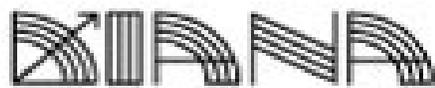


Las
enseñanzas
del corazón

FRANCISCO RÍOS ZERTUCHE





LAS ENSEÑANZAS DEL CORAZÓN

Francisco
Ríos Zertuche

Las
enseñanzas
del **corazón**

FRANCISCO RÍOS ZERTUCHE



Índice

Capítulo 1
Capítulo 2
Capítulo 3
Capítulo 4
Capítulo 5
Capítulo 6
Capítulo 7
Capítulo 8
Capítulo 9
Capítulo 10
Capítulo 11
Capítulo 12
Capítulo 13
Capítulo 14
Capítulo 15
Capítulo 16
Capítulo 17
Capítulo 18
Capítulo 19
Capítulo 20
Capítulo 21
Capítulo 22
Capítulo 23
Capítulo 24
Capítulo 25
Capítulo 26
Capítulo 27
Capítulo 28
Capítulo 29
Capítulo 30
Capítulo 31
Capítulo 32

Capítulo 33
Capítulo 34
Capítulo 35
Capítulo 36
Capítulo 37
Capítulo 38
Agradecimientos
Acerca del autor
Créditos

A las y los jóvenes del planeta.

A las mujeres del mundo.

A los niños que nacen para morir niños.

1

MI ABUELA VEÍA LLEGAR LAS ÁNIMAS por una sola ventana del rancho. *Viene mi mamá,* decía. Y en minutos, enloquecían los cuatro pastores alemanes.

A mí me daban pavor esas noches; corría a tomar de la mano, bien apretada, a mi mamá. Me metía después en su cama y, temeroso, veía el hueco en alto de las pequeñas ventanas iluminadas por la diminuta luz de luna. Quedaba en espera de que algo, de pronto, se asomara por una esquina, una sombra más oscura, quizás antropomórfica, irrumpiendo entre las sombras grisáceas de la noche.

Conforme rodaba la luna por el cielo, se iba agravando la complejidad de mi situación. Sentía que una fuerte urgencia se agolpaba más y más en la vejiga; aguantaba la respiración, se me endurecían las piernas. Rogaba porque amaneciera ya.

Todo me decía, con fuerza en mi interior, que al bajar el primer pie de la cama, y antes de contactar el suelo, mis tobillos serían sujetados por unas manos férreas. Eso significaba que yo estaría perdido.

Noches de agonía infantil, cuando los bravos perros guardianes se desgañitaban con ladridos peculiares: una variación de la lengua utilizada para intimidar humanos o de las que dominaban para alejar al coyote de las inmediaciones, o ante otras circunstancias. Observé que los cánidos, como las aves, manejan un lenguaje complejo, diferente ante cada situación. La CONTEMPLACIÓN es un estado del alma que se da naturalmente entre quienes viven en el campo. Se va aprendiendo el lenguaje de la naturaleza. Por el clima hablan las figuras de las nubes, el sentido y la fuerza del viento, la conducta de los insectos y de los animalitos silvestres y domésticos. Nubes aborregadas predecían helada; hormigas en frenesí, cargando huevos y larvas, era premonición de tormenta; y hasta una cerda, con su comportamiento extraño, nos comunicó que el caballerango acababa de sufrir un infarto al miocardio.

Mi abuela, Mamá Florinda, tenía una orilla del alma ensopada en los humedales del mundo ido, del espacio del inframundo, al igual que su madre y, en una secuencia ascendente de generaciones, sus propias abuelas, bisabuela y tatarabuela, que era hasta donde la noche del pasado se conocía. La línea matriarcal, en cada nodo generacional, había venido acumulando y legando en descenso sabiduría de vivir con alegría, además de otros peculiares dones. Ella era una mujercita de baja estatura, tan delgada que solo el pellejo cubría sus ligeros huesos, vestida de negro desde la muerte de dos de sus hijos y siempre adornada con un elegante chongo posterior que peinaba con sus largos cabellos,

los cuales rebosaban hasta su cintura. Se despertaba a las cinco de la mañana, cepillaba su cabellera por casi media hora y, aun cuando estuviera el clima gélido, salía a respirar cien veces con profundidad, moviendo en tensión los brazos; y a caminar con parsimonia, metida en sus medias gruesas de franela bajo la larga falda oscura. Se le veía cubierta con su largo zarape, doble grueso, de Saltillo (su ciudad natal), siempre que estaba fuera de la casona del rancho durante el largo periodo de clima invernal, de octubre a marzo. Su voz era grata y acompasada. No pocas veces la vi montar a caballo, nunca portó fuate alguno, se hacía conducir con el volumen y tono susurrante usual de voz y montaba de lado, a la usanza charra tradicional. Sus cinco hijos vivos, tres hombres y dos mujeres, la deificaban en sus tratos. Doña Florinda enviudó frizando los 15 años de casada, quedándose con siete hijos que sacar adelante, pero sin haberse aventurado antes a comprobar alguna vez si contaba con una habilidad material nata que trascendiera las labores espirituales y domésticas. Su personalidad, magia y misterio me tocaron, dejaron su impronta embrujándome de por vida. Los 25 años que conviví con ella y, más que con ella, con su ejemplo, me reeducarían paulatina y exponencialmente.

Recolectando hojas enormes de acelgas, cultivadas sobre una cama de abono de paloma, me diría, viéndome con tiernos ojos de advertencia: *Te vas a tener que enfrentar a tus temores si quieres vivir sin un miedo absurdo a todo y a nada. ¿Es lo que me dijiste que quieres, verdad?*

¿Enfrentarme a mis miedos? Fue la primera vez que escuché esa locución. Estaba en mis siete años de edad y esa frase seguiría resonando en mis sienes y en mis labios, ya fuese que hablara conmigo mismo o con alguna persona entumida, paralizada por sus temores. Comprendí que en la vida hay manadas de lobos imaginarios que corren y nos cercan, que nos cazan, pero no en bosques o estepas, sino en nuestras entrañas. Su guarida está en la mente; supe asimismo que estas fieras son mortales y batibles. Las he visto aferrándose inútilmente, en sus últimos estertores, a las mentes humanas.

Los martes y jueves, desde las cuatro, había una línea bien formada para entrar al cine Río, de Monclova, Coahuila, la población grande más cercana. Y a unos 60 km de ahí comenzaba también, con puntualidad, la SANACIÓN EMOCIONAL en el rancho, a la misma hora y con una sarta similar de personas.

Doña Florinda las recibía desde una silla grande y llamativa, como si fuera la de un rey medieval, labrada barrocamente, con un respaldo que sobresalía holgadamente de su cabeza, mismo que junto con el asiento y los grandes descansabrazos acojinados en terciopelo vino estaban bordeados con tachuelas de cabeza cuadrada y piramidal, grandes y doradas, donde reposaban cómodamente las partes del cuerpo. Como en confesionario, el inicio de la fila se contenía prudentemente a unos pasos de mi abuela, para que no se escucharan los problemas de quien cuchicheaba sentado frente a ella, en una banca de madera rústica y de asiento de cordel de lechuguilla, a tan corta distancia que se tocaban las rodillas para no perder el hilo audible de la exposición de motivos emocionales, siempre graves y urgentes, de las almas que estaban en LA BÚSQUEDA de oír algo reconfortante o de una enseñanza útil para la vida.

Por largo tiempo, hasta los 12 años de edad, fui el ayudante no calificado de Doña

Florinda. Ofrecía agua de olla de barro o té de hojas de la huerta: limón, naranja y hierbabuena. Parte de mis fatigosas labores era abrir la vieja y pesada puerta de la finca, que por su altura evocaba el umbral de una vieja capilla, asentada en quicios de piedra volcánica foránea y labrada con un cuenco hondo para acomodar el sostén giratorio de las dos anchas y gruesas hojas de mezquite. De ahí viene la recurrida expresión “sacar de quicio”, me explicarían luego. El rancho, de casi un siglo cumplido, no obstante que era de adobe, tenía buena fábrica. Cuando se dio la anexión de Texas por los norteamericanos, un grupo de patriotas mexicanos retornaron a lo que quedaba de su país; entre ellos venía con su familia un próspero ovejero, quien pierde casi la mitad de sus diez mil mansos animales al cruzar en pangas el Río Bravo. Se asentaron y fundaron el rancho en San Antonio de la Cascada, en el fronterizo estado de Coahuila. Efectivamente, una caída de agua vestía con lujo la propiedad.

—Ahora te vas a orillar aquí —me dijo la abuela, deteniendo su mano entreabierta junto a ella, del lado opuesto a los asistidos—, y vas a escuchar todo lo que se habla en voz baja, y vas a aprender a conservar los secretos íntimos de otras personas en tu pecho y garganta, aguantando los embates que, como toquidos fuertes en tu interior, buscarán escaparse por tu boca como revelaciones únicas. Con una ocasión que demos salida a lo que aquí nos confían, sentiremos el peso aplomado y ardiente de nuestra conciencia, y el daño ocasionado muchas veces no es del todo enmendable. Húyele a los actos de mal juicio que generen consecuencias que no puedas ni aliviar, ni reparar de manera alguna.

A la hora de la merienda, del atolito de vainilla con canela y una base de leche bronca, y las semitas enchuladas de pedruscos de piloncillo, mi abuela me preguntaba: *¿Y doña Chole qué me planteó?... Y dime, Francisco, ¿yo qué le dije?* Mucho tiempo después ella agregaría una tercera pregunta: *Y tú, ¿qué le hubieras dicho?* Este último cuestionamiento encendía el brillo de mis ojos; hacía galopar la respiración y los latidos, y se me agolpaba un nudo de palabras que tropezarían para salir tocando la campanilla. Por meses me corregiría:

—No, no tienes que decirle qué debe hacer. Siempre, siempre que se pueda, dile: *bueno, yo haría esto*, y le cuentas una experiencia, propia o no, y cómo fue que se pudo resolver. Cuando alguien nos dice qué debemos hacer, lo tomamos como un imperativo, como una imposición, y cerramos las puertas del corazón; y mientras nos hablan, en lugar de escuchar, la mente divaga en la respuesta justificante para denegar y desechar la efectividad del mandato recibido.

Esa noche negra era poseedora de lunas grandes, parecía toda un alhajero abierto de brillantes; las estrellas cuajaban la vista de la Vía Láctea. Desde el patio se oía, por el lado norte del pueblo, el aullar de los coyotes en los cerros cercanos. Los perros, alertas, los atajaban al oscurecer en los lindes de las casas, manteniéndolos lejos de las gallinas, cabritos y aun de las parvadas de bravos gansos. Con todo, los animales de granja seguían expuestos a sus rondines subrepticios en los que pillaban una presa a minutos de que descollara el alba, transgrediendo los filtros de los guardianes dormidos profundamente, derrotados por el sopor de la reparación de las vigiliyas y fatigas. Las gallinas dormían en las ramas altas de los mezquites, sintiéndose plácidamente seguras,

fuera del alcance de los coyotes. Así, en confiados sueños, el astuto coyote sabía hacerlas perder su centro de equilibrio de un sobresalto, con un fuerte sonido gutural y, entonces, como objetos de peso muerto rebotaban sórdidamente en el suelo, de donde eran recogidas y llevadas en vilo a las abras, en donde tenían sus covachas, su hogar.

Hasta allá, en esa parte del norte de México, llegaba la creencia de que el dios Tezcatlipoca, señor de la maldad y de la intriga, se desdoblaba en su única faceta benigna, al convertirse en coyote —cóyotl— y atravesarse en la mitad de los caminos a los viajeros para advertirles que, de pasar de frente, adelante se encontrarían con desgracias y calamidades. Era común que los rancheros se volvieran por donde venían, por las mismas brechas polvorientas del desierto, cuando divisaban un coyote viéndolos de lejos, parado a mitad del camino.



2

—LO PRIMERO QUE TUVE QUE SABER —la oía yo, ahí sentado y atento mirando los ojos, los gestos y las reacciones corporales de los beneficiarios de su sabiduría— es que el miedo tiene un lado positivo: nos hace cautelosos y eleva nuestro estado de alerta para reaccionar de mejor manera ante una amenaza. Nuestros antepasados, los hombres primitivos, gracias a él pudieron confrontar y guarecerse mejor de los animales salvajes y de las fuerzas incontrolables de la naturaleza. El miedo es como un sensor que sirve para aguzar el instinto de supervivencia.

»Yo, cuando era una niña pequeña, tenía miedos irracionales. Todo me daba miedo. Por lo mismo, era indecisa porque me confinaba fatalmente en el presentimiento de que siempre me equivocaría; era insegura, no sabía en qué momento alguna amenaza me avasallaría. Tuve que aprender a no tenerle miedo al miedo —diría Doña Florinda.

Poco a poco tomé conciencia de los efectos perniciosos de las reacciones equivocadas al miedo.

Una y otra vez, mi mente se cimbraba al escuchar la exposición quejumbrosa de visitantes, quienes terminarían por perder todo al haberse quedado inmóviles, por no hacer algo, por no emprender una acción, debido al temor de perder una relación o un bien.

—Y, ¿cuál supones que podría ser el origen de los miedos?

—En mi experiencia —diría Doña Florinda—, y después de tantos años de tratar el miedo, podría decir que la fuente de la mayor parte de los miedos emocionales viene de no mostrarme tal como soy porque pienso que, de asumirme así, la gente no me aceptará. No nos gusta que las personas sepan que a veces fracasamos y volvemos a fracasar; que nos cueste trabajo adaptarnos a los cambios y socializar; que no siempre sabemos todas las respuestas ni qué hacer. La única manera de integrarme bien al tejido social es admitir cotidianamente mis miedos, mis errores y mis limitaciones ante otros semejantes. Y entonces sucede que, al aceptar así mis miedos, estaré al fin admitiéndolos ante mí misma. Igual sucede con mis DEFECTOS DE CARÁCTER y mis desaciertos.

»Hoy tengo que correr un riesgo necesario. Confiar en que las otras personas me aceptarán como soy, para lo cual antes necesito confiar en mí. Ya no puedo seguir viviendo con una máscara de agresividad o con una careta alterna de una gran sonrisa para que me acepten. Esta manera de esconder los miedos solo nos aísla de nosotros mismos y de los demás.

»La idea central, para desvanecer mis miedos, es confiar en los demás y, por lo mismo, tener el valor de mostrarles mis DEBILIDADES y mi VULNERABILIDAD.

»Hay quienes padecen el miedo a ser rechazados y eso les inhibe de participar con normalidad en la familia o en la comunidad. Simplemente deben decirse a sí mismos que nadie es ‘monedita de oro para caerle bien a todos’; y cuando sientan que están siendo rechazados, cobren conciencia de que ‘no está pasando nada’, que todo se encuentra en su mente.

»Existen otros miedos que están enraizados en situaciones vividas en el pasado; vivencias que en algún momento nos provocaron angustia y desesperación. Cuando percibimos que viviremos algo igual a lo que nuestros recuerdos temen repetir, reaccionamos con un rechazo irracional a volver a pasar por esas experiencias negativas. Es necesario acordarnos puntualmente cómo fue la mala vivencia que sufrimos en el ayer, para borrar estos miedos de hoy en día.

»Ante algún riesgo, real o imaginario, que veía por delante en mi vida, entonces otros miedos germinaban en mí al FUTURIZARME con el escenario más catastrófico que mi pesimismo podía crear. Hasta que un día, finalmente, me di cuenta de que mis proyecciones nefastas nunca resultaban ciertas».

Cuando un grave miedo dominaba mi cuerpo, percibía cómo se endurecía la parte de enfrente de la pierna; al mismo tiempo me ahogaba, como si unas placas a los costados del estómago, en los costillares, se apretaran con fuerza contra mí y, por último, conservaba el mismo ritmo respiratorio, pero el aire pasaba pegado al paladar, haciendo dificultoso el tránsito por la garganta. Recordaba así el comienzo del dolor de garganta al inicio de una infección. Mis músculos se contracturaban, como si una boa constrictora me estrujara. ¡Miedo! Era la señal directa y retroalimentada de mi mente.

En esos años me convencí de que tendría que aprender a manejarlo o, al menos, a sobreponerme a él, puesto que en muchas situaciones de no hacerlo así, las alternativas serían dolorosas. Oí a la abuela decir: *quien teme a la vida, teme a la muerte*.

»Con el tiempo aprendería que mis miedos eran inversamente proporcionales a mi Fe en Dios. Hay un punto alto de la Fe en Dios después del cual los miedos se disipan prácticamente. Con poca frecuencia llegan, con levedad se presentan y con prestancia son expulsados.

»Además, he visto repetidamente que cuando traspasamos con entereza una situación que nos sobrecogía, nos sentimos victoriosos y somos capaces de afrontar lo que sea. Se fortalece nuestro valor»



3

LAS NOCHES DE LOS SÁBADOS las pasaba en vigilia Doña Florinda. Era el día en que los videntes, los tocados por la mano de Dios, trabajaban en enlace telepático con otros para proteger a las personas que estaban a su custodia.

Era una prolongada y tediosa noche de meditación, reflexión y oración. La abuela se hincaba ante una ventana, como en un oratorio de convento, sobre un cojín bordado a mano. Tenía a su alcance una jarra de peltre con agua y una silla para reposicionar, de tiempo en tiempo, piernas y rodillas. A su lado, la enorme y enigmática gata blanca en su canasto, Mischka, que entreabría y cerraba sus ojos arqueados, como almendras, y a ratos volteaba a ver los de su dueña, lo que le daba confianza para contraer y reposar la cabeza sobre la almohadilla. El gato es el único animal salvaje que es tan inteligente como para hacerle creer al ser humano que está domesticado.

Doña Florinda cerraba los ojos y, como me contaría en alguna ocasión, se concentraba en un personaje y le veía el presente y el futuro. El pasado le estaba vedado. Reconocía la salud y las enfermedades; podía nombrar a las personas con las que interactuaba su protegido y sabía de las intenciones de éstas. Incluso iba más lejos: hacía que los portadores de maldad recibieran con fuerza la orden de dormirse; también los atarantaba y, a veces, hasta podía cambiar indirectamente el destino común, pero nunca los juicios y actitudes propios del ofensor.

Cuando iban a morir sus hijos, Elías y Joshué, ella lo supo horas antes. Lloró y lloró porque no le fue permitido mediar por ellos. Solo pudo orar anticipadamente por sus almas.

Siempre había en esas noches siete veladoras prendidas por toda su habitación. Quemaba al carbón, en un brasero foráneo, gemas de copal sin pulir; y los sahumerios de pino y mirra desprendían aromas volátiles que nos elevaban al misticismo y al sosiego.



4

CON LOS OJOS LLOROSOS, PANCHO HABLÓ:

—Es que discutimos y se llevó sus cosas.

—¿Se fue de tu casa?

—Sí.

—¿Qué pasó?

—Le dije de buena manera que no podía llevarla por la tarde a Monclova, al cine. Me dijo que estaba harta. Que era yo un egoísta, que no pensaba más que en mí. Entonces me entró coraje y comencé a despotricar; *Si de egoístas se trata...* Y me enganché, le grité, le reclamé cosas pasadas y hablé mal de su familia. Usualmente, soy un santo hasta el momento en que alguien me contradice. Y me «prendo» rápido, soy cohete de mecha corta.

—Solo respira hondo, Pancho, a la tercera o cuarta aspiración se habrá pinchado la burbuja del enojo. Pruébalo. *No deseches lo que no conoces*, me dijeron a mí.

—Ella empezó a gritar más fuerte que yo y hasta me dijo que yoapestaba horrible. Me siento muy mal, ¿qué debo hacer para que regrese?

