

DENTRO DEL SENDERO ÓCTUPLE

Ejercicio 3.

Título: **HUMANA NO EXTRAORDINARIA: MUJER**

Soy una mujer solitaria y soñadora. Una mujer que ha aprendido a vivir contra viento y marea, con sueños destruidos pero acostumbrada a recoger los escombros y reconstruir a partir de ellos. Con muchas ideas, todas ellas revueltas como esa vieja madeja de estambre que alguna vez dejó en casa de mamá.

Investigadora y curiosa ante la ventana de la vida, que no inquiere una sola respuesta, sobre la esencia, sobre el amor, sobre la vida misma.

Con muchas experiencias de gratitud por demostrar, que se sabe capaz de levantarse, aunque en muchas ocasiones ha olvidado el cómo.

Una mujer que decidió ser madre de tres y solo vivió uno, con un amor infinito a Elliot Damián, pequeño de ojos grandes y espíritu de guerrero.

Tengo miedo, un miedo enorme a perder a mi hijo, quien en este momento es el centro de mi vida, y me siento culpable por haberle heredado esa enfermedad, por no poder ayudarlo, por tan solo tener que esperar...Tengo miedo en este momento a no saber qué pasa cuando el cuerpo deja de existir, y me aferro a pensar que su espíritu continuará estando aquí. Tengo miedo a no poder continuar, porque el cuerpo se siente cansado, y me repito, 'vamos, tu puedes continuar, has sobrevivido a enfermedades, a abusos, a violencias, tu puedes', pero las palabras son como el eco en las montañas frías.

Mi mundo es incierto, un tanto turbulento en la actualidad, pero conservo la esperanza, porque en la vida todo por servir se acaba...somos una vela, y en algún momento como cualquier vela cumpliremos nuestra misión...eso me susurro cuando pienso en mis propios miedos...humana con miedos, con dolores que aún conserva porque en ocasiones la apalancan para continuar pase lo que pase...una humana en un laberinto mental...

Esa humana, soy yo...

Rescato las líneas que escribí a mi querido Elliot en mayo de 2020, y que sigo reafirmando en mi existencia actual:

Mi querido Elliot, ¿Sabes?, Tú no tienes una madre extraordinaria, si alguna vez te dicen eso, no lo consideres en tus ideas.

Tú tienes como madre a una mujer que, siendo niña, soñó con ser madre jugando con sus muñecas, y cuando llegó a la adolescencia se cuestionó al mundo; después siendo joven llevó la aún idea a terapia, que un día, tiempo después, decidió ser madre...y más tarde tuvo que volver a decidir si realmente seguiría con ese plan de vida.

Y así, después de una historia que tú ya conoces, te tuve frente a mí y así como experimenté amor, también experimenté miedo... y eso ha sido un bucle en nuestra historia.

No.... no me considero una madre especial, soy malísima siguiendo ciertos mandatos sociales que nos adjudican a las madres, así que seguramente no encontrarás en mí muchas de las características que ves en las madres de película, o de televisión. Soy una mujer que ha ido tratando de aprender cómo funciona tu pequeño cerebro y por ende cómo funcionan tus emociones.

Soy una mujer que intenta poner límites, reglas y todo lo necesario para generar hábitos y termina teniendo poca autoridad.

Soy una mujer que se desespera en el hospital, ya sea que estés tú o yo, porque quiere salir y verte reír, y terminan por considerarla loca e inestable.

Soy una mujer que se ha animado a hablar de lo que pasa alrededor de nuestra vida y ha generado señalamientos negativos y pérdidas.

Soy una mujer que se esfuerza en cuanto es posible por darte lo necesario y las cosas no le resultan porque su inteligencia y capacidades no le dan para más.

Soy una mujer falible, que ha cometido infinidad de errores en su vida, que lucha contra sus propios monstruos, que afronta sus propios miedos, solitaria, un poco maníaca, un poco absurda, un poco nada...

Jamás escucharás nada extraordinario de tu madre, mi querido Elliot, y eso está bien para mí.... porque hoy en día comprendo que no me quiero definir ante ti

como una super mujer o una super madre, porque cuando idealizamos creo que perdemos el verdadero sentido de las personas, del afecto y del amor.

