

ATERRIZARON PALABRAS

PABLO

La idea de organizar mi nombre y el de mis hermanas, me imagino que nació en una de esas tantas pláticas domingueras oaxaqueñas (me lo imagino así, porque en mi experiencia, en los domingos de encuentros familiares han salido ideas chistosas y locas, pa seguir la fiesta)

Mi familia es de un pueblo pequeño en el Istmo de Tehuantepec, Oaxaca, es una región muy fiestera, y me alegra pensar que un día en el que estaban reunidos todos, escuchando sonos istmeños y compartiendo la alegría de mi llegada surgió la idea.

PABLO es el nombre de mi papá, ¡saber cómo! Dijeron: ¡que tenga 5 hijxs! Y que cada uno tendrá el nombre con las letras de su nombre. Así P Paola, A Andrea, B Barbara, L Libertad y ¡O... faltó la O! es la broma consistente, ya que sólo somos cuatro hermanas.

Y así surgió todo.

Antes de que eligieran mi nombre sé por mis abuelos y tías que entre las ideas estaban Penélope, Paulina, Paloma...

Penélope no, porque con lo groseros que son por ahí me iban a decir pene, asuuuu, bueno, entonces no.

Paloma descartado, Paulina y Paola eran las dos opciones, decidieron Paola, se acercaba más a Pablo y yo era muy parecida físicamente a mi papá.

Paulina ha sido un nombre que me ha acompañado aun así, mi abuela me decía Paulina de cariño, otros en la casa de vez en cuando me llaman así, en la universidad también, o Pau, y me gusta, así que estoy en paz con esta forma de nombrarme.

Paola me gusta, busqué el significado y dice “la más pequeña”, soy la mayor de mis hermanas de hecho, pero nunca me he sentido así, Andrea, la hermana que sigue después de mí es quién tomó “ese papel”, era la que me cuidaba en la escuela, y en general la que estaba “parecía” alerta de todo, defendiendo.

Yo me sentí hasta mi adolescencia bastante insegura, sí, pequeña. Los que me recuerdan no me percibían así, me dicen que les parecía sociable, platicadora, yo no me sentía tan capaz, dudaba, temía.

En un tiempo pensaba que mi nombre se refería al presente, Paola como Para Ahora, algo así, y eso que yo me creía que era una persona como pensando en el pasado, me sentía como una mujer vieja, un alma vieja. Tal vez como un llamado a vivir el presente.

Actualmente me gusta mi nombre, me dicen de cariño Pao, Paolita, Pawwwrrr (simulando el ronroneo de un gato) porque soy cariñosa jaja.

Me siento tranquila con que haya sido nombrada así, lo siento como un árbol bien cimentado y frondoso, verde y con un viento fresco moviéndose entre las ramas.

¿SOY?

He ido cambiando con el tiempo, todos cambiamos.

Yo soy Paola, una mujer en constante transformación (justo ahora, viviendo este embarazo ya estoy siendo otra, no sé quién vaya a renacer) Soy un Ser Humano que se cuestiona el camino andado, lo disfruta, lo reflexiona, se sienta en el camino para hacer pausas y observa.

Sí, creo que esa soy, una observadora, antes más silenciosa, hoy más en acción. Acompañando a otras personas en sus caminos, no sólo por profesión, también por un genuino interés de caminar al lado de otros y de sostener cuando yo sí tengo energía y deseos.

Creo y disfruto el fluir de la vida, ¡amo vivir! Me encanta saberme viva...

No soy pesimista, he tenido muchos retos difíciles pero hasta ahora ninguno que me haya tumbado y dejado de creer en el disfrute, el agradecimiento, la felicidad, el propósito.

Sigo pensando que más no soy y aún no logro llegar a otras cosas que me definan...

