

DEL DOLOR A LA CONSCIENCIA

AMOR PROPIO

En este momento de mi vida cuento con cuarenta y nueve años de edad, un trabajo estable, dos divorcios y dos hijas de diecinueve y veinticuatro años. Estoy diagnosticada con una enfermedad crónica que considero mi mejor maestra pues me ha transformado en la mujer que ahora soy. Más fuerte, más madura, más auténtica y llena de amor propio.

Me encuentro justo en el momento en donde ya no me duelen tanto las cosas, en donde dejé de importarme lo que piense la gente, en donde me cuido y me quiero. Estoy en el momento de mi vida en el que escucho mi cuerpo, administro mi energía y sé decir que no cuando es necesario.

Es en este momento de mi vida en donde me abrazo más fuerte que nunca.

TU RECUERDO EN MI NOMBRE

Mis padres fueron personas de carácter muy débil, la familia de mi mamá escogió mi nombre "ROSA" en especial un tío muy querido por la familia y que para mí era una persona muy importante. A él le gustaban mucho las flores y el color.

"Aquella que es bella como una flor de un rosal" es el significado de mi nombre, aunque a mí nunca me interesó conocer su significado. Pues no me gusta, nunca me he sentido cómoda con él, pues la mayoría al pronunciarlo hacen que me suene muy fuerte siento que están enojados conmigo o que no me quieren. No me identifico con él.

Mi tío, el que escogió mi nombre, el único que me decía Rosy murió cuando yo tenía once años, ese ha sido el día más triste de mi vida. Una prima a la que considero mi hermana siempre me decía Rosita desde que yo me acuerdo y sus hermanas me dicen roseta o rosetita, haciendo alusión a las palomitas de maíz. Estos sobrenombres no me desagradan pues siento que los dicen con mucho cariño.

En edad escolar muchos ni me llamaban por mi nombre, incluso los maestros pues preferían llamarme por mi apellido.

Y fue al convertirme en profesionista y madre que comenzaron a llamarme Rosy que es como la mayoría de las personas me llama hoy en todos los ámbitos de mi vida.

MI YO

Yo soy alta, de complexión gruesa, morena cabello lacio y corto. En cuanto a mi forma de ser soy alegre, bromista, inteligente, sencilla, apasionada, entregada, extrovertida, creativa, hogareña, amante de los animales, amante de la naturaleza, sincera, honesta, leal y muy empática. Pero también soy muy ansiosa, insegura, sensible y delicada pues me enfermo con facilidad.

No soy delgada ni rubia, no soy enojona, paciente, tímida, aburrida, aventurera, deportista, fiestera, viciosa, viajera, hipócrita.

Me da miedo el mar, los hospitales, la enfermedad de familiares cercanos, un futuro incierto, tener pareja, una vejez sin dinero, perder mi trabajo, los insectos, las serpientes, el fuego y los accidentes automovilísticos.

Espero ser reconocida y valorada, encontrar estabilidad, ser querida desinteresadamente, ver felices a mis hijas, seguir estudiando y obtener recursos para mi vejez.

Mi mundo soy yo misma y después de mí, la familia en especial mis dos hijas, mi perro que ha sido mi fiel compañero en mis mejores y peores momentos a lo largo de 17 años. También lo es el arte en todas sus expresiones. Y los amigos, esos que han permanecido a través de los años haciendo mis momentos difíciles más llevaderos y los alegres inolvidables

NO SOY HOMBRE PERO SOY MUY FUERTE

No sé si soy muy negativa pero recuerdo pocas frases que han marcado mi vida para bien, o tal vez no las he sabido valorar. Pero si tengo bien presente que fueron mis dos hijas quienes me dieron grandes lecciones, recuerdo que al estar en el jardín en una tarde que salimos a pasear mis dos hijas y yo, la más grande me dijo: “**¿Porque sigues con mi papá? Si es por nosotras no te detengas**”. Ella tenía 14 años y se daba cuenta de todo perfectamente. Fue entonces que me cayó el veinte y desde entonces ya nada fue igual. Pensé en mis adentros, ¿Qué estoy haciendo? ¿Qué ejemplo estoy dando a mis hijas. Las he estado enseñando a aguantar el maltrato.

Y tiempo después, ya iniciado el proceso de divorcio me senté en el piso con mi hija menor que en ese momento jugaba y le dije: ¿sabes que papá y yo ya no nos llevamos bien verdad? Sí, me contesto. Entonces le dije: ya no podemos seguir juntos e intentaba darle un discurso cuando me interrumpe con su vocecita y me dice: “**ay mamá ya te habías tardado**”. Desde entonces me prometí a mí misma que no permitiría que ningún hombre me lastimara y que lucharía por dar ejemplo a mis hijas. Y ahora puedo decir con gran satisfacción que lo he logrado.

Otra frase que aún no logro distinguir si me ha beneficiado o me ha afectado más, es la típica y muy trillada “**Eres una guerrera**”. Frase que me han dicho al hacer alusión a la fibromialgia que padezco pues es una enfermedad con más de cien síntomas y que mantiene mis días con dolor e incomprensión. Debo reconocer que cuando me han elogiado con ella he sentido un grado de fuerza que me han inyectado, pero con el tiempo descubro que es un estigma que me hace seguir sufriendo y aguantando, pues soy una guerrera.

Además de eres una guerrera, por el hecho de luchar con una enfermedad crónica, he recibido frases que muchas veces la gente piensa llenaran mi vida de optimismo y que con ello te harán un gran favor. No me cansaré de decir que la enfermedad me ha enseñado muchas cosas y algo que he aprendido de ella es que **“un échale ganas”**, no te sirve de nada cuando padeces depresión o ansiedad. Ni tampoco cuando te dicen **“hay gente peor que tu”** te ayuda mucho, pues considero que cada persona sufre según su situación, su entorno, su poder adquisitivo, etc.

Y los médicos también han jugado un papel importante en mi colección de frases, como cuando me dicen **“todo es psicológico”**, ¡por dios realmente estoy sintiendo dolor!. Otras veces cuando su nivel de conocimientos es rebasado me han dicho: **“es el climaterio”** y ¿cómo podría ser si estos síntomas los tengo desde niña?

Pienso que a veces las palabras hieren más que los golpes y por lo tanto yo he sido una mujer muy golpeada desde que tengo uso de razón, la frase favorita de mi mamá y una tía siempre fue: **“eres una floja”**, palabras que no alcanzaba a digerir en aquellos momentos en los que el dolor recorría mi cuerpo, pues era desde entonces que yo ya estaba enferma. Mi padre por su parte, aunque no dudo que me quería mucho siempre me hizo menos y se justificaba diciendo **“porque tú eres mujer”** frase que me recitaba cuando solicitaba algo; como ir a determinada escuela, aprender a manejar, dinero prestado para emprender un negocio, clases extraescolares etc.,

Siendo una mujer adulta recibí infinidad de adjetivos por parte del padre de mis hijas **“eres una mantenida”**, cuando en realidad lo único que pretendía era permanecer con mis hijas el mayor tiempo posible y no ser una madre ausente como mi madre lo fue conmigo. Y en ese momento desconocía mi diagnóstico pero cuando intentaba trabajar no podía, mi estado de salud no me lo permitía. A veces cuando le comentaba que necesitaba zapatos me respondía **“te los tienes que ganar”**.

Y no podía faltar el entorno laboral, que aunque tengo un trabajo estable que me permite sacar adelante a mis hijas y desarrollarme profesionalmente, no deja de afectarme el machismo, pues cuando solicito un aumento las respuestas que recibo son: **“mejor consíguete un hombre”**, **“mejor exige más dinero al papá de tus hijas”** mientras veo como mi jefe tiene más empatía con los de su mismo género.

Y claro que recuerdo lo bueno, como cuando murió mi madre y mis amigos de toda la vida, compañeros del coro no hicieron más que llenarme de muestras de cariño y frases motivadoras. **“Descansa amiga nosotros te hacemos tu tarea”** pues llevaba dos semanas sin ir a la universidad, las mismas sin dormir y comer adecuadamente. Además me encontraba en proyectos finales y ellos se encargaron de ayudarme en lo que pudieron. Por las tardes les escuchaba decirme al tocar a mi puerta **“vamos por un helado”** y ahora después de treinta años me dicen **“te admiro”**.

Otra gran amiga al enterarse de mi divorcio me dijo: **“necesito que me ayudes en mi negocio”** cuando en realidad la que necesitaba el trabajo era yo.

Y ahora que asisto a un grupo de apoyo de enfermas de fibromialgia alimento mis pensamientos de lo mejor, pues estoy rodeada de gente que me entiende al cien y que no me juzga, siempre me dicen: **“no estás sola”** y así lo siento. Y el querido doctor que nos coordina es una persona muy sabia. Él ha marcado mucho mi vida en el último año con frases como: **“Quiéranse”** , **“Vivan el aquí y el ahora”**, **“Abrácense muy fuerte ustedes mismas”**, **“Escriban”** y muchas más.

Puedo resumir que sin duda el machismo y la ignorancia en cuanto a salud mental han llevado a mi vida al límite pero también he sabido resurgir y tomar más fuerza.

MI YO ME ABRAZA

Hoy puedo mirarme al espejo plenamente sin que tú que está detrás de él, me recuerdes que fui discriminada por ser la fea de la casa, por llevar siempre unos kilos de más y hacerme sentir poca cosa, tu que está detrás siempre me culpaste de todo lo malo y no me perdonabas todo el daño que permití que me hicieran.

Siempre me dijiste que estaba mal peinada, que estaba muy morena, que parecía niño y que no me querías. Me gritabas siempre que me quitara de ahí, que no te mirara de frente.

En el tiempo que en que fui madre fue peor, me amenazaste con castigarme y no querías que le mostrara mis estrías, ni mi abdomen y mucho menos mis senos.

Hoy me puedo ver en él de una manera diferente y esa persona detrás del espejo me abraza fuertemente y con mucho cariño, me sonrío, me felicita, me elogia y me dice que me quiere mucho. No me culpa, me ha perdonado todo lo que deje de hacer por ella, lo que no le permití hacer y me ha perdonado por no quererme y dejarme lastimar.

Al día de hoy incluso veo a esa persona en varias partes de mi casa: en el baño, en las escaleras, en mi recámara, en el pasillo y todos los días la miro fijamente y le digo que yo también la quiero.

TESOROS

Ciertamente a lo largo de mi vida he conservado algunos objetos e incluso le he destinado un lugar especial a cada uno de ellos, algunos han permanecido por mucho tiempo y otros solo unos días. Pero todos significaban algo en mi vida o representaban el cariño de alguien importante para mí en ese momento.

De mi niñez son pocos mis recuerdo y la mayoría son tristes, pero ninguno como el día en que mi tío Jaime llegó a mi casa con un estambre color rosa, su color favorito y un gancho para tejer. El mismo me enseñó algunas puntadas, desconozco en donde aprendió, no avancé mucho en el tejido pero conservé muchos años ese estambre con un tramo de tejido y el gancho ensartado entre la madeja. Muchos años permaneció en mi buró, mi tío murió y no quise desprenderme de él, lo hice hasta el día en que me casé y no tuve más opción que deshacerme de algunas cosas. Eso fue 17 años después de haber recibido el estambre de manos de mi tío.

Siempre me han gustado los artículos de papelería y recuerdo que si en algo me complacían mis papás era en mis útiles escolares; tenía plumas de colores con aroma, lápices decorados, plumones fluorescentes o metálicos y gomas de figuras. Artículos que no eran muy comunes en mi época por lo cual eran muy valorados y yo los conserve aun después de casarme, pensando en que me podrían seguir sirviendo. Siempre permanecieron en una cajita, hasta que llego a mi vida mi hija mayor y los descubrió, fue entonces que ya no supe que fue de ellos.

Al entrar en la preparatoria comenzaron los pretendientes y recibí mi primer regalo, un paquete de gomitas comestibles de sabores en forma de personajes de Walt Disney. Me gustaron muchos, tanto que decidí no comérmelas y las pegué en la puerta de mi ropero de manera decorativa, de igual manera hasta que me casé me despedí de ellas, mi papá conservó ese ropero solo un tiempo y después lo regaló.

Llegó el tiempo de tener novio, mi primer novio y toda una historia que contar, digna de una telenovela. El cual me escribía cartas y poemas cada que tenía oportunidad, cosa que a mí me encantaba, por lo mismo decore una cajita y ahí fui guardando cada una de ellas. Cada que me terminaba las leía y lloraba después volvíamos y aumentaban las cartas. Esta cajita la rompí junto con todo lo que contenía el día que decidí que ya no dejaría que me hiciera más daño, tres años después.

Después de mi decepción amorosa apareció un nuevo pretendiente un ser maravilloso que me hizo sentir valiosa y me hacía reír mucho. El me regaló una paleta Tutsi Pop el segundo día de tratarnos, entonces me la comí disfrutando cada momento, después escribí su nombre y fecha en el palito y lo conservé hasta que un día sin querer se fue a la basura. Fue una lástima que esa relación no prosperara, a un tenemos contacto y nos recordamos mutuamente con mucho cariño.

Cumpliendo veinticinco años me casé y recibí como regalo de bodas un juego de cubiertos coreanos chapados en oro, mi hermano vino a mi boda y los compró allá, pues en ese tiempo trabajaba en Corea como parte de su capacitación. Hasta el día de hoy permanecen en la vitrina del comedor. También en el centro de la mesa del comedor tengo un florero alto lleno de arena de mar de diferentes playas que alguien de la familia ha visitado o bien, por separado o juntos.

Mi boda fue en San Joaquín Querétaro un lugar boscoso de la sierra de Querétaro y por lo tanto mi foto fue tomada en el bosque, ahí encontré una piedra en forma de pan y la conserve, pues significo mucho para mí en ese momento, era una especie de señal de abundancia. Al pasar de los años todo cambió y terminé por deshacerme de la piedra, la verdad no recuerdo que hice con ella.

Guardé también los dientes de leche de mis hijas en una cajita que conservo en el tocador. Simple recuerdo de su niñez, de cuando creían en el ratón de los dientes y todo era ilusión para ellas.

Ahora después de muchos años vividos, decepciones amorosas y familiares, procuro no apegarme a lo material y solo conservo recuerdos, de

momento solo tengo presentes las fotos de mis hijas en mi buró, pues son lo más importante para mí en estos momentos, no se el día de mañana, uno nunca sabe. tal vez atesore nuevamente objetos.

SOY QUIEN SOY GRACIAS A MIS HUELLAS

A lo largo de mi vida he deseado dejar huella en las personas sobre todo en mis seres queridos y en mi vida propia. La primer cosa que anhelé fue estudiar una carrera, cosa que logré a pesar de obstáculos y falta de apoyo por parte de mi familia, pues siendo mujer, mis padres consideraban que estaba de más que yo estudiara y por lo tanto no debían invertir en mi educación, por ello dejé trunca la carrera de Turismo pues es una de las carreras más caras y que en mis tiempos de universitaria solo la impartían universidades privadas. Pero esto no fue motivo para dejar de soñar y entonces hice mi examen en la Autónoma de Querétaro y al mismo tiempo comencé a trabajar para solventar mis gastos. En el transcurso de mi carrera sucedieron muchas cosas; murió mi madre y mi padre perdió el trabajo además de aumentar su problema con el alcohol. Me di a la tarea de apoyar a mis hermanos aun siendo hombres y mayores que yo, ayudar a mi padre, encargarme de la casa y además seguir estudiando. Hoy puedo decir con orgullo que dejé una enorme huella en mis compañeros, maestros y el reconocimiento de mi familia, pues fui la única que a pesar de todo logro un título profesional. Ahora pasados los años reconozco que no debí hacerlo pues puse una enorme carga en mis hombros y por lo cual hoy mi cuerpo me cobra factura. No me arrepiento, me sentí útil y satisfecha pero si pudiera regresar el tiempo lo haría de otra manera.

Otro ideal era casarme y tener una hermosa familia. Familia que hoy formamos mis dos hijas y yo y que no cambiaría por nada, lo demás no salió como yo esperaba. Mi matrimonio no fue lo que soñé, no hubo príncipe ni castillo, pero di lo mejor de mí siempre aunque tal vez eso solo lo sé yo. Ahora solo quiero que mis hijas no busquen un príncipe como yo lo hice, quiero que luchen por sus sueños, que sean independientes y que estén en donde decidan estar. Considero que parte de mis aspiraciones siempre fue ser buena madre; no sé si lo he logrado se aprende con el paso del tiempo y al momento de vivir las situaciones es cuando uno saca sus armas. Armas que a veces ni yo sabía que tenía. Segura estoy que

he dejado huella en mis hijas, con el ejemplo y la manera de afrontar las cosas. Ellas serán mejores personas que yo pues tomaran de mí lo bueno como aprendizaje.

Desde que tengo uso de razón, me encantaba la poesía; meditarla, recitarla y escribirla. Desde niña lo hacía, nadie me inculcó ese gusto, lo fui descubriendo sola y nunca nadie me ayudó a desarrollarlo. Con el paso del tiempo he descubierto que lo traigo en los genes. Cuando estaba en la preparatoria escribía cantos religiosos, algunos completos y otros inconclusos. Después llegó el momento de concursar junto con mis compañeros de coro, así obtuvimos buenos lugares en varias ocasiones en los concursos del seminario. También me encanta cantar, cosa que también viene de familia y la música me ha acercado a grandes amistades, que desde esa época de concursos aún persisten. Eso quiere decir que he dejado huella en cada uno de ellos y eso ha hecho que se conviertan en una familia para mí. Además una de mis hijas sigue mis pasos en cuanto a los gustos pues escribe, canta, toca instrumentos, sabe solfeo, pinta y se roba de mi recámara mis libros de poesía. Quiero que cuando yo ya no exista ella me recuerde por haber compartido el gusto por el arte, es por eso que la apoyo siempre que puedo.

Dicen que solo las personas que han sufrido llegan a ser más empáticas y considero que es verdad. Yo siempre he buscado ponerme en el lugar del otro y en la medida de lo posible ayudar. Por ejemplo, cuando mi hija estaba en preescolar fui presidenta del comité de salud, en principio no tenía idea de lo que se avecinaba. Y ahora estoy orgullosa de mi misma por todo lo que se logró bajo mi coordinación. Se favorecieron a muchos chiquitos que necesitaban lentes, aparatos auditivos o plantillas para sus zapatos entre otras cosas. Han pasado 16 años y aun el personal de la escuela y doctores que se encargaron de capacitarnos me recuerdan y me saludan con gusto.

Después de ser diagnosticada con fibromialgia hace 4 años, el doctor Julio que en época de mi cargo en el comité de salud del preescolar era el director del centro de salud, me recomendó con uno de sus colegas, especialista

en fibromialgia y éste me invitó a un grupo de apoyo el año pasado. Qué maravilla convivir con gente que te entiende y no te juzga, es increíble como en tan poco tiempo hemos creado lazos tan fuertes, y esa solidaridad y empatía con ellas, hacen que cada reunión deje una pequeña huella de mí en la vida de cada una de ellas. Así mismo ellas lo hacen conmigo y me enriquecen.

El pertenecer a este grupo, no estuvo planeado, no fue parte de un anhelo, pero llegó y me ha marcado profundamente.

Ahora aplico todo lo que aprendo ahí con gente del exterior, mis vecinas, compañeros de trabajo, amigos familia etc. He aprendido mucho pues ahora controlo mejor mis emociones, medito, vivo el presente y utilizo la medicina cannábica. Comparto lo que sé y trato de ayudar si alguien necesita, simplemente porque yo también lo necesité.

LUCES EN EL SENDERO

En mi infancia hasta llegar a la edad de once años, siempre hubo un eco en mí, en esos primeros años existió alguien que me dio ejemplo de fortaleza ante la enfermedad, que me enseñó a bailar y a reír a pesar de todo. Ese eco aún resuena en mi vida, aunque mi querido tío Jaime murió hace muchos años. No me queda la menor duda de que si ahora rio bajito y en voz alta es porque siempre lo vi sonreír, aunque el dolor y la desesperanza lo agobiaran, su fortaleza la compartió conmigo de la manera más admirable, él tenía una pierna gangrenada la cual le amputarían, pero el rogó a dios que lo recogiera si ya no iba a poder bailar, pues el baile era su vida, yo me encontraba junto a él en su cama la tarde del día anterior al que murió, y me dijo: “Rosita tráeme por favor una pastilla, un paracetamol o algo así, consíguela sin que nadie se dé cuenta, obvio no quería que nadie se enterara que estaba sufriendo”. Al día siguiente me dio mi papá la noticia más triste y dolorosa.

Tuvieron que pasar seis años para que yo pudiera coincidir con alguien que con sus actos resonara en mis adentros, moviéndome a hacer cosas realmente positivas. Pues estando instalada en el conformismo y la flojera de acercarme a la religión, lo hice. Recuerdo que mis padres batallaron para que asistiera con ellos los domingos como es la costumbre. Pero una amiga me pidió de favor la acompañara a misa y después de ahí iríamos por un helado a la plaza.

Ese día en la misa, hicieron la invitación para un retiro de jóvenes y nosotras sin pensarlo más corrimos a inscribirnos.

Llego el día y el padre comenzó dando una introducción y presentado a unos jóvenes que llevarían a cabo el retiro. Fue una experiencia maravillosa para mí en ese momento y de ahí en adelante continúe adherida a las actividades de la iglesia; el coro, la catequesis, el ministerio de enfermos etc., pero siempre escuchando la voz y las enseñanzas del padre Juan Manuel Pérez Romero quien

resonó fuertemente en mis ideas y acciones. Una persona muy preparada, exigente, culta a quien hoy le agradezco el ser quien soy religiosamente, digámoslo así. Igual puedo entablar dialogo o una amistad con un ateo que con un testigo de Jehová, con un cristiano o con un musulmán. Pues tengo inculcados grandes valores y enseñanza teológica por este querido padre Juan Manuel.

En mi época universitaria, recibí cátedra de grandes maestros, unos mejores que otros, pero ninguno como mi querida maestra Graciela Ayala. Me fascinaban sus clases y siempre tuve la certeza de que ella siempre reconoció mis capacidades.

Elegante, culta, especial, con gran capacidad para obtener la atención de sus alumnos y una gran personalidad. Grandes consejos recibí siempre de ella, tanto en lo profesional como en lo personal. Cambié de universidad y también ahí coincidimos y por segunda vez recibí la fascinación de su clase. Hasta el día de hoy mantengo contacto con ella. Y segura estoy que hoy y siempre será inspiración y ejemplo en mi vida.

Actualmente acudo a un grupo de autoayuda por aquello de la enfermedad crónica que padezco, aparentemente la tengo desde niña, pero la separación que tuve de mi segundo matrimonio la detono hace cinco años de la manera más cruel. Fue entonces que un amigo doctor me pasó el dato del Dr. Juan Ignacio Romero, quien dirige el grupo de pacientes con fibromialgia, pero fue apenas hace poco más de un año que me pude integrar.

El Dr. Romero cuenta con un gran curricular tiene varias especialidades médicas, es algólogo y psiquiatra entre otras. Además es Filósofo, Activista y conferencista, especialista en cannabis y el primero en introducir la morfina a México.

Ha cambiado mi forma de ver la vida en tan solo un año y así he logrado sanar física y emocionalmente. Lo miro y no dejo de admirarlo. Sus enseñanzas perduraran en mi vida y cada que lo veo en la reunión mensual me llevo algo de aprendizaje. Su ejemplo me impulsa pues él estuvo desahuciado después de un accidente y desafío a la medicina por medio de la meditación.

Gracias a él estoy aquí escribiendo pues aunque siempre tuve la inquietud el me hizo ver que puedo sanar a través de la escritura.

Tal vez existan más ecos en mi existir, pero yo creo que si menciono solo a estos es porque han resonado fuertemente en mi vida, y les estoy profundamente agradecida.

MIS PASOS HACIA LA CIMA

Cuando eres una niña, casi todo son sueños, deseos de llegar muy alto, de volar, de tocar la cumbre. Todo nos parece tan fácil y al mismo tiempo muy difícil. Sobre todo cuando no vives en un ambiente optimo, cuando te cuesta ser escuchado sin ser criticado, cuando te cuesta ser quien eres sin ser juzgado e incluso te cuesta estar enferma.

Así yo que en mi pequeña conciencia deseaba con todo mi corazón que mi papá ya no bebiera más, ya no quería verlo así, tan perdido y tan ausente. Y nunca logre llegar ahí, esa cumbre fue algo inalcanzable, pero después de un tiempo con el paso de los años. Cuando aprendí a desprenderme de lo ajeno y a no controlar lo que no me pertenece, di por sentado que de alguna u otra forma había alcanzado algo positivo.

De igual forma miraba a mi madre como algo inalcanzable, estaba ausente también y las pocas veces que interactuaba con ella terminaba llorando y muy lastimada. Quería llegar a ese momento en donde pudiera decir que agradecía a mi madre por su ser, por su vida y por el cariño que me daba. Me costó mucho llegar y me duro muy poco el gusto, pues fue un año antes de que muriera, fue entonces que sentí su profundo amor hacia mí, cuando me sentí arropada por ella y cuando por fin decidió ya no lastimarme ni dejar que nadie lo hiciera más. No sé si fue tarde pero llegue a esa cima y ha quedado ese momento grabado en mi corazón.

A veces creo que nuestro sueños son comparables con montañas, cerros y hasta llanuras. Para cada persona es diferente el tamaño de los logros, la satisfacción y la fuerza que hay que aplicar para llegar ahí. En mi caso, al convivir con familiares músicos, acostumbrada a escuchar en las reuniones familiares las voces de mis tíos y tías y más tarde a mis primos y primas, hacían crecer en mí el deseo de llegar a esa cumbre; la música.

Y llegué, no sé si lejos, no sé si alto pero me llena. Lo mucho o lo poco que lo hago y el nivel con que lo desempeño es lo de menos, aunque siempre pongo el corazón en ello.

Logré escribir, cantar en un coro, participar en un concurso e incluso estar en los tres primeros lugares. Cabe mencionar que no llegue sola me acompañaron mis grandes amigos de Ansarath y después me alcanzaron mis hijas Miranda y Maryjose.

Actualmente rondan por mi cabeza tres cumbres, no sé si llegare a ellas, o si llegue cuando ya esté en edad muy avanzada, incluso desconozco los medios.

Hay un sueño que considero difícil pues la fibromialgia me pondrá muchas trabas, pues deseo hacer una maestría, pero uno de los síntomas de esta enfermedad es la fibroniebla, que consiste en fallas en la memoria, confusión y a veces hasta lagunas mentales. Sé que será todo un reto pero aun así lo estoy considerando.

Quiero concluir mencionado esas cumbres a las que casi todos queremos llegar y a veces son muy obvias pero sé que están ahí por algo importante. En mi caso hay una cumbre que nunca me pasó por mi cabeza y ahora que veo las cosas de diferente manera se apareció este anhelo. Esta cumbre es una casa, un lugar mío aunque sea pequeño, pues por cosas de la vida no di importancia a esto, y solo me enfoqué en mis hijas y mi salud. Ahora sé que necesito un lugar para no depender de nadie. Así que intentaré conseguirlo.

La mayoría de las personas enfocamos nuestra mirada a los sueños materiales, nos fijamos cumbres físicas, bienes tangibles. Y dejamos detrás la salud, pero ahora no me cabe duda que lo más importante es la salud, pues si no tengo salud no puedo trabajar y obtener esos bienes o bien puedo obtenerlos y no disfrutarlos.

Así que mi cumbre más importante es y será mi salud y con ello podré alcanzar otras metas.

GASOLINA PARA EL ALMA

Me consta que el poder de las palabras es fuerte, que resuena para bien o para mal y puede dejar huella o heridas por muchos años pero también nos puede impulsar a dar un cambio para bien.

Una palabra tal vez la más común, la que recomiendan una y otra vez que digamos a quien nos importa es: TE QUIERO. Yo no recuerdo haberla escuchado en mi infancia, me críe con padres ausentes y educados de tal forma a reprimir sus sentimientos. Fue hasta la adolescencia, que la escuche de amigos o novios. Siempre llenando mi cara de una sonrisa, pero fue hasta que fui madre que escuche de mis hijas esa palabra, “te quiero mami” y esa palabra fue desde entonces impulso para mí, ante la carencia, ante la enfermedad, la injusticia o los problemas familiares. Siempre resuenan esas vocecitas de manera presente en mi vida. Dando renovadas fuerzas a mis luchas.

Ahora a mis cuarenta y nueve años, cuando conservo amistades verdaderas y las valoro, cuando se distingue sinceridad de hipocresía. Puedo escuchar con plena conciencia cuando me la dicen y siempre llena mi vida de fuerzas para seguir adelante.

De igual forma que la palabra te quiero, la palabra TU PUEDES ha significado mucho en mi existencia, cuando me siento insignificante, cuando siento que llegue al límite. Gracias a esta palabra recibida de la persona indicada y con sinceridad puede remover cosas en mis pensamientos logrando dar empuje y fuerzas para seguir. Pero creo que la persona a quien más debo escuchar decir esa palabra es mi misma y justo así es cuanto más impulso da a mi vida.

Y hay una palabra que además de brindarme ánimo y voluntad me da un toque de orgullo. Este toque de orgullo llega cuando alguien, la verdad aquí no importa la persona, tal vez como humano soy convenenciera pero así me funciona. Cuando alguien me dice TE ADMIRO llega profundamente a mis pensamientos, a mi ser y por qué no, a mi ego. Es aquí cuando reconozco mi valor, cuando me hago consciente de algo que talvez no pensé que causaría admiración, de algo importa,

de algo que ha ayudado a alguien de cierta manera. Como mujer he recibido muchas veces esta palabra, las amigas que aún siguen casadas, admiran mi valentía para dejar lo que me hace daño y estar sola (sin pareja). Me han dicho te admiro cuando he sufrido grandes pérdidas y decepciones pues me he repuesto con resiliencia. Me han dicho te admiro cuando he padecido la enfermedad y el dolor físico. Y gracias a esas personas que se han atrevido a decirlo es que sigo pues empiezo a sospechar que mi vida tiene un fin.

La palabra TE ENTIENDO la he escuchado muy pocas veces, pero cuando llega siento el impulso a seguir con mis metas e ideales. Considero muy importante esta palabra y por eso aunque yo la escucho muy poco, me gusta decirla cuando es necesario, como yo quisiera escucharla. Como cuando sientes ansiedad o depresión, es una palabra mágica en estas circunstancias. Es mejor escuchar un té entiendo que un échale ganas. Es una palabra muy difícil de decir de manera sincera, pues es muy parecido a sentir empatía. Así que son muy pocas las personas capaces de decirla en el momento justo y con la sinceridad debida.

UNA LUZ POR COMPARTIR

Dicen que cuando ves pasar una estrella fugaz debes pedir un deseo, cuando era niña coleccionaba deseos, en mi interior habitaron siempre infinidad de estrellas, unas más grandes, unas más brillantes pero todas se encargaban de dar luz a mi horizonte. Algunas se apagaron rápidamente otras lo han hecho poco a poco pero se han apagado y hay una que no deja de brillar y al parecer le da un impulso positivo a mi vida, es una fuerza interior que me hace mantenerme de pie y creer que mi vida tiene un sentido, un objetivo.

Aun no logro descifrar bien esta misión personal, estoy segura que tiene que ver con las cualidades que he desarrollado, con mi esencia y mis valores. Sé que debo dar, sé que debo transmitir y sé también que de alguna manera debo compartir.

A lo largo de mi vida he recibido pequeños destellos, considero que son pruebas o alguna manera de practicar y así llegar a iluminar por completo mi estrella en algún momento.

Como cuando siendo niña me nacía el impulso de donar mis juguetes, más adelante visitaba ancianos en el asilo y junto con mis amigos les cantábamos y les hacíamos pasar momentos felices. En mi etapa de preparatoria siempre trababa de ayudar, en especial a una compañera que estaba en una situación complicada en todos los aspectos. Sentía mucha pena por ella aun no sabía que eso se llamaba empatía, solo sentía que tenía que ayudarla pues de alguna manera entendía perfectamente sus problemas.

Me llenaba mucho el hecho de participar en el ministerio de la iglesia, ayudando a los más pobres y visitando enfermos. Y años más tarde cuando tuve a mis hijas en edad escolar, brindé mi apoyo también en un comité de salud, el cual solo tenía la finalidad de detectar niños con específicos problemas de salud o de maltrato y canalizarlos a la institución indicada, además de conseguir donativos (lentes, plantillas o aparatos auditivos).

Cabe mencionar que no me siento especial, ni la Madre Teresa de Calcuta, soy simplemente una persona con mucha empatía dispuesta a compartir lo que sé y lo poco que pueda dar.

Actualmente comparto información sobre fibromialgia, para crear consciencia a familiares de pacientes pues es una enfermedad muy incomprendida y dar a conocer los síntomas que son más de ciento cincuenta ya que existen personas por ahí sufriendo sin saber que tienen la enfermedad. Comparto en la medida de lo posible tips para sobrellevar los síntomas, remedios y lo que se de medicina cannábica, con la simple finalidad de que sientan el mismo alivio que yo he sentido.

Aunque aún no es muy claro hacia dónde exactamente alumbra mi estrella, creo que va encaminada a alguna fundación o grupo de ayuda.

LUZ Y SOMBRA

Esta sociedad nos obliga a cosas que a veces no queremos hacer, nos obliga a dejarnos llevar por la corriente dejando atrás nuestra propia luz, nuestra esencia y nuestros propios intereses.

La típica frase “Soy tu media naranja” es el más claro ejemplo, pues solemos creer que necesitamos de alguien para estar completas.

Y yo siguiendo fielmente las instrucciones de nuestra sociedad me he dejado llevar irresponsablemente en muchas ocasiones. Aunque estoy consciente de que cada relación, cada pareja trae consigo un aprendizaje.

Mi vida de los Quince años a los cuarenta y cuatro fue todo un torbellino, una montaña rusa de emociones y complejidad en la vida de pareja. La inmadurez, mi necesidad de sentirme querida y falta de amor propio fueron el motor de una incansable lucha por agradar siempre a los demás. Dejando de lado mi propia intensidad.

Teniendo quince años cursando la preparatoria conozco a quien ha sido luz y sombra en mi vida, fuerza y debilidad, tristeza y alegría, miedo y paz. Alejandro compañero de salón que desde el primer día de clases no dejaba de mirarme, pero yo no quería prestar atención pues tenía un aspecto desagradable, era de barrio pensaba en mis adentros y además se ve más grande que yo. Por otro lado el contraste, otro compañero que se animó a platicar conmigo y con el cual yo me sentí identificada plenamente, cuestión de la edad pues en ese entonces para mí era muy importante el físico, la clase social, etc., No fue muy difícil dar inicio a una relación, la que yo considero bonita. En mi casa era bien aceptado por todos, reíamos mucho, platicábamos de todo y nos teníamos mucha confianza pero al pasar de los días me di cuenta que solo era una bonita amistad. Y aunado a esto las miradas de Alejandro seguían, así que decidí terminar mi relación. Y comencé a tratar al chavo que me intrigaba tanto, me di cuenta poco a poco que lo había

juzgado mal. Aunque ciertamente era de un barrio cercano a la preparatoria, escuchaba música muy diferente a la que yo solía escuchar, pero había algo en el que llamaba mi atención de sobre manera. Un día mientras platicábamos el sostenía en su mano con cierta reserva una hoja doblada, la cual poco a poco me entrego. Muy grata fue mi sorpresa cuando leí el contenido, era un poema. Un bello poema que él había escrito para mí. Con el tiempo me di cuenta que era un chavo muy culto, hablaba inglés y obtenía excelentes calificaciones.

Se llegó el día de mi cumpleaños y él había preparado una fiesta sorpresa para mí, en ella todos mis compañeros colaboraron. Y fue como iniciamos una relación, llena de visitas a museos, poesía, confianza, amor y comprensión. El único detalle era que en mi casa no lo aceptaban.

Un día él se fastidió de mí y decidió buscar otra persona, así que me terminé cuando más lo quería, sintiendo que mi mundo se derrumbaba. Este sentimiento logre superarlo muy pronto pues yo asistía a mi grupo de la iglesia y ahí había aprendido a quererme un poco y sabía que Dios me quería y que no necesitaba nada más. Además de que estábamos por graduarnos cuando él me terminó así que por un buen tiempo no supe más de él. (Pasados unos años dos meses antes de casarme me busca para pedirme que lo deje todo y me case con él pues está muy arrepentido y piensa que soy la mujer de su vida. En ese momento estaba muy fortalecida y segura, así que lo rechace)

A los pocos días de terminar con el conocí a otro compañero que llegó a retomar clases en mi grupo. Sajid es su nombre, él se había dado cuenta de todo en cuanto a mi relación anterior así que hacía todo lo posible por acercarse a mí y hacerme sentir bien, aprovechaba cualquier oportunidad para tener detalles conmigo y hacerme sentir importante.

Un día me invitó a una fiesta a su casa y unas amigas me animaron a ir, tenía mucho tiempo sin reír tanto así que lo disfruté mucho, él me ofreció una chamarra pues comenzaba a hacer frío y comenzó a decirme cosas muy lindas, que en ese momento le fluyeron gracias a las cervezas que se había tomado, por lo mismo no lo tome en serio.

Al día siguiente cuando le entrego la chamarra me dice que era en serio todo lo que me había dicho con sus alcoholos encima y que quería que fuera su novia, yo no acepte pues era un chico muy popular y con muy mala fama, además de que tenía poco de haber terminado con Alejandro.

Pasaron los días y Sajid seguía insistiendo, así que acepté pero prometiéndome a mí misma tener mucha precaución, pues no quería ser una más en su lista de aventuras.

Por cuestiones de la vida terminamos y seguimos siendo grandes amigos hasta el día de hoy. Y conservo un muy bello recuerdo de aquella época Contribuyo grandemente en mi autoestima, contrario a lo que yo pensé siempre me respeto en todos los sentidos y me dio mi lugar, hizo mi vida más divertida, puedo decir sin temor a equivocarme que yo fui luz para él y el ilumino mi vida en esa etapa. Incluso cuando he pasado momentos difíciles en el transcurso de mi vida, él ha estado presente de alguna manera.

Recuerdo con mucha nostalgia un anécdota que vivimos, pues con su mala fama nadie esperaría que un día me dijera “Gorda ven” (así me decía de cariño) mira la luna que bonita está, te la regalo”. No contábamos con que detrás de nosotros estaba su grupo de amigos y no tardaron en burlarse de él, “Envuélvesela en esta servilleta, le decían en tono de burla”.

Hace unos años cuando mi padre estaba grave y yo pasaba por una decepción muy grande él se tomaba la molestia de enviarme mensajes mostrándome su apoyo a lo que yo le conteste: **Aún conservo la luna que me regalaste envuelta en una servilleta y cada que paso por un túnel la desenvuelvo un poco.**

Alguien más en mi vida que fue gran contraste, es el papá de mis hijas, nos casamos cuando termine mi carrera y al planear la boda por la iglesia me embaracé. Así que no convivimos mucho como pareja pues pronto nació mi hija. Y desde el principio salieron a relucir los contrastes, pero de forma negativa; maltrato, groserías, humillación y más. A pesar de yo poner grandes esfuerzo en llevar la fiesta en paz. Mi gran error de aquel entonces, callarme e incluso tapar todo y aparentar con mi familia que todo estaba bien. Tuvimos una segunda hija

pues yo consideraba que mi hija necesitaba alguien con quien compartir sentimientos y emociones en un futuro.

Cuando estas hijas mías crecieron me hicieron ver mis errores, pues mi ejemplo no era el correcto, inconscientemente las estaba enseñando a aguantarse y callar.

Ya no queda rencor en mí, recuerdo momentos bonitos, de familia y le agradezco mis hijas y el aprendizaje. A pesar de que sufrí mucho como mujer. Gran lección me ha dejado pues después de eso no he dejado que nadie me mienta y descubro a kilómetros cuando me están engañando. Actualmente llevamos buena relación, civilizada y cordial. Por el bien de las hijas pues es lo más sano.

Hace unos años después de divorciarme del papá de mis hijas, Alejandro mi novio de la preparatoria visitó a mi papá y éste le dijo que yo ya estaba divorciándome y no tardó en ir a búscame pues él ya estaba divorciado también.

Fue una gran sorpresa que hizo sentir mi corazón como el de una adolescente. Comenzamos a salir y Ahora puedo decir con seguridad que el aprovecho mi momento vulnerable. El hecho de volver a verlo le dio a mi vida nuevo impulso, pues yo me encontraba autoevaluada y él se encargó de elevar mi autoestima, me impulso a dar pasos adelante y hacerme creer que yo lo podía todo, que era muy capaz.

Volví a sentirme querida, bonita, deseada y valorada (aunque en esos momentos tal vez la finalidad de él era otra). Comenzamos una bonita relación y mis hijas la aceptaban pues veían que me trataba mejor que su papa, que tenía detalles para conmigo y con ellas, en fin, nos ganó.

A los dos años me convenció de casarnos, pues en realidad no estaba dentro de mis planes y él insistió. Tuvimos una boda muy bonita la cual disfrute mucho.

Pero ahora paso a explicar porque decía al inicio que era mi luz y mi sobra, mi fuerza y mi debilidad:

Cuando nos casamos él ganaba bien y estaba en proceso de mejora económica, pues había pasado por un divorcio también. Era muy espléndido conmigo y con mis hijas también. Así que yo pensé que todo estaría bien, por lo menos mantendría mi estabilidad, pues aunque mis hijas y yo no vivíamos en la abundancia, no nos faltaba nada. Mis hijas y yo tuvimos que salirnos de la casa donde vivíamos, casa que el juez otorgó a mis hijas como garantía de pensión. Pero íbamos con muchas esperanzas, decidimos rentar en lo que podíamos comprar una casa grande entre los dos. Mi tía le hizo un préstamo a Alejandro para comprar un carro y sospecho que con ese dinero pagó la boda y el viaje de luna de miel, pues después me enteré que el carro que compró era recuperado de aseguradora y lo compró muy barato.

Fueron pasando los meses y aunque teníamos muy buena relación al igual que él con mis hijas, fui descubriendo muchas mentiras, él estaba muy endeudado y poco a poco me fue hundiendo a mí también comenzamos a hacer pagos con mis tarjetas, los cuales él prometía una y otra vez liquidar en cuanto recibiera cheque de sus comisiones. Después insistía en que yo debía cambiar de trabajo y lo hice aunque no se dio al cien, porque mi anterior jefe me pidió que no lo dejara hasta que consiguiera a alguien, así que me coordinaba con los dos trabajos. En el nuevo trabajo el sueldo era muy bajo pero con un futuro prometedor. Así que él me convenció y me ofreció apoyo económico para mis hijas, seríamos un equipo dijo.

Pasó el tiempo y todo iba empeorando en lo económico, deudas mías y de él, yo con dos trabajos y el con muy buen empleo, algo no cuadraba. Me di cuenta que cada que íbamos al súper robaba, encontraba comprobantes de pago de préstamos que él había pedido, llevábamos siete meses de casados y nunca le había abonado ni un peso a mi tía de lo que le prestó, así que me armé de valor y ante tanta sospecha hable con él.

Después de exponerle todo me dijo: “pues si así soy y no pienso cambiar”, “Así que será mejor que me vaya pues no voy a permitir que me quieras controlar”.

Nunca había sentido esa sensación tan fea de ir cayendo poco a poco hasta el fondo en todos los sentidos, decepcionada, triste, enamorada,

endeudada, avergonzada y más sensaciones juntas. No recuerdo haber llorado tanto desde que murió mi tío Jaime. Para entonces decidí renunciar a mi actual empleo pues era muy poco el sueldo y conservé el anterior pues afortunadamente mi jefe me aceptó.

Todos los momentos más difíciles de mi vida los viví en ese momento, tenía que salir adelante, con dos hijas, enormes deudas que nunca en la vida imaginé, pagar renta, y dar la cara con mi tía por el préstamo que le dio al casarnos. Además de la gran decepción pues creí haber reencontrado el gran amor de mi vida. Estaba avergonzada conmigo misma.

Lloré días completos y me hundí en la depresión tratando de evitar que mis hijas lo notaran. Y después llegó la enfermedad que me hundió aún más, ahora solo quería dejar de vivir, dejar de sentir, dormir de manera infinita. Padecía dolores inexplicables, ataques de ansiedad, diarrea, vómito, insomnio y un cansancio extremo.

En ese momento mi único motor fueron mis hijas, no sé cómo lo hice pero lo logré, saqué fuerzas de lo más profundo de mi ser y fue entonces que aprendí la lección.

Hay quienes consideran que lo de Alejandro fue una venganza por la vez que lo rechacé, la verdad ahora se, por su propio hermano, que en la vida se ha dedicado a abusar de las personas, sobre todo en el ámbito económico. De hecho me dijo que ha estado en la cárcel varias veces por fraude y abuso de confianza. Así que más bien creo que es parte de su forma de vida.

No debía poner expectativas tan altas, debo ser más precavida a la hora de entregarme, debo aprender a decir que no y lo más importante fue que aprendí a quererme y luchar por mi bienestar.

Seguí trabajando duro, me dediqué a cuidarme y quererme, una de mis hijas comenzó a trabajar y apoyarme y fue así que seguimos pagando la renta pues el papá de mis hijas ya no nos dejaba regresar a la casa a la que ellas tenían derecho y además no nos apoyaba económicamente.

Mi diagnóstico llegó y nuevamente me hundí en el llanto, es difícil aceptar que tienes una enfermedad que te incapacita y que ya no volverás a ser la misma persona y que además no hay una cura. Me recetaron opiáceos y antidepresivos

los cuales decidí dejar, pues me mantenían drogada y me impedían trabajar. Fue así que empecé a investigar, ahora escucho mi cuerpo, aprendí a decir no y solté responsabilidades.

Actualmente tengo deudas pero las mínimas, regresamos a la casa del papá de mis hijas y me encuentro más fuerte que nunca.

Sigo casada con Alejandro, pues nunca iniciamos los trámites de divorcio y no sé nada de él, disfruto mucho mi soltería y la convivencia con mis hijas.

Ahora entiendo que Alejandro ha representado en gran parte de mi vida lo bueno y lo malo. Lo he perdonado y le doy gracias por la gran lección de vida que obtuve. Aunque ahora creo que no me volveré a casar ni con él ni con nadie.

LA ENTREGA

Al día de hoy si hiciera un recuento de aquello de lo que puedo sentirme orgullosa numerare acciones o actos encaminados al bienestar familiar, digamos que la entrega que he puesto a lo largo de los años en los miembros de mi familia.

Como cuando era niña. Yo no tenía hermanas, así que me encantaba compartir con mis primas, en especial con Graciela pues ella es un año mayor que yo, así que tenemos muchas cosas en común. Compartía mis días, mis fines de semana, mis vacaciones, mis juguetes, mis amigos, mi ropa. Todo lo necesario para que estuviéramos felices y pasáramos buenos momentos.

Algo que comúnmente es lógico, es el amor a la madre y las muestras de cariño hacia ella. Pues bien, para mí no fue así, sino hasta el último año de su vida. Siempre tuvimos muy mala relación. Pero la vida, el destino o Dios nos brindaron una última oportunidad y yo la aproveche, de tal manera que puedo sentirme orgullosa de todo lo ocurrido y mi forma de asumir los hechos en todo un año.

En ese año me dedique a mostrarle cariño, darle cuidados y hacerla sentir querida e importante. Ella estaba muy enferma y deprimida, por lo que necesitaba que alguien estuviera pendiente de ella prácticamente las 24 horas del día, para que no intentara algo que atentara contra su integridad. Me esmere por pasar el mayor tiempo posible con ella, pues tenía que asistir a la escuela, cocinaba para ella sobre todo alimentos que le fueran de provecho, platicábamos, trataba de apoyar con el alivio a sus malestares, la acompañaba en sus soledades, le leía la biblia y trataba de hacerla pasar buenos momentos. Y siempre vigile sus actos para evitar recaídas pues ya había estado internada de gravedad.

Pero llego el momento y no hubo más opción que llevarla a la sala de urgencias, se desmayó en mis brazos antes de que los médicos pudieran recibirla, fue una semana difícil, tenía que permanecer junto a su cama pues su situación la ponía en tal grado de confusión que se arrancaba todo lo que tenía conectado, ya no me reconocía y la verdad se portaba muy mal debido a la confusión mental.

Fue una semana en la que me entregué en cuerpo y alma a ella, doné sangre para ella pues portábamos el mismo grupo sanguíneo y además conseguí donadores. Pero ya no se pudo hacer nada se cansó de luchar, recuerdo que en el funeral mi papá se convirtió en un niño, no sabía qué hacer, permaneció al margen de muchas cosas; trámites, papeleo, compras, atención de familiares etc., por otro lado mis hermanos muy afectados pues no lo esperaban uno a punto del desmayo y el otro permaneció inmóvil y mudo por muchas horas.

Y después mi siguiente realidad apoyar en mi casa aunque mis hermanos sabían hacer de todo pues mi madre nos hizo muy independientes, talvez sospechando su muerte temprana. Mi entrega duró hasta que me casé, mientras tanto apoyé en todo lo que podía, emocional, económicamente y con tareas del hogar.

Una vez casada solo trabaje algún tiempo, pues la enfermedad que padezco aún no estaba diagnosticada, pero igual no me dejaba trabajar. Y decidí dedicarme al cien a mi familia, el cuidado de mi hija pequeña, mi esposo y a mi papa aunque vivía aparte.

Al nacer mi segunda hija me doy cuenta que tenía que seguir en mi casa ocupándome solamente de mi familia, pues mi hija recién nacida nació muy enferma derivado de un embarazo de alto riesgo. Nunca me arrepentiré de haberme dedicado a ellas el mayor tiempo posible y haber sacrificado muchas cosas que pude haber logrado como mujer profesionista, pues la más grande satisfacción que tengo es haber educado a mis hijas y ver ahora los frutos de haber jugado con ellas, haberles leído libros, llevarlas a museos, ponerlas a cantar y escuchar buena música, ayudarles con sus tareas, apoyarlas en sus proyectos, platicar con ellas de todo, darles confianza, sentarme con ellas en la banquetta por las tardes. Llevarlas a clases de ballet, de danza, de violín, llevarlas desde niñas a conciertos. Acompañarlas a sus eventos escolares como ensayos de banda de guerra, escolta, eventos cívicos, etc. Y también ser su fan núm. uno en las presentaciones y recitales.

No me cabe duda de que hice una buena labor como madre de tiempo completo, aproveche siempre al máximo el tiempo con mis hijas, ahora las veo y

veo mujeres muy responsables, profesionales, entregadas, amantes de la música y el arte y con muy buenos sentimientos.

Esa ofrenda de entrega que realice sin esperar nada cambio me llena de satisfacción.

MI COLECCION OSCURA

De un momento a otro despertamos a nuestro ser interior y nos damos cuenta que duermen en él sentimientos que consideramos impropios, malvados, indecentes, pues así nos lo ha hecho ver la sociedad, la familia y las instituciones.

Hay familias muy conservadoras, con ideas machistas muy arraigadas y prejuicios.

Las hay cargadas de creencias y principios la mía no es la excepción y pues no me quedo de otra más que aprender del ejemplo, de las enseñanzas, de lo que decía la abuela, las tías, mis padres, la iglesia, mis maestros y los mayores en general.

Y así me fui formando, siguiendo el instructivo social que me tocó el cual muchas veces me hizo sentir culpa, en otras ocasiones miedo y otras vergüenzas.

Recuerdo que siempre en mi época de niñez resurgía en cualquier momento la frase: "Respetar a tus Mayores" la cual me reprimió por muchos años dejándome ocultar sentimientos de odio hacia aquel familiar que se ocupaba de lastimarme sin poder decir nada, pues no podía contestar nada, era una falta grave de respeto. Así fue como coleccioné una lista de sentimientos nublados y oscuros.

Al tener padres ausentes siempre contemplaba la relación de otras niñas de mi edad con sus padres, me maravillaba como expresaban los detalles que estos tenían para con ellas. Mis compañeras se ilusionaban al saber que se acercaba el día de las madres y yo por mi parte escudriñaba en mis adentros sin encontrar nada, aunque debo reconocer que hubo un tiempo que sí compré con emoción un regalo para mi mamá, como cuando empezó a tener detalles conmigo y empezó a mostrarme cariño.

Y fue aquí en esta etapa en donde nuevamente ocultaba otro sentimiento negativo más, envidia tal vez. Tiempo después opté por acercarme de una manera consciente a las madres de mis amigas, sin sentir nada más que el puro placer de platicar, convivir y recibir cariño.

Y los celos también se hicieron presentes en mi niñez, sumándose a mi obscura colección. Pues en mi casa fui yo la única mujer. Por muchos años tuve ese sentimiento nublando mi existencia, pues yo no era digna de muchas cosas siendo mujer. Y aunque ahí estuvo en mi baúl por muchos años este sentimiento. Una vez que logre demostrarme a mí misma y a los demás que era capaz de muchas cosas desapareció. Ahora considero que estuvo ahí por falta de madurez..

Siempre tuve miedo a un tío, al que siempre considere raro, amante de la astrología y las matemáticas. Exageradamente metódico y poco convencional en sus actividades, por lo tanto difícil para mí siendo niña entablar un lazo de cariño o por lo menos ameno. Actualmente solo estamos distantes pero ya no existe ese sentimiento en mi baúl. Simplemente las situaciones de la vida nos mantienen así.

También cuando era niña solía ver en mis amigas el gusto por visitar a los abuelos, en mi caso no era así. Mi abuelo materno no representaba más que cosas negativas, nunca existió ningún lazo de cariño ni de admiración. Lo único que podía hacer era retirarme a mi cuarto cuando el visitaba mi casa. Hasta que un día ya harta le solté el cumulo de quejas que traía guardando. Ese día salí más que regañada que nunca, pero no me importo. Le hacía daño a mi familia y se lo hice ver a mis padres. Creo que mis padres lo entendieron así y después se disculparon conmigo. Fue el principio considero yo de un cambio en mi interior.

Siempre escuche chistes, historias, cuentos en donde la suegra siempre figura como la mala, la indeseable, la villana. Y si a mí me toco una suegra así, egoísta, incapaz de aceptar que su hijo tenía propia vida, su propia familia, etc. Puedo nombrar infinidad de hechos que me hicieron odiarla, era malévola y así se puede decir, conmigo y con mis hijas. Y fue así que en ese baúl también guarde odio y resentimiento por muchos años. Hoy considero que ella tuvo su propia historia y eso la hacía portarse así conmigo, la he perdonado y saque del baúl el

odio y el rencor, claro después de trabajar estos sentimientos con muchos años de terapia y distanciamiento. Puedo decir que mi corazón empezó a tener paz cuando me divorcie.

En la actualidad oculto sentimientos oscuros pero con causa, no sé si justificados o no, pero puedo llegar a sentir coraje sobre todo, cuando me entero de alguna injusticia, sobre todo cuando viene de alguien que se aprovecha de su cargo o autoridad. En estos caso me acompaña la impotencia, y siempre trato de no ser parte de, más bien busco la manera de ayudar si esta en mis manos.

LA GUÍA DE MI CAMINO

Provengo de una familia católica y cuando era pequeña prácticamente me obligaban a ir a misa, yo la relacionaba con miedo, algo para adultos, algo aburrido etc., nada compatible para mí. Solía ver a mi abuela materna rezar el rosario todas las tardes y rezar sin cesar cuando viajábamos en carretera, prometía mandas que significarían posteriores viajes familiares para ir a cumplirlas. Aprendí en mi niñez que Dios me castigaría si decía o hacía tal cosa, que realmente había un lugar en llamas en el que yo me quemaría si me portaba mal y que entre más imágenes de santos yo estaría protegida, además de que me resolverían ciertos asuntos a cambio de alguna promesa. Así fue como yo también incursione en las mandas con una fe genuina. Cuando tenía 17 años me incorporea las actividades de la parroquia a la que pertenecía mi colonia y gracias a eso comencé a ver la religión católica con otros ojos. Ahora sabía que no era necesario rezar a tantos santos, pues podía comunicarme directamente con Dios, entendí que Dios no quería sacrificios y prefería que actuara con el ejemplo y misericordia, así que deje de lado los trueques espirituales (las mandas). Conocí un dios de amor, el cual no me castigaría y le halle el gusto a la misa. Cantaba en el coro (cosa que aún sigo haciendo), algo que realmente me llena pues participo de una manera activa y sirvo a mi comunidad.

Siempre he agradecido el haberme acercado a la iglesia en el momento justo pues empecé a ver las cosas de diferente manera. A la religión católica le debo mi amor propio, las ganas de compartir, el no fanatismo y la fe en un ser supremo y en un mejor mañana, y trato de ser lo más congruente posible. Me he volvió fuerte para afrontar la adversidad y conocí la verdadera amistad, esa a la que puedo llamar mi segunda familia.

Mi espiritualidad ha evolucionado pues ahora conecto conmigo misma también, pues sé que de vez en cuando me necesito y me adentro, me quiero y me respeto.

Reconozco mi espiritualidad y sé que existe un ser supremo, respeto cualquier tipo de religión, también he aprendido que nadie tenemos una verdad absoluta, que lo que está bien para mi puede no estarlo para alguien más. Y aunque me ha sido difícil también reconozco que los representantes de las religiones son seres humanos con defectos también, con debilidades y prioridades. Ciertamente puede haber cuestiones negativas, pero me queda claro que no sigo a esas personas, más bien los veo como representantes y eso no define la esencia de la fe.

Yo nunca he aspirado a llegar alto en el ámbito religioso o a obtener un cargo, así como creo que, la mujer no participa protagónicamente en la religión porque en realidad se trata de ritos y representaciones de hechos que ya sucedieron, es decir el padre representa a Jesús en rito de la eucaristía y los apóstoles también fueron hombres. Pero ciertamente hay algo de machismo que hace muchos años no era interpretado así, pero si tomamos en cuenta la opinión de las generaciones actuales es probable que coincidan con este término.

Difícil el tema de la religión y ponernos de acuerdo, es por eso que yo siempre lo hablo desde el respeto hacia mi prójimo, sea de la ideología que sea. Creo que es lo mejor para una sana convivencia, nunca me ha importado lo que la gente pueda pensar de mi pero trato de ser buena persona en la medida de lo posible y vivir congruente a mi espiritualidad.

CONCIENCIA

Creo que definitivamente este punto de mi vida se llama conciencia, es una parte de mi película en donde se descubre el ¿por qué?, la esencia, la trama, los personajes clave y ¿el porqué de mí actuar?. Ahora me reconozco y se quien son y que me ha hecho así, descubrí qué situaciones o personas me motivaron y cuales me limitaron. He descubierto mis grandes errores, aquellos que me han llevado hasta un punto en donde cambio la perspectiva. También descubrí mis grandes aciertos aquello de lo que puedo estar orgullosa.

He descubierto que si tengo una misión en la vida, algo que aportar, algo que transmitir, un fin.

Ya no caminaré sin rumbo, he descubierto un camino en el cual sé por dónde ir y a donde no llegar. Estoy enfrente del sendero, ese que me llevará a mi cima.

Me tenía amor propio, últimamente me abrazaba mucho, pero no me llamaba por mi nombre ni me miraba al espejo con amor. Ahora puedo hacerlo sé que es importante platicar con esa mujer que se encuentra en el espejo que miro todos los días al prepararme para salir.

Ahora se cuáles son mis fantasmas, se con certeza a que le temo y también sé que es lo que más amo en esta vida.

Gracias a esta escritura, he tallado y escarbado hasta encontrar rastros de mi vida que ya no figuraban en mis pensamientos, pero que talvez de alguna manera estaban haciendo eco y no me dejaban ser. Me encontré con lo oscuro de mi misma, mis propios pensamientos y sentimientos, aquellos que ocultaba por quedar bien.

Estoy en el momento en el que valoro las palabras que me alientan y me dan respiro, aquellas palabras que me estimulan a seguir caminando y recorriendo el camino. Así mismo ahora se quienes me han motivado de alguna manera, quienes han sido guía en mi vida, grandes personalidades que me han acompañado sin que yo reconociera su valor.

Me encuentro sorprendida conmigo misma, pues miro atrás y descubro que la vida no ha sido fácil, que la he pasado mal. Que he tenido lecciones inolvidables, personas inolvidables y sentimientos negativos. Y veo lo que he logrado a pesar de todo.