No, yo no necesito, ni deseo que me idealices. Puedes enojarte conmigo o reclamarme por ocuparme tanto tiempo en tratar de conseguir recursos y terminar por dejar de prestar atención, por ser un tanto descuidada, por cocinar cosas básicas, por no hacer disfraces increíbles, ni tener habilidades maravillosas, por no contar con la inteligencia según ciertos parámetros...pero lo dudo...tú me has enseñado a dejar esos parámetros como absurdos....

Hoy me basta con que sepas que te amo incondicionalmente, que siempre te miro, y en ese mirarte tampoco veo a un hijo perfecto. Te amo como Sofía sabe amarte y como he ido aprendiendo a ir construyendo mi maternidad desde mis parámetros y recursos. Te amo porque decidí amarte, así como un día decidí ser madre y coexistir armónicamente.

Y así también...quiero decidir sobre los demás aspectos de mi vida, convertir a mis miedos, inseguridades, ansiedades y tristezas en mis aliadas, porque estoy convencida que tienen un mensaje importante que brindarme.

Finalmente, lo confirmo, no soy una humana extraordinaria, soy una mujer, una mujer con el alma constipada de amor...

Ejercicio 5.

Título: **Confesiones**

Lo confieso...soy una mujer como todas aquellas que te has podido imaginar, como aquellas todas con las que convives...todas en una.

Lo confieso... mi estatura diminuta me es muy funcional, fácil de trasportarme y con contenido de sueños y fantasías.

Lo confieso... mi cuerpo redondeado, el volumen de mi barriga y mis piernas delgadas no se me apetecen, ocultándose como delincuentes en la sociedad.

Lo confieso... mis múltiples lunares en la cara son motivo de un escalofriante miedo ante el histórico cáncer familiar.

Lo confieso...me gustan mis pequeñas y delgadas manos atrofiadas que no pierden su función más importante: sostenerse de las personas que amo y poder acariciar.

Lo confieso... mi rostro jamás será considerado en los estándares de belleza social, pero agradezco enormemente que pueda salir para descubrir el mundo, porque...

Lo confieso... soy una eterna viajera, que reconoce ese "pequeño mundo" constituido por amor, no como una materia, sino como una condición que permanece entre el espacio y se conjunta con la humanidad.

Lo confieso... soy en este momento como esa niña que corre tras el globo que se escapa de sus manos, con lágrimas agridulces y gritos que queman.

Lo confieso...soy la mujer que camina entre la lluvia y vuela en lo más alto de su imaginación para después perderse entre sí misma ante un escalofrío suplicante.

Lo confieso... soy una mujer que se cansa rápidamente de ese juego de máscaras y mentiras, tal vez es porque esas mentiras ya no se ajustan a mis propias necesidades.

Lo confieso...en ocasiones lloro sobre la calidez de mi almohada, siendo vulnerable ante ciertas situaciones que me debilitan en mi interior.

Lo confieso...en las noches me gusta mirar por mi ventanal y contemplar las estrellas mientras mis ideas vuelan hacia la oscuridad.

Lo confieso...soy adicta al chocolate y el café perdiéndome entre la sensualidad de estas dos exquisitas sustancias, y cuando estoy melancólica como hoy, los disfruto más.

Lo confieso...lo que más disfruto comer son los postres y los panes en todas sus presentaciones con ese sabor tan dulce ante el sabor amargo que la vida me ha dado en diferentes presentaciones.

Lo confieso... puedo meterme entre muchas cobijas y almohadas para sentirme nutrida del calor que mi cuerpo por sí mismo no puede producir, y además

Lo confieso... entre esas almohadas y cobijas, la fantasía se asoma viendo películas y series de todo tipo, cavilar, cavilar, volar y volar en mi imaginación...

Lo confieso...no me da pena emocionarme con las carreras de autos, gritar dejando escapar tal vez alguna que otra palabra altisonante y brindar gustosamente por un triunfo.

Lo confieso...estoy harta de la misma situación y de andar en un camino sin andar, tan cansada que me da miedo en ocasiones mi propia reacción.

Lo confieso...puedo ser aquella mujer liberal que parece no le preocupa tanto la vida, capaz de comprender las vicisitudes de la vida cotidiana; pero también soy aquella mujer capaz de sentarse a contemplar las estrellas en la quietud de la noche.

Lo confieso...aparte de estar de aburrida...me encuentro llorando...ah...y...

Lo confieso...soy una mujer ordinaria, aburrida, divagante...con fortalezas y debilidades, y ¿sabes? Me ha gustado confesarme.