—Lo que yo haría, Pancho, sería recomponer la relación, para lo cual solo barrería la hojarasca de mi lado de la banqueta, no del de ella. Comenzaría diciéndole: *Discúlpame por subir el tono de voz y por decirte egoísta, eso no es cierto. Tampoco lo siento en mi corazón.*

»Mira, Pancho, a mí me han enseñado que si abrimos la boca cuando estamos enojados nos vamos a arrepentir en grado mayúsculo y durante largo tiempo por lo que provocamos negativamente en otras personas. Por eso, aguántate con la boca cerrada o simplemente aléjate de ahí. Evita conflictos innecesarios y cargar culpas durante días por insultarla».

—Pero ¿cómo le voy a pedir perdón, si ella fue la que me gritó y me dijo egoísta?

—EL PERDÓN nos hace crecer. Si quieres en verdad que las cosas se compongan, comienza por pedirle PERDÓN; y pregúntate: ¿armo yo un mayor conflicto ante el conflicto desatado por otros? ¿Reacciono contra la agresividad siendo más agresivo? Entonces, ¿cómo justifico mi rechazo a las conductas conflictivas si me comporto igual o aun peor que aquello a lo que descalifico? Pero eso no es todo, Pancho; si te observas bien, verás que te lastimas más a ti con tu respuesta magnificada ante un DAÑO recibido, que siempre resulta menor; tu REACCIÓN hace explotar tu EQUILIBRIO

EMOCIONAL. Obsérvate. Además, yo ya renuncié a ganar las discusiones. Me he percatado de que cada vez que, según yo, imponía aiosamente mis argumentaciones, al poco tiempo me daba cuenta de que había perdido más de lo que ganaba, al deteriorar esa relación. Hoy paso de largo ante las discusiones. Simplemente, dejo de ser el otro sujeto necesario para que se puedan dar. Solo si se tratara de un asunto importante para la familia entro en diálogo abierto, nunca en discusión. Escucho todo el tiempo que sea necesario, no interrumpo. Invoco valores universales superiores como el amor, la justicia y la unidad de la familia. Y cuando la «contraparte» percibe una mayor sensatez y consideración a sus argumentos, el asunto se concilia razonablemente, teniendo al frente el valor de la familia. El EGO es el tercero en discordia, participante no grato en los diálogos que buscan resolver conflictos y no ganar y vejar.

—¿Y si no regresa?

—Claro que volverá. Tómala en serio cuando te diga calmadamente, en voz baja, sin aspavientos: *me voy*. Eso quiere decir que lo ha meditado con tiempo y que es una decisión tomada con serenidad.

»Por ahora, basta con que tú tiendas el primer puente, y cuando el enojo mutuo se haya desvanecido, estará contigo otra vez. La primera víctima de una discusión, entrado en enojo, es la verdad; luego lo son los participantes y después se amplían los afectados a terceros no implicados en el momento. Un CONFLICTO es algo así como cuando lanzamos un guijarro a un estanque de aguas mansas, se abren las dianas con sus ondas centrifugadas, se van agrandando sus zonas de influencia».

—Y a mí, ¿cómo se me quita el enojo?

—El «enojo súbito» se va haciendo ejercicio físico. Mientras lo haces, concéntrate en sacarlo. Si vas a correr, cada vez que marques un paso con el pie derecho, hazlo con fuerza y grita con coraje, y así vas deshaciéndote del encono, grita lo que te hizo y grita su nombre.

»Pero mira, Pancho, tu problema no es esta pelea y su resultado. Tu problema son tus juicios y actitudes. Si no los cambias, la relación continuará poco a poco en declive, así como una fragata que va haciendo agua día tras día hasta hundirse. ¡Sí, claro!, te puedo sugerir algunos puntos básicos, dado que ya estás convencido de que quieres cambiar tú para que cambie tu relación con Jacinta. Comienza actuando como si fueras una persona amable y noble. No te rías, solo hazlo. Hazlo en todos tus actos. Al tiempo de practicar estas cualidades, y sin que te des cuenta cuándo, te vas convirtiendo en amable y noble porque ambas virtudes son partes de la esencia de la naturaleza humana. Únicamente las vas a develar para ti. Todos tenemos lo mejor y lo peor en nosotros, vas a sacar la mejor parte que llevas dentro. Y yo pasaría de las agresiones a los cumplidos; y verás que, al cabo de un tiempo, de corazón, te aceptará bien. ¡Sí!, hazle halagos recurrentes de sus cualidades, de sus habilidades, de cómo cumple sus deberes, de sus buenos detalles. Solo son reconocimientos bien merecidos. Nada más haciendo esto la relación se invertirá. Y con lo anterior no quiero decir que ella cambiará su personalidad, simplemente cambiará sus actitudes hacia ti».

—Jacinta, quiero hablar contigo. Estoy arrepentido por lo que pasó.

—Siempre dices lo mismo, Pancho, ya no te creo nada. Ya no puedo creerte ni una palabra más.

—¿Sabes qué?, creo que debí llevarte al cine y que debemos ir más seguido. Es verdad, te tengo descuidada y pienso que debemos pasar tiempo juntos, estando relajados. Soy un suertudo al tener una esposa como tú; bella, hogareña, gran cocinera, que tiene su casa que brilla de limpia.

Después de diálogos en ese tono, en los que Pancho mantuvo la cordura, pidiendo perdón, halagándola con justicia y reconociendo sus propios errores, la tensión que afectaba la relación se disipó.

—Ay, mi amor, es que era una película que esperé mucho tiempo para que la pusieran en cartelera. Pero bueno, ya pasó. Gracias por tus palabras y por pensar en mí.

—¿Qué tal si salimos a comer unas quesadillas de doña María?

—Órale, vamos, sale. Me fascinan sus tortillas de harina.

—¿Te digo una cosa?, te quiero mucho y nunca te cambiaría por nadie.

—Yo tampoco, amorcito.

Cuando días después Pancho visitó a la abuela Florinda, para agradecerle por lo bien que estaba su matrimonio, cerró diciéndole:

—Aprendí que hay días que enseñan más que un año entero.

Ella le contestó:

—La esencia de todos los seres humanos es el AMOR. La manera negativa en que nosotros interpretamos las vivencias, malas experiencias, desamores, contrariedades, golpes que pasamos o exposición y presión de los prejuicios y creencias equivocadas de otros, nos van cubriendo con capas de influencias externas que nos alejan de la VERDAD y, por lo mismo, endurecen el corazón. El fondo original es que somos seres de luz, antes y después de sufrir distorsiones en nuestra naturaleza, porque aun las peores mentes criminales, con periodos largos de interacción en un «grupo pequeño» con valores positivos, regresan a reencontrar y a vivir su centro original de inocencia (Los Doce Pasos).



5

MI ABUELA GUSTABA DE ILUSTRARSE. Adquirió la placentera adicción por la lectura en la Escuela del Espíritu Santo, en Los Ángeles, California. En su cuarto tenía una pared repleta de libros. Había ahí algunos autores tales como Jung, Freud y Santiago Ramírez. Le gustaban las autobiografías y las novelas sobre sentimientos y emociones; estas últimas las corregía con tinta china. Decía: *a esta acción corresponde tal reacción, no la que escribió la autora*. En una página de un libro, por ejemplo, la autora narraba que la esposa y madre de dos niños había corrido a su marido por borracho y mujeriego; tres meses después le fueron a avisar que Juan, así se llamaba, había muerto en un accidente de tránsito en una madrugada de diciembre. «Esa mujer sintió por años culpas y amor.» Narró la autora, pero la abuela corregiría:

—No, lo que sintió por años fueron resentimientos y coraje, por haberle dejado toda la responsabilidad de los niños —diría Doña Florinda—. Así como los astros tienen sus leyes de rotación, traslación y gravedad, el comportamiento humano tiene, asimismo, sus propias leyes fijas; y eso te permite predecir, con alguna seguridad, lo que vendrá después de una cierta acción u omisión en una relación entre personas.

—Abuela Florinda: ¿los movimientos de los astros son exactos?

—Te contestaré con una pregunta: ¿el reloj que marca el tiempo es exacto? ¿Qué es el tiempo entonces?

—No sé.

—El tiempo es solo una medida del movimiento. De los movimientos rotatorio y de traslación de nuestro planeta.



6

DOÑA FLORINDA NO COBRABA por sus servicios espirituales, pero sí ponía en el pasillo de entrada sobre una mesita, como alcancía, una canasta tlaxcalteca de hoja de palma con un letrero escrito con fina letra caligráfica: «Si tú quieres y puedes, deja una contribución. Gracias». Era común encontrarnos por ahí, amarradas las patas, ladeadas y levantando la cabeza como con tics nerviosos, gallinas y rara vez guajolotes; huevos y tunas rojas; tortillas de harina y carne seca envueltas en papel de estraza sobre la mesa; conejos y hasta liebres silvestres. Y, una vez, dos ratones canguro, ya desollados para ser cocinados.

Me sorprendí en las primeras ocasiones, cuando ella le decía a una buena señora:

—Como tú lo has decidido, Pina, mañana es el día para irte y escaparte de ese mal hombre. Le haré un trabajito toda la noche para dejártelo en estado letárgico y que no te pueda ni golpear ni detener.

Días después oía lo que la señora le platicaba a mi abuela:

—Sí, ya tenía listas mis cuatro maletas. Tan pronto llegó, le espeté: *No pienso vivir más contigo, eres egoísta y machista. Antes de que tú nacieras no tenía espinas el rosal. Me voy a la capital a hacer mi vida.* Como zombi, me contestó con los ojos en extravío: *Sí, entiendo tus razones. Ya cambiaré e iré por ti.*

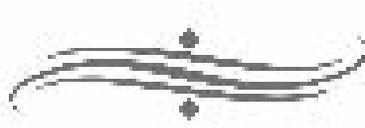
»Salí rápido de ahí con un pensamiento que llenaba todo el momento: se le fue haciendo cara de lobo; sí, cara de lobo. Y supe que horas después él tomaría conciencia y patearía muebles; gritaría y gritaría, pero ya sería tarde. Se pasaría el mes contracturado por sus propios pensamientos y emociones negativas».

—Podrá darse el caso de una mujer golpeada por su marido una vez, y será una víctima que proteger, pero solo una vez —dijo Doña Florinda—. Si se queda en casa y se presta a ser perennemente objeto de golpes, humillaciones y maltrato, tanto es culpa del marido como de ella, pues permite que suceda esa vejación. Hay muchas mujeres que por miedo a salir y enfrentar la vida prefieren ignorar que en casa tienen un problema intolerable: el de un marido golpeador, hasta de los hijos. Gritos, golpes, llantos y miedos es el MEDIO AMBIENTE que recrea una familia DISFUNCIONAL. Es fundamental, Pina, que cuanto antes rompas la DEPENDENCIA ECONÓMICA. Si no lo haces, estarás sujeta a la CALIDAD HUMANA de tu pareja y ya hemos visto que no hay

garantía de que ésta salga siempre buena.

»Puedes enseñarles el camino a las mujeres maltratadas: pedir claramente ayuda a otras mujeres o a tu familia; entrar a trabajar con una buena persona conocida o poner un negocio pequeño para recomenzar. Las puertas y los corazones se abrirán si es que comunicas bien tu necesidad».

Por la tarde fui con mi abuela a visitar a una pequeña enferma. Conocí que no hay aventura espiritual más grande, ni dolor humano más profundo, que el de llevar alegría a una niña con leucemia.



7

UN DOMINGO FUIMOS EN FAMILIA de día de campo a las pozas de Cuatrociénegas. Estuvimos nadando y vi cuánto se querían mis padres. Él nunca quiso romper su CODEPENDENCIA. Se colgaba de su esposa, de su madre y de su hermano mayor. Su vida dependía de que lo necesitaran. Era capaz de todo con tal de ser necesitado. Sabía bien el caminito de la CODEPENDENCIA: hacerse imprescindible a una persona con favores y servicios, y luego quererla cambiar a su gusto y modo, lo que causaría un conflicto permanente en la relación. Amor y odio, diría la gente en lenguaje coloquial. Hay quienes exageran la CODEPENDENCIA, y pareciera que traen en una mano el cordón umbilical y están buscando siempre con quién conectarlo.

Mi madre se subordinaba a mi padre en todo. Buscaba AGRADARLO por sobre todas las cosas. Conformarse a su manera de ser. Nunca aprendería a decir NO a los requerimientos de los demás. Esta agresividad contenida y las frustraciones acumuladas la tomaban de la mano y la conducían a la cama, en donde gustaba de abandonarse y dormir horas y horas durante el día, sumadas estas a las de la noche. Era parte de la normalidad hogareña ver a mi santa madre en el lecho conyugal tapada con una frazada ligera. Se levantaba a medio día para dar de comer, platicaba un rato con todos, sentada en su sillón, y de vuelta a acostarse. Había días en que estaba de humor para continuar socializando por la tarde; en esos momentos, todos los hijos presentes nos trepábamos a su cama, ganábamos un lugar y moríamos por hacerle preguntas.

Yo sabía que era hija de un brillante periodista, fundador del semanario *AS* de Madrid; y que él se refugió con su familia en París. Mi abuelo irradiaba madurez emocional y luminosa inteligencia. Había huido previendo las atrocidades franquistas. Paradójicamente, el periodista y su familia tuvieron que vivir otro gran movimiento violento: la Segunda Guerra Mundial en la Ciudad Luz y, por tanto, la llegada de los alemanes como de los norteamericanos.

¿Que dónde se conocieron mis padres?

Mi padre había acompañado a su hermano mayor, Antonio, quien fue investido como Embajador Plenipotenciario en Francia durante la época de la Segunda Guerra Mundial. Primero, estuvieron en Argel, al reconocer México a De Gaulle; y luego en París, a la salida de los nazis. Se conocieron en una recepción de la embajada de Venezuela en la Ciudad Luz.



8

—AL PARECER TIENE UN TUMOR en el pulmón y hay muchas probabilidades de que sea maligno..., lamentablemente. Aguardamos, en Saltillo, los estudios para determinar qué hacer. Imagínate, Florindita, estamos muy afligidos —diría Don Antonio, el caballerango, un rancharo de unos 50 años de edad.

—Bueeeeeeno. A mí me enseñaron a no FUTURIZARME, es decir, no sufrir por algo imaginario, por lo que no hay certeza de que ocurra. Además, solemos irnos siempre con el escenario más negativo posible. Estén en paz y pónganlo en manos de Dios. Y agradece que tu papá ha estado a tu lado los años de tu edad. Que no son pocos ¿verdad?

Meciéndome en la mecedora de la abuela, disfrutando la frescura de la terraza cubierta, reflexionaba en que hoy, gracias a la visita de aquel hombre, pude convencerme de que debo terminar de romper el mal hábito de FUTURIZARME. Por años y años, sin saberlo, me sentí profeta. Vaticinaba qué iba a pasarme en todas las situaciones, en mi escuela, en mi trabajo; qué iba a pasar con mi relación de pareja; qué sucedería con mi prima Chela en su matrimonio. Y por años no caí en la cuenta de que mis predicciones nunca eran acertadas. Siempre fallaban. Fue hasta que en una tarde, de la primavera pasada, escuché que mi hermana decía: *a mí conjeturar no me lleva a nada*. Entonces, en un chispazo oí a mi mente dilucidar que tenía que averiguar, ver qué pasaba en la realidad con mis *futurizaciones*, que además siempre apuntaban hacia la opción pesimista y más negativa para mí. ¡Así era!, el escenario peor posible y, por cierto, el menos probable era el que como anillo se lo colocaba a mi vida. Y comenzaba a sufrir. Ya me veía como un enfermo terminal o pasando una prolongada hambruna en familia y aun expulsado de la escuela. Sufría y sufría por algo que no sucedía ni nunca sucedería.

Dudar y dudar de mis pronósticos, ese fue el primer gran paso adelante. Hoy, con los años, ya sé que solo debo concentrarme en el instante que estoy viviendo, ni siquiera el resto del día es previsible, ni lo tengo asegurado; este instante es todo lo cierto que posee mi vida. Es también todo lo que la vida me puede dar. Es más, mi vida entera está en este instante. El instante que acaba de pasar ya no existe, está muerto. El instante que

está por venir aún no existe. Tengo que dejar ir las propias proyecciones de mi pasado sobre el futuro que vendrá y dejar de cuestionarme infructuosamente: *¿y si le hubiera dicho?, ¿y si mejor me hubiera callado?* Tardíamente, pero aprendí que el «hubiera» es el tiempo «tarugativo» del verbo haber. El pasado ya se fue para siempre. No puedo planear cómo debió haber sido el ayer, ni corregirlo. Y, asimismo, dejé de intentar vaticinar un futuro siempre incierto. Ambos ejercicios eran tan estériles como inútiles.



9

—A VER, JUANELO, ¿cómo reconoces ante los demás tus debilidades y vulnerabilidades? Nárrame tu día de ayer. Hoy te toca a ti hablar en esta reunión semanal de fallas y defectos.

—Desperté como a las siete y me di cuenta de que no me quería bañar porque no me gusta el baño diario. Tenía que dar de comer temprano a los animales y, la verdad, tenía flojera pero lo medio hice. Llegué a desayunar sin lavarme las manos. Había frijoles de olla y machaca con huevo con salsa roja de chile serrano. Como soy muy glotón, me comí ocho tortillas de harina. Me levanté sin darle las gracias a la mayora porque me caía mal su vocecita de silbato; luego regresé al cuarto, subí la manta y le di una restirada para que se viera mejor mi cama malhecha. Tuve miedo de ver al caballerango porque ayer dejé en la noche al “Bandido” con montura, es que yo ya tenía mucho sueño. No soportaría que me reclamara. Estoy harto de sus sermones. Siempre me fuerza a mentirle. Además, desde la vez que me tiró el caballo por tener floja la silla le guardo rencor. Por último, no me gusta venir aquí porque quieren que dé a conocer mis fallas, cuando otros compañeros no lo hacen. El único que colabora y que no es deshonesto soy yo.

Cerró Doña Florinda diciendo:

—A ver, quiero oírlos a todos. ¿Qué *defectos de carácter* nos mostró Juanelo con lo que nos acaba de decir?

—¡Pereza! Y muy remarcada. Al no quererse bañar, dar mal de comer a los animales y no hacer bien la cama.

—¡Miedo al rechazo del caballerango! Por eso lo evitaste.

—¡Suciedad! No te bañas diario, no sacudiste las frazadas de la casa, no te lavaste las manos para comer.

—¡Gula! Comiste demasiadas tortillas de harina, más de las que necesitaba tu cuerpo.

—¡Mentiroso! Te engañaste a ti mismo al no hacer bien tu cama y pretendes evadir las arengas del caballerango al tratar de ocultarle la verdad.

—¡Desagradecimiento! Evitas agradecer que te preparen el desayuno; tampoco le agradeces al caballo que te haya permitido montarlo y facilitarte la vida; al caballerango

no le reconoces el trabajo que le cuesta tener bien a los equinos. Y no valoras el bien que te hace el grupo al compartirte sus experiencias.

—¡Controlador! Querías que la mayora tuviera una voz a tu gusto.

—¡Vengativo! La violencia conduce a sí misma, pero en mayor grado. No has podido perdonar al caballo que te tiró y le echas la culpa al caballerango.

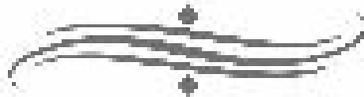
—¡Intolerante! No toleró la voz de la mayora por no ser de su gusto; no aceptó la crítica del caballerango, pudiendo ser constructiva y, por lo mismo, de utilidad; desechó el servicio del grupo cuando le hizo ver sus faltas.

