

CONTANDO MI HISTORIA

Luna Nueva

Comenzaré por presentarme, me llamo Mónica, hija de Graciela y de Ricardo, nieta de Juana y Dionisio, Magdalena y Juan. Soy una mujer de 32 años, llena de vida y salud, viviendo en familia con un hombre bueno y loco, dos niñas y una gatita, en una de las ciudades más pobladas del mundo entero, la Ciudad de México. Más específicamente, a unos cuantos pasos del lago de Xochimilco (2km según google maps).

Soy egresada de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM, como Licenciada en Relaciones Internacionales, y aunque se podría decir que nunca “he ejercido” mi carrera, porque nunca he tenido un “trabajo” asalariado en el que funja como tal, la verdad es que la carrera para mi es la base sobre la que se construyó mi capacidad para plasmar pensamiento y escritura crítica, pues fue ahí donde topé la realidad sobre cómo se mueve el mundo, y me planteé la pregunta “¿de qué lado quieres estar?”. Del lado del engranaje del sistema capitalista-voraz-consumista, o, del lado de la construcción de otro mundo.

Me encontraba en esa disyuntiva de la vida, cuando llegó a mi vida este hombre bueno y loco que por primera vez me habló de espiritualidad. Pero espiritualidad no de forma religiosa, sino que me habló por primera vez como nunca nadie me había hablado, de espíritu, consciencia, energía... conceptos que resonaron en mi corazón, y me alborotaron la mente. Conceptos que en toda mi vida académica habían estado tan ausentes, y que ahora me daba cuenta que son la fuente de toda existencia. Fue fuerte, muy fuerte esa revelación para mi. El darme cuenta que en ciencias sociales, donde nuestro objeto de estudio es el ser humano y su ser social, no se hablaba de lo que es más vital y esencial de su existir. Al menos no se hacía en mi época, hace 10 años. Cuando presenté mis primeros albores de proyecto de tesis, me decían que “eso no era una tesis de ciencias sociales”, por hablar sobre el espíritu. “Eso no es de Relaciones Internacionales”, me dijeron. De

algún modo encontré la forma de hacerlo. Y de titularme con mención honorífica, sabiendo que esa tesis que escribía, sería mi primer, pero no último libro.

Y bueno, siguiendo con la presentación, les hablaré de lo que hacemos en mi familia para sustentarnos la vida. Hacemos varias cosas, somos versátiles. Todo se reduce a una palabra: medicina. Pero no la medicina de los hospitales y las farmacias, no. Medicina para el espíritu. Paso mucho tiempo en una chinampa en el lago de Xochimilco, en un lugar que nombramos *Tierra Sagrada*, donde compartimos la medicina tradicional del temazcal. Ahí también hacemos ceremonias de siembras de nombre mexicana, ceremonias de unión de parejas, ceremonias de equinoccios y solsticios, de algunas fiestas grandes como el ochpaniztli, la bendición de semillas el día de la candelaria y el día de muertos y de plantas sagradas como el tepezcohuite y el teonanacatl. Todo eso lo hacemos en comunidad.

En algo más personal, soy desde hace 7 años, promotora de la copa menstrual y las toallas de tela, lo que me llevó a trabajar con mujeres en educación menstrual y sexual. Soy facilitadora de círculos de mujeres y talleres sobre menstruación y fertilidad consciente, cultura matrística y placer. También, desde hace 4 años soy asesora de lactancia, dando consultas en línea, a domicilio o en hospitales. Laboro en un centro de salud privado llamado *Luz Gestante*, dando también consultas y clases de lactancia. Junto con una compañera, trabajo realizando baños postparto a domicilio, organizo y dirijo la reunión mensual del círculo de mujeres de postparto y lactancia, y trabajamos también la medicina placentaria, que se refiere al aprovechamiento de la placenta por parte de la madre, preparando cápsulas de placenta deshidratada, tintura, curitas y la elaboración de un atrapasueños con el cordón umbilical. Soy una gran enamorada de las placentas.

Eso es todo lo que hago/hacemos, porque nada lo hago sola. Vivo entretejida con mi familia, mi comunidad, mi tribu, y me siento contenida y segura. Gracias a ella, puedo hacer todo aquello y al mismo tiempo criar a mis dos hijas, los más grandes tesoros de mi vida.

Así que en este lugar de mi historia me encuentro, todavía en este postparto, amamantando a libre demanda, con los pechos llenos y el aroma a leche en mi ropa. Y hablando de mi lugar en La historia mundial, es un tiempo muy único el que me está tocando vivir. Me encuentro criando a mis hijas en este tiempo ¿post? pandémico, que tanta enseñanza nos ha traído, tanto crecimiento. Sin duda una de las épocas más *frikis*, raras y torcidas en la historia de la humanidad.