Ejercicio 7.

Título: **El día que las libretas se guardaron**

No he encontrado en esta ocasión, otra mejor forma de hablar de la principal huella que considero tengo en este momento de mi vida, que las Cartas a Elliot Damián, las cuales las voy escribiendo con muchos sentimientos, pero siempre tratando de brindarle un pedacito de mí. Esta carta la hice con mucha tristeza por todo lo que estamos pasando, pero a la vez la hice con mucha esperanza. Siempre soñé con ser una gran profesionalista, una psicóloga y psicoterapeuta reconocida que ayudara a las personas, generar algún postulado e investigaciones, pensaba ya tener mi doctorado por esta época, y estar como docente de tiempo completo teniendo reconocimiento en mi ramo. Hoy en día, realmente no es que se hayan desvanecido mis sueños, creo que más bien estoy reestructurándolos. Sé que algunos puntos del sueño no los conseguiré, y que tal vez, en realidad, ya no son parte de mi necesidad. Pero lo que sé es una necesidad, es brindarle todo el amor, la esperanza y la visión de un mundo lleno de posibilidades a mi hijo, el tiempo en que nos hemos decidido a acompañar, como este fin de semana, que después de 20 piquetes, me veía con su rostro con lágrimas, y me decía “mamá” tomándome de la mano... mi corazón se hizo muy chiquito y no estoy segura de donde surgió el coraje para continuar sosteniéndolo...

También este fin de semana me di cuenta que surgió, después de mucho tiempo, la necesidad de acompañarme de mi pareja, tal vez ya no como enamorados, pero si como aquellos amigos que de forma entrañable alguna vez juraron no hacerse daño y ser sinceros ante todo... este fin de semana Abraham me dijo “ya no te amo como pareja, y he decidido no retomar la relación”. Lloré mucho, duele mucho, pero valoro inmensamente tu sinceridad, y curiosamente no me siento sola, sé que sigue estando ahí, conmigo, como el amigo que siempre ha sido... Y así desde el dolor nace esta carta, pero con la esperanza de que el amor, el amor

se expresa de muchas y variadas maneras...por eso, el día de hoy, mi mejor huella es esta carta... mañana no lo sé, porque hoy he comprendido que soy un ser en constante co-creación...

Mi querido Elliot Damián:

Un día las libretas se guardaron, y el enorme estuche de bolígrafos solo se sacó para lo indispensable, un día mamá decidió callar porque se vio obligada a hacerlo...había perdido prácticamente todo y ni las letras se lograban dibujar en su cabeza... pero hubo algo que las mantuvo unidas en el imaginario... y es que inevitablemente al voltearme y ver esos enormes ojos brillando... mirándome...detenidamente mirándome... sabía que tenía una enorme fuerza para poder seguir adelante...a pesar de toda circunstancia.

Ha pasado prácticamente dos años mi querido Elliot, prácticamente dos años en que nuestra vida tomó un vuelco totalmente diferente, y varios meses que me ha tomado el valor de volver a tomar esta pequeña libreta para volver a plasmar lo que siento y pienso...no ha sido un camino nada sencillo en esta ocasión, se puso en riesgo tu propio bienestar y eso indudablemente me derrumbó, pero no por completo porque sabía que de alguna u otra forma teníamos que salir adelante.

Ha sido muy triste para nosotros tener que dejar tus terapias fuera de casa, tener que esperar y buscar nuevos medios para poder llevarte con los especialistas y detener parte de tu chequeo médico, ahora ha sido más tardado, estás creciendo y requieres de más atenciones médicas, pero ya no nos es posible costear todo eso, es una cantidad fuerte con la que nos es imposible contar. Eso nos ha dolido mucho, así que seguimos haciendo en casa lo que está a nuestro alcance y encargándonos de que no te falte comida, y necesidades básicas, y por supuesto tu atención médica mensual de seguimiento.

Y todo esto, mi querido Elliot Damián, es algo que no nos esperamos en este momento de la vida, también teníamos sueños cuando éramos muy jóvenes, sueños con nuestra profesión y sueños con nuestra familia. Nos amábamos y pensábamos que con el solo hecho de amar, desear y trabajar muy duro podríamos lograr todo lo posible. Pero la realidad es que la vida nos ha dado vuelcos muy fuertes, con todos nuestros sueños, y ¿sabes? a las personas no siempre se nos facilita reestructurarnos tan rápido, en ocasiones ya no se puede volver a armar esas mismas piezas, en ocasiones tienes que crear a partir de los pedazos y eso es lo que tu papá y yo nos encontramos haciendo: shiatsu con nuestra vida.