—¡Egocentrista! Cree que el mundo gira a su alrededor y que todos tienen obligación de atenderlo a su gusto a cambio de nada: la mayora, el caballerango, el caballo y sus compañeros de grupo.

—Bueno, Juanelo, ya entre todos te dimos una gran ayuda para identificar tus *defectos de carácter*, apúntalos y trabaja en atenderlos —remataría Milo.

—¡Ay, sí! —dijo Juanelo—, ahora resulta que el único que está mal soy yo. Por algo se encuentra aquí toda esta bola de enfermos emocionales.

—Pues no —cerró la abuela—, no es así. Juzgamos desde nuestras CREENCIAS y EXPERIENCIAS aquello que te motivó a vivir el día de ayer. Ni siquiera tú conoces las causas verdaderas de tu comportamiento. Tendrías que MEDITAR para descubrir por qué hiciste lo que hiciste.



10

EN ALGUNA OCASIÓN, AÚN ADOLESCENTE, me levanté al baño en la madrugada cumpliendo una costumbre del cuerpo; caminé por el largo pasillo de la vieja casona del rancho, mirando a la derecha un patio cuadrangular mediterráneo, cuando frené y retrocedí dos pasos en el umbral del baño y, como poniendo atención a algo extraño, registré voces desconocidas que ondeaban desde el rumbo del cuarto de mi abuela Florinda.

Cuando salí, me encaminé en esa dirección, endureciendo pecho, cuello y ceño, y entreabriendo apretadamente los ojos con la mirada fija un poco hacia arriba; ladeando la cabeza para apuntar mejor el pabellón del oído derecho. Caminé despacio como cuidando mis pasos y movimientos, con un brazo doblado hacia delante y la mano en curva. Mientras me acercaba, aumentaba el volumen de las voces; ahora escuchaba también pronunciados llantos largos y tristes, y veía luces por la rendija bajo la puerta, las cuales se graduaban entre diminutas y altas como péndulo.

Sin miedo y sin haberme explicado por qué este impulso, giré a la derecha la perilla de latón manchado, en tanto empujaba la gruesa puerta hasta entreabrir la una cuarta y, entonces, fue oír el silencio absoluto aleteándose en los oídos y sienas. Empujé toda la puerta sin quitar la mano de la perilla; y con la luz de petróleo llameando en la linterna, percibí en la penumbra a Doña Florinda, plácidamente dormida bocarriba y con las manos entrecruzadas afuera de las cobijas sobre su cuerpo.

—Mamá Florinda, ¿con qué soñaste ayer? —le pregunté en el desayuno. Por respuesta me citó, con voz arrastrada y grave, los nombres de sus dos hijos muertos en la Revolución mexicana.

Cuatro varones de la familia coahuilense se sumaron a la cruzada de Carranza para combatir al usurpador Victoriano Huerta; uno, Daniel, firma el Plan de Guadalupe, desconociendo al gobierno espurio, y participa en el primer reparto de tierras en Tamaulipas, al lado de Lucio Blanco. Dos mueren en combate, de estos uno fue aprehendido por los huertistas y liberado vivo a caballo sin ojos ni lengua; se le ocultó esta verdad a Doña Florinda, solo se le dijo que Joshué se había «perdido en la Revolución». Esto último fue un craso error de sus hijos bien intencionados.

Tuvieron que pasar varias décadas para que yo pudiera llegar a conocer una cruda realidad del DOLOR humano. Hay un sufrimiento muy grande y prolongado: la

desaparición forzada de un ser amado. En cada amanecer, en cada despertar de un nuevo día, renace la esperanza de encontrarlo vivo ese día, y por la noche, la realidad funesta se encarga con los hechos de cerrar, cancelar toda ilusión de que pudo haberse presentado vivo. Muere con la luz el ser amado, y de nuevo también mueren de dolor los deudos con él, noche tras noche *ad infinitum*.



11

DOÑA POPA, ¿QUÉ DOLOR LA TRAE POR SU CASA? —le preguntó la abuela con la amabilidad de siempre. Esa amabilidad e interés que solo da el AMOR a la FAMILIA HUMANA.

—Ay, Doña Florinda, ¡Josefa, mi hija grande!, he dado mi vida por ella, le cociné ayer en su cumpleaños, le hice un pan de maíz horneado en brasas y le entregué el vestido que estuve bordando. Pero estoy que me revuelvo entre muina y coraje. ¡Nunca me agradece nada! No la entiendo. Por la tarde tuvimos una áspera discusión y no pude aguantar gritarle que era una malagradecida. Se soltó a llorar y luego yo también; me encerré en mi cuarto, y no pude manejar mis culpas.

—Dime, Popa, dime tú con tus palabras qué estuvo mal de tu parte. Acuérdate que uno debe ver solamente sus actos y los de nadie más. Háblame únicamente de tu comportamiento.

—Bueno, Doña Florinda, ya traía IRA CONTENIDA, como le decimos aquí en esta casa, porque esta niña siempre se ha creído merecedora de todo y no da ni un «gracias» a cambio. Además, ella...

—Popa, Popa —la interrumpió con voz suplicante mi abuela—. ¿No quedamos que ibas solo a verte a ti y a nadie más? Acuérdate bien, cuando uno apunta el dedo índice a los demás... «tres dedos apuntan a ti» —terminaron las dos al unísono.

—Bueno, Doña Florinda, creo que ya habíamos acordado, y lo practiqué bien varias veces, que si estoy enojada y abro la boca todo lo descompondré más de lo que estaba. En vez de engancharme y caer en discusión, debí disculparme y retirarme, y hubiera salido a dar una caminata rápida, forzando la respiración hasta donde la elasticidad del estómago lo tolerara. Aquí aprendí que los pulmones son órganos efectivos para disipar la IRA SÚBITA; respiro hondo y luego continúo respirando así. Además, cada vez que grito e insulto a alguien, luego me caen encima unas CULPAS tan grandes que no puedo manejarlas.

—Sí, Popa, a mí un corto paseo a buen paso, en un breve tiempo, me hace entrega de la calma perdida. Yo camino y hasta trote de trecho en trecho, o saco agua de la noria y abarroto las tinajas de barro del comedor. Hago una miscelánea de tareas y, sin darme cabal cuenta, se va yendo el enojo hasta desaparecer.

—Sí, eso ya lo sé, Florindita, pero me cuesta trabajo llevarlo a cabo. No me acuerdo

en el momento. Creo que mi mente solo ve las cosas negativas que la hagan sentir peor y reaccionar mal.

—Únicamente repitiendo más y más la nueva rutina crearás un nuevo hábito. Somos seres de hábitos. Estamos hechos de ellos. Por eso nos cuesta tanto corregir nuestros defectos; solo una rutina nueva puede sustituir con permanencia un mal hábito. Y tanto deshacernos del anterior que nos hacía daño como crear un HÁBITO nuevo lleva tiempo y concentración. Es lo que los orientales practican como «descondicionamiento», o nosotros lo conocemos como repensar algo y desechar una creencia dañina.

»En realidad, el hábito que me estorba, y que trabajosamente quiero sustituir, lo formé de las creencias ajenas y propias que, sin mucha resistencia, tomé como mis Grandes Verdades de Vida, y por años y años las defendí en todo tipo de discusiones. Mis nuevos HÁBITOS los he sometido a análisis crítico para llegar a la verdad que hay bajo las apariencias de «verdad». Pero, además, mis GRANDES VERDADES de hoy, las que defiendo con mi vida, cambian conforme voy creciendo emocionalmente. Lo que antes era válido para mí, y lo tomé como paradigma, hoy lo desecho porque me estorba.

»Y ahora te voy a compartir una experiencia que, como todas, algo bueno me ha dejado. Mi adorada madre, que murió hace años y que ya traspasó el mundo de los vivos para situarse en el de los muertos, me decía: *Hija, he aprendido que si quieres ser una perfecta desgraciada, debes esperar que te agradezcan los servicios o los favores que has hecho a otras personas. Da sin esperar nada a cambio. Da, solo da, y comenzará un gozo íntimo en tu interior que irá creciendo. Es la sensación del servicio desinteresado a los demás.*

»Y, como tú sabes, Popa, mi madre fue sanadora y vidente, la quinta de su estirpe familiar que alcanzó la PAZ INTERIOR y la ALEGRÍA DE VIVIR.

»Prueba esto, me dijeron a mí, y verás, Popa, qué bonito se irá sintiendo hacer algo por los demás a cambio de nada, te dará paz y alegría; pero es un gusto que tienes que ir aprendiendo a saborear poco a poco».

—¡Ay!, Doña Florinda, yo hago mucho desinteresadamente por los demás. Mi vida entera se la dedico a mi hija, pero qué caso tiene, me digo a veces, si no agradece nada...



12

—ABUELA, ¿TÚ ERES UNA CHAMÁN, VIDENTE O QUÉ?

—Yo soy una sanadora; hago sanaciones de dolores del alma, y contribuyo a satisfacer la sed insaciable por la ESPIRITUALIDAD que mueve hoy a la humanidad y que nos ha puesto a muchos a estar en LA BÚSQUEDA.

—Abuela, el alma no tiene dolores porque no tiene sustancia. Y me han dicho en la escuela que son los nervios los que nos hacen sentir el dolor. El alma es espiritual, no material.

—Con los años conocerás la diferencia entre los dolores que te parten el alma y los del corazón solamente.

»Nosotros hemos optado por lo existencial. Nuestros conocimientos casi no vienen de los libros. Lo que profesamos se basa en la existencia humana, a partir de nuestra vida y de la vida de miles de personas más que hemos conocido y tratado. A partir del interior y el exterior de nuestro ser. No buscamos más la FELICIDAD donde no existe, ni tomamos por VIDA lo que no lo es. Hemos profundizado nuestros pensamientos, basándonos en experiencias de vida, en las vivencias del día con día, de personas de carne y hueso».

Una de mis tías, Concha, y una de mis hermanas, Fernanda, nacieron con las potencias especiales de la abuela Florinda. A veces veían en algunos lugares, sobre todo en quintas antiguas, capillas y puentes coloniales, a seres en cuclillas; estaban vestidos y solían recargar el cuerpo con una mano contra una pared o sobre un mueble. Al sentirse descubiertos volteaban y las miraban a los ojos sin mayor interés, y luego retornaban los rostros al frente. Eran inofensivos y estaban esperando cruzar, en algún momento, a la cuarta dimensión, la etérea, es decir, al inframundo.

Mischka, la gata del rancho, una caza ratones nata y huésped intrusivo del sillón más próximo al fogón ardiente, sin inmutarse tallaba su cuerpo contra dichos seres en transición para luego regresar a la cercanía protectora de quienes fueron dotados con potencias especiales.



13

SOBRE LA AMPLIA TERRAZA ARQUEADA en cuatro tramos del rancho, orientada al norte por los agobiantes días calurosos (en invierno era imposible sentarse afuera), se veían en lontananza los cerros grisocres, con motas verdes casi imperceptibles. Estábamos situados en una región semidesértica, a unos 300 km abajo del Río Bravo, que separa México de Estados Unidos.

En agosto, poníamos unas bancas rústicas de madera pesada y fuerte, unas cuatro o cinco, y Doña Florinda impartía lo que hoy sería un Taller del PERDÓN. Tema complejo y abrumador.

Los casos que ahí escuché, taller tras taller, entintaron distintivamente mi vida, al hacerme sentir como propio el DOLOR y el SUFRIMIENTO humanos de cualquier otra persona.

Venían esta vez poco más de una docena de personas, procedentes de Saltillo, Torreón, Piedras Negras y hasta de Monterrey. Las alojábamos haciendo uso de todas las habitaciones del rancho, improvisando incluso también la sala como dormitorio. Aquellos que concurrieron eran ocho damas y cinco caballeros. Fueron provistos de cuadernos horizontales de dos grapas al centro y lápices amarillos de pizarra suave.

Mamá Florinda sabía cómo generar una cálida confianza entre ellos y con ella mediante una convivencia informal inicial, sorbiendo café negro y cuchareando rodajas de camote horneadas con piloncillo.

Terminando, le diría al grupo que si no adoptábamos una actitud abierta de aprendizaje de lo que viéramos y oyéramos, entonces nos estaríamos cerrando al nuevo conocimiento. No podríamos conocernos a nosotros y caeríamos en la obsolescencia. Por lo que pedía apertura de mente y no desconfiar, de entrada, de lo que no se conociera.

Luego pedía que uno por uno fuera diciendo, en setenta palabras, el principal peso motivante que los había traído para trabajar el PERDÓN. Cada quien iba diciendo su dolor: tres infidelidades; una madre a la que le habrían asesinado a un hijo; una mujer embarazada y abandonada por su pareja; un hombre desheredado por su padre; una mujer que fue despojada de sus bienes por sus primos; la madre de un hijo atropellado y muerto por el tren; una mujer frustrada porque su padre se opuso a que estudiara el Bel

canto; dos hijos de matrimonios disfuncionales; un joven violado por su tío; y el resto, casadas con parejas de adictos que las menospreciaban y las aplastaban emocionalmente, y aun físicamente a dos de ellas.

—Oiga, Doña Florinda, ¿le puedo preguntar algo?

—¿Cuál es tu nombre? —inquirió la abuela.

—Bertita.

—Querida Bertita, seguramente los señores feudales, los grandes sacerdotes o la monarquía crearon un doble lenguaje: le sobrepusieron el «usted» al «tú» para dilatar las distancias sociales, para interponer una barrera que marcará diferencias artificiales entre los seres humanos y también para señalar, con la voz, quiénes son los de arriba y quiénes los de abajo. Les invitamos a todos a que, en esta casa y en este taller, todos nos hablemos de «tú». El doble lenguaje nunca debió haber existido. Todos los seres humanos somos iguales.

Comenzaría la sesión con una pregunta de Doña Florinda:

—A ver, alguien que me diga ¿por qué debo perdonar?

Bertita, sentada adelante, contestó:

—Para que Dios, a su vez, me perdone.

—Bien —manifestó Doña Florinda—, ¿alguna otra opinión?

Todos dieron diversas razones, hasta que Pepita, la joven embarazada a la que abandonó el esposo, argumentó:

—Yo me siento muy mal. Por las noches no duermo. Tengo de día y de noche la idea obsesiva del daño que me hizo mi marido, bueno, mi ex marido. Ya no sonrío y no sé si esta amargura se la pasaré a mi hijo. O si no voy a poder darle pecho.

—Si alguien hace algo que no te gusta, ¿reaccionas con mucha agresividad? —le preguntó mi abuela—. Por ejemplo, si te dicen tonta o gorda, o «yo te lo dije», o «ese muchacho no prometía nada».

—Sí, varias veces al día estallo en coraje y siento que me estoy aislando hasta de mi familia. Trato de controlarme, pero no puedo. Lloro mucho y le pregunto a Dios *¿¿por qué a mí, por qué a mí?!!* He pensado en quitarme la vida o en contratar a alguien para vengarme. No puedo concebir que exista un padre que abandone a su hijo y que no quiera saber nada de él.

Nuevamente la abuela inquirió:

—¿Sabes que si no perdonas, aun con la muerte de la persona que le ha hecho el gran daño a tu vida no se terminará tu IRA? Ni tampoco con la distancia geográfica que pongas en medio, ni con que pase un largo tiempo; y si tomas la falsa salida de la venganza, te darás cuenta de que, incluso cuando la veas objetivizada, tus resentimientos seguirán candentes, quemando tu mente y corazón. Además, al vengarte habrás entrado a un nuevo y más grande problema, uno diferente y de graves consecuencias.

La jovencita alzó la voz y dijo:

—No, no, esto tiene que acabar, así no puedo vivir; es más, así no quiero vivir. Necesito liberarme de esta horrible cárcel. Necesito liberarme —esto último lo gritó con voz quebradiza y a medio llorar.

A Doña Florinda se le iluminó la cara con esa frase y la repitió:

—¡¡Necesito liberarme!!

»Entonces, díganme: ¿para qué quiero perdonar?

—¡¡Para liberarme!! —contestaron muchas voces.

—¿De qué?

—Del enojo —alguien dijo—. Del odio, de los resentimientos, del coraje.

—A ver —precisó la abuela—, la cadena destructiva de emociones negativas es ENOJO, IRA, RESENTIMIENTO, ODIO. Lo que yo quiero, entonces, es liberarme de mis RESENTIMIENTOS, de mis ODIOS, para volver a disfrutar de la vida. Para tener ALEGRÍA DE VIVIR.

»Se trata de PERDONARME a mí, para descargar mis emociones negativas y perdonar a los demás, comenzando primero por escoger al ofensor mayor. Esto me brindará una satisfactoria PAZ INTERIOR.

»Nos gusta estacionarnos en un nicho de confort. Hoy romperemos esto. Vamos a salir y enfrentar las emociones: dolor, enojo, tristeza, alegría. Prepárense para sentir las, para ser conmocionados al contactarlas. Vendrán descargas internas de adrenalina. No se confundan, no estarán en control de todo lo que les sucedió, es solo la falsa sensación de PODER que da la propia adrenalina. Pasaremos de eludir las EMOCIONES, a sentir las y enfrentarlas.»

Luego la abuela preguntaría:

—Ahora sí, díganme ¿quiénes de aquí tienen RESENTIMIENTOS? —Todos menos uno levantaron la mano; el que no la levantó, al cabo de un rato, aceptaría que no sabía que el malestar que lo dominaba era finalmente un resentimiento.

»Los RESENTIMIENTOS son pesares que dañan nuestra vida desmedidamente y que nos causan dolor recurrente. Nos hacen padecer IRA. Vivimos obsesionados por acontecimientos del pasado. Estos sentimientos negativos los podemos guardar por años y años, incluso podemos dejar de estar conscientes del motivo que nos causó la IRA, pero seguir enojados con nosotros y con todo el mundo».

Doña Florinda los invitó a que reflexionaran un rato, porque les iba a pedir a uno por uno que fueran diciendo, en voz alta, cuáles pensaban que eran las causas de sus RESENTIMIENTOS.

Para que se animaran, comenzó ella narrando cómo se había enterado de la muerte de sus hijos gemelos en la Revolución mexicana. Lo hizo con detalle y DOLOR, pero sin translucir RESENTIMIENTOS ni CULPAS.

Todos la observaron con la boca entreabierta, la cabeza un poco echada para atrás y los brazos rectos colgados o descansando entre las piernas. De vez en vez, cerraban los labios para tragar saliva. De pronto buscaban los ojos sin vida de otro participante, levantaban arqueando las cejas y volvían a su posición inicial, sintiendo el desgarrante dolor que, imaginaban, habría sufrido esa apacible mujer.

Con el tiempo comprendería las palabras que en una merienda me dijo Doña Florinda: *nosotros nos hablábamos con los ojos.*

Terminado su estrujante y conmovedor relato, preguntó:

—¿Quién sigue?

Tomó la palabra Teresita, una hermosa mujer madura de unos cincuenta años. Mi hijo Enrique fue asesinado en Monterrey. Todo indica que fue por deudas de juego. Los vecinos vieron a tres personas que entraron al cuarto que rentaba el día que lo mataron. Sé quiénes son y sé que están aún libres. Siento que ya los perdoné, pero los quiero en la cárcel. Ese mes no pude enviarle a Quique la ayuda económica. Esto me hace sentir mal. Quizá por eso no pudo pagar sus cuentas.