Los últimos 15 meses han marcado mi historia y La historia. Para mí, han sido de gestación-nacimiento-postparto, y para la sociedad, de pandemia, encierro, “crisis”, miedo, de “nueva normalidad”. Ha significado una gran lección sobre lo que es habitarse. “Estar en casa” fue el mandato. Significa: “Hábítate”, “Está en tu centro”. Y aquí estoy, en mi centro. Por eso, no tengo miedo, nunca lo tuve. Hubo personas que me preguntaron “¿cómo le haces para estar embarazada y feliz? ¿para no morir de miedo con la pandemia?” ¿Saben que respondí?: “Yo no me la creí”. Aprendí a confiar, en mi cuerpo, en mi salud, en que soy creadora de mi propia realidad.

Esperanza, fe y confianza

La vida no solo se piensa, sobre todo se siente, y yo me guío por lo que me dice el camino de mi centro, donde converge precisamente ese senti-pensar, y de ahí nace la confianza. Confianza en mi cuerpo, en mi memoria celular, en mi camino. Confianza en la confianza misma. Fe en ella.

Me vivo como mamá. Tengo una gran misión en esta vida que es cultivar dos infancias de la mejor forma posible, acompañarlas y alimentarlas pues un día florecerán dos mujeres que formarán parte de esta sociedad. Por eso, soy en este momento de mi vida, una mujer entregada a su maternidad, como el camino de servicio y amor más grande que he sentido. Ellas son mi proyecto más importante a desarrollar, quiero dar lo mejor de mí y a través de ese camino, también claro, crecer. Soy alguien en constante crecimiento, en constante muerte y renovación. Soy cíclica.

Otra parte de mi es que me veo como una cantora. Hace unos años renegaba de mi voz, no me gustaba, sentía que mi voz era fea, y cantar en público, ni pensarlo. Fueron los cantos de temazcal los que me iniciaron en la búsqueda de mi propia voz. Empecé poco a poco, dentro del temazcal, ahí en ese lugar oscuro y húmedo, como el vientre. Los cantos de temazcal son a la vez medicinales y rezos cantados, alabanzas al Gran Espíritu, a la Madre Tierra, agradecimiento a los elementos, a la vida. Sus letras me gustaban y empecé a aprenderlas. Luego, comencé a compartirlas en los círculos de mujeres que organizaba, luego por un tiempo formé parte de un grupo musical que armonizaba meditaciones y clases de yoga, con instrumentos y canto. Fui agarrando confianza, superando la vergüenza y descubriendo que podía cantar, que tenía una voz y sonaba bien. Aprendí también que cuando yo canto, algo de eso le hace sentir bonito a la gente.

También, por supuesto, soy una mujer que escribe, que disfruta de escribir. Me percibo pensante, afortunada, privilegiada. Soy una mujer que se permite ser deleitada por la buena música, por el baile, por los sabores de los sagrados alimentos. Soy cariñosa, cuidadosa, organizada y responsable.

Reconozco también mis defectillos. Todas las virtudes tienen su parte extrema, a veces en ese ser determinada, caigo en ser obstinada, aferrarme a querer que las cosas salgan como yo digo y cuando yo lo digo, y si no consigo lo que quiero, a veces reacciono desde la tripa.

¿Qué espero?... En el camino espiritual he aprendido que no hay que esperar nunca nada, soltar las expectativas, pues son aspiraciones que vienen del ego... además, esperar es algo muy pasivo. Lo mejor es, de vuelta a lo mismo, solo confiar. Confío en que, así como hasta hoy la vida me ha bendecido, continúe siéndolo, porque simplemente siento que lo merezco. Confío en seguir creciendo, aprendiendo, seguir rezando. En que, si hago bien al mundo, recibo bien de vuelta.

Muy diferente a solo esperar, es tener esperanza. Tengo esperanza en que el mundo se transforme poco a poco en un lugar más lindo para vivir, más verde, más consciente. Tengo esperanza en la humanidad, en aquellos que nos hemos mantenido despiertos, cuando allá afuera a todos quieren mantener dormidos. En

aquellos que han mantenido el fuego encendido, cuando allá afuera buscan crear oscuridad.

Tengo esperanza en las artes, en los lugares de rezo, en la voluntad divina, que busca siempre la ascensión. Todo eso, es en esencia, el espíritu siendo expresado, siendo manifestado. Tengo esperanza, fe y confianza en nuestro espíritu. En el mío, en el tuyo, en el de todos y todas, porque finalmente el espíritu solo es Uno.