¿Recuerdas qué te dije cuando eras pequeño? que no permitieras que te mostrarán solo el lado negativo de las personas y de la vida... Eso me tuve que repetir infinidad de ocasiones para no caer en ese error, no quería que mi dolor te nublara a ti lo que ha sido bello en tu vida y todo lo que tu valoras. Pero la realidad es que tampoco es algo que pueda ocultar, y te lo he tratado de platicar frente a frente, tú me observas extrañado, como los primeros días que me viste en casa de planta, como las veces que me has visto llorar porque no tengo trabajo o porque simplemente el dinero ya no alcanza...

Aunque al final termino sollozando porque mi corazón se hincha de amor cuando acaricias mi cabello, cuando me abrazas y me besas, cuando simplemente me miras, esa bendita mirada que me llena de energía y que siempre interpreto como un “vamos mamá”....mi querido Elliot no tengo palabras para agradecerte estos meses por estar ahí, por acompañarme en mi dolor y acompañar también a tu papá que poco expresa verbalmente, pero que tú y yo sabemos que tan angustiado también está.

¿Sabes cuál ha sido mi mayor alegría? Cuando después de la primera semana de estar en casa te escuché decir “mamá” aunque mil veces me digan que no lo dices realmente, yo no lo dejaré de creer, ¡¡¡me llamas mamá!!! Siempre me dijeron que

eso nunca sería posible y entonces yo comencé a resignarme, jamás podría escucharte decir mamá, jamás podría tal vez contar con esa gran posibilidad que escuchaba de otras madres, así que me fui haciendo esa idea, y cuando te escuché ¡no cabía en la felicidad!, no me importa que ahora comiences a llamarme mil veces!!! “mamá, mamá, mamá” si estas junto a mí.

No te calles mi vida, no permitas que te callen como yo permití por meses que me callaran, que el silencio fuera mi único recurso para protegerme y proteger a quienes amo. Las palabras verbales o escritas en muchas ocasiones son malinterpretadas, y la libertad de pensamiento no siempre es comprendida. Yo perdí mi trabajo, perdí a quienes creía amistades, perdí recursos que me posibilitaban darte una vida estable...y me dolió terriblemente...ha sido un proceso no fácil pero necesario en mi vida, tal vez en la vida de los tres, porque al final tu papá también me enseñó que el silencio prolongado también enferma y también fractura...

Por lo tanto mi querido Elliot, no calles...aunque las personas malinterpretan los sonidos que realizas o cuando gritas, como también malinterpretan los gestos que realizas, algunos se asustan y tu muchas veces lo único que deseas es hacerles saber que estas ahí, en otras incluso solo quieres acercarte y en otras como cualquier niño solo quieres distancia, pero esa posibilidad de saber lo que expresas la brinda el hecho de que se detengan y te observen, que no te juzguen y que no se llenen de juicios anticipados.

Elliot no calles, no repitas lo de mamá, no guardes tus libretas, sigue rayándolas como tú quieras, como tú interpretas el mundo, bajo era mirada... con esos ojos brillantes que un día nos dijeron que a esta edad dejarían de mirar y estarían perdidos...y no es así...hoy te tengo a mi lado, viendo como escribo, tomándome la mano y acercándote a mí...tú mi querido Elliot me enseñas todos los días un poco más de la vida, y como, el que mis sueños se hayan destruido, no termina mi vida...

Aún, con un largo camino por recorrer, en el que mamá tendrá que aprender como se integra en este mundo tan cambiante, tan efímero, pero del cual desea seguir enseñándote lo más bello que pueda...saquemos nuestra libreta mi vida y rayémosla todo cuanto queramos...

Te ama mamá.

Sof Martínez

Título: **Soy cuidadora: ¿me disculpo?**

En esta ocasión comencé escribiendo sobre mis deseos, los que relacionada con mis sueños y anhelos más sensibles; sin embargo terminé escribiendo lo que necesitaba expresar, y que al final considero es parte de mis deseos actuales, lo que me mueve hoy en día en muchos sentidos, además de que este fin de semana operaron a mi hijo y fue una cirugía de urgencia, que nos dijeron “será fácil, dos horas y listo”, pero se convirtió en un procedimiento de 6 horas, con complicaciones, y que nos llevó a un externo de angustia. Entonces el domingo decidida a terminar el escrito que había iniciado, lo borré...y este es el resultado:

Me encuentro algo cansada, a lo largo de estos ya más de 9 años, (porque empezó la travesía desde el embarazo), he comprendido que lo más agotador para mí es la parte emocional, aunque en el momento puedo llegar a “desconectarme” y encender el automático, realmente es agotador, suben y bajan las emociones.

