rememoro momentos con personas que ya no están,
los objetos han encapsulado un poco de ellas
y las tomo para escribir
las pienso,
las describo
y vuelvo a revalorar su significación.

VII. 33:
Escribir mi vocación
reviso el viaje
me veo en las aulas
observo la transformación de los jóvenes.
Revivo esos momentos
y valoro el esfuerzo realizado,
un eco: ¡ ha valido la pena!

VIII. *Revelaciones:*
Las palabras y los pensamientos amorosos nos hacen florecer.
Reconectar de palabras y personas,
edificación, enseñanzas adheridas a mi ser,
amor y sabiduría compartida.
Las personas dejan ecos:
revelan un aprendizaje o enseñanza.
Vislumbro lo que soy,
identifico lo que he construido y deconstruido para crecer.

soy la suma de estas voces,
danzando con la mía,
definen una frecuencia creadora.

IX. Vuelo de colibrí:

Mis cumbres, mis deseos,
claramente enfocados,
ubicar y sentir lo que quiero.

37 años de sueños y anhelos:
algunos alcanzados,
otros esfumados.

Tengo los necesarios para seguir avanzando,
para seguir comprendiéndome
y reconocerme a cada paso.

En el vuelo del colibrí veo:
persistencia, fuerza y enfoque,
una vez que lo alcanza,
inicia una nueva misión.

¡Enseñanza divina de la naturaleza!

X. Palabra: materialización de la vida

Dios le enseñó a nombrar a Adán,
es un acto social:

se enseña y se aprende.

Nos apropiamos de nuestra lengua,
forjamos un sentido de pertenencia,
nos identificamos con el mundo
y de ser posible, lo cambiamos.

Cada palabra está impresa de mi cosmovisión.

llevan una parte esencial de mí.

Aprendí a jugar con los conceptos,

menos razón y más corazón.

XI. Mágica esencia:

Vocación camino de amor,
reconocerla con disposición,
ser un maestro 33:
incredulidad y gozo,
entendimiento y responsabilidad,
alimentó de mi alma,
fortaleza,
luz para el camino andado
y confianza para la que elija tomarlo.

XII. Soltar amarras:

Recorrido de reconocimiento y amor,
percibo en ellos lo que hay en mí:
el dolor, el vacío, la superficialidad,
el deseo y la apariencia.
Mucho juzgué la actitud de los hombres,
sin aceptar mi responsabilidad.
Oposición y complemento,
desilusión e ilusión.
Ideas y aspectos que se contradicen,
dualidad presente en mujeres y hombres.
Sanamos cuando reconocemos,
mejoramos cuando modificamos:
en la búsqueda encontré a mi papá,
aclaramos los malentendidos,
transmutamos el dolor,
y fundamos una nueva relación.

XIII. *Esencia creativa:*

Mi ofrenda al mundo y a la divinidad,
recrear todo lo realizado,
mirar los objetivos alcanzados,
y sentir mi vida resuelta con creatividad y pasión.
Aun cuando la vida me ha parecido diversa,
lo constante aparece:
vivir para aprender,
enseñar para vivir.

XIV. *Gruñido:*

Escritura que da paz,
acto liberador que te mueve a resurgir.
Es sencillo hablar de glorias pasadas,
de lo bonito de la vida,
hablar de tinieblas es complejo,
a veces puede ser aterrador,
implica reconocerte en la obscuridad
y mirar con sabiduría
lo sombrío que te habita.
No hay que luchar,
hay que aceptar.
Abuelita que muestras lo que escondo,
gracias por recordarme lo oculto
y lo que me enseñaron a aparentar,
eres presencia que renueva.
Hablar de las tinieblas es un acto redentor,
ser objetivo,
no eres víctima,
deja de culpar al otro,
percibe lo que propicias.

El conflicto un gran maestro,
estar dispuesto:
con miedo o sin miedo
rito transformador.

XV. *Sin dogma*

Visión espiritual sin denominación,
sin dogma,
sin receta para acercarme y conectarme con Dios.
Paloma que de mis manos te elevaste,
manifestación de la libertad,
me enseñaste:
yo también puedo volar,
eres espíritu que me acompaña.
Recorrido de mi vida espiritual
que nunca había hecho.
Me revela claridad y tranquilidad,
me dicta la trascendencia de mi búsqueda:
Al encontrarme te he encontrado Dios,
nos hemos reconciliado:
¡estoy en paz!

Logré con este ejercicio una mayor conexión siendo específica, me enfoqué en lo que pasaba con cada suceso y fui creando puentes de significación como respuestas a interrogantes antes hechas.

Al escribir varios pasajes sonreí, en otros lloré, y en otros me sentí satisfecha, también varios me hicieron reflexionar en qué es lo que sigue. Y una de las retroalimentaciones que me gustó mucho, fue pensar que a veces lo que parece que ya está acomodado, o que ya lo entendiste, viene cierta situación o pensamiento y lo modifica y te lleva a replantearlo.

Me gusta un término filosófico existencialista, que es el *dasein*, que significa *ser ahí o estar siendo*, creo que así es la vida, lo que crees tener entendido y aclarado se contempla desde ese espacio, pero luego viene algo que te mueve y ya lo ves y los pones en otro lado. El enfoque cambia ante el tiempo.

Por otro lado, hay cosas que se manifiestan constantemente, este ejercicio me permitió verlo, cuales con las cosas constantes que se me han presentado: la educación, el trabajo colectivo, los proyectos culturales, el reconocimiento del ser, la identificación de nuestra esencia, la importancia de la espiritualidad, la aceptación de nuestro ser dual, el duelo ante la muerte y ver la vida como un constante aprendizaje.

Asimismo, recordar a tantas personas con las que he coincidido en esta vida ha sido gratificante y reconfortante. A veces me creaba conflicto ir *perdiendo* amistades, con estos ejercicios de escritura, reafirmé que las personas nos movemos continuamente y que amigos para toda la vida son muy pocos. Y no por ello pierden su valor, sino que enriquecen la existencia. Buscamos renovarnos y en el proceso en el que nos encontremos, requerimos otras personas para lograr nuestros objetivos, estemos conscientes de ello o no.

Finalmente quiero agradecerle a Citlalin, mi tallerista virtual, por su compañía en este viaje, su calidez y sensibilidad me llenaron de confianza para sentirme libre de escribir y para aventurarme a probar otras formas de hacerlo. Las retroalimentaciones han sido muy gratas pues me permitían encontrar conexión, y de alguna manera entender que contar mi historia pueden acercarme a otras mujeres. También, lo que me comentaba me hacía sentir muy cercana a ella, todo lo que me ha sugerido y las recomendaciones ampliaron mi panorama en muchos sentidos. Asimismo, los retos y su forma de escribir también me inspiraron a dejar un poco mi escritura tan acostumbrada a lo académico y arriesgarme a encontrar cual es mi estilo. Creo que siempre encuentro a la maestra o maestro que requiero para crecer. Gracias por ser tú, Citlalin e inspirarme y ayudarme. Tiene mucho valor para mí habernos encontrado y disfrutado estos meses de intercambio escrito.

Me siento muy contenta de haber concluido este taller, y de haber trabajado con constancia y motivación. Agradezco a DEMAC por este espacio y por su convicción de difundir la importancia de la escritura y las historias de vida de las mujeres.

Diccionario personal:

Palabras

- **Abuelita Ayahuasca:** Mensajes viajeros, mezcla de sensaciones, olores de perfume de hombre y lavanda, frases musicales que me atravesaban y flotaban en mi mente, gruñidos bestiales aferrándose al pasado, limpieza divina, rezo que abraza y luz lejana que cuida: regalo de Abuelita que evidencia lo olvidado, recuerda lo esencial y guía amorosa hacia la aceptación.
- **Alegría:** Logro intuitivo, divertida palabra de disfrute y creación.
- **Auténtica:** Melodioso vocablo de larga y determinante transparencia. Equilibrado adjetivo de sonido necesario.
- **Carajo:** Esencia favorita al hablar y renegar. Apodo risueño de la abuela y su descendencia.
- **Chistorra:** Peculiar sinónimo que hace reír. Ocurrencia que gusta con su sonido gracioso. Palabreja de supermercado.
- **Conexión:** Auténtico vínculo de reconocimiento, ser que se une por una x, movimiento sin careta y gesto sin pretensión. Creación natural de encuentros, forma de la nada hacia el todo.
- **Confía:** Palabra del mundo de paz, alabanza para la obscuridad. Creer con los ojos cerrados- Eco de deseo y llanto ante lo desconocido- Concedes esperanza en la luz ausente.
- **Greguerías:** Humor visual de palabra sutil y confección juguetona. Aforismo favorito de tu creador, Ramón con poesía combatió y la seriedad de la palabra confrontó. Género de amor similar a la noche, sombrero inventado, pensamiento de todos, elegancia para algunos días.

- **Jitanjáfora:** Retórica que raspa y maravilla. Invento alfonsino de juegos fonéticos que se repiten con rareza y lenguas de gato lamiendo al lector. Efecto sensorial de imaginación vocálica y consonántica que se desliza en la oreja constante y en el raro pensamiento.
- **Inspiración:** Pasos de actitudes, con huellas de nosotros mismos. Posibilidad plagada de nuestra propia esencia. Impacto que trasciende en la búsqueda. Se traza un camino sin pretensión de que alguien lo siga.
- **Leal:** Simpleza bailarina que viaja con el viento, hoja humana de respeto. Convivencia del ser sensible.
- **Libertad:** Expansión del ser, mezcla de construcción y esencia.
- **Mujer:** Pensamiento mejorado por las bondades de los años. Esencia difícil de desafíos, disgustos y recriminaciones. Ser que emerge con naturaleza bondadosa y maravilla con su visión. Pensamiento justo y de palabra fuerte.
- **Palabra:** Materialización de la vida. Mundo de pensamientos sensibles y materiales asombrosos. Las lanzas con habilidad, te apropias de su emisión. Creación divina que maravilló al ser humano. Nombrando enseñanzas y te vuelves mundo.
- **Pitikos:** Palabra samuelesca derivada de la voz griega *no puedo pronunciar*. Vocecita agradable de niño.
- **Sintaxis:** Sonido estructurado que complace, determinante lengua pasada. Complejo aprendizaje para algunos. Voz de profesores de épocas pasadas: serios y desconocidos.
- **Upa:** Recuerdo de bebé que llama a la tía. Nombre que pronuncia cariño y amor. Vida que se comparte. Gusto por denominar el mundo a su manera.
- **Valentía:** Esencia positiva del ser. Intuición atrevida y alegre que confía y disfruta.

Personas:

Adolfo Siles: Singular y humilde hombre, con tu gran potencial eres guía y conversación de interés, hombre que ayuda a desarrollar con generosidad y fraternidad, energía creadora. Gracias por colaborar en mi despertar.

Alfredo Cardoso: Creatividad positiva que mira al horizonte, hombre abundante que busca ayudar y transformar lo intolerable. Has sido energía vital que crea y construye mi vida, tu sonrisa ilumina mi camino y tu apoyo fortalece mi esencia.

Ángeles Castro: Jardín de palabras hermosas, haces florecer. Tu bondad se escucha y se materializa en sonidos. Mamá eres mi ángel de ayuda. Tu voz lleva un decreto de amor.

Bertolt Brecht: teatro del pueblo que reflexiona, contigo el proletariado piensa y se asume como un ser dialéctico, filosófico y político. Tu arte transforma, hacia el entender comunista nos anclas, con emociones para reflexionar. Brecht eres entendimiento de la humanidad, poesía de construcción social.

Bethzabeth Cardoso: contigo todo es posible, tan determinante mujer. Impaciente por hacer y querer. Sin descanso avanzas. Siempre activa y creativa me divertías con los títeres. Mi memoria te recuerda y agradece por cuidarme y acompañarme son tu singular manera de ser. Has sabido ser mi admirable hermana, mi gran inspiración.

Carlos Cardoso: Abuelo caminante en el tiempo, recuerdo nuestro día favorito. Hombre divertido, amante de los viajes, ¡recuerda lo vivido! Tú quieres ser olvido y yo te valoro por ser mi compañero en el camino. Amoroso abuelo Carlos de tu mano aprendí a disfrutar el andar.

Fátima Cardoso: Hermana eres recuerdos de niña pintura, compañera de momentos con ecos de escritura, ella es experiencia de niña planeando, ahora pintas lejanía. Eres sueños que elegiste, eres mujer libre como aquellos días en que jugábamos al teatro. Gracias por tu legado.

Isabel Vivas: Mujer de conocimiento amable, de capacidades divertidas, habilidades carismáticas. Isa eres amistad y numerología, tu hermosa intención, compartirte para desarrollarme.

Jesús Bernal: El que cuida y sana, irradas paz y amor en el ritual, tu voz armónica y tranquila acompaña y guía. Ser humano que con Ayahuasca te guía al camino de sanación. Con tu canto reconectas, transformas el viaje y la ceremonia. Tu sabiduría sana, tu comprensión abraza y tu palabra comparte.

Josefina Buendía: Maestra amiga y amiga maestra, eres conexión y trabajo fuerte y sensible. Me has enseñado desafiándome, divirtiéndonos y trabajando. Valoro mucho lo que de ti he aprendido y aprecio tu ser amigable y determinante.

María Elena García: Abuela espiritual, canto vehemente que conecta y sensibiliza, me encantas con tus gelatinas. Sorpréndeme con tu plática sabia, que contagia de tu paz alimentada por los años. María eres tranquilidad amorosa.

Orlando Siles: Compañero sensible con paciencia y confianza forjas el porvenir, eres enfoque y dirección con visión de ayuda. Humanidad que propone, disposición que construye, tu constancia inspira y tus pasos llaman.

Refugio Godínez: Mujer de cocinar peculiar, con tu habla enseñaste a mujeres que fueran más allá de los mandatos. Abuela Cuca de espíritu fuerte, forjando libertad, expresaste eligiendo, educaste siendo.

Saúl Hernández: canto gustoso de amigos e ilusiones, trascendiste en mí rebeldía. Conciencia en un cassette, voz defensora de causas justas Estás en mi memoria emocionada de días infantiles. Palabras que me conectan y me encienden. Caifanes proyección de aquellos días juveniles, en los que creí fielmente que la música cambia el mundo.

Tania Islas: amistad profunda por amor a los gatos, mujer sabia que enseña Biología, amiga que motiva y respeta. Fortaleza viajera, inspiras a ir por más. Admirable estoicismo y paz inigualable.

Virgilio Carrillo: guía radical y voz del barrio, hombre determinante y enfocado, transmites el mensaje político de Brecht. Creador de teatro exigente. Eres pensamiento y reflexión en el arte. Eres distinto y admirable.