Me da miedo pasar la vida y no agradecerla, irme de ella y no haber disfrutado todo lo que me regala cada día, cada instante. Tengo miedo de que mis hijj@s se vayan antes de mí (imagino es un dolor muy grande), me gustaría despedirme yo, cerrar mis ojos y transformarme mientras ell@s sostienen mi mano. Me daría miedo no poder compartirles y contagiarles mi confianza en vivir. Quisiera poder regalarles un viaje que ellos también puedan disfrutar.

Espero seguir muchos años en la tierra, compartir con mi familia (que estoy formando) los años más hermosos y disfrutar a la familia de donde provengo. Deseo sanar las heridas que resaltan y se manifiestan en cada transformación (en cada parto) para poder acompañar el desarrollo y la educación de mis hijj@s de mejor manera, o en lo posible lo más sana.

Mi mundo es hermoso, hay mucha gente a mi alrededor que me quiere, que tiene intenciones de crear un mundo diferente, que me escucha, que me acompaña, que transforma, me siento sostenida.

En mi mundo aún hay confianza en los demás, hay esperanza.

También a veces es obscuro, pero como cuando va a llover, nubes negras que pueden dar temor pero que cuando cae la lluvia es una bendición.

TERREMOTO

El dos mil diecisiete fue un año lleno de sacudidas, emocionales y terrestres. Yo vivo en San Cristóbal de las Casas, Chiapas, pero nací en Oaxaca y mi familia sigue allá.

Vivía con amigos y amigas y mi novio en ese entonces (ahora mi compañero de vida y papá de mis hij@s.) Todos vivíamos en una casa cerca del bosque. Ese año decidieron irse a California a trabajar y me quedé sola en casa.

La relación con el casero no era muy buena (conmigo y con las mujeres de la casa) después tuve conciencia de ello. A los hombres los trataba muy bien, cuando entendí porque supe que era porque eran hombres y blancos (esto le empezó a sumar al conflicto de comunicación que teníamos) porque era evidente que no quería hablar conmigo, pero tenía que hacerlo porque era la única en casa.

Las semanas en soledad y con un casero misógino y racista iban aumentando mi sensación de irme de esa casa, además estaban moviéndose las aguas respecto a mi relación (yo tenía ganas de tener la experiencia de vivir sólo con él y saber si lograríamos establecer una relación cercana y posible de convivencia).

Así que dentro de roces y situaciones incómodas con este hombre iba poniendo mi idea a mi compañero (ya antes le había expresado este deseo así que no era nuevo el tema) la distancia y las vivencias en diferentes contextos no ayudaba, pero yo ya estaba decidida.

Llegó el día en que la tierra se sacudió, UN TERREMOTO, ha sido la sensación más fuerte que he sentido (en relación a desastres naturales). Había sido una tarde muy lluviosa, mi hermana (vive en esta misma ciudad) que había quedado en dormir conmigo, no logró llegar a mi casa por la lluvia intensa. Me quedé sola. Dormí temprano porque estaba cansada, me despertó el movimiento intenso, estaba tan dormida que no lograba abrir la puerta (después me di cuenta que tenía el seguro), cuando logré salir me quedé en el medio del jardín, escuchaba como

se movía el agua en la cisterna bajo el suelo, estaba llena y golpeaba con intensidad.

Yo sólo esperaba a que disminuyera, pero iba aumentando, se movía todo y yo sentía que no había más que esperar a que se abriera la tierra. Volteé hacia la ciudad y veía unas luces verdes y azules no lograba identificar si venían del cielo o de la tierra, pero había muchas (me asusté) ¿qué era lo que sucedía?, todo pasó tan rápido y tan lento.

Cuando paró por fin salí a la calle, los vecinos estaban asustados, los carros iban y venían, se escuchaban las ambulancias, vi en mi celular que habían intentado llamarme de California y de Oaxaca, quise devolver la llamada, pero no había señal.

Al siguiente día supe que el epicentro fue muy cerca del pueblo en el que nací, que esa región fue la más devastada y había muchos muertos, todo era triste.

La casa de mis papás también colapsó, mi mamá estaba sola en casa esa noche, bueno con Perry, nuestro perrito salchicha. También estaba muy asustada, pero a salvo, la casa no cayó de un solo golpe así que hubo oportunidad de salir sin peligro.