¿Han visto el video donde las personas suben a un juego mecánico y se desmayan? La explicación que nos brindan es que cuando nuestro cuerpo se somete a presión y velocidad como ocurre en la mayoría de los juegos mecánicos bruscos, el cerebro sufre estragos momentáneos que provocan que la sangre no llegue en forma adecuada a todas sus zonas y por eso hay desmayos breves de no más de 3 segundos. Según los expertos lo más grave que podría

pasarte es una contractura. Bueno... algo así se sienten estas experiencias, ahora súmale esto durante todos estos años...

Por eso cuando una doctora me preguntó si era la abuelita de Elliot Damián, solo sonreí... no lo dudo, puede ser que, si me vea como su abuelita, nunca he sido precisamente una persona con los estándares de belleza establecidos, y mucho menos hoy en día, con 15 kilos de más, mis bellas canas, que por cierto brillan, y los estragos en la piel que causa el estrés, el agotamiento emocional (porque jamás será lindo que te den noticias no gratas de la salud de tu hijo) y el no dormir adecuadamente. De verdad mi cuerpo está funcionando lo mejor que puede. Así que solo sonreí, y le dije, *no, soy su mamá*, pobre doctora, ya no sabía dónde meter su cara, realmente no me molestó, entiendo que no me veo fresca ni radiante.

Y bueno, hoy me paré a ver el cúmulo de pendientes, y me sentí un poco desanimada, al ser ahora independiente, pues el trabajo hay que buscarlo, pero este año la situación de salud de nuestro amado Elliot Damián no ha sido precisamente la mejor, ha habido muchos reveses y entonces fue como subirnos a la Montaña rusa extrema (bueno, no sé si exista algo así, pero esta así la denominé), aclarando que jamás me gustaron los juegos mecánicos.

Entonces, el poder cumplir los compromisos con relación al trabajo ha sido doblemente complejo. Realmente en muchos de los casos no lo he podido hacer, he tenido que dejar compromisos o no los he podido atender. Por supuesto eso no me ha beneficiado, he tenido que derivar a las/os pacientes, y en algunos casos ya no me contratan por falta de compromiso. Entiendo las posturas de las instituciones y empresas, ellas tienen que también cubrir sus programas y fechas, pero, por otra parte, no es que yo no quiera trabajar, tanto Jorge Abraham como yo, somos los únicos cuidadores. Él también ha tenido que renunciar a trabajos, a estudios, y por supuesto a sueños.

Recuerdo que, en mi anterior trabajo, una compañera en una ocasión, riéndose me dijo *“la que decía que el ser madre no la iba a limitar a cumplir sus sueños”*, realmente me hizo sentir muy mal, porque para mí no es que el ser madre me limite, sino las condiciones en torno al ser madre más la condición de vida de nuestro hijo. Por supuesto me siento triste, a esta edad me veía con otra maestría e iniciando el doctorado, este año comprendí que eso no pasaría, todos los ahorros están contenidos en Elliot Damián, que ni una casa hemos podido adquirir...Entonces me deprimí... no por Elliot Damián, sino porque no me había dado cuenta de que, en mi proyecto de vida, se me había olvidado reajustar mis propios sentidos de vida.

Pero ese estado de ánimo tampoco está permitido para una madre, mujer y profesionalista, así que había que sorteársela. Tomé el trabajo solo necesario, y aun así me ha sido complejo poder cumplir con todos los compromisos, hoy tengo miedo, porque para el otro semestre no sé realmente como le voy a hacer, y me temo que de mi profesión ya no podré vivir...pero luego volteo y lo veo junto a mí...sonriéndome con su rostro cansado, tomándome de la mano y recargándose en mi hombro...y entonces me digo a mí misma: ***“encontrarás la forma”***...

Elliot Damián, desde el embarazo decidió vivir... el ginecólogo me dijo *“es tu última oportunidad, si este embarazo no se da, tendremos que buscar otras opciones, por tu salud física y mental”*, y Elliot Damián decidió vivir, ¿Por qué tendría yo que rendirme ante la vida? Si lo único que la vida me dijo fue: *“escúchame, por ahí no es”*... y efectivamente, ninguno de los sueños profesionales y académicos de juventud será posibles, pero si soñé con ser madre, y lo soy, con condiciones que jamás imaginé, pero aquí estoy.

Esto no significa que no busque que seamos comprendidas, con relación a las condiciones que algunas madres vivimos. Como he platicado con Carmen y Lulú, dos madres que igual se la sortean con sus hijos con Hunter, no podemos trabajar de forma “normal”, pero hemos aprendido a ser comerciantes y usar nuestra creatividad de muchas formas.

No es el afán el de victimizarnos, sino que los fragmentos de vida que narramos sirvan para generar que las personas volteen y no nos tachen de irresponsables, flojas o dejadas a las personas cuidadoras. No dejamos trabajos, oportunidades, o nos descuidamos físicamente porque simplemente no nos importe, o porque no nos hayan enseñado a ser responsables, lo hacemos porque las condiciones de vida así se nos presentan, y tenemos que elegir, entre la vida de nuestros hijos que requieren de nuestra asistencia para conservar en lo más posible su calidad de vida, o permanecer con ese empleo.

Muchas personas somos cuidadoras sin apoyos externos o familiares, en nuestro caso comprendemos que cada miembro de la familia también tiene sus propias actividades, y jamás hemos querido convertir a los abuelos en cuidadores porque no se hace adecuado ni justo. Por eso algunas personas dicen que estas condiciones de vida resultan para personas adineradas, refiriéndose a los apoyos, por ejemplo, cuidadores formales, terapias, médicos, asistencias diversas. Si no tienes el recurso, pues te la vas sorteando con lo que te sea posible.

Creo que tampoco se trata de dejarlo como una enfermera en alguna ocasión me dijo: *“pues yo no le obligue a ser madre, lo hubiera pensado, hubiera abortado”*. Y señalo quien lo dijo, porque es importante tener presente que incluso personas académicamente preparadas, en ocasiones no comprenderán las situaciones o dirán las cosas sin pensarlo. No, no se trata solo de *“es tu problema no el mío”*, cierto, nadie me obligó a ser madre, cierto fue una decisión personal, pero primero habría que respetar esa decisión, y segundo, tal vez podríamos dialogar en cómo podemos cooperar, que podemos construir todas/os juntas/os, creo que eso podría ayudar más que solo opinar sin conocer todas las circunstancias de esa familia en particular.

Hoy, al comenzar a escribir, realmente lo que pensaba era disculparme por no poder contestar mensajes, por no cumplir con las actividades laborales que tenía

programadas que tuve que cancelar, por los correos no revisados, por las tareas no calificadas, por no haber contestado inmediatamente la llamada, por no poder haber atendido la crisis, por no haber podido ir a tomarme el café, por no poder ser una persona divertida, por tener mi muro lleno de peticiones de oraciones y rifas para Elliot Damián, por no ser la amiga que hubieses querido, por no haber sido la compañera de trabajo sonriente, por no poder ser la madre que llega y regala cosas y en su lugar tiene quejas, por no poder ser la madre que siempre está al pendiente...

Y me di cuenta, que estas son solo algunas de las disculpas que a lo largo de casi 9 años he tenido que dar... también me di cuenta de que he estado viviendo una serie de duelos, que la Dra. Ofelia me ayudó a darme cuenta, y sí, porque esta serie de disculpas han venido acompañadas de diversas pérdidas, realmente, aunque hoy en día quisiera irme a tomar un café, simplemente no hay con quien. El ser madre de un niño con una condición de Enfermedad Rara se ha convertido en una vida en la que me la paso disculpando por no tener una vida como normalmente se espera...y ¿realmente así tendría que ser?

Realmente no lo sé...lo que sí sé, es que soy una mujer antes que madre, que está buscando redireccionar su propia vida...que ama ser madre y ver la cara de su hijo, quien forma parte de sus sentidos de vida, pero que tiene claro que no es lo único en su vida, pero que las condiciones sociales y del contexto muchas veces orillan a que nos centralicemos. No sé cuántas veces he escuchado, “no te centres en él”, “haz tu vida”, etc. Pero ¿Cuántas personas llegan al hospital a decirte, como te ayudo?, ¿Cuántas personas te preguntan, como se cuida a Elliot Damián?, ¿te ayudo a vender boletos de la rifa?...la vida está llena de “buenas intenciones”, pero esas no son la solución, estas buenas intenciones se tienen que concretar en acciones, sino quedan en eso... y es cierto que se agradece, pero también es necesario generar acciones que ayuden a las personas cuidadoras informales a que realmente conservemos a la par que la persona que cuidamos,

nuestra calidad de vida, nuestro tiempo, nuestros sueños, y podamos percibir nuestros sentidos de vida.

Así que, si conoces a una persona cuidadora informal, no te quedes en las buenas intenciones, puedes hacer una diferencia apoyando en generar pequeñas acciones, para favorecer, también, la calidad de vida de esa persona, en lugar de solo quedarte en señalar en lo descuidada que está, o en pobretearla.

Finalmente, hoy decido no disculparme...haré lo posible por cumplir mis compromisos, estoy consciente que acabo de perder opciones de trabajo, tuve que volver a derivar a mis pacientes y acabo de reprobar uno de mis cursos de actualización perdiendo la inversión de meses; pero no me arrepiento, estuve junto a mi hijo, pude tomarle de la mano después de haber estado horas en esa habitación tan fría, solo y muy probablemente asustado sin comprender del todo que pasaba. Tuve la oportunidad de ver como después de horas pudo volver a esbozar una ligera sonrisa y volver a decirme mamá, y eso, eso ilumina mi vida.

Título: Frente al sendero óctuple.

Hace muchos años, sumergida en el dolor de perder lo más amado por mí en ese momento, descubrí el Sendero Óctuple. Así, me vi frente el dukkha, percatándome de la naturaleza de la vida, el sufrimiento. He ido aprendiendo, por lo tanto, a lo largo de este tiempo que si vemos las cosas como que ni son ni no son, dejamos de crear lugares fijos en los cuales encajamos todo, situaciones, personas, cosas y nosotros mismos. Lo aprendí, pero asimilarlo y realmente desprenderme de mi ego para hacer consciente todo ello, no ha sido una tarea sencilla. Hoy me siento orientada hacia el Anicca, la impermanencia de la vida: todo cambia constantemente, la vida, los momentos, las situaciones, las personas, todos somos procesos cambiantes e impermanentes... y hoy me encuentro asimilando esto, comprendiendo a la par lo que no soy, mi Anatta, el mundo no gira en torno

mío ni a mi sufrimiento. Buscando ampliar mi visión, para entonces generar una intención, es decir una propuesta de acción.

Hoy sentada frente a mi computadora, vuelvo a tener esa experiencia organísmica, que me lleva a conectar conmigo misma, a atesorar mis encierros mentales cotidianos, que me incita a abrazar mi sufrimiento como parte de mi vida, y buscar ¿Qué me quiere decir la emoción, la pena, mi ser, la vida?

Hoy me he permitido volver a soñar, soñar con un sueño entre las nubes... soñé despierta... soñé que había bondad, y que el aire se constituía por una sustancia que el ser humano había llamado amor... Hoy he decidido oler la perversidad de las personas... respirar malicia... y experimentar como fluye por mi sangre...

Hoy valoré mis lágrimas, principalmente aquellas que entumescen mis ojos por el dolor... su valoración me lleva a advertir aquellas lágrimas de compasión.

Hoy he abrazado pesimismo que demanda mi vida actual, disfruté dormir entre las sábanas de la pesadumbre y la frialdad que originan las traiciones acumuladas.

Hoy volví a hacerme tantas preguntas al universo, tantas como pude hacer, anhelé respuestas sin pedir, y me estremecí ante las verdades asumiendo que no quiero saber.

Hoy comprendí que es el desconsuelo... y vislumbré parte de la vida, entre las flores marchitas ante el sol...

Hoy olfateé la muerte entre los campos de la existencia, toqué por primera vez el dolor que me han originado las pérdidas, para poder integrarlas a mi gratitud.

Hoy me pude ver a mi misma... sin ver el reflejo del rencor...y sonreí...sonreí cual mujer espera la vida...y simplemente disfruta...

Y entonces me vi despierta en el cielo... y comprendí que el cielo penetra en todo mi ser... y recordé... sólo recordé...

Y disfruté... cada frase, cada palabra, cada imagen, cada color...cada transparencia de mí alrededor...

Y agradecí... no agravié... y amé... no odié... y viví...no sobreviví...

Entre las nubes de aquel cielo azul... aquel cielo azul sin fin...soy yo, en el camino de este Sendero Óctuple.

Título: Entre el cielo y la tierra

En aquellos días, cuando los rayos del sol me parecían inmunes, las gotas de lluvia suaves caricias y el viento una sensual invitación...en aquellos días, donde la inocencia parecía absoluta, eran los días en los que me encontraba entre el cielo y la tierra.

No era un lugar extraordinario, ni hablaré de él como un lugar mágico, solo era un lugar que pasó a ser realmente significativo, por circunstancias, por épocas, por encuentros.

Tampoco había que hacer nada espectacular, no era necesario, sólo era cuestión de vivir; tal vez eso lo terminaba haciendo utópico, alimentando así, el aprendizaje cotidiano.

Fue en aquel lugar en donde aprendí a quedarme en la quietud de la noche, disfrutando el momento, escuchando los sonidos cadenciosos, entregándome sin premura, deseando del mismo modo, sin censura. Para después aprender entre a escuchar sin escucharme, con el veto en mis labios a aquella palabra impregnada en mi ser. Aprendí finalmente a tocar la neblina ante la despedida y llorar en mi silencio.

Entre el cielo y la tierra me enamoré...ahora solo déjame decirte, aquí sobre la tierra húmeda que cubre mis pies descalzos, cansados, marchitos...aquí mismo, en la obscuridad enternecida y el alma expuesta en este cuerpo desnudo: Déjame derramar una lágrima sobre la tierra para que se evapore hacia el cielo...el carro se ha quedado parado en medio de la carretera, y yo he tenido que continuar a pie...y me doy cuenta, estoy nuevamente entre el cielo y la tierra, tocando la neblina que no me permitió avanzar, solo que esta vez he decidido no quedarme quieta, tengo que caminar, lo necesito, porque finalmente he comprendido que mi historia tiene diversos capítulos cada uno con su principio y su final, y ese final es un tesoro que la vida me regala, el cual no siempre he podido tomar. Ahora lo siento, la neblina no me impide avanzar, también la puedo disfrutar y acariciar como esas gotas de lluvia en mi piel que expresaban el inmenso amor.

Y hoy mientras camino entre el frescor, me quedan los recuerdos de las sonrisas, de los aromas percibidos, de las caricias olvidadas, de las ilusiones de juventud, de los encuentros inesperados, de ese amor tan puro...y la vida también es una dualidad, entonces también diviso el dolor de lo perdido, los sueños fracturados, el dolor punzante en el alma que me apagó a suaves cuotas, y ese perdón que nunca llegó...

Y sigo caminando, descalza, si, un tanto marchita, y con la esperanza de nuevos agostos por construir, con la convicción de que las lágrimas no se han de sacrificar, sabiendo que puedo dejar fluir el dolor, para que pueda hacerme emerger desde lo más profundo de mi ser. Sí, ahora estoy parada frente a ese rayo del Sol, conocedora de la tristeza aún por vivenciar sin temor a la destrucción, la palpo, es tan cálida, que penetra mi cuerpo como si estuviera desnudo, es la esperanza que vibra desde mi interior, y me permite a la par sentir las gotas de lluvia acariciando mi corazón fracturado.

Sé que llegaré a esa habitación acogedora, perfecta para retomar mis encierros mentales cotidianos, junto al papel de las cartas por escribir, con el firme deseo de tomar esos trozos de alma y crear un kintsugi con mi vida.

Queda mi propia compañía por descubrir, pues soy mi propia wabi-sabi, dispuesta a reconciliarme con mi incertidumbre, mis miedos, el paso del tiempo, mis fracasos, el hecho de que ahora comprender que no siempre llegaré a respuestas exactas; resignificando ese dolor para poder vivir con mis perfectas imperfecciones, disfrutando de mi vida, viviendo despierta en el cielo, en la tierra.

Mujer descalza, mujer soltando el globo de recuerdos, mujer rescatando sus encierros mentales con su carpintería de oro, mujer *dandelion* que sana, mujer que ama ser un bicho raro, mujer con muchas cartas por escribir, mujer que toca las nubes, se mira a los pies, y recuerda...estás en el cielo, también.

Sof...es momento de transformarnos y continuar más allá del cielo y la tierra.