Ecos

Pensando en los ecos de mis voces, llegan a mi, aquellas voces antiguas, palabras portadas por sabios que resuenan en las montañas de mi consciencia.

Los ecos que resuenan en mi no son solo de personas, los ecos que más han trastocado mi corazón creo que han sido los que se encuentran en la naturaleza... en el soplar del viento, en el respirar de un árbol, en las olas del mar mientras me mecen o me revuelcan... La mar me dice tantas cosas, me gusta cantarle mientras nado en sus aguas, y en respuesta me da mensajes mientras me llena con su inmenso, inmenso amor color azul.

Me he encontrado con las voces de las plantas sagradas como el hikuri, el tepezcohuite, el teonanacatl... Voces que siento vienen de “mucho más arriba”, de la fuente, del centro del corazón del gran espíritu, que no es más que el mismo centro de nuestro corazón porque ahí se escuchan, ahí resuenan. Sin palabras, hablan y resuenan claro, muestran y no dejan dudas, le hablan claro directo al alma, y transforman arrancando de raíz miedos, esparciendo con sus vientos semillas de amor y entendimiento.

También quisiera hacer hoy una mención especial a aquellas voces de mis antepasados indígenas, al pueblo mexica que vivió en estas tierras, hoy que se cumplen 500 de la caída de México – Tenochtitlan, ese 13 de agosto de 1521. Desde que desperté hoy siento el susurro de aquellas voces, que llegan en forma de nostalgia, de memoria, de sentirme también honrada de ser heredera de

aquella cultura tan gloriosa, y que al fundirse con la cultura venida de Europa, se empezó a gestar la raza de la que hoy soy parte, esa raza mezclada.

Así, hoy enciendo mi fueguito y elevo un rezo por el presente, por el cierre de un ciclo, y el inicio de uno nuevo, porque en este presente siento como está resurgiendo todo ese vasto conocimiento que fue perseguido, quemado, masacrado, ese conocimiento que hoy vive en mi, se manifiesta a través de mi, de mis cantos, de mi sudor en el temazcal, de ese estándar de vida espiritual tan alto que me dejaron mis ancestros como ejemplo y hoy vivo para alcanzarlo. Agradezco infinitamente a todos y todas aquellas que tuvieron que guardar en su corazón, en sus hogares, el verdadero tesoro del pueblo mexicana, en esa tradición oral que durante 500 resistió la dominación extranjera y se cobijó con discreción, pero al mismo tiempo con valor para que no se perdiera.

Ecos de aquellos sabios, toltecas, tenochcas y mexicas, que me llegan del pasado, que se escuchan y se sienten cuando voy navegando en los canales del sagrado lago de Xochimilco. Uno se imagina la grandeza de ese imperio sobre el agua, ese pueblo chinampero, y estar en Xochimilco es sumergirse en ese mundo. Por eso cada que voy al temazcal agradezco poder sentirme parte de ese legado que la mexicanidad está plasmando para la humanidad.

Todas esas voces, esos vientos que con mensajes han llegado, se expresan a través de mi viento, mi aliento sagrado, me han enseñado y me han mostrado, y ahora voy cantando y voy rezando... gracias a esos ecos que me han resonado.

Ometeotl

En nuestra familia, existe una palabra que antecede a todo rezo, a toda comida, que cuando alguien la dice, los demás quedan en silencio esperando el momento sagrado. Esa palabra es: Ometeotl.

Ometeotl es una palabra mágica, que abre puertas, o para ser más exactos, abre portales. Es una palabra en náhuatl cuya traducción literal es “ome” – dos, y “teotl” – energía divina. Se refiere a la energía dual divina que conforma a todo lo que

existe, algo así como decir “Dios Padre” y “Diosa Madre”, en un mismo concepto, unidos.

Ometeotl, Ipalnemohuani, Moyocoyatzin, Tloque Nahuaque, formas todas de nombrar a ese Gran Espíritu, al Gran Misterio, dador y dadora de vida, pues bien sabían nuestros antepasados, que la realidad no existe por si misma, nace de dos principios que no se pueden disociar el uno del otro, el que fecunda y la que gesta, el que le da forma, y la que da movimiento, el sagrado Masculino y el sagrado Femenino, la luz y la oscuridad. Ometeotl es el Dios/Diosa de la creación, que está conformado, según el conocimiento antiguo, por Ometecutli – “El señor dual” y Omecihuatl – “La señora dual”. Esto me da a entender que incluso “el señor dual” tiene ambas energías en él, al igual que “la señora dual”. Y que entonces, todos somos duales.