Más tarde recibimos una llamada de la casa de mi abuela, ella se había asustado tanto que se le había subido tanto la presión que cayó en coma y después de horas falleció.

¡Así que bueno! ¡Todo junto! La casa donde ella creció y ella se fueron el mismo día.

Me fui a acompañar la despedida de mi abuela y también a acompañar a mis papás a rescatar cosas de la casa.

Fueron unos días muy movidos para mí.

Un día que estábamos bajando las cosas de la camioneta en casa de una tía, yo le dije a mi papá: ¡cuántas cosas perdimos este año! y mi papá me dijo: ¡yo no he perdido nada, sólo me estoy transformando! Mi cara de asombro (que él no vio porque siguió bajando cosas) siento que la veo cuando recuerdo la escena. Me quedé con un nudo en la garganta y un peso se me fue de encima, llegó la esperanza y el agradecimiento de pronto.

¡Uy! No tengo más palabras para expresar lo que me sucede (en el cuerpo y el alma) recordar esta frase, desde ahí creo todo posible, y mi papá y mamá me han enseñado a creerlo y hacerlo posible.

Tan posible es que ahora vivimos en un rancho grande y hermoso que crearon de cero con materiales reutilizables de la casa anterior.

Así que sí, de todas las frases que me han acompañado en la vida, esta frase es la que tengo marcada en el cuerpo y en el corazón...

MI REFLEJO

Me paré en el espejo y vi a una mujer cansada, mis ojos reflejaban esperanza y felicidad, pero mi postura parecía cansada.

Mi hijo llegó corriendo y comenzó a hacer caras chistosas, me dio risa y cuando me volví a ver me dije: ay! Justo eso te está haciendo falta, esa chispa de ingenuidad y de soltar.

Mi reflejo me dijo: ¡si eres esto también! ¡Sé que estás cansada, pero aun así estás bien!

¿Te ves? A veces no, estoy hace más de dos años sólo en modo cuidado, pero te descuidas a ti y así no se puede...

Darme tiempo me falta.

Estoy en casa de mis papás, salí corriendo de la soledad en la que estaba las últimas semanas y ayer dormí tres horas (eso me dije cuando sonreí frente al

espejo) como un logro enorme de vida, descansar. ¡Gracias! Mi reflejo me recuerda cosas que dejo de ver...

RELIQUIAS

Cuando era más joven solía escribir diarios, coleccioné mis cuadernos por muchos años, fue sobre todo en la época en la que salí de casa de mis papás y me fui a estudiar. En ese tiempo fue la forma que encontré de seguir estando cerca de mi familia (escribiendo lo que pensaba y sentía), las cosas que hubiera podido decir igual y las cosas que no podría haber expresado a nadie.

Escribí también poesía (según yo), me ayudaba cuando me sentía nostálgica y enamorada.

Creo que en algún momento llegué a pensar en que eran buenos poemas, pero era lo que lograban expresar de mí lo que me gustaba releer.

Mi abuelo escribía poesía en zapoteco y lo traducía al español, era muy bueno, recuerdo que cuando me veía nostálgica me decía: ¡es un buen momento para escribir!

Nunca estuve tan cerca de su proceso de escritor porque no fuimos tan cercanos, pero sé que la escritura ha ayudado a muchos en mi familia, la lectura también.

Total, que cuando terminé mi etapa de estudiante y me vi con miles de cuadernos encima y con mudanza próxima para empezar mi vida profesional decidí quemarlos.

Pensé que iba a ser doloroso dejar atrás todo eso que me acompañó tantos años pero no, resultó que no... sentí un alivio, sería otra etapa la que se aproximaba y tenía ganas de vivir otras cosas, así que ahí, después de 5 años de cuadernos, poemas, lágrimas, ira, felicidad, dije adiós a esas palabras, a esas reliquias que guardaba celosamente en un cajón, a mis historias de vida...