La abuela Florinda, pensando bien sus palabras, le dijo pausadamente:

—Teresita, de entre los daños más grandes que nos puede hacer alguien en este mundo, está el asesinato de un ser amado; y de ellos, el mayor, es el de un hijo. Nos hace añicos y volamos en pedazos. Es un duelo que llevamos hasta el fin de nuestros días. Pero incluso así, sin olvidarle, tenemos que recuperar la ALEGRÍA DE VIVIR y volver a darle un SENTIDO A LA VIDA.

»Perdonar, no para exculpar, eso le tocará solo a Dios, sino para liberarse de los RESENTIMIENTOS. De esas emociones negativas de IRA CONTENIDA que nos hace ser Reactivos, en lugar de Accionar ante los estímulos externos.

»Te veo en PAZ y veo también que has perdonado a los jóvenes presuntos responsables. Pero te veo en proceso aún de perdonarte a ti.

»A veces me he sentido Dios y he llegado a pensar que hubiera podido haber cambiado los designios preestablecidos como sino, para alguien más. Y aun me siento responsable de lo que tuvo que vivir y por lo que tuvo que pasar dicha persona.

»Qué hermoso regalo de amor que tu hijo Enrique esté entre los recuerdos de mártires. Se le rezará con un fervor sin igual. Qué consuelo. Yo puedo sobreponerme a los sufrimientos al intercambiar el dolor depositado en mí por amor a otros, cambiar la ausencia con mi tiempo y presencia para los demás, reemplazar la frialdad humana recibida por calidez humana para abrigar a quien también sufre.

»Es en el SERVICIO a los demás donde está la única manera para redimirnos. Cuando todo falla para sentirnos mejor, es dando servicio nuestro gran recurso. He visto que traes en tus entrañas, Teresita, un indomable Volcán de Amor, que ya está haciendo erupción con el acompañamiento a los demás que han pasado por grandes pruebas como tú. Consuelo mutuo. No dejes de darnos más grandes regalos, como esta bella vivencia, que nos enriquece el Alma».

Cuando finalizó la abuela Florinda, Teresita se levantó y le dio un abrazo largo. Sollozaba, y con los ojos desbordantes de lágrimas, esbozó una sonrisa cristalina.

Al terminar, levantó la mano la señora que diría cuán resentida estaba con su padre por no haberle permitido estudiar Bel canto, en Italia. Era de Monterrey, se llamaba Leonor y su presencia evidenciaba que era de buena posición económica.

—¡Ranchero! Hombre cruel y cerrado. ¡Ignorante! —Así fue su comienzo. A ratos se le quebraba la voz, la levantaba en otros y se victimizaba con la mayor parte de sus palabras, con una vocecita lastimera y llorosa—. Cuando tomé conciencia de que este mundo estaba hecho para servir al hombre como centro de la creación, lamenté que me hubiera tocado como padre uno de los más egoístas y obtusos.

»Las mujeres a su casa, a cuidar a sus hijos y a servir al marido. Las escuelas son para los hombres. Solo me permitió, rogándole, terminar la secundaria. En la escuela me seleccionaron para Canto, era la primera voz, y en los festivales mis intervenciones eran el orgullo de maestros y compañeros de la escuela. El maestro de música se esforzó para que aprendiera a leer pentagramas, a sostener la voz en armonía y a subir o bajar sus acordes. Me alentó para ir a Italia a estudiar Bel canto, para cantar luego ópera. Oía a María Conesa y a Anna María Alberghetti y no me parecía difícil, si no emularlas, al menos igualarlas. Entre mi mamá y mi abuela harían del conocimiento de mi padre que me llevarían a buscar una escuela de ópera en Italia; y él, sin oír sus planteamientos, una y cincuenta veces les gritó: *Locas, dejen en paz a esa niña. ¡Locas!*».

La abuela le vio a Leonor, de Monterrey, la mirada dura, no suelta, sino como refrenada.

—Traes IRA CONTENIDA —le diagnosticó—. Sonríes poco. Te diré lo que a mí me funcionó, una vez que hagas los ejercicios que aquí señalaré, toma una toalla hecha pelota, tráela contigo y, cada vez que puedas, exprímela como si estuvieras chorreando agua. Y piensa y di que le estás apretando el cogote al agresor. Al principio lo harás cada cinco minutos, pero con el ejercicio repetido irás poco a poco espaciando los tiempos y, a las semanas de hacerlo día con día, urgencia con urgencia, te sentirás descargada de un peso y tus ojos retornarán a estar relajados y a reflejar sanidad emocional. Se vale enojarse, pero sin afectar a nadie y menos a ti misma. El ENOJO es una de las cuatro emociones que veremos.

Le tocó el turno a un joven alto y fornido. Andrés comenzó gritando:

—Juro que lo iba a matar, fui a mi casa por la pistola, si no me detiene mi compadre lo mato ese día. Me robó descaradamente a mi pareja. A ella le di todo, le compré un departamento a su nombre, le di camioneta nueva. Lo que nunca pudo soñar, solo para que ese maldito me la robara. Tuvo el descaro de meterse a vivir al departamento que yo le di a ella. Nos encontramos de pick-up a pick-up en la calle y nos bajamos a pelear. Nos dimos con todo. Le saqué sangre y...

Lo interrumpió la abuela:

—¿Y tu pareja?

—En la camioneta de él.

La abuela sonrió.

Él entonces cambió el gesto con esa sonrisa. Y agregó:

—Ella como una reina en su camioneta —dijo con la cara iluminada.

—Dime, Andrés, ¿qué sabes de su pasado?

—Su padre fue desobligado de los deberes familiares, ella sufrió mucho. Lo odiaba. Cuando él murió, no asistió al funeral.

—Contéstame, Andrés, ¿se enojaba cuando contrariabas su voluntad?

—Sí, mucho.

—¿Es voluntariosa?

—Sí.

—¿Pretende ser lo que no es?

—¡Uy, sí! No le agradaba la situación de su familia.

—Está muy claro, Andrés. Carmen no puede amar a nadie porque no se ama a sí misma. No esperes que te pueda amar, tiene baja autoestima. No sabe lo que quiere en la vida. Además, acarrea los resentimientos que procreó contra su padre. Al no sacarlos, ni liberarse de ellos, sucede que cada vez que entra en nuevas relaciones, las destruye una tras otra. Como ves, el problema lo tuviste con ella, no con ese tipo.

Andrés únicamente rió.

—La vida es un juego, se gana o se pierde y hay que saber perder, Andrés. Escogiste mal. Eso es todo. Deja aparte el sufrimiento, ya fue suficiente, ¿no? Yo ya no tendría algún tipo de contacto con ellos dos, ¿tú qué harás?

Siguieron pasando de uno en uno, de cara a todos, pero extraviando los ojos en el suelo, expresión de pena al abrir su corazón ante otras personas; a veces mostraban una IRA INFINITA, contenida; otras, una IRA JUSTA que, aprendería después, es la que se trata de un gran enojo con una justificación plena; otros se lamentaban de Dios y de su suerte. Todos, en estas y otras reuniones del PERDÓN, expresaban sentimientos y emociones negativos comunes y repetitivos. ENJUICIAR, señalar CULPABLES y cobrarse los agravios eran los patrones generalizados. Una IRA incontrolable, CULPAS difusas sin poderlas identificar ni nominar. Se sentían ofendidos y avasallados. Algunos se CONMISERABAN hasta tener pensamientos mórbidos.

No lo sabían ellos, pero eran conflictivos, y ante cualquier pequeña contrariedad a sus deseos y caprichos, estallaban reactiva y desmesuradamente. Estaban enfermos de sus emociones. Solo medio vivían porque padecían RESENTIMIENTOS cáusticos. Todo por no PERDONAR.

Pero no PERDONAR difícilmente es tema de la voluntad. Vivimos en un mundo donde no hay interés mayor por enseñarnos a manejar positivamente los sentimientos y las emociones. La ESPIRITUALIDAD es la materia faltante en las escuelas de Educación Media.

No es difícil ubicar a los resentidos: sonrían poco, llevan una mala relación consigo mismos y con los demás, son proclives a utilizar sarcasmos e ironías en su lenguaje y combinan perennemente una tristeza crónica con coraje y agresividad. Además, no tienen tolerancia alguna con quienes los critican, los contradicen o aun los ofenden involuntariamente.

—A ver, ¿cuáles son las GANANCIAS SECUNDARIAS que yo obtengo al no perdonar?

—¿A qué se refiere, Doña Florinda?

—Va un ejemplo: en mi juventud, me platicó Meche, una compañera que después de meses de traer cargas emocionales un día escuchó hablar a una amiga, quien tenía años de no perdonar a su marido, que OBSERVÁNDOSE a sí misma percibió que disfrutaba de sufrir; le gustaba de manera encubierta hacerse la víctima. *Pensaba, Meche me contaba, que los demás le tendríamos compasión y que la íbamos a querer más, abrazarla fuerte y darle mucha atención y tiempo al verla semideprimida, viviendo a media máquina la vida.*

»Hasta entonces me di cuenta de que yo hacía lo mismo, que mis GANANCIAS SECUNDARIAS eran disfrutar ser la víctima y buscar, y a veces conseguir que alguien cuidara de mí. Pero lo normal era que las personas estaban metidas en sus problemas y difícilmente echaban una mirada hacia mí, ya no decir que me regalaran unas palabras reconfortantes —la abuela continuó hablando como si fuera Meche—, más bien evitaban mi pesada compañía.

»Desde aquella ocasión —agregó Doña Florinda—, al preguntarme por qué estoy cultivando un defecto de carácter sin aparente explicación, me pregunto: ¿cuáles son las GANANCIAS SECUNDARIAS que recibo?

»AUTOOBSERVANDO mis juicios y actitudes, descubrí que no perdonar también me trae GANANCIAS SECUNDARIAS. Una de ellas es la que me otorga un fuerte poder sobre la persona que no perdono. Tengo en la mano apretada la potestad de hacerlo. Como la fábula del *Mandarín y el ruiseñor*. Soy controladora de otras vidas y una forma de pretender tenerlas de rodillas es no PERDONANDO. En esto tiene que ver esa mala consejera que es la SOBERBIA.

»No podré alcanzar la PAZ INTERIOR si no me *Perdono a mí misma*. Si no lo hago me perseguirá una diversidad de CULPAS. Tengo que entender, y sobre todo creer, que los errores en que incurrí en el pasado y con los que dañé a otros seres humanos los cometí cuando yo pensaba diferente y estaba equivocada. Y además, seguramente, no tenía plena conciencia de mis pensamientos erróneos. Nunca los cuestioné, nunca medí las consecuencias de mis actos y no tenía el hábito de AUTOOBSERVARME. De haberme dado cuenta antes de sus efectos, entonces quizá los hubiera evitado. No hubiera incurrido en infligir a otros tanto DAÑO.

»Sé que puedo ELEGIR el día de hoy entre seguir igual o ser una mejor persona, al menos, sin hacerle DAÑO a nadie. Hoy puedo *Responder por las consecuencias de mis actos*. Y como hoy sé que tengo que cubrir el costo de mis acciones equívocas, preferiré evitarlas, lo que me permitirá estar concorde conmigo y con los demás.

»Hoy he aprendido que tengo que hacer un amplio y detallado recuento escrito de los DAÑOS que infligí a otras personas. Y también de las formas sanas que pudiera haber para la REPARACIÓN DEL DAÑO. Con los años sabría que solo evitaría repararlo cuando al hacerlo se originara un daño mayor a la persona afectada o a terceros.

»Una manera alterna, pero efectiva de REPARAR LOS DAÑOS es cambiando yo. Convirtiéndome en una mejor persona, un ser humano con INTEGRIDAD, que pueda ofrecer una nueva relación respetuosa y afectuosa a los demás.

»Hay quienes tienen CULPAS por no apoyar económicamente a sus hijos; CULPAS que se subsanarían al corregir la causa de las mismas, dentro de las limitaciones propias. Nadie se debe sentir obligado a dar algo si no lo tiene. Es así que si una persona se sintiera culpable por no poder apoyar económicamente a sus hijos menores de edad, que viven aparte, lo que podría hacer es brindarles TIEMPO y AMOR y darles un apoyo material de acuerdo con su capacidad.

»REPARAR LOS DAÑOS causados, de una manera o de otra, me trae el beneficio adicional de contribuir a *Perdonarme a mí misma*. Es decir, quitarme culpas y

arrepentimientos por la vía legítima: siendo responsable por mis actos.

»PERDONAR es un embrollo en sí. No parece connatural a la condición humana. Y esto lo digo —continuó Doña Florinda— por el alto grado de dificultad que implica el proceso para llegar a un perdón de corazón, a un PERDÓN LIBERADOR.

»O quizá lo que nos es ajeno es resentirse por el hecho de JUZGAR a los otros y, además, hacerlo con severidad. Si no enjuicamos las actitudes y las acciones ajenas, nos sentiremos bien con nosotros. Por lo que evitar hacer JUICIOS sobre los actos y palabras de los demás me ahorrará pasar por el proceso del PERDÓN. ¿Puedo comenzar a rechazar la tentación de ser hoy por hoy la JUEZA autodesignada?

»Algo adicional que ayuda a PERDONAR es no tomar el daño como algo PERSONAL».

—Cómo no lo voy a tomar PERSONAL, si fue a intrigar con mi tía y, además, inventó cosas que yo nunca diría; pero no solo eso, también me robó unos aretes que me regaló mi novio.

—Mira, Panchita —le dijo Doña Florinda—, ¿tú crees que de pronto tu prima dejó a un lado la VERDAD para hacerte DAÑO? ¡Claro que no! Ella venía así defectuosa, ya desde antes de hacerte daño, y así seguramente seguirá siendo en lo futuro. ¿Crees también que ayer comenzó en su vida a pretender torcer la verdad y a mal informar? ¿Crees que la relación entre tú y tu tía fue la primera que ha intentado distorsionar? Y ¿tú crees que el primer y último robo de su vida ha sido a ti, para hacerte un daño? Pues no, así era y así seguirá siendo ella y los que son como ella. Está acostumbrada a tomar lo ajeno. Hay gente que traiciona confianzas porque así es; o que les grita como loca a los demás, o que trata mal a quienes sufren por su ámbito de influencia; son déspotas, son groseros en su trato, son ventajosos, son deshonestos. Atropellan y vejan todo lo que se mueve, así son contigo, con él, con nosotros, con vosotros y con todos en general. Solo se manifiestan sus DEFECTOS DE CARÁCTER, nada PERSONAL. Nada con dedicatoria o destinatario. Y, sin embargo, su naturaleza es buena. Se comportan así por lo que han vivido y por las CREENCIAS que rigen su vida. Si los ves con COMPASIÓN y comienzas a creer que un día por ellos mismos llegarán a conocerse bien y entonces decidirán cambiar, te sentirás mejor. Por lo pronto, lo que yo hago es darles la vuelta y evitar tratarlos. Así cuido mi PAZ INTERIOR.

»¡Claro que un día podrán cambiar! Basta con que decidan hacerlo y comiencen a AUTOOBSERVARSE, buscando en ellos la verdad. Mientras eso sucede, me mantendré lejos».

Continuando la sesión, Gustavo diría ahora:

—Les voy a contar algo que ayer me contrarió. Todavía estando en Monclova le di paso cortésmente a un taxista y unos metros adelante se detuvo sobre el único carril libre que tenía la calle en esos momentos. Se bajó y se metió en un estanquillo. Pidió una soda de envase de vidrio y se la tomó sin prisas. Al terminar, escogió unas papas fritas, pagó y con calma subió y arrancó su carro. Para entonces los coches de la fila, conmigo al frente, habíamos vuelto locos los cláxones. Llegué alterado al desayuno a comentar el incidente.

Después de escuchar su experiencia, Doña Florinda me hizo una seña amable y, entonces, le pregunté a Gustavo que si pensaba que fue algo PERSONAL.

—¡¡Pues claro!!

—¿Tú crees que el señor taxista se levantó en la mañana y se dijo: *Hoy buscaré a Gustavo y bloquearé su tránsito de la manera más provocativa?* Pues no, el señor tenía sed y hambre, y se detuvo sin alguna consideración por los demás, porque así es él. Y tú no vas a pretender reeducar a casi la totalidad de automovilistas de este Estado, que son como el gran taxista. ¿O sí te montarías en esta inalcanzable e irreal empresa educativa? Quizá sean unos trescientos mil conductores.

La enseñanza está a la vista, no tomes los DAÑOS que te inflingen como PERSONALES. Igual al caso anterior.

En cuerda aparte, continuaría Doña Florinda:

—Entremos a la COMPRENSIÓN hacia los demás y sus actos, esta ayuda a dimensionar las ofensas desde una PERSPECTIVA HUMANA. Y a mí como me funciona es ver a las personas con buena voluntad y evitando una recarga previa de encono. La COMPRENSIÓN puede por sí sola llevar a una persona ofendida a PERDONAR y, más que eso, a sentir y expresar amor profundo por quien en el pasado la dañó. Solo hemos contactado con nuestros SENTIMIENTOS ORIGINALES y esto nos da un giro de 180 grados. Únicamente tocamos nuestro centro de la conciencia, de la humanidad o del amor.

»COMPRENSIÓN es esforzarme para entender cuáles podrían haber sido los motivos y razones, los eventos significativos que sorteó en su vida anterior y que han llevado a una persona a comportarse así; y seguramente lo hizo sin que ella estuviera consciente del todo, sin medir todos los efectos negativos, dañinos, de su conducta. Encontraremos que la mayoría de esas personas tuvo una infancia de abandono, de desamor, sufrieron golpes, maltratos emocionales, incluso abusos sexuales; su mundo vivido fue hostil y las volvió agresivas en sus actitudes, desconsideradas, desconfiadas, egoístas, con IRA contenida. Son solo personas *Enfermas de sus Emociones*.

»Quizás están únicamente repitiendo lo que vieron en sus casas por años o lo que aprendieron del ejemplo de amigos más grandes en su barrio. Otras no tuvieron oportunidad de estudiar, pese a sus deseos, y su ambiente redujo las opciones disponibles para desarrollarse. Sus legítimas aspiraciones se vieron frustradas por una difícil realidad. Quienes nada bueno recibieron en su vida, nada bueno pueden tener para dar.

»Trato siempre de conocer un poco de la vida pasada de quien haya recibido una ofensa y de entender las causas últimas de su comportamiento. Trato de ser COMPRENSIVA y esto me lleva a PERDONAR con una dificultad menor. Me lleva a rebajar las cargas emocionales. Y sí, así es mi elección, a reconstruir ahora una nueva relación con esa persona, con generosidad de mi parte, con COMPRENSIÓN HUMANA».

—Con todo, no perdonaré a Juan, mi marido.

Por esa decisión externada, Pepita, la mujer embarazada, sacudiría ese día la reunión del Perdón.

—Y no lo perdonaré porque no quiero volverlo a ver nunca más.

Doña Florinda replicaría:

—Perdonas para liberar tu corazón. No necesitas socializar con el perdonado; claro que puedes ser expresiva y decirle a él o a Dios: *Te he perdonado ya, Juan, pero te mantendré lejos de mi vida. No te acerques porque te rechazaré.*

Sin embargo, Doña Florinda sabía para sí, a ciencia cierta, que los ABANDONOS normalmente se perdonan, si es que existe del ofensor la decisión de REPARAR LA FALTA.

—Cuando quiero PERDONAR y además opto por RECONCILIARME con esa persona, ayuda a esto también hacer ACTOS DE AMOR a quien me hizo DAÑO, y todo ello me va ablandando el endurecido corazón. Los ACTOS DE AMOR pueden ser tales como hacer un servicio que le sea útil; escribir unas líneas dándole a conocer que identifico y valoro sus cualidades; obsequiarle presentes sencillos, como un ramillete de flores; prepararle un café; llevarle el desayuno; darle unos chocolates; cambiar insultos por cumplidos; hablar bien en toda ocasión y con toda la gente de esa persona; todo esto y más ayuda fuertemente a PERDONAR



14

—DÍA Y NOCHE TRAIGO CORAJE CONTRA ELLA. Sabe, Doña Florinda, que aunque han pasado cinco años desde que murió, se ha convertido en un fantasma que vive en su nueva casa que es mi mente. No me deja concentrar en lo mío. Y eso que quiero pensar en mis animales, en mi madre, en lo que haré en mis terrenos empezando las lluvias; y no tengo fuerzas para imponer los pensamientos que quiero en mi cabeza; siempre está ella dominando, y esta obsesión desplaza a cualquier otra imagen mental. He llegado a pensar que soy dos Matías distintos en una sola persona verdadera. El que con mayor fuerza logra imponer siempre un pensamiento negativo, y el que desearía cambiar de estación y pensar en algo positivo. Y si no lograra esto, al menos que pudiera tener una hora de alivio, una hora de descanso para mi mente, que hasta dormida está obsesionada en la venganza y en un inútil preguntar por qué y por qué.

»Por las tardes de los lunes y jueves venía con el cabello mojado y me encontraba sentado con el gato sobre las piernas, contando las eternidades del *mientras tanto* para que no supiera que la esperé, que me enojé, que me tensé, que me serené y que después me encontraría resignado. Hubo días en que ella despedía un hálito a semen; entonces dejaba de abrazarla, me volteaba para el otro lado de la cama y me consumía en un doloroso llanto sordo. ¿Por qué me dejó y se fue con ese tipo? No la puedo ni perdonar, ni olvidar, tampoco pensar en otras cosas, ni soñar diferente de las pesadillas repetitivas».

—Estás obsesionado, Matías, y esto sucede debido a la negación absoluta de los hechos. Solo teniendo aceptación de lo sucedido, podrás comenzar a recuperarte. Cuanto más se combate una OBSESIÓN, más se ahonda el sufrimiento. Empieza ahora a REZAR por ella, tú crees en Dios. Comienza a pedir que le vaya bien en la otra vida, pídele a Dios que la perdone y ora para que esté como ella desea estar. Esto es importante, tienes que pedir para que se cumplan sus deseos y no los tuyos.

»Además, cuando vayas al panteón, te sientas ante su tumba y le reclamas verbalmente todo lo que ella te hizo. Luego le escribes ahí una carta en tres partes. En la primera, pones todo lo que le acabas de reclamar y las veces en que tú contribuiste con tu permisividad a que te hiciera males; en la segunda, vacías todos los daños que tú le hiciste; y en la última, le das las gracias por todo lo que ella te dio. LA ESCRITURA tiene una fuerza inimaginable tratándose de emociones. Así la llamo,

TRANSESCRITURA. ¿Lo harás, verdad?».

—No, no me gusta el panteón y no lo quiero hacer. Me enoja que me fueren a hacer algo que no me gusta. Pero, gracias. Estaré bien.

Comprendí al oír esa respuesta a la sugerencia de mi abuela Florinda, que las personas nos negamos a tomar una medicina amarga, a sabiendas que puede ayudarnos a estar mejor. También conocí que hay ofensas que representan un costo de años geológicos, como el asesinato de un ser amado o, lo que es peor: su desaparición, el abandono voluntario y definitivo de uno o de ambos padres a los hijos, los secuestros, la violación; y la infidelidad prolongada, entre otros. Quizás en ese orden. Hay ofensas que rompen en esquirlas todo; son como granadas, estallan y no hay control reparador. Ni tampoco punto de retorno. Las consecuencias dan fin a toda expectativa de reintegración en sí. Pero sí es factible reencontrar la PAZ INTERIOR perdida y volver a darle un sentido a la VIDA.

Con el tiempo aprendería que, para asimilar y sobreponerse a una desgracia, la manera sería buscándole a esta un sentido positivo para los nuevos días por venir.

Tuvieron que pasar dos años más en los que no supimos de Matías, hasta que llegó derrotado y pidiendo ayuda a este nuevo Taller del Perdón. Contó que la agresividad acumulada por no perdonar lo distanció de su familia y que los amigos se cansaron de escuchar y escuchar las quejas en contra de la madre de sus hijos. No tenía otro tema de conversación.

—Y a mí ¿por qué me pasó esto? ¿Por qué a mí?

—Y ¿por qué no a ti, Matías? ¿Tú qué te crees? ¿Quién te crees que eres? A todos nos puede pasar algo no deseado. Mientras que no te veas a ti mismo como uno más, ni más ni menos que los demás, como uno de todos, el EGO te traerá descontrolado. ¡Escribe, por Dios!

—Es que no quiero ni acordarme de ella, ni de lo que me hizo. Me causa mucho DOLOR, y la verdad ya no quiero sufrir más.

—Mira, Matías, para salir del dolor emocional tienes que enfrentarlo. Es como un cerco de lumbre en un bosque: para liberarte del fuego tienes que atravesar el anillo ardiendo. Solo enfrentándote al dolor saldrás de él. Y cada vez que hables sobre lo que te pasó, te irás sintiendo más y más aliviado. Por la boca y por el puño, escribiendo te sanarás.

Primero ESCRIBIÓ una carta dirigida a Berta, su ex esposa, de más de 30 páginas, quejándose con rabia de las mentiras, las traiciones, sus burlas. La acusó de engañifa, de malagradecida, de falsa, de meretriz y demás. Si el ODIO tuviera un color, esas hojas se habrían teñido de un rojo bermellón, de tono tan subido que difícilmente se podría leer lo escrito.

—Si entendí, Doña Florinda, una vez desahogado el CORAJE contenido en mí, iniciaré mi segunda ESCRITURA. Esta será en sentido opuesto, ahora trabajaré sobre qué DAÑOS yo le hice a esa mujer. Llenaré hojas y hojas, ocupando no menos de cinco horas, con un reconocimiento y confesión de la manera en que la afecté emocionalmente, de las veces en que me porté inapropiadamente y aun de las faltas que hice y que ella no

se dio cuenta. Igual que la anterior, se la dirigiré a ella y la firmaré yo.

»Y por último, como tercera ESCRITURA, reconoceré todos los beneficios que recibí de ella, directa o indirectamente, incluyendo entre estos a mis hijos y las atenciones que le brindó a mi padre en su enfermedad, así como el haber tocado yo fondo en el sufrimiento por sus actitudes, lo que me permitió entrar a la VIDA ESPIRITUAL».

Cuando le dije, por encargo de Mamá Florinda, que regresando del panteón tenía que leerlas a un compañero, se revolvió como un oso al que le amarraron el hocico.

—Eso si no, cualquier cosa, menos que alguien más se entere de mis cosas íntimas y personales.

¿Un ciego guiando a otro ciego? Sí, porque entre los dos, con sus experiencias, complementan mejor el rumbo de la caminata, o puede ser que ya alguno haya pasado por la parte del camino que le falta recorrer al otro. Pero la esencia está en el alto impacto que en sí contrae la CONFESIÓN. Sacar de la intimidad los secretos, faltas, culpas, errores y compartirlos con otro ser humano descarga de peso al alma y provoca un alivio espiritual inigualable. Un secreto deja de hacer daño, solo hasta que se da a conocer.



15

DISFRUTABA ACOMPAÑAR A CABALLO al tío Pedro, me gustaba platicar y convivir con él; iba con un costal a traer tunas rojas para hacer agua fresca de sabor y de color, ese domingo en la mañana, aprovechando las tres horas de descanso antes de reiniciar el Taller del Perdón. Tomamos rumbo al Orégano; llevábamos agua, un hacha, un cuchillo y un rifle de calibre 22.

Pasamos el primer papalote, que era una torre de estructura de metal con unas aspas grandes. El viento facilitaba la extracción de agua, la que se vertía en un depósito donde tomaban agua los animales. Ahí vimos una manada de toros de lidia a corta distancia, pero conocíamos muy bien que formando un colectivo no nos embestirían.

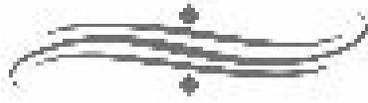
Me gustaba ver a mi tío lucirse con las víboras de cascabel que tenían el infortunio de cruzarse con él. Pie a tierra, hacía que huyeran sin acosarlas de más para evitar que se enrollaran defensivamente; entonces, las tomaba por la cola y les daba vueltas de campana en el aire, golpeándoles la cabeza con fuerza en un tronco, piedra o solo en el suelo. Cuando ya la veía atarantada, la tomaba debajo de la cabeza, apretando con fuerza el pulgar contra el índice doblado. Y con el tacón de la bota la aplastaba, le martillaba la cabeza, hasta que esta perdía su geometría.

El día que me atreví a hacer lo mismo me dijo que nunca le agarrara el cuello como se toma un vaso porque resortearía con sus movimientos contorsionistas y se zafaría.

—Tío, ¿las víboras pican o muerden?

—Ni pican ni muerden, clavan. Clavan sus colmillos e inyectan su veneno.

Con esas vivencias aprendí que a los DEFECTOS DE CARÁCTER, que nos resultan tan malignos como los crótalos, los tenemos que confrontar hasta aniquilarlos (o al menos hacerlos manejables).



16

A LOS POCOS DÍAS TODOS SE MOSTRARON de mejor semblante. El ejercicio escrito para desahogo y comunicación del DOLOR, al ser leído a otro ser humano, fue rehabilitador. Entendí en su momento que hablar de mis tensiones, de mis problemas, me hace sentir mejor. Lo aprendí para toda la vida. Y si alguien más me escucha, y además oigo a esa persona hacer comentarios objetivos sobre lo que expresé, recuperaré mi corazón ido.

Pero había otra enseñanza, la mejor enseñanza cogenérica, la fuerza de la ESCRITURA. Hoy sé que la mayor herramienta que tengo para reanimar mi vida emocional es la TRANSESCRITURA; esta aclara mis ideas; ordena mis pensamientos; pone todo en blanco y negro frente a mi vista; pasa lo vivido por una consideración distinta, por mente y corazón; sana y desenraíza los dolores del alma. Hoy la TRANSESCRITURA está incorporada cotidianamente a mi vida emocional.

Días después, Doña Florinda dijo:

—Ahora vamos a escribir otra vez, vamos a hacer una TRANSESCRITURA, es decir, que a través de lo que escribimos nos sea revelado algo nuevo de hechos viejos pasados. Pero, antes de escribir en esta segunda ocasión, ahora veremos a lo que ustedes CONTRIBUYERON con actos u omisiones para ser objetos de DAÑO. Tienen que registrar y entender tres conceptos: Querer agradar a los Demás, los LÍMITES y decir NO.

»Les pasaremos revista antes de nuestra ESCRITURA porque vamos a incorporar ahora lo que nosotros CONTRIBUIMOS con nuestras acciones u omisiones a lo que pasó y, sobre todo, a analizar si estaba en mis manos prevenirlo, evitarlo o cambiar sus efectos perniciosos sobre mí. Comenzaremos con el deseo de Querer agradar a los Demás.

»A ver, Milo, tú que asistes a nuestras reuniones de tiempo atrás, toma la palabra».

—Sí, cómo no. Antes de que aumentara mi confianza, tenía una mala opinión de mí. Entre otras cosas, siempre Quería agradar a los Demás, es decir, no tenía una vida propia. No rezongaba, me dijeran lo que me dijeran: *¿verdad que estás de acuerdo en que la prima Chayito es una malagradecida?* A lo que yo respondía: *Claro*, aunque no pensara lo mismo. *Estoy harto de la comida de esta casa. Odio el arroz que hacen. Y yo agregaba, y el atolito de canela siempre les queda muy insípido también.* Aunque a

mí me gustaran el arroz y el atolito. *¿Qué opinas de mi nuevo vestido?, ¿me queda?* A lo que yo pensaba: *Me parece que te ves muy gorda y más chaparra. No te favorece, creo que te verías mejor con el traje sastré café.* Sin embargo, le decía: *Está precioso y te va muy bien*, para halagarla, según mi parecer.

»Con el paso de los años me daría cuenta de que yo no tenía PERSONALIDAD PROPIA. Es más, no tenía OPINIÓN PROPIA. Era cien personas diferentes y, según con quien estuviera, adoptaba, o mejor dicho, adaptaba una personalidad a la medida y a las circunstancias. Pasaba por una buena persona para que todos me aceptaran. Esto provocaba que yo me recargara de inconformidades y enojos acumulados hasta que parecía una olla exprés al alto fuego, sin válvula de seguridad. Quería que todo fuera al momento y a mi modo. Me desquitaba con los débiles y alababa a los poderosos. Me conmisera de mi suerte. Todo, para mí, lo veía como un ‘nunca’ o un ‘siempre’.

»Aunque AGRADAR a los demás fuera una manera de lograr satisfacer algunos de mis deseos, no dejaba de ser una manera manipuladora que usa el engaño. En lugar de lo anterior, podemos simplemente pedir lo que necesitamos directamente, siendo nosotros mismos. Somos SERES DE LUZ, dignos de ser amados cuando hemos iniciado el camino del crecimiento. No me puedo quejar de la frialdad de los demás si no me atrevo a pedir claramente lo que necesito y si no expreso bien la importancia que eso tiene para mí. Tengo que romper con esa inercia de decirme que no merezco el tiempo ni la atención de otra persona, y de pensar, sin máscaras, que soy poca cosa. No necesito mentir queriendo ser agradable, ser una persona diferente de la que soy yo. Tampoco debo engañar a los demás para que me acepten o cubran mis requerimientos. Y menos debo estar obsesionado con que me necesiten los demás; en creer falsamente que si no me necesitan es porque no valgo o no me quieren.

»¿Cómo me comporto? ¿Atiendo mis deseos y necesidades primero? ¿O los postergo indefinidamente con tal de conservar una relación? ¿Me preocupa mucho lo que digan los demás, lo que ellos piensen? ¿Busco la aprobación de los otros y, por lo mismo, su opinión me afecta mucho? ¿Soy muy sensible al RECHAZO de los demás? Y, por miedo a este RECHAZO, actúo incorrectamente siguiendo una rutina destructiva de vida sin salir de ella. Explicado con otras palabras: siempre le di la razón a todos, quería ser ACEPTADO, que no me dejaran de querer y, para eso, quería ser tal como la otra persona demandaba que fuera. No era yo. Quién sabe quién era, pero no era yo.

»Un día me dijeron algunas cosas sobre cómo trascender el RECHAZO. Hoy sé que no soy comodín de todos los juegos de cartas para caerle bien a todos. Hay personas que me ACEPTAN y aun me quieren y otras no. Esta es la realidad y la tengo que aceptar. En este punto puse algo en práctica y me funcionó bien. Me sugirieron provocar que me rechazaran y cuando lo hicieran me dijera a mí mismo: *me han rechazado y no pasa nada. Lo estoy sintiendo y me estoy diciendo que estoy bien. Estaré bien y veré que NO PASA NADA, todo es mental*».

—FIJAR LÍMITES —subrayó la abuela—, FIJAR LÍMITES. Explicanos ahora esto, Milo.

—Hay personas que buscan utilizarnos a su conveniencia; hay otros que desean

enloquecidamente corregir y conducir nuestra vida; hay quienes tienen una forma destructiva de relacionarse con los demás. Ante ellos necesito defenderme de manera eficaz si no quiero terminar lamentando los efectos negativos que son indeseables para mi vida. Tengo que construir una barrera en torno mío, que será como un traje blindado a la medida, interpuesto a la persona intrusiva y en proporción a la fuerza que empleó en su embate. La barrera, o mis LÍMITES, marcan mi territorio, a donde solo podrán entrar, si acaso, quienes a voluntad mía les sea permitido el paso.

»Los LÍMITES me protegen de daños físicos y emocionales. Les transmiten a los demás la enseñanza de respetar a las personas tal como son. Mis LÍMITES deben ser tan altos y firmes como sea la intención de traspasarlos de la otra persona. Deben ser fijados de una manera clara y precisa: me gusta que me busquen solo hasta las nueve de la noche. Es preciso que los Límites que fijo sean siempre en positivo: *baja la voz para que escuche bien*, en lugar de en negativo: *no grites que no estoy sordo*.

»Tanto los LÍMITES como las consecuencias de romperlos deben ser realistas en cuanto a su establecimiento y su penalización en caso de traspasarlos contra mi voluntad.

»El descontrol causado por una reacción firme es un buen maestro para el ofensor. La experiencia nos dice que razonar y amenazar rara vez funcionan con intrusos obcecados. Aceptar de su parte promesas, excusas y otros comportamientos manipuladores solo alienta mayores abusos. Se debe uno desapegar de la carga de la pena y las culpas que los LÍMITES a un intruso pudieran hacernos sentir. Antes de declinar a fijar un límite necesario, se debe tener presente que la vida y el bienestar son solo nuestros y de nadie más, y están a nuestro entero cuidado. Nunca debemos permitirnos descuidarlos en manos ajenas, las que tienen intereses propios y diferenciados de los de uno».

—SABER DECIR NO —indicó la abuela.

—Yo aprendí a decir NO hasta la última adolescencia —siguió hablando Milo—, cuando fui enseñado a anteponer la palabra NO frente a otras personas, quienes demandaban que hiciera cosas que no quería hacer. Podríamos decir que querían persuadirme de una manera muy amable, seductora, pero utilizarme al fin. Y también me enseñaron a decir SÍ solo en el momento en que quería hacer algo desde el fondo de mi corazón. Si no fuera así, únicamente debería decir con firmeza: «NO, no quiero hacer eso, gracias». «NO, no me conviene». «NO, no podría asumir las consecuencias que esto provocaría».

—Ahora —dijo Doña Florinda—, retomando el uso de la palabra, díganme una situación en la que realizaron algo que NO querían hacer, pero que no pudieron excusarse por miedo a que los rechazaran o por no saber decir NO.

—Yo —comenzó Antonio—, muchas veces he dicho que SÍ cuando mi esposa me pide algo que NO me gusta hacer. Ya que lo estaba realizando, me daba cuenta de que me sentía molesto y me enojaba con ella. A veces le reclamaba y ella, con razón, me decía: *Pero si yo te pregunté si querías y me dijiste que sí, que con gusto*. Por ejemplo, me preguntó antier: *¿Me acompañas a llevar a reparar unos zapatos?* A lo que contesté: *¡Claro, reina!* Y ¿qué creen?, yo quería aprovechar la mañana para leer. Tan fácil que

hubiera sido haber dicho: *NO, no te puedo acompañar porque ya tengo programado leer un libro que me interesa*. O, en otros casos, decir solo: *NO, no quiero que vayas a esa reunión porque me siento muy mal, me dan celos. Hazlo por mí*. O también: *NO, no traigas a la casa a ese señor, la verdad no me cae bien y me pone muy mal verlo y oírlo*. Hoy sé que más que enojarme con ella en realidad estaba enojado conmigo, aunque al principio no tuviera eso muy consciente.

»Un sábado me pidió un buen amigo que lo acompañara a Matehuala, le dije de inmediato que sí. Ya en la carretera iba enojado pensando en todas las cosas que tenía que hacer ese día en mi casa, y me preguntaba qué hacía yo yendo a Matehuala. Nada. Obviamente, de inicio el enojo no era contra mí, sino contra mi amigo. ¡Qué difícil es verse a sí mismo!».

—Oiga, Doña Florinda —preguntó Matías—, ¿cuándo estaré listo para PERDONAR?

—Estoy preparada para iniciar mi proceso de PERDÓN cuando ya no disfruto de estar conmiserándome, cuando ya deseo sentirme bien y tener ALEGRÍA DE VIVIR..., cuando ya aprendí a distinguir que me estoy amando a mí misma.



—A VER, FORTUNATA, tú que todo anotaste y eres organizada, léenos los puntos claves para perdonar —pediría Doña Florinda en la terraza del rancho.

Fortunata se mojó el dedo medio, regresó las hojas de su cuaderno y diría:

—¿Puedo usar la pizarra de enfrente para anotarlos? —Pasaría con una bellísima niña agarrada de su falda que sonrió en cuanto me vio. Luego sabría que se llamaba Edith y tendría unos años menos que yo. A partir de entonces estuvimos juntos, menos en dos prolongadas ocasiones cuando la vida nos separó.

Fortunata anotó las siguientes líneas:

- PERDONO para liberarme de los RESENTIMIENTOS, no para exculpar al ofensor.
- Perdono y *No necesito socializar con dicho ofensor.*
- Debo comenzar por *Perdonarme a mí misma.*
- Debo evitar hacer JUICIOS sobre otras personas.
- Si interpongo la COMPRENSIÓN para ver los antecedentes de los actos de algún ofensor, no necesitaré Perdonar.
- El ENOJO súbito se diluye con ejercicio físico.
- A los ofensores los debo ver como ENFERMO EMOCIONALES, no como malas personas.
- No debo tomar las ofensas como algo PERSONAL.
- Si dilato en PERDONAR, debo preguntarme cuáles son mis GANANCIAS SECUNDARIAS.
- Si crees en Dios, REZA POR EL OFENSOR para que se cumplan sus deseos.
- Tengo que ESCRIBIR cuatro cartas dirigidas al ofensor, las que no necesito enviar. La primera sobre todo el DAÑO que me hizo, y firmarla.
- La segunda carta que tengo que ESCRIBIR será dirigida al ofensor sobre cómo yo CONTRIBUÍ a que me hiciera daño, mediante *Querer agradar a los Demás, No poner límites* y no saber decir *NO*. Resaltando mi PERMISIVIDAD.
- Tengo que ESCRIBIR también sobre los daños que yo le infligí al ofensor.

- Y por último, tengo que ESCRIBIR una carta dirigida al agresor sobre los BENEFICIOS que recibí de él, muy aparte de sus daños.
- Leeré a otra persona mis cartas dirigidas al ofensor y luego las quemaremos juntos.
- Días después del ejercicio, expresamente escribiré o me dirigiré verbalmente al ofensor para que sepa que lo he perdonado. Y, en algún caso, agregar: «pero no volveré a convivir contigo».

Doña Florinda cerraría esa tarde argumentando que casi todas las reacciones negativas y de rechazo de los demás hacia nosotros las hemos provocado con nuestras actitudes pasivas o destructivas, las cuales, desde luego, no percibimos y menos sus efectos búmeran sobre nosotros.

Continuaría diciéndoles Doña Florinda a todos que, si tomaran a conciencia este taller, en dos semanas verían que si bien aún no llegan a donde quisieran estar, tampoco se encontrarán tal como cuando llegaron. Habrán liberado su resentimiento mayor y eso les devolverá la ALEGRÍA DE VIVIR.

Y como conclusión señalaría que, a partir de hoy, no se culparía a los demás de nuestros infortunios, sino se vería que los daños recibidos han sido producto de nuestras propias acciones y elecciones: *hoy aceptaré mis errores*. ¿Quién soy yo? Yo solo soy la consecuencia de mi forma de pensar. Y mi forma de pensar es consecuencia de las personas con las que interactué en mi vida, pero, más que eso, de cómo viví mis circunstancias y cómo elaboré mi pasado, el cual es personal y único.



SALIMOS DE MADRUGADA, AL DESPUNTAR EL ALBA; íbamos en mulas porque acomodan las pezuñas con firmeza en el camino pedregoso. Las mulas son elegidas para transitar por angostos escarpados al borde de los desfiladeros. Llevábamos lámparas de mano que alumbraban el camino con una luz diminuta y difusa. Deseábamos no toparnos con una víbora de cascabel enrollada que hiciera respingar a las bestias y sembrara el caos en la expedición.

Recordaba, mientras iba atizando suave pero intermitentemente las ancas traseras del animal con una vara de membrillo, lo que me contaba mi abuela: en su niñez veía cómo las mulas se desquiciaban hasta romper los recios mecates triples de ixtle cuando olfateaban a un indio borrado, kikapú o comanche. Posteriormente llegamos a la labor. La leve luz permitía delinear los perfiles, como gráficas, de las montañas del Este; buscamos un arbusto de ramas fuertes para atar a los animales. De día y de noche, para acercarse a un matorral, se acostumbraba dejar los pies atrás e inclinar el tronco hacia adelante, como precaución por si se encontraba ahí un reptil camuflado.

Caminábamos en fila india sin hablar, mientras que al marcar cada paso con las botas parecía que la claridad se iba imponiendo en aproximaciones sucesivas. Nos detuvimos al linde del trigal; buscamos un lugar limpio, sin pastizales, pero tampoco hormigueros, y nos situamos ahí agachados sobre una manta de lana. Habíamos tenido la precaución de bañarnos, para eliminar el olor a sudor, y de enjuagarnos bien para disipar el aroma a jabón de nuestros cuerpos. Ambas emanaciones espantaban al venado.

Mi hermano Rodolfo, un poco al frente, sostenía el 30, una vieja carabina familiar de 1876, de proyectiles mayores al calibre 30-06. Por suerte, no muy tardíamente, entre el trigo aún verde, espigado y parejo que se movía con el viento onduladamente como el mar, veríamos sobresalir un cola blanca macho con tres hembras. En esa zona de Coahuila ya se encontraban los venados texanos, curiosamente más grandes que los de acá de este lado.

Fui por la mula grande, golondrina y triañal Furia, y entre todos colgamos en la grupa la presa obtenida, la amarramos bien para que no se resbalara por los lados. Ya para

entonces sabíamos que no debíamos cargar los venados sobre los hombros y cuello porque algunos tenían garrapatas como sanguijuelas que, a los tres o cuatro meses, podrían ser letales para el hombre. Las mulas tomaron rumbo al rancho y, como siempre, trotaban rápidas y alegres por el gusto de retornar a sus corrales con sombra, agua y comida a la espera.

Nos recibió la novedad de que Doña Florinda había salido a asistir un parto. Siempre, siempre en SERVICIO a la comunidad y siempre, siempre también, con ALEGRÍA DE VIVIR. Misteriosa pero fehaciente conexión.



ME ENCONTRABA SENTADO A UNA MESA RÚSTICA de madera pesada, situada en medio de la cocina, con María y Doña Florinda; pelábamos papas. Como de costumbre, íbamos a abordar nuestra pasión en la vida: la naturaleza humana. Mi abuela usó la voz:

—Tiendo a RACIONALIZAR, esto es, reacciono y luego justifico la REACCIÓN; al contrario de RAZONAR, en donde analizo primero los pros y contras involucrados, mido las consecuencias y solo entonces sigo una determinada ACCIÓN.

»Si es que ante mí JUSTIFICO expresiones de IRA, las CULPAS, el RESENTIMIENTO, el EGOÍSMO, la DESHONESTIDAD, lo que estoy haciendo es RACIONALIZAR y voy en el camino de la AUTODESTRUCCIÓN por los ERRORES PROPIOS, en los que seguiré incurriendo, y los DAÑOS que a otros causaré.

»Al ver los ERRORES y DEFECTOS de los demás, no solo precipitaba un DIAGNÓSTICO de su ENFERMEDAD EMOCIONAL, sino que también tenía la receta de la infabilidad curativa y me encargaba de publicarla *urbi et orbi*.

»Un día comencé a creer que la madre de todas las batallas tenía que ser contra mí misma. Tenía la intuición, después comprobada, de que el enemigo del cual tenía que cuidarme era de mí. ¿Cómo podría saber qué defectos de carácter tenía?, si mi EGO me decía que todo estaba bien conmigo, que los errados eran los demás.

»Inicié entonces un nuevo y fino ejercicio: AUTOOBSERVARME. Autoobservar mis actos de conducta; autoobservar lo que yo sentía, pensaba y hacía ante cada diferente estímulo externo. Y decidí hacer perseverantemente este ejercicio. Encontré así que, para conocerme de mejor manera, este es un método sencillo en espiral: el proceso circular es AUTOOBSERVARME y tratar también de ver mis ERRORES reflejados en la conducta de otras personas. Al final, platicar mis CONCLUSIONES y ESCUCHAR la opinión de alguien más como medio de crecimiento y vuelta a comenzar. Cuando hablo o escribo de un DEFECTO DE CARÁCTER mío y lo digo ante otra persona, en realidad, hasta ese momento, lo estoy asumiendo para mí misma. Es decir, tomo CONCIENCIA del mismo. Y la ACEPTACIÓN es el primer paso asertivo para iniciar la corrección de mis rasgos torcidos de personalidad. La ACEPTACIÓN me pone un paso dentro del terreno de la ESPIRITUALIDAD.

»Con el tiempo y la observación, comprendí que es verdaderamente difícil verme a

mí misma, ver mis defectos, mis cualidades, mis actos en cuanto a su naturaleza y, aún más, medir sus consecuencias. Obviamente, si no veo esto, mucho menos lo acepto. No ver mi realidad y, por lo tanto, no tener aceptación de ella, me deja lejos de una deliberada mejora de mis defectos de carácter. Solo puedo corregir lo que previamente identifiqué, no así la parte que permanece en tinieblas para mí. Cuando pueda señalar mis defectos con la objetividad de verlos como si fueran ajenos, comenzaré a mirarme con el sentido de la REALIDAD. ¿Difícil? Sí, al principio, pero claro que se va facilitando con la práctica. Como todo. Y además, entre más aprendamos a reducir el EGO, y a vivir con HUMILDAD, los defectos brincarán a la vista como pelotas de colores rebotando en el suelo. Una risa inexplicable expondré como reacción, al mirar la aparición en alternancia de los *defectos de carácter* que consideraba superados. ¡Aún hago estas cosas! Por Dios.

»De pronto, un día me relampagueó el entendimiento y sospeché que yo me veía como mejor persona de lo que en realidad soy. Y que por norma tendía a JUSTIFICAR todas mis ACCIONES y REACCIONES de modo que me sintiera cómoda conmigo. Aunque en el fondo sabía que no estaba bien lo que hacía. Me llevó tiempo llegar a la conclusión de que mi EGO tenía mucho que ver en esto. Él bajaba una cortina de opacidad entre la realidad y yo. Y si te observas, Francisco, te darás cuenta de que entre más trates, una y otra vez, de JUSTIFICAR un punto, será seguramente porque estás incómodo con lo que hiciste y no habrá justificación alguna que te devuelva la paz, solo te quedará el reconocimiento de la falta y pedir PERDÓN».

—Muy cierto, abuela, y qué complejo resulta verme con objetividad. En cambio, en automático, veo los ERRORES y los DEFECTOS DE CARÁCTER de los demás como si fuera esto una revelación de mi propia sabiduría. Con minutos de oírlos y verlos, ya sabía si alguien era neurótico, tenía BAJA AUTOESTIMA, CULPAS, IRA CONTENIDA y demás.

»Para crecer emocionalmente y ser una MEJOR PERSONA, primero trataría de reconocer y de aislar mis DEFECTOS DE CARÁCTER, y luego identificaría cuando estos se dispararan. Los buscaría en mis acciones y reacciones, en mis pensamientos, en mis sentimientos y hasta en mis palabras. Por ejemplo, si padezco de Ira, tengo que verme, estudiarme a mí mismo, para reconocer ante qué situaciones o ante cuáles personas esta se dispara. Normalmente, con caer en cuenta de cada uno de los motivos que detonan los DEFECTOS DE CARÁCTER será suficiente para desaparecer la conexión. En algunos casos, es necesario hacer el ejercicio repetidamente para desconectar causas de efectos y así concientizarlas. Para romper surcos cerebrales.

—Sí —dijo María—, voy por la calle, tiro con descuido un papel al suelo, un señor se dirige atentamente a mí y me explica con corrección: *No hay que tirar basura en la vía pública*. Aunque no me dijo *no tires basura*, personificándome, sentí en mi interior que era un insulto provocativo y me defendí con una REACCIÓN de jugada de tenis, «a bote pronto»: *¿Qué? ¿Usted barre, o qué?*

—Así es —dije yo— cuando reaccionamos a un estímulo que percibimos como una agresión o presión sobre nosotros, sacamos eso que traemos dentro, que en este caso es

IRA.

»Esa Ira proviene de RESENTIMIENTOS pasados. Tienes una asignatura pendiente: Perdonar a algunas personas. También puede venir de la falta de ACEPTACIÓN de tu REALIDAD, lo que te lleva a la FRUSTRACIÓN, que se manifiesta como IRA; o bien, CULPAS por algo que hiciste o dejaste de hacer. Una vez que limpies tu vida de basura, volverás a tener ALEGRÍA DE VIVIR.

»¿Por qué tengo que aceptar la realidad, abuela?».

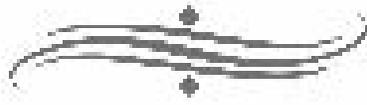
—Porque la REALIDAD es la voluntad de Dios. AUTOOBSERVÁNDOME me di cuenta de que son MIS REACCIONES las que me hacen un daño mayor que el que recibí de otros y ante el cual reaccioné desmesuradamente.

—¡Sí! Esto suele suceder —dijo María—. Si alguien en el cine se mete adelante en la fila y con propiedad le pido que se forme atrás, y este a su vez me contesta con insultos, si mi reacción es insultarlo también con palabras hirientes, pues ya con eso perdería el disfrute de la película. Debí haberme dicho: *Este tipo no respeta el derecho de los demás al no formarse y avanzar conforme van llegando, pero es su problema.* De cualquier manera, entraremos todos al cine, ¡y ya! No voy a pasarme la película, como me sucedió, quejándome conmigo de su falta de consideración hacia los demás. Y menos pensando que voy a mandarlo a sacar, o que le voy a reclamar de nuevo, o que me sentaré atrás de él y haré mucho ruido para que no pueda ver la película. Mi reacción, y no lo que él hizo, fue lo que fastidió la función de cine de ese día. Desafortunadamente, no dejé pasar el incidente y por lo mismo no disfruté de la película, ni de mi compañía. Fue una mala tarde que pudo haber sido espléndida.

—Hace un mes, para venir al rancho, iba rebasando un carro en una recta —compartió Milo, que tenía poco tiempo de incorporarse a la «pela» de papas—, vi a la distancia un auto de frente; me metí adelante a mi carril, calculando espacio suficiente. El vehículo de atrás me tocó el claxon embravecido. Yo pensaba que no tenía por qué haberlo hecho así. Reactivamente enojado y sin pensar más, pisé a fondo el freno, lo dejé ahí un segundo. Miré por el retrovisor y el carro rebasado momentos antes se frena de golpe, supongo que asustado el conductor. Después sentí MIEDO, miedo de que me reclamara. Para esos tiempos de AUTOOBSERVACIÓN ya sabía, ya había identificado, que me turbaban los cláxones. Me desquiciaban. No tenía TOLERANCIA a esos estímulos externos. En el fondo mi intolerancia brotaba por no querer ser juzgado por los demás ni ser penalizado por errores que, según yo, no cometí. Después de este hallazgo, empecé a levantar un inventario de las anomalías o REACCIONES NEGATIVAS que mi personalidad padecía, es decir, de mis DEFECTOS DE CARÁCTER.

—Sí, Milo, y con el tiempo cada día será lo que tú quieras que sea. No dependerá de tener suerte para disfrutar de un buen día. Será tu elección que alguien, aparte de ti, rompa tu equilibrio.

—Sí, Doña Florinda, así lo estoy aceptando. Y sé muy bien que un día no muy lejano tendré también en mi poder la llave de mis emociones.



20

ME DIJO QUE ÍBAMOS A ATENDER UN PARTO y que no me impresionara por lo que oiría y vería. Me anticipó el enorme dolor físico de la mujer al parir, como una maldición bíblica. Años después oiría que solo es comparable en el hombre con el dolor que causan las piedras de riñón atoradas en vías urinarias.

Me informó que vería un bebé tal como viene al mundo. Que el bebé también sufre al salir del vientre materno, y que se ve muy sucio a la vista, pero que eso era natural, que no me asustara por nada.

Por último, me previno: *Verás los órganos genitales de la mujer, cuidados por un vello amoroso. Aunque por ahora no lo entiendas, dile a tu yo que eso también es natural, que así son todas las mujeres mayorcitas.*

Mi abuela no era la partera del rancho, ni de otras comunidades periféricas, pero sabía asistir los nacimientos. Lo aprendió de su abuela, hermana del héroe nacional Ignacio Zaragoza, el militar leal como ninguno a su Patria y al Ejército mexicano, pero que no estuvo presente cuando se celebró su matrimonio, ni los de sus hijas, y tampoco al ocurrir la muerte, velación y entierro de su esposa. Su matrimonio a distancia lo tramitó con un poder notarial. Es el sentido del deber militar más avasallante en las relaciones familiares que he oído. Si algo bueno podemos darle a nuestra familia es solo nuestro tiempo y presencia. Nada tiene más valor.

Una muchacha de la casa llevaba dos palanganas, un petate, unas mantas, dos cirios medianos de cebo de puerco y unos trapos limpios.

—Quítenle toda la ropa —indicó mi abuela— y salgan todos, menos el marido y las mujeres; déjenme revisar cómo va. Acuéstate en la manta, mi amor —y palpó entonces con los tres dedos más grandes de la mano derecha las «cuerdas» musculares a los lados del ombligo—. Sí, ya está a punto —anunciaría.

»A ver, Santiago, toma fuerte de las manos a tu mujer por atrás de su cabeza y pase lo que pase, oigas lo que oigas, no las sueltes».

La asistente había vaciado por separado, en las dos palanganas que llevábamos, el agua fría y la caliente. Doña Florinda se lavó afuera con lejía, esperó a que se disipara el alcohol y, una vez frente a la parturienta, se las untó del cebo de cerdo hasta arriba de los codos y metió la mano derecha dentro de Juana.

—Viene volteado —dijo en voz alta, de una manera que transmitía que habría dificultades.

Tomó más y más cebo y, por los movimientos de los brazos sumergidos en las entrañas, yo me convencía en silencio de que estaba embarrando de más al bebé por todo el cuerpo y cabeza. Empezó a moverlo y Juana a chillar, como solo había oído a un marrano. Tal como cuando me impresioné al oír a la primera docena de puercos berrear desgarradoramente al morir. Pensé que el cebo usado por Doña Florinda provendría de un porcino que murió así, chillando como parturienta.

Perdí la concentración con los vuelos de mis pensamientos. Cuando regresé a lo que estábamos todos viviendo, escuché los gritos de la abuela:

—Puja, Juana, puja. Saliendo el niño se acaba todo.

Únicamente en los partos la oí gritar, en ninguna otra circunstancia alzó la voz así.

—Puja, puja —gritaba yo también. Al cabo de una agonía tan a todo color de Juanita, que pensé que su cuerpo flaquito no aguantaría; asomó primero una parte de arriba del cráneo. Finalmente lo recibe la muchacha con un trapo limpio. Toma al bebé de las espinillas con las dos manos, envuelto con otro trapo, que luego explicaría era para que no se resbalara y, entonces, Doña Florinda mete la mano derecha al agua tibia, moja la palma de la mano y le da la primera nalgada inmerecida a esa personita, al parecer niño, que suelta un golpe de llanto seguido por un chillido desconsolador que va y viene, acompasando las respiraciones rápidas. Entonces, Doña Florinda corta y anuda el cordón umbilical. Rodolfo se llamaría, Rodolfo Pimentel.

Regresamos exhaustos, caminando a la casa del rancho. Íbamos eufóricos. Hablé y hablé atropelladamente sin prestar oídos a nadie.

Cuando cenamos los tres, camote con leche y piloncillo espolvoreado, me preguntó Doña Florinda:

—¿En qué piensas?

—En que no sé aún qué será más doloroso, si llegar a la vida o pasar a la muerte.

—No, lo más doloroso es vivir la vida dañándose a uno mismo y a los demás.



21

TENÍAMOS VISITAS. ERAN CUATRO SEÑORAS de Saltillo que vinieron a pasar un fin de semana al lado de la abuela. Acerqué otra silla para mí. Estaban sentadas en la terraza, en una tarde fresca y airosa de un otoño terminal. Limonada, café negro y rollos de nuez animarían la reunión.

—En la vida pasamos por vivencias que nos causan DOLOR EMOCIONAL. La mayor parte de estas son PÉRDIDAS y SEPARACIONES, aunque hay también FRUSTRACIONES mal trabajadas. Y a grandes expectativas, grandes frustraciones, me enseñaron a mí —sonrió la abuela, haciendo una pausa—. Hay SEPARACIONES por muerte, por distanciamiento físico o emocional de seres que amamos, por actitudes o comportamientos no esperados, que nos separan de otros en quienes confiamos. Pero también hay dolores creados absolutamente por nuestra mente. Son imaginarios, sin sustento, o son producto de nuestra proclividad inicial, en nuestros tiempos de inmadurez, a Sufrir y a saborear el DOLOR. Exageramos causas y consecuencias, además de culpar a los demás de los dolores y sufrimientos provocados por nuestra propia falta de madurez emocional. Estos dolores pueden saturar nuestras vidas diarias, volvernos infelices y cerrarnos el paso para no llegar a un *Estado Superior de Conciencia*, lo que es la ALEGRÍA DE VIVIR.

»Si nos quedamos regodeándonos en el DOLOR, lo convertimos en algo más hondo y prolongado llamado SUFRIMIENTO. Para mí, el SUFRIMIENTO es un DOLOR arrastrado, consentido, recreado, magnificado.

»Maldecimos, deseamos mal, ideamos VENGANZAS, torturamos creativamente en nuestra cabeza a quien suponemos nos hizo DAÑO, pero el único logro objetivo que obtenemos es amargarnos el diario vivir, recargarnos de IRA, envenenarnos la MENTE y los SENTIMIENTOS, sufrir obsesivamente, aislarnos de los demás. El SUFRIMIENTO es un DOLOR vuelto HÁBITO; este tenderá a permanecer en mí por años con su poder DESTRUCTIVO. Y su desarraigo se convierte en tarea compleja y prolongada, al tener que sustituirlo por otro hábito. En el fondo, el SUFRIMIENTO nace con la NEGACIÓN de un dolor. Su no aceptación causa que nos rebelemos contra algo que ya sucedió, que quedó en un pasado que no existe más y que ya es incorregible.

»Debo reconocer que la recurrencia de la aparición del DOLOR en mi vida no es

parte de la normalidad cotidiana y permanente. La vida, en sí, no es una TRAGEDIA. La vida es una ALEGRÍA. Sin embargo, nosotros la podemos convertir en un drama largo y sin salidas, aunque asimismo es cierto que nadie ha pasado por este mundo sin haberse topado con el DOLOR. Hay dolores inevitables, como algunas muertes, enfermedades y separaciones. Pero hay dolores evitables, como el efecto de algunas conductas de terceros provocadas o no por mí, algunas enfermedades curables y algunas muertes prematuras prevenibles. Lo importante es levantarse del DOLOR, sacudirse el polvo de las manos y volver a caminar por la vida lo más pronto posible. No quedarse tirado, lamentándose en el suelo, conmocionado y gozando de una torcida CONMISERACIÓN. Todos pasamos por tropiezos que nos pueden hacer caer, pero la diferencia, en cuanto a SANIDAD EMOCIONAL, la hace el tiempo que nos quedemos en el suelo. Y hay quienes optan por no levantarse jamás.

»Una fórmula general para no pasar por ciertos DOLORES de SEPARACIONES es AMAR CON DESAPEGO. Y esto quiere decir AMAR intensamente, pero a sabiendas de que lo que estoy viviendo, de que lo que estoy disfrutando, así como tuvo un principio tendrá un final en cualquier instante, usualmente en el más inesperado para nosotros.

»Corazón adentro debo tener la ACEPTACIÓN de que nada es para siempre; ni mi vida, ni mis relaciones afectuosas, ni mis seres queridos, ni mi fortuna, ni mi felicidad son eternos. Si no lo veo así, pasaré del DOLOR al SUFRIMIENTO por no ACEPTAR que las SEPARACIONES y PÉRDIDAS son una constante natural de la vida y no una gran desgracia que nos cayó por nuestra mala fortuna, o ‘por castigo injusto de Dios’. Entre más hondo sea el cráter de dolor que mi mente excave, más difícil será salir de él.

»Y si en alguna ocasión supiéramos de alguien que sintiera un DOLOR insoportable, digámosle una real verdad: *Este dolor va a pasar. Así como pasaron otros dolores fuertes de tu vida, este dolor también pasará, lo he visto*, esto es un gran consuelo».

—Oiga, Doña Florinda, la otra vez la oí decir que el DOLOR puede ser una oportunidad. ¿Por qué?

—Ah, sí, el DOLOR es asimismo propositivo; es el gatillo que dispara mi desarrollo. Hay quienes dicen que sin dolor no hay crecimiento, y no están del todo equivocados. Solo con DOLOR se puede dar el mayor crecimiento emocional en el menor tiempo. El DOLOR es como un resorte, una vez que comprimo su fuerza elástica, que llega a su fondo, no le queda otro movimiento más que el de extenderse de nuevo, e impulsarme hacia arriba con fuerza. Lo que significa recuperarme y crecer emocionalmente.

»Muchas veces, también caer en un DOLOR muy profundo y elaborarlo positivamente es lo que nos saca de un hábito de medio sufrir cotidianamente en la vida».

—¿Qué enseñanzas se manifiestan con el DOLOR?

—A ver, entre todos vamos a contestar: con la iluminación retrospectiva puedo ver los ERRORES que cometí; enmendarme y proponerme no repetirlos; conocer los efectos de mis actos equívocos en mí y en los demás; valorar las enseñanzas que aprendí de mis desaciertos; ser más selectivo al escoger a las personas a quienes les entrego mi

confianza; alejarme de quienes se relacionan dañinamente conmigo; también sirve para ver con mayor claridad mis DEFECTOS DE CARÁCTER y mis debilidades, falta de disciplina; y el aprendizaje que me deja es contactar con la HUMILDAD como la manera apropiada y sabia para vivir la vida.

»Así vemos que los DOLORS por los que pasa uno indefectiblemente en esta vida son naturalmente claroscuros. Si bien me insertan en un DUELO y me convierten por un tiempo en un ser doliente, también irradian luminosidad acerca de cómo debo continuar por el camino de la vida y cómo entenderla mejor. Es optativo para mí darle un sentido positivo al dolor. El pasado doloroso es el precio del pasaje que tuvimos que pagar para convertirnos en personas mejores, en lo que ahora somos.

»Al principio, siempre estará ahí la tentación de ir al pasado y volver a abreviar el DOLOR o sentir CULPAS por algo que se hizo. Caer en esto es una manera de AUTODESTRUIRNOS. Si dejamos ir el PASADO por un largo periodo, actuará un mecanismo defensivo de VIDA que tenemos, el cual consiste en olvidar los pasajes dolorosos y lo que hemos perdido.

»Hoy en día, veo el pasado como un cementerio de fósiles. Ir al pasado a traer DOLOR es convertirme en un fósil vivo. Solo puedo visitar el pasado para extraerle enseñanzas de vida. Y nada más».



22

ESTAMOS SENTADOS SOBRE UNA COBIJA HÚMEDA, en una loma mansa de una gradiente inofensiva. Tenía a Edith abrazada entre mis piernas, con la güera cabellera recostada entre mi flanco y mi hombro, su cuerpo apretado hacia mí, y buscaba mi mejilla una suya para tallarla a presión. Los dos veíamos abajo la planicie vibrante e infinita del desierto coahuilense.

Acabamos de satisfacernos uno en el otro. Veíamos un arco iris como el umbral del no sé qué o lo que va a quién sabe dónde.

—Dame un pensamiento, amor, que te evoque el arcoíris.

—El arco iris es un aro completo, un círculo, una rueda gigante de velos de colores, con la mitad libre y la otra atascada bajo tierra..., y un día la voy a poner a rodar, como un aro, para jugar con ella. Ja ja ja. Mientras tanto es un puente entre mis carencias de este lado y mis sueños en aquel.

—¡Bello, Edith!

—Ahora te toca a ti —replicaría ella.

—El arco iris es una mentira de mis ojos, una prueba de que saben mentir mejor que mis labios y mi cuerpo. Me mienten también cuando ven reverberar el desierto al caer el sol, como plomo derretido. Arco iris y reverberación son dos ilusiones ópticas. El AMOR y la VERDAD, aunque no los vea, son parte sustancial de nuestra vida.

»Le caes muy bien a mi abuela, Edith. Dijo que nos veía juntos por siempre y eso me gustó. Cuando la oí, pensé que nosotros éramos dos almas felices que, sumada una a la otra, aumentaríamos nuestra felicidad.

»Ambos hemos descubierto, quitando capa a capa y creencia a creencia, nuestro *Centro de Amor Espiritual*. Hoy sabemos que el AMOR y la felicidad están en nuestro interior, sin necesidad de que haya un sujeto que los reciba o que nos los entregue».

—Yo ensueño contigo, Francisco, que siempre nos amaremos y haremos un hogar feliz, con hijitos, un perro, una casita y un trabajo para los dos; que viajaremos y conoceremos el mar, la selva, las pirámides; que veremos juntos los volcanes y que probaremos todos los sabores, todas las nieves y todas las frutas existentes. Nadie me enardece como lo haces tú y nadie me apacigua como tú.

—¿Te has fijado, Edith, que todo lo que quiere la gente es que la dejen vivir y ya?

Que pueda tener un trabajo, un ingreso suficiente para las necesidades básicas. Un poco de dinero es suficiente. Todo lo demás es organizarse con armonía en familia y en el medio social para extender la felicidad.

—Mi mamá le reclamaba a mi papá que le había prometido hacerla FELIZ y que no le había cumplido. Con Doña Florinda aprendí que solo yo puedo alcanzar a ser FELIZ. Y también solo yo puedo hacerme infeliz, y nadie más. Mi felicidad no va a llegar de otra persona, ni fuera de mí. Se da únicamente en mi vida interior. Únicamente necesito descubrirla, destaparla y cultivarla.

—Muy cierto, Edith. Dice mi abuela que cuando hablas ya das lecciones de vida, y que vas a poder dar un gran servicio a quienes están necesitados emocionalmente. Serás una gran Servidora Espiritual.

—La verdad, tengo todo cuando voy a tu casa. Estás tú y están las enseñanzas de tu abuela. No creo que mi mamá me pueda dar la carrera de Veterinaria. Pero sí sé que lo mejor de lo que hay a mi disposición lo estoy tomando, y eso me hace sentir tranquila. Nada más podría hacer en estos tiempos. Vivo en GRATITUD.

Comenzamos a besarnos en la cara, el cuello, la boca; a acariciarnos y motivarnos, y con rabia volvimos a amarnos entrecruzando los dedos de las dos manos. Probábamos una vez más el regalo del *sexo con amor*; de lo más intenso de la vida, eso lo sabríamos después. Solo me desconcertaba una fijación, una fijación distractora porque yo necesitaba, en ese momento, un preservativo, porque mi cuerpo en el de Edith ya probaba comportarse como el de un adolescente.

El mes pasado llevamos la cuenta de estos encuentros del «tercer tipo», como les decíamos, y fueron cuarenta y dos. Nos reímos mucho.

Varios años después, Edith comprobaría que, por alguna sinrazón, su cuerpo no sería reproductivo. Esto no la desmoronaría, gracias a su consistencia espiritual.



23

—ENTONCES ME ADVIRTIÓ QUE NO LO HARÍA, y yo pensé *este está mintiendo*; luego me dijo que no tenía tiempo. Y torció los ojos.

Interrumpió Doña Florinda:

—Los ojos tienen palabra de honor, difícilmente pueden engañar, del todo, a los demás. Un brillo o una sequedad los delata. Los ojos se tuercen cuando recuerdas; se fijan cuando mientes; se desorbitan cuando tienes miedo; se ensangrientan cuando odias; se limpian y se iluminan cuando el alma es buena; se endurecen y se atrancan cuando muestran maldad. Son ojos caídos y pasados por un secante los que muestran desolación y tristeza; se extravían cuando hay desconcierto; se alzan y se van fijando en dos o tres puntos imaginarios cuando se profundiza el conocimiento.

—Yo seguía viéndolo. Me dije, él tiene que saber que ya no me importa. *Está bien*, le afirmé con voz fuerte, *no me importa, de veras*.

»Él se sorprendió, lo pensó y respondió: *¿De verdad no te importa? No te creo, mentirosa*.

»Me acordé de ti, Florindita, y le dije: *De verdad voy a estar bien, muy bien*. Yo sabía que eso le dolería. Y vi que se enojó; por fin me vio a los ojos y, subiendo la voz con firmeza, dijo: *Pues yo voy a estar mejor que tú*.

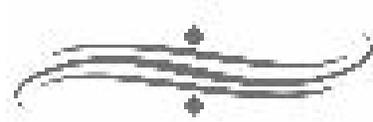
»No, no decía la verdad. Sé que no será así. Lo felicité y me despedí con un: *Adiós, que Dios te bendiga*. Entonces me di la vuelta y empecé a caminar con pasos largos. En ese instante comencé a sentirme más triste y mal. Cuando apenas me alejaba unos pasos, como una erupción incontenible, me puse a llorar, reteniendo cualquier sonido, más y más llanto. Tenía la cara empapada, y en eso me gritó: *¡Regresa!, perdóname, no te quise decir eso. Quiero que sigamos juntos, que nos demos otra oportunidad*.

»No lo oí falso. Pero yo estaba segura de que alejarme de él era lo mejor. No volteé, solo giré en la esquina y comencé a caminar más rápido y a llorar, ahora sí, en voz alta. No sé si hice bien, creo que sí, aunque quizá debí detenerme y decirle que ya todo había terminado».

—Pero, bueno, eso ya pasó, ¿no crees? Ya cortaste con valor una CODEPENDENCIA insana; tú misma viste qué daño te hacía mantenerla. Ahora tienes que ver solo hacia adelante y nada más. Tienes que saber que pasarás unos meses

adolorida del alma y con culpas. Y que debes mantener el timón en sentido contrario a donde quedó tu relación. Conoce a otras personas, y si les ves juicios y actitudes destructivos, ¿qué debes hacer?

—Dejar de cultivar su amistad y a otra cosa mariposa.



QUÉ DIFÍCIL ES DESCRIBIR con palabras los olores, colores y sabores. Solo comparándolos con unos ya conocidos, y marcando las diferencias entre ellos, solemos aproximarnos a una mala descripción. Podemos decir que es más agrio que el limón, más azul que el cielo en un día soleado, o que huele entre el aroma de la miel de maple y una copa de coñac. Pero nada más. Tendríamos que contar con un banco de olores, colores y sabores para igualarlos comparativamente, aunque sin alcanzar alguna precisión.

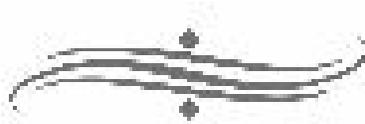
Igual de complejo es describir resentimientos, culpas, dolores, todas las emociones y los sentimientos en sus intensidades y mezclas. Y, sobre todo, poder decir: *estaba tan triste como...* Y dar una aproximación que mostrara a todos una cierta idea del grado y calidad de la tristeza. O decir: *Tenía tanta alegría en esos momentos que me sentía igual de dichosa como cuando cumplí quince años.* ¿Te da una idea de cuánta alegría sentía? Claro que no, ni idea. O preguntar *¿te sentías tan culpable como yo el día que le grité a mi mamá?* No lo sé, de verdad no lo sé, no tengo elementos objetivos para responderte.

Los componentes de la ESPIRITUALIDAD, como los de los DEFECTOS DE CARÁCTER, pertenecen al mundo de la subjetividad porque no pueden cuantificarse. Compararlos y diferenciarlos entre sí aproxima, pero no precisa. Es por ello que nadie puede conocer la magnitud del DOLOR que trae uno dentro o por el que los demás están pasando.



25

ME SENTÉ ANTE EL ANTIGUO SECRETER ALEMÁN de la abuela. Al frente, por la parte de la ventana no cubierta por el mueble, se veía deslumbrante ese cielo immaculado y luminoso del norte de México. Abajo veía un tintero negro, dos esbeltas y frágiles plumas de tinta china y un secante de arco. Ahí estaban estas notas de la abuela.



Hay quienes dicen que los Principios que dignifican a los seres humanos están dentro de nosotros, es decir, son intrínsecos a nuestra naturaleza y que lo que necesitamos es hacerlos valer ante nosotros mismos, despejarlos de condicionamientos del pasado y cultivarlos para que se desarrollen en nuestra personalidad. Principios tales como la Integridad y sus consecuencias: la Dignidad, la Honestidad, la Honradez, la Compasión, el Respeto a la Condición Humana, el Cuidado de todos los niños (están en indefensión), la Caridad, el Sentido Comunitario, la Indignación, la Capacidad de Análisis Crítico, etcétera.

Existen otros estudios que señalan que estos Principios no los tenemos dentro de nosotros, sino que los aprendemos en la familia y en la sociedad, y que los podemos, o no, incorporar a nuestra conducta.

Nacemos con un cuerpo y un Espíritu. Esto difícilmente estará en duda por alguien. El Espíritu debería ser un sinónimo, un intercambiable del Amor y la Felicidad. En esencia son la misma naturaleza. De esta guisa, el órgano podría ser el Espíritu y las funciones que desempeña serían el Amor y la Felicidad. Con la edad, y a partir de los primeros instantes de vida, las funciones se van atrofiando. Recibimos prácticamente solo influencias negativas, de buena fe casi siempre, que van eclipsando más y más el órgano emisor. Usualmente, uno no puede Amar a plenitud porque nuestro Espíritu ha sido afectado por información y condiciones externas. Parcialmente, esa información pudiera venir de sucesivas generaciones pasadas que nos han transmitido, sin malicia alguna, falsedades, prejuicios, discriminaciones, angustias, miedos y demás. Esto llega a nuestra vida como herencia de las familias materna y paterna.

La mayoría de estos rasgos negativos continúan hasta que somos adultos: la precariedad de la vida justifica los excesos, es decir, la acumulación por la acumulación de dinero, legal o no; solemos asumir que profesamos la igualdad entre los seres humanos y no es cierto (al personal doméstico no lo sentamos a nuestra mesa y, con indiferencia, lo vemos hacia abajo; estos prejuicios los he

visto más en el centro y sur de la República). Decimos que Estados Unidos tiene una vergonzosa historia de discriminación, lo cual es verdad hasta tiempos muy recientes; y, sin embargo, lo están trascendiendo. En América Latina se continúa marginando y segregando a los indígenas, casa por casa, centro de trabajo por centro de trabajo, país por país.

Nuestra familia es más importante que las otras familias; si no haces dinero no vales nada, y además el dinero te da superioridad; la sociedad es una jerarquía con niveles, y yo estoy ubicado arriba; los empleados son flojos e inferiores; la igualdad es un mito en la comunidad; te tienes que casar con alguien de tu estatus; los que no son inteligentes, se caen hasta el fondo de la sociedad; el éxito material significa triunfar en la vida; para ser feliz necesitas diversión; las mujeres rinden menos en el trabajo; el sexo es sucio; cualquier persona que estudia y que se esfuerza llega a la cumbre social; el que no estudia es por holgazán; adquirir y exhibir bienes suntuarios, moda, vida social y otras muchas tonterías absolutas son valores equivocados que, pensando por ti mismo, las tienes que poner en su lugar: en el bote de la basura. Solo son diferentes maneras de recrear la Cosificación: la concentración de la sociedad en las cosas y no en los seres humanos.



Romper estos influjos, y cientos más, conlleva a pensar y repensar lo que tenemos en la cabeza, y nos libera por el camino de la verdad.

Milo, que es hoy el espíritu más refinado del grupo, me dijo: *Los únicos seres inferiores son aquellos que se sienten superiores.*

Me quedé pensando. Y sobre los prejuicios que nos han transmitido y hemos adquirido, la verdad es otra:

La Condición Humana, al compartirla, nos da esa apropiada dimensión de validez universal.

Se es absolutamente FELIZ con muy poco dinero para vivir.

Las mujeres, en general, son más honestas, comprometidas, responsables y honradas en el trabajo.

No nos hemos interesado en apreciar los valores y la herencia espiritual de los indígenas.

El dinero da una percepción falsa de superioridad solo a quienes no conocen la riqueza que hay en su interior.

Los pobres son pobres porque no han tenido acceso a la educación académica, pero tienen el mismo potencial de inteligencia que los profesionistas.

Solo hay algo peor que buscar el éxito material y esto es lograrlo.

Conforme vas haciendo prevalecer tu espíritu y la condición humana, más vas desdeñando lo material.

Las religiones tienen ideas medievales que han querido hacer valer en el mundo del conocimiento.

Únicamente en un ambiente donde se propicia valorar los principios de la HUMANIDAD y la espiritualidad germina el reconocimiento pleno de la igualdad entre los seres humanos. (Esta no es la regla vigente en mi país, ni en América Latina.)



En otra hoja sepia, en el secreter, encontré estas notas de la abuela Florinda:

Querida Fortunata:

Hago referencia a la larga conversación que tuve el gusto de sostener contigo ayer por la tarde. Escribí estas notas para que las comentemos el viernes.

Si no lo aprendieron de sus padres es porque no en todos los hogares saben expresar el Amor; es probable que ellos, de niños, vivieron en familias poco expresivas en el arte de ser amorosos consigo mismos y entre sí. Se nota cuando los hijos han sido creados y criados en un hogar de padres amantísimos: no tienen inseguridades, poseen una alta estima de sí mismos, son sociables, no son agresivos ni conflictivos. Han sido formados para volar por la vida, no para caminar y menos aún para arrastrarse por ella.

Un hogar amoroso, incluso con un solo padre o madre, no es disfuncional. Solo es necesario cuidar el Síndrome del Abandono para que este no arrase el desarrollo espiritual de los hijos. En especial, las madres solteras lo hacen bien, aman a sus hijos y se los dicen cuantas veces pueden; se manifiestan corporalmente, los abrazan, los besan, les dan palmadas de cariño. No tratan de corregir ni conducir sus vidas a su imagen y semejanza. Es más, saben que el Ejemplo no es la mejor manera de Educar, sino la única que hay. Conocen los triunfos de sus hijos, los apoyan y los admiran. Los hacen sentir copropietarios del patrimonio familiar, los respetan y jamás buscan humillarlos haciéndoles ver que ellas son las que saben; la opinión de las madres no vale más que la de los hijos, vale igual. Las conversaciones familiares son incluyentes. Nada de que los padres iluminan y los hijos callan. Todos son interlocutores. Se alienta a los hijos a participar y se les escucha con mucha atención y respeto. Se construye un Ambiente Propicio para que, pisando terreno firme y seguro, los niños

vayan formando su criterio y tomando siempre sus propias decisiones. A esto podríamos llamarlo Espiritualidad creciente, en oposición a la Espiritualidad menguante, haciendo un símil con la luna.

Hay otros niños que crecen inseguros porque tienen padres que son sobreprotectores y que los vuelven, a causa de eso, inútiles; o porque tienen padres controladores, con el Ego disparado, de esos que se afanan en demostrar que solo ellos son los que saben y pueden. No los abrazan, menos los besan y tampoco les recuerdan que son queridos. Les hacen sentir que en la casa están casi como si fueran visitas. Los niños son silenciados, vejados, corregidos y no tienen acceso al «importante mundo» de los adultos. Se les trata como menores, es decir, como disminuidos. A estas niñas y niños se les inhibe expresar sus sentimientos: los hombres, les dicen, no lloran, por lo que crecen conteniendo dentro de sí sus dolores, miedos y culpas.

Si vienes de esta segunda clase de hogar, es casi seguro que no sepas Amar, pero hoy tú puedes optar por aprender a hacerlo. Lo primero que hay que hacer es sencillo, solo permítete ser amado por los demás. Aunque al principio te incomode, solamente recibe los abrazos, acepta los cumplidos, el apoyo de los demás sin chistar, y deja de compararte con otros.

Si no sabes Amar, entonces es porque vienes de un hogar en donde tampoco lo supieron hacer tus padres; pero no los culpes, te transmitieron únicamente lo que ellos recibieron. Lo hicieron de buena voluntad. Ellos no conocían otra

manera de vivir ni de tratarte. Seguramente fueron criados así por sus padres; y estos, al igual por sus abuelos, y así en sucesivas generaciones se transmitieron esta carencia hasta remontarse, quizás, al principio de los tiempos.

Amor a ti, a todos, y Amar direccionadamente, selectivamente, es una técnica relativamente sencilla de dominar y aplicar. Basta subir la autoestima: aceptarte y estar a gusto contigo, tal como eres, atenderte y cuidarte en primera instancia. Para profundizarla en Espiritualidad y arribar a la iluminación, es decir, irradiar Amor a todos y todo, alcanzar el estadio de Felicidad permanente, vivir en Alegría, para mutar así, es necesario recuperar mi propia naturaleza, afectada por mi interacción con seres carentes de cariño; ser yo mismo y Amar a los demás. Esa es la cuestión.

Si fuiste una niña deficientemente amada, y hoy tú eliges corregir tu vida y tu relación con los demás, si quieres, puedes lograrlo. Si recibiste indiferencia en el trato, hoy, en cambio, puedes ser muy expresivo; si te dieron poco tiempo de convivencia, hoy tú puedes organizarte mejor y darle más tiempo a tus seres queridos; si fuiste una niña golpeada, hoy puedes ser un humano muy cariñoso y respetuoso; si recibiste abuso emocional, hoy trata a los demás de la manera más amorosa e igualitaria que puedas aprender al tener la mente abierta; si fuiste una niña sobreprotegida, hoy puedes dejar vivir por sí mismos a tus seres amados, sin tu interferencia avasalladora, para que tomen sus propias decisiones y aprendan a recibir las

valiosas enseñanzas que dan los errores; y si fuiste una niña subestimada y Controlada, hoy puedes abstenerte de ser intrusiva en otras vidas.

Con estas nuevas actitudes te amas y respetas, elevas tu autoestima, haces un Ambiente que facilita la manifestación del Amor y, por lo mismo, la sanidad emocional en los espacios en donde te tocó convivir en esta vida. Te conduces a un renacimiento mutable que trascenderá un pasado doloroso.

Con aprecio, Florinda.



26

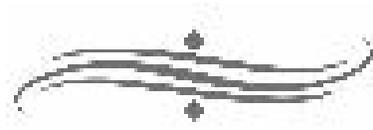
ESA TARDE AGÓNICA ESTABA RECOSTADO de lado hacia laventana. Más que oír, empecé a sentir a alguien acomodando libros a mi espalda, en el librero de la abuela; veía sin ver lo que oía: sacaban, metían y daban pequeños pasos, revisando el anaquel de madera. Lo percibí a unos dos metros de donde yo estaba. Sentí en mi nuca el aire desplazado de cuando pasa un ánima cerca. Sin moverme, elucubré, *¿quién será?* Cuando oí que cayó un libro al piso de madera, me atemoriqué, me entumí y volteé rápidamente, aguantando la respiración.

Era un hombre blanco, pero cenizo, con la pátina verde mortuoria de días. Estaba levitando a metro y medio del suelo, con un raído camión gris de algodón rústico hecho en huso, con las manos colgando semicubiertas por las mangas deshilachadas del viejo ropón; la mirada fija en el suelo, en la nada, lejos de mí; los cabellos hasta los hombros, sucios, ralos y grasosos. Me armé de valor y alcé la voz para preguntarle con sonido imperativo y cavernoso por el miedo: *¿Qué quieres aquí?* Balanceaba los suspendidos pies descalzos y finos, inclinados los dedos. Volteó y me miró sin ver a nadie. *¿¿Qué quieres?!*, subí la voz. El incorpóreo, sin dejar de verme, aunque sin mirarme, comenzó a desplazarse hacia atrás, pero vuelto hacia mí; salió contoneándose por la puerta cerrada del cuarto y desapareció en el pasillo oscuro.

Me puse en pie con más miedo, le subí todo al petróleo del quinqué y vi el libro en el suelo, lo levanté con curiosidad y leí: «La orden de los dominicos, custodios de la Santa Inquisición». Exhalé, resoplando con presión fuerte, inflando las mejillas. Me fui a dormir con mi abuela Florinda.

Cuántas atrocidades ha padecido la humanidad por culpa de sus congéneres, quienes estuvieron enfermos de sus emociones en cuanto adquirieron Poder sobre los demás. Estas arbitrariedades ellos las justificaron, paradójicamente, con valores y principios de justicia irrefutables. Lo mismo sucede dentro de muchas familias.

Los más crudos actos de AUTORITARISMO en la Humanidad los podemos encontrar entre padres e hijos; entre hermanos grandes y chicos, y en el salón de clases. No tenemos que buscar en el ámbito de influencia de un triste Dictador.



ÓSCAR FUE UN NIÑO QUE CRECIÓ sin un padre que lo reconociera. Un bastardo se decía antes, cuando en realidad el bastardo era el padre por abandonar al hijo.

La madre tiene un apasionado noviazgo. Se enamora de alguien bien bailador y simpático, pero que era emocionalmente inmaduro. Quien sin haber sido enseñado o haber aprendido a AMAR, al conocer que había embarazado a su novia, vuela como gavilán y desaparece para siempre. La mayoría de las veces, contra lo que se cree, estos padres se van más por miedos que por ser malas personas con bajos sentimientos.

Óscar, con SÍNDROME DE ABANDONO y de RECHAZO, fue un niño dolido; después, un joven doliente; y luego, un adulto adolorido del alma.

El ABANDONO de uno o de los dos padres marca con DOLOR para toda la vida al niño. En cambio, el PADRE ABANDONADOR pocas veces exhibe culpas, más bien vive su vida aparte, tratando de imprimir indiferencia hacia el daño hecho, aunque mejor sería decir que vive sin CONCIENCIA de las consecuencias de sus actos. Hay un desbalance, una desproporción entre el enorme dolor sentido en el ABANDONO, y la mínima importancia que tiene el daño infligido al hijo en su vida diaria por parte del padre abandonador; no obstante, en el fondo «sospecha» que no estuvo bien lo que hizo, esto lo expresa en silencio al omitir reconocerlo ante los demás. Lo calla convenientemente.

He visto decenas de casos en donde el camino que se escoge por los hijos para manejar los SENTIMIENTOS y EMOCIONES que eso concita es la fuga hacia las drogas. Aquel será un DOLOR que perviva hasta el último instante de sus vidas. Sé de hijos adultos a punto de morir, pese a ser abandonados de niños, que le hablan con Amor a esos idos padres, muchas veces desconocidos, diciéndoles que por fin estarán juntos y que aquellos caerán en la cuenta de que su hijo valía mucho, que era digno de AMOR y de reconocimiento.

Es necesario que los padres abandonadores se sensibilicen acerca del gigantesco DOLOR que provocan al abandonar a un hijo. Y, en consecuencia, de la necesaria e inmediata REPARACIÓN DEL DAÑO con amor: acercarse, pedir PERDÓN, volverse compañía y hacerse responsables, dentro de sus limitaciones, de gastos para la manutención y la educación. Al momento de pasar por la CONCIENCIA el acto del

ABANDONO, surgirán CULPAS y la única forma que me han enseñado para manejarlas es hacerme RESPONSABLE de la situación que las generó.



DOÑA FLORINDA CONSERVA RECETAS ANCESTRALES, se trataba el pelo con drago, una planta desértica que crece en colonias; como una ramita lineal gris rojiza que brota desde el suelo, con unas hojitas verdáceas, pequeñas y escasas. Los antiguos indios del desierto le encontraron dos usos útiles que mi abuela aplicaba. La planta se hervía con doce flores de distintas hierbas y de cuatro cactus para enjuagar el cabello, impregnándolo bien; y se dejaba ahí en la cabeza un día y una noche; también mi abuela lavaba bien sus raíces y, así crudas, las masticaba. Decía que al hacer esto se le afianzaban los dientes.

Siguiendo el hábito de los comanches, ella conservó la capacidad de renacimiento de su cabello y la firmeza de sus dientes como una adolescente, hasta el punto de convertirse casi en una centenaria. Esta fórmula de diez generaciones atrás la seguimos utilizando en la familia.



ESTABA OYENDO DE NUEVA CUENTA a Doña Florinda decirle a Pepita que, por menos malos tratos, ella ya hubiera abandonado a ese hombre; Pepita, atribulada, se defendía con vehemencia: que cómo lo iba a dejar, si lo amaba. Doña Florinda volvía de nuevo a la batalla, enfatizándole que no consideraba que fuera amor lo que se podía sentir por alguien que la golpeará, la humillara en privado y en público, no tomara en cuenta su opinión y que tampoco le tuviera alguna consideración.

—Eso no es AMOR, es APEGO. Los apegos nos impiden irradiar amor; son alimentados por la exigencia de poseer; son una de las causas del SUFRIMIENTO. Querer POSEER crea conflicto, celos y penas. Si buscas la felicidad en lugares equivocados, fuera de tu propio espíritu, solo encontrarás frustración.

Y así continuó hasta que aseverara que AMAR a una persona no es suficiente razón para vivir con ella. Esa declaración provocó que Pepita pegara un grito coronado con un gesto de sorpresa: la boca permaneció callada y abierta después de gritar y se apretaron sus mejillas hacia los ojos, que ya tenían las cejas desplazadas reduciendo el espacio de la frente.

—Sí, sí, así es, aunque te sorprendas. Si AMARAS, pero de verdad, a una persona, y si ella no te valorara, pero te utilizara y te hiciera menos, tú tendrías que salir corriendo de ahí y hacer tu vida. Tu propia vida. Te sentirás mal un tiempo, es cierto, no deja de ser un duelo lo que vivirás; sin embargo, eso pasará. Esto será por romper súbitamente usos y costumbres; el amor y el odio no desaparecen espontáneamente con una decisión de separación y de terminación de una relación; ambos son procesos y se irán agotando poco a poco, si los trabajas bien; luego, conforme creces emocionalmente, irá mejorando la opinión que tengas de ti misma. Eso es la AUTOESTIMA. Y un día caerás en la cuenta de que mereces ser tratada con mucho respeto y, desde luego, con afecto por parte de tu pareja, tus familiares y demás. Ese respeto y ese afecto vendrán de lo mismo que tú sentirás por ti para entonces. Y eso será lo que tú, a la vez, le des a los demás.

Le diría a Pepita que el tesoro más importante que tendría que cuidar es su EQUILIBRIO EMOCIONAL; que nada ni nadie debe trastocarlo. Y que eso sería una decisión de ella y de nadie más.

—Si no lo permites, ninguna ofensa o provocación ajena tendrá por qué sacarte de tu

balance emocional. Con el tiempo y la práctica lo lograrás. Evitarás esas afrentas manteniéndote a distancia de la persona enferma de sus emociones; también puedes elegir qué tanto sentir en tu interior, así como de qué manera reaccionar ante un estímulo externo. Esto significará PAZ INTERIOR contigo misma y con las personas con quienes convives.

Finalmente, Doña Florinda le aseveraría a Pepita:

—Tú no puedes querer, y menos AMAR a alguien, porque una persona que puede vivir como tú en un ambiente de golpes y maltratos obviamente no se ama ni se respeta a sí misma.

»Mi esencia es el AMOR, es cierto, pero de eso a que pueda Amar o pueda amarme a mí hay todo un proceso. Tengo que revalorar mi vida. Hay que liberarse de las más graves deficiencias del carácter y de las creencias adquiridas y propias. Estas deficiencias le imprimen opacidad y disfuncionalidad a nuestro ESPÍRITU.

»Todos los que nos amamos a nosotros mismos nunca permitiremos que alguien, sea quien sea, desahogue su desamor y enfermedad emocional en nuestra persona. Para cuidarnos y protegernos fijamos LÍMITES altos, como la gran muralla china, que impidan que alguien nos haga DAÑO, y si no fuera suficiente para detener al agresor, nos permitan alejarnos físicamente hasta un lugar en donde podamos vivir nuestra vida con tranquilidad. Nada tiene un valor mayor que el de conservar nuestro EQUILIBRIO ESPIRITUAL.

»Si permitimos que afecten nuestra ESTIMA y que lo hagan por largo tiempo, será porque no nos sentimos merecedores de lo bueno que a todos ofrece la vida. Nos creemos menos que los demás y eso significa no amarnos. Quien nos ama nos protege, nos respeta, nos valora, nos cuida. Nunca nos haría un daño deliberado.

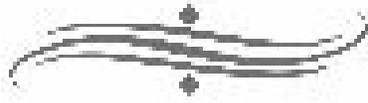
»Mira, Pepita, me dijeron que la PAZ INTERIOR es lo más parecido a la FELICIDAD; es un estado del alma, pero no viene de afuera, de actos externos realizados por alguien ajeno o de comportamientos prudentes y considerados de otras personas. La PAZ INTERIOR únicamente proviene de la manera de realizar mis actos, de mis reacciones, de mis pensamientos y de mi forma de sentir. Es resultado deliberado de estar en CONCIENCIA y satisfecho con lo que hago o dejo de hacer».

Y Pepita terminaría el intercambio de opiniones diciendo:

—Ahora creo que ya comienzo a entender por qué AMAR a alguien no es razón suficiente para vivir con esa persona.

Al año siguiente se conocería que Pepita había sido internada en un hospital con traumatismo encefálico y fractura de muñeca.

Debido a una BAJA ESTIMA y a una DEPENDENCIA enfermiza, muchas personas que incluso están conscientes del daño que reciben en una relación optan por seguir ahí encadenadas emocionalmente, aun cuando traen en la bolsa las llaves del candado.



SALIÓ LA PARTIDA DE LA CASA DEL RANCHO. Llevábamos una sola escopeta de calibre 20 para cazar conejos y codornices. Íbamos caminando mis hermanos, Patricia y Miguel, yo y, como siempre, los perros pastores alemanes iban adelante, con Chiclán al mando. Conforme avanzábamos por la brecha y levantábamos polvaredas con las botas, los guardianes solían cubrir los flancos, merodeando en los escondrijos naturales. Aún no despuntaba el sol pero ya había luz indirecta del resplandor proveniente de los cerros del Este. Los perros eran astutos cazadores; de pronto se congelaban entre los matorrales y regresaban con un gