



YO,
SERENA

BY HADRIA

YO, SERENA

1

MI SENDERO

2

ACTO DE CONTRICCIÓN

3

MI NOMBRE

4

MI LINAJE

5

MARIPOSAS EN EL ESTÓMAGO

6

EL CAMINO DEL AMOR



YO, SERENA

7

¿QUÉ PARTE DE TU VIDA EDITARÍAS?

8

DON DE LÁGRIMAS

9

SEÑALES

10

DE EMERGENCIAS, PENAS Y
TEMORES

11

Y TÚ, ¿DE QUIÉN ERES?

12

EL INSTANTE SANTO



1. MI SENDERO

La escritura tiene un significado muy importante para mí: es y será siempre mi fiel compañera, es por eso que estoy empeñada en procurarla y en hacer todo lo necesario para ejercitarla y verla crecer.

Hace siete años recurrí a ella para tratar de sortear el mal tiempo. La escritura fue mi refugio perfecto. Escribir hacía que me olvidara de mí y del dolor que en ese momento sentía, aunque en ocasiones esto no era posible, nunca dejé de escribir, lo hice a pesar de mí y de mis circunstancias. Y así lo he hecho un par de veces más. El dolor, físico o emocional, no ha sido nunca un impedimento y espero que siempre sea así.

La escritura me ha llevado a descubrir nuevas facetas. Nunca imaginé cuan fuerte era hasta que la escritura apareció en mi vida. No supe de pasiones hasta que me inicié en este camino. Desconocía muchas cosas sobre mí y gracias a ella me supe y fui.

Hoy quiero seguir redescubriéndome y es por eso que decidí tomar el camino que proponen las Serenas.

Como cualquier otro comienzo, este tampoco ha sido fácil, en particular, porque este primer acercamiento a la escritura narrativa implica poner en palabras pensamientos y emociones que uno cree que pueden llegar a dañar, pero confío en que ninguno de mis temores se haga realidad y que lejos de causar algún daño encuentre el camino de regreso a casa.

2. ACTO DE CONTRICCIÓN

Soy una mujer con profundas heridas emocionales, memorias dolorosas y creencias erróneas que está decidida a sanar para convertirse en el Ser excepcional que está destinado a ser. A pesar de estar plenamente convencida de ello, en mí persiste el miedo a repetirlo todo, a no haber aprendido nada sobre lo vivido y a caer, de nueva cuenta, en aquellas situaciones que solo dejaron ausencia y desolación.

Mi mundo es como yo lo he visualizado. Cada proyecto que me he propuesto he logrado materializarlo. No me considero alguien con grandes ambiciones, hace tiempo que dejé de pensar que el éxito estaba relacionado con el tener o acumular. Eso me hace sentir extraña, sobre todo en este mundo donde, al parecer, lo único que importa es atesorar lo más que se pueda para demostrar la valía de las personas. Yo, definitivamente, no comulgo más con esas ideas. Después de haberlo perdido todo, me di cuenta que mi atención estaba puesta en cosas que no me hacían feliz; así que, no hice más que contentarme con lo que tenía y acepté y abracé mi estado de escasez. La riqueza, el prestigio, la posición y el poder ya no son más una prioridad, tener una vida abundante sí: una vida llena de habilidades para mi redención.

Reconozco que estoy aquí para evolucionar y reedificarme. Espero tener la oportunidad de reencontrar mi esencia, esa que perdí cuando me dejé llevar por una vieja ilusión. Espero dejar atrás el pasado para vivir plenamente el presente y como dice Andrea, mi guía: espero volver a mí como el único reencuentro pendiente.

3. MI NOMBRE

Mi nombre es el femenino de Adrián y significa Mujer que proviene del mar Adriático. El mar Adriático forma parte del mar Mediterráneo. De acuerdo con algunos historiadores, el nombre de Adriático se deriva de Hadria ciudad italiana, cuya principal actividad económica era el comercio.

Bíblicamente, es un nombre que representa el mar, en particular, su capacidad para remover de nuestras vidas aquellas cosas que ayudan a purificar el alma.

Al igual que a muchos adolescentes, mi nombre me disgustaba. Lo sentía hueco y sin sentido. Y por supuesto que me molestaban todas sus variaciones, especialmente la de “Ady”. Si alguien en verdad quería verme molesta, solo tenía que decirme así para enseguida descomponerme.

Con los años le fui tomando cariño a mi nombre, sobre todo después de conocer un poco más de su origen y de la personalidad que lo envuelve. Ya no me molestan más los diminutivos, ese tipo de minucias han dejado de importar porque ahora entiendo que cada quien se dirige a otra persona de acuerdo a la confianza y al cariño que hay de por medio.

Estoy convencida de que no pudieron darme mejor nombre que el que tengo y me encanta escucharlo porque cada vez que lo hago resuena en mí una gran alegría que me recuerda que soy yo y que estoy aquí.

4. MI LINAJE

En mi árbol familiar identifico dos tipos de mujeres. En el primer grupo se encuentran aquellas que han permitido que la figura masculina sea la que guíe sus vidas. Mujeres entregadas siempre a los demás, pero nunca a sí mismas. Dominadas por el miedo al qué dirán, al qué pasará y al castigo divino. Temerosas de confrontar su realidad para no perder su estabilidad. Devotas de una cruz que llevan a costas, pero totalmente alejadas del camino del amor. Y no me refiero al amor romántico, sino a aquel que todo ser humano, por el hecho de existir, tiene la responsabilidad personal de preservar: el amor propio.

Huelga decir que toda esta información ha pasado de generación en generación y aún pervive en la mayoría de las mujeres de mi familia.

A diferencia de ellas, existe un pequeño grupo que la vida orilló a tomar las riendas de su propia vida y las de su familia. No tuvieron otra opción más que enfrentar con valentía la ausencia de la figura masculina. Como pudieron se las arreglaron para que nunca faltara lo indispensable en sus hogares. En algunos casos, han visto los frutos de esos esfuerzos; en otros, se conformaron con no haber perdido en el camino a ninguno de los suyos.

Esta dualidad es el hilo que teje mi historia.

5. MARIPOSAS EN EL ESTÓMAGO

Desde muy pequeña descubrí cómo identificar al amor de mi vida. De acuerdo con la cultura popular, había que experimentar una extraña sensación en el estómago, algo así como un montón de mariposas revoloteando en ese peculiar sitio de nuestro cuerpo y, literalmente, así fue.

Tiempo después descubrí que lo que era el anuncio de la llegada de ese gran amor no era más que una señal de alarma. Ya se imaginará usted cómo terminó aquella tierna ilusión.

6. EL CAMINO DEL AMOR

Envuelta por la ilusión del primer gran amor, me perdí; así que tuve que emprender el camino de la sanación y, más adelante, el camino del reencuentro; por cierto, ambos largos y sinuosos. Para allanar ambos caminos tuve que recurrir a diferentes herramientas: lecturas, consultas, ejercicio, meditación y la retahíla, la cual llegué a dominar a la perfección. Después de tanto de todo pude identificar el punto neurálgico de todo este asunto: había que encontrar el camino del amor, ahí estaba la salvación.

A partir de ese momento me dediqué a documentarme sobre el tema. Parecía comprenderlo todo, pero aún no estaba satisfecha con las revelaciones de los expertos; así que un día decidí preguntarle directamente a quien representa el amor más puro, auténtico e incondicional, según mis creencias. Y mi súplica fue atendida casi de inmediato.

Unos minutos después de haber terminado mi plegaria, sentí una presencia inmaterial cuya energía apuntaba hacia mí. A partir de ese momento comprendí que el amor no hay que buscarlo, el amor está dentro de cada uno de nosotros, solo tenemos que activarlo y dejar que germine en nuestros corazones.

7. ¿QUÉ PARTE DE TU VIDA EDITARÍAS?

Tenía tiempo tratando de definir el camino a seguir después de haber concluido un proyecto académico que había pospuesto durante seis años. Todo parecía marchar bien: tenía la relación de pareja perfecta y yo me sentía una mujer realizada, solo me hacía falta definir mi futuro proyecto personal.

Un día escuché en un programa de radio que tendrían como invitada a una especialista que nos ayudaría a definir nuestro proyecto de vida, sí o sí. Pues bien, para descubrirlo solo había que dar respuesta a cuatro preguntas, nada complicado pensé.

Tomé mi libreta y un bolígrafo para tomar nota de todo. Registré la primera pregunta y no hubo respuesta. Para la segunda y tercera pregunta tampoco la hubo. Entonces empecé a angustiarme porque era más que evidente que desconocía cuáles eran mis intereses, mis pasiones y mis talentos. Para no dejar, escuché atenta la última pregunta: ¿Qué parte de tu vida editarías?

La imagen mental fue contundente: el día que conocí a quien en ese momento era mi pareja.

Seis meses después me alistaba para la batalla más difícil de toda mi vida.

8. DON DE LÁGRIMAS

Después de poner punto final a una etapa importante de mi vida me dediqué a contener el dolor. Me esforcé mucho por evitar mostrar mi desdicha... mi debilidad. Pero un día decidí dejar fluir la tristeza y de mi corazón brotó el agua del llanto. Lloré por la experiencia vivida. Dejé que todo se derritiera en lágrimas y muy pronto la humillación se transformó en victoria y me fue devuelta la felicidad: se vació mi corazón y se llenó de Él.

9. SEÑALES

Cuando empecé a transitar por el camino de la sanación, imaginaba que, como en la Anunciación, se haría presente un ser celestial para traer las buenas nuevas. Nada más alejado de la realidad. En mi caso, el mensajero se ha manifestado de diversas formas: imágenes mentales, libros, películas, sueños o personas. Siempre que tengo una duda o se me presenta una situación que me es difícil resolver la entrego a la Divinidad y ella de inmediato responde. Lo único que tengo que hacer es estar alerta a sus señales.

10. DE EMERGENCIAS, PENAS Y TEMORES

La primera vez que regresé a casa de mis padres lo hice en compañía como medida emergente; la segunda, lo hice sola para transitar la pena y la tercera, para acallar mis temores. Estaba segura que aquellas tristezas ya habían sanado, pero no era así.

A mediados del año pasado, empecé a sufrir un trastorno de ansiedad, que al principio confundí con alguna afección cardíaca.

Después de que el médico me explicara que toda mi sintomatología apuntaba a ese estado emocional, busqué frenéticamente, como es mi costumbre, información que me permitiera dar un sentido objetivo a esta situación. Por supuesto, ahora sé más de la ansiedad que antes, pero entenderla no me permitió superarla, perderle el miedo, sí.

Cuando dejé de evitar su presencia y me permití experimentar la rabia, el enojo, la frustración y el miedo, mi atesorada desdicha se fue desdibujando gradualmente.

Esta experiencia no ha sido nada fácil. De hecho, en ocasiones tengo la sensación de que no avanzo o de que voy en retroceso, pero solo es una impresión, porque así es el camino de la sanación y así la vida, en general.

11. Y TÚ, ¿DE QUIÉN ERES?

Hace no mucho tiempo escuché a un comediante hacer referencia a esta expresión y recordé que también llegué a escucharla en voz de mi abuela y de algunos de nuestros parientes, sobre todo de aquellos que llegaron al Distrito Federal (hoy Ciudad de México) procedentes de otros lugares de la República mexicana.

Curiosamente la volví a encontrar, solo que ahora como eslogan de una campaña publicitaria de una marca de ropa española.

De acuerdo con el promocional, en Galicia, esta expresión es utilizada por las personas de edad adulta para averiguar de quién eres hijo o nieto. Es una manera coloquial de preguntar sobre la ascendencia de alguien. Para nosotros, los mexicanos, esa frase tiene un peso histórico en nuestra memoria.

12. EL INSTANTE SANTO

En el instante mismo, reconozco que en mi perviven profundas heridas emocionales. Asumo que es mi responsabilidad sanarlas, me perdono por no haberlo hecho antes y doy gracias por tener la oportunidad de empezar a hacerlo hoy. Reconozco que yo creo todo lo que existe en mi realidad y que soy capaz de sanar y transformar cualquier situación que se presente en mi vida para recuperar mi equilibrio y emprender el camino de regreso a casa, todo ello a tiempo divino.

A close-up photograph of a purple flower, possibly a lavender or similar species, with a soft, blurred background. The flower is in sharp focus, showing its delicate petals and stem. The background is a mix of light purple and white, creating a dreamy, ethereal atmosphere.

CRÉDITOS

IMAGEN DE PORTADA: DISEÑADA POR FREEPIK

DISEÑO: CANVA