BRAZOS

Mi papá ha sido una figura importante en mi vida, de él pude aprender la paciencia de transitar las adversidades, el habla y la escucha atenta para resolver conflictos, las pausas para disfrutar la vida y dejar aterrizar las cosas.

La creatividad que puede llegar con las crisis y la confianza en la vida.

De mi mamá he aprendido la alegría de vivir, el disfrute, el coraje para arriesgarme y la fuerza de la mujer para seguir adelante. Las actividades lúdicas como parte importante para llegar a la resiliencia.

Con ambos he logrado avanzar con mi vida, unas veces soy mi madre, otras veces soy mi padre, a veces ninguno de ellos y me transformo en mí misma observando y sintiendo sus brazos cobijarme mientras camino.

MANTRAS

Recordé que alguna vez con unas primas nos reímos tanto por una grosería que nos hacía mandar todo por un tubo, como manera de soltar, fue divertido además porque nos sacó del enganche del suceso y nos hizo sentir unidas y aliviadas. Esta palabra no la uso, pero identificamos cuando alguien dice: ¡recuerda el mantra! y en automático reímos.

Otra palabra es " nanixhe", en zapoteco significa "sabroso", me hace recordar a mis abuelos bailando, sonriendo, comiendo, riendo, y la usábamos para recordarnos lo sabrosa que es la vida, y cuando la veo y escucho se me infla el corazón.

ESTRELLAS FUGACES

He tenido varias estrellas que me han alumbrado mientras camino, además me han enseñado nuevas habilidades y a partir de ahí descubrir amistades permanentes.

En un tiempo fue la escritura, esta me llevó a conocer la trova y la poesía, y me acompañó con amores platónicos y suspiros.

Otra estrella fue el baile, esta me acercó a muchos amigos y amigas que aún conservo. Cuando bailaba frecuentemente mi energía se limpiaba y liberaba, dejaba de pensar y sólo fluía, volaba, desaparecía, me ayudó tanto bailar y sentir mi cuerpo siempre en presente.

La que me alumbra en este momento es la música con percusiones, es un grupo de Mujeres y Disidencias, ellas me han enseñado a ver la vida con tanta fuerza y sanación, los tambores nos unen en un solo latir, cuando cantamos juntas las 13 almas me conmuevo al punto del llanto, como mujeres nos cruzan las violencias que hemos vivido, pero nos cruzan además el amor, la fuerza, la luz y la hermandad, saberme parte de este ensamble de Percusiones me hace sentirme sostenida.

TRANSICIONES

Cuando pienso en los vínculos que he transitado cruzo de la vergüenza a la tristeza, de la rabia al llanto, de la melancolía a la alegría.

Muchos vínculos han sido difíciles y dolorosos, todos han traído aprendizajes.

Me veo y recuerdo las experiencias de vincularme desde el ego y lo que pensaba que era mi papel como mujer en ese vínculo, casi como si interpretara un personaje para caer en el estereotipo, a veces salía bien, otras era una tragicomedia.

¡El vínculo que me hizo salir de mi burbuja romántica, fue un boom! Gracias que sucedió, pero que quiebre...

Aún estoy transitando y reconociendo mis propias transiciones, tengo un vínculo de siete años, y juntos hemos elegido maternar y paternar, es de otra cultura, otro idioma, otra forma de percibir la vida y uff, ¡cuánto hemos estado transitando para encontrarnos! y vernos lo más profundo que nos permitimos y logramos, este sí

que es mi extremo, mi espejo, mis retos, estoy agradecida de este hombre que he elegido, aunque a veces quisiera salir corriendo jajaja.

Pero qué vínculo más hermoso y más fructuoso hasta ahora...

ENOJO

Una sombra a la que temí durante mucho tiempo fue al enojo, siempre he creído que el enojo atraviesa a muchas mujeres de mi familia, uff, yo quería huir de sentirlo en el nivel que lo veía, así que me imaginé no vivirlo, y pensé que lo lograba evadir, pero, nooooo, vivió en mí toda mi vida, pero enmascarado y muchas veces volcado sobre mí (pero en forma de tristeza)

No quería que me relacionaran con una familia de mujeres amargadas o enojonas, traté de ser la paciente, la comprensiva, la mediadora.