Todas las personas, seamos hombres o mujeres, tenemos tanto energía masculina como energía femenina, todos tenemos tanto energía eléctrica como energía magnética. Y así las plantas, los animales, los minerales, los elementos, todo lo que existe. Todo es luz y oscuridad al mismo tiempo, así como todo es vida y muerte al mismo tiempo. Y entonces entendí que el tiempo es solo un concepto de la mente humana para ubicarse en el espacio, y que en realidad todo es Uno. Así, el concepto de Ometeotl me llevó a reconocer la unicidad. La unicidad de mi ser, la unicidad de mi espíritu con el todo, la unicidad de todos los espíritus con El Gran Espíritu, la unicidad del todo.

Ometeotl me recuerda que soy un ser terrenal pero que a la vez puede volar, que soy un ser de mucha luz y amor, pero también con su densidad y oscuridad que me permite seguir viviendo aquí en esta tierra para trabajarla. Es una palabra que me recuerda el sagrado equilibrio que existe dentro de mi y al que debo anclarme para poder estar en mi centro.

OFRENDAR Y MERECEER

Ofrendar es una palabra que uso mucho. La ofrenda para mi es un darse, dar nuestras flores y nuestros cantos a la divinidad, para poder merecer. Es cierto que en mis ofrendas siempre están presentes las flores que da la tierra, sus frutos, sus semillas, pero en realidad, la ofrenda que tiene más mérito es cuando ofrendo mi ser, lo que soy, y cuando digo “nuestras flores y cantos” me refiero exactamente a nuestras acciones, a lo que florece en belleza de mi para el mundo.

La danza de luna es una de las más grandes ofrendas que he hecho, ahí voy a ofrendar mi hambre, mi sed, mi cansancio, lo que verdaderamente es mío, voy a ofrendárselo a los espíritus de la luna, de la mar, de la noche, a cambio de que mis rezos sean escuchados y se abran los caminos para que sean manifestados. Aunque hay momentos en los que siento que ya no puedo más, que ya no tengo nada más que ofrendar, siempre sale de mi esa fuerza, ese poder que me hace darme más, y lograrlo. Es un rezo muy fuerte.

Así también, cuando voy a servir al temazcal, ofrendo mi energía, mi sudor y mi canto dentro de ese sagrado vientre, me ofrendo a la madre tierra para merecer ser purificada, para merecer renacer, para transmitir mis rezos a su corazón, y para merecer temple. El temazcal me ha llenado de temple, un temple que precisamente me prepara para las ofrendas y los rezos mayores.

Cada que empezamos una ceremonia, un temazcal, siempre, siempre empiezo por poner una ofrenda, la llamamos tlalmanalli, que es una ofrenda a los 4 rumbos cardinales y a los 4 elementos, compuesta por cuarzos, agua y otros elementos que representan a cada rumbo, y entonces, una vez hecho el intercambio espiritual, merezco el permiso para encender el fuego y levantar la ceremonia. Así se nos fue enseñado, y así lo seguiremos enseñando, es un saber ancestral de nuestra tierra, pues aquí donde nacimos, una de las mejores cosas que sabemos hacer es ofrendar.

Mi vida entera es una ofrenda, sí. Y lo agradezco, porque entonces mi vida entera es un merecimiento de felicidad, de bienestar, de sentirme así, colmada de bendiciones. Soy un puente cósmico entre el cielo y la tierra para la manifestación

de la divina voluntad, así de abierta y conectada me siento. Gracias, gracias, gracias.

GRATITUD

Mi punto de llegada es aquí, haciendo maletas y todos los preparativos para emprender un nuevo viaje, un viaje hacia la danza de luna, hacia un nuevo capítulo de mi vida y de esta historia.

Voy guardando y voy recordando. Cada rezo, cada hierba, cada falda, cada cosa con su profundo significado. Así como cada página que he vertido sobre este taller acerca de mi, un ejercicio de 4 meses y medio de autoconocimiento, de revivir recuerdos / re-cordar (volver a sentir en el corazón). Creo fielmente en la sagrada ley de la sincronicidad y sé que todo tiene un orden divino y misteriosos que no podemos llegar a entender pero si a sentir, y sobre todo, a agradecer.

Lo agradezco porque ha sido para mi un ejercicio muy disfrutable y terapéutico, además de ser un acompañamiento durante estos meses de mi vida que han sido únicos. El postparto, los movimientos con mi pareja, en la dinámica de nuestro hogar, donde pasamos de tener una a tener dos niñas, una sacudida fuerte en nuestra relación de pareja, que sucedió a los pocos días de haber iniciado este taller y que vino a replantear aspectos esenciales de nuestra relación, sanándola a niveles hermosos. Siento cómo hemos crecido como nunca. Se sintió con todo el renacimiento que trajo Isis y su energía a nuestras vidas. Renacimos como pareja, como familia, yo estoy renaciendo como madre, pariéndome como una nueva mujer.

La escritura me ha permitido poner en perspectiva mis sentimientos, me dio tierra para plantarme a decirme lo que estaba pasando, lo que soy, lo que he construido, mi luz y mi sombra. Fue alivio para el drama mental, trayendo aire para pensar

mejor, para parar y respirar entre cada enunciado, reflexionar cada párrafo. También me trajo fuego, al calentar mis dedos que plasmaron palabra tras palabra, bien conectamos al fuego interno que se avivaba con los recuerdos. Me trajo sin duda también mucha agua, muchas emociones, algunas lágrimas, de tristeza, de alegría, de amor. Me trajo mucha medicina.

Aprendí también el valor de la constancia, a agarrarle un ritmo. Esto de que cada semana tuviera que tratarse de un tema distinto, me permitió no divagar mucho en cada uno, ir al grano, sacar lo esencial, y dar vuelta a la página para seguir explorando. Me creó el hábito, que aunque ya antes me gustara escribir, no tenía así de marcado. Incluso ahora, mi hija la mayor me pregunta si me voy a quedar a escribir en la noche, una vez que la acuesto. Ella ahora me mira como una mujer que escribe, que le gusta escribir cuando todos ya se han ido a dormir. Y voy a conservar este hábito. Me he propuesto seguir escribiendo así, constante, pues tengo muchas ganas de seguirlo haciendo, puedo sentir cuántos hilos para tejer hay dentro de mi, hilos, estambres, telas, mucho material para crear textos ricos de leer.

Porque eso es algo que también recibo con mucho cariño y gusto de este taller. Que más de una vez recibí el comentario de que fue disfrutable el leerme. Y eso me lo llevo en el corazón como un alimento para seguirlo haciendo. Eso me hace sentir una buena escritora, y ya con eso siento que mi tiempo aquí ha valido la pena, es un regalo de satisfacción. Ahora quiero continuar para que más personas puedan disfrutar de leerme, explorando otras modalidades de la escritura.

Lo que más me sorprendió, además de la sincronicidades de algunos temas con situaciones que estaban pasando en mi vida, fue el nivel de sinceridad al que pude llegar conmigo misma y con el lector, fue en algunas ocasiones sentirme desnuda, pero siempre con cautela y cuidándome, con mucho amor hacia mi, hacia mis relaciones, con un claro entendimiento de mis emociones, creo que nunca

hablando mal de nadie, mucho menos de mí, sino simplemente mirando mi verdad, reflejándome en ese espejo que es el mundo de lo escrito.

Sé que ahora es la culminación de una etapa, como dije anteriormente, he renacido. Mi bebé está pronta a cumplir el año, es tiempo de que se abra el capullito que ambas formamos durante este año, pegaditas una a la otra, y abramos las alitas hacia nuevas aventuras, ella ya con sus piecitos sobre la tierra, sonriéndole al sol, con cuatro brillantes dientitos y sus grandes ojitos. Y yo, con el sentimiento a pleno de gratitud infinita, por todo, simplemente por todo lo que mi vida es, lo que soy, lo que tengo y lo que puedo crear.

También ha sido un regalo el día de hoy, que después de 20 meses de espera, por fin hice un temazcal de mujeres, toda la pandemia-embarazo-postparto sin temazcal de mujeres, y hoy, un día antes de emprender el vuelo hacia la danza, se concretó. Me voy bien cargada de medicina femenina, de fuerza y de voluntad para ir a bailar con plena convicción de cuál es mi camino, la medicina del temazcal es una gran bendición en mi vida, y es un verdadero honor servirle de esa forma a la humanidad. Y bueno, hacerlo entre mujeres es hermoso. Un rezo colectivo que se vuelve tan poderoso y sanador, con mis hijas ahí, mi mamá, mis amigas, mi dualidad cuidando el fuego. Cuando estudié relaciones internacionales nunca me imaginé llegar a este punto, y hoy lo agradezco con el corazón lleno de contento.

Me siento muy bendecida, llena de confianza y amor. Gracias, gracias, gracias por leerme...

Si algún día, tu que me lees, quieres conocerme y conocer lo que hago/hacemos, leer mis textos completos, escríbenos, será un gusto coincidir
www.facebook.com/yosoymujerconsciente, www.facebook.com/tierrasagradaxoch ,
www.instagram.com/yosoy.mujerconsciente, www.instagram.com/tierrasagradaxoch