Aunque ahora puedo entender el enojo que atraviesan estas mujeres, he decidido no responsabilizarme de ellas, pero sí de mi propio enojo, de mostrarlo, de validarlo y de reconocer de donde viene.

He entendido también que a muchas mujeres se nos niega esta emoción y nos hacen sentir culpa por mostrarlo cuando queremos poner límites, o cuando queremos expresar una injusticia; estoy tratando de hacer la paz con mi enojo.

Él me ha ayudado a reconocer cuando algo no me gusta, me ha motivado a poner límites y a invitar a otras mujeres a amarlo.

He logrado romper el silencio y manifestar mis necesidades.

No puedo estar más que agradecida por transitarlo, no es la emoción más agradable, pero es mi sombra, mi oscuridad y también quiero verla con amor.

VIDA ONÍRICA

Mi vida espiritual estuvo ligada al inicio (en mi adolescencia) a la religión, esto pasó porque no tenía otra referencia y creí que a esto se refería, caminando por

este lugar me di cuenta de que no coincidía con lo que poco a poco se fue despertando en mí.

Hasta hace pocos años me percaté de que una hermana desde niña podía observar con ojos de otra dimensión a seres que ya no están físicamente en la tierra, cuando recordé que ella ya me lo hacía saber desde pequeñas, me di cuenta de que yo había rechazado esa conexión que ella experimentaba, por miedo, por creerme lo que los adult@s decían, sobre los poderes que albergan muchas mujeres y que nos obligan a rechazar. Cuando hice la Paz con estas creencias me acerqué a preguntar sobre sus vivencias.

Cuando yo me embaracé y después de mi parto algo de mi vida onírica tomó más sentido, se despertó nuevamente. Hasta que volví a conectar con estos sueños tan lúcidos y llenos de significado en la vida real (¡volví a recordar que ya eran parte de mí, desde mi niñez, igual que mi hermana!) estaba segura de que fue por miedo también, por creer que ese "otro mundo" "esa otra realidad no existía".

Mi mundo espiritual se volvió más hacia la luz, más hacia validarlo, reconocerlo, amarlo y ponerlo al servicio, porque muchas veces sueño con personas que no conozco tanto, los mensajes aun así llegan y sólo los dejo ir, en el compartir.

Mi mundo espiritual me da mensajes con plantas, con piedras, con acciones, con palabras, ¡uffff qué bendición!

Me recuerda a las brujas, que aún a existen en todo el mundo... Qué gran sabiduría se esconde en las miles de mujeres que habitamos esta tierra, este universo...

¿EL FIN?

¡Me da mucha felicidad poder llegar hasta aquí! Varias veces lo dudé, pero tenía tantas ganas de conocer los retos. Me llenó el corazón recibir los ejercicios y sorprenderme con lo que se abría cada vez que me permitía escribir.

Me han traído recuerdos de mi tiempo de universidad, de mis vínculos familiares, de mis retos personales, la oportunidad de ir expresando lo que fluía en mente y corazón.

Me llevó a tener más ideas, de herramientas emocionales, ¡la escritura es poderosa! Es la manera de compartir conmigo misma y hacia otros lo que me sucede, lo que me cuestiono, lo que temí, lo que sueño...

Estoy muy contenta y agradecida con la interacción que he tenido con otra mujer que no conozco físicamente y aun así siento conexión, cuando he recibido mis retroalimentaciones.

Cuánta cercanía puede haber cuando leemos a los demás, cuánta posibilidad de intimidad, o cuánta vulnerabilidad.

Gracias infinitamente por esta oportunidad, estos retos también los puedo utilizar con mujeres y hombres que acompaño emocionalmente, me agradezco por permitirme transitar este tiempo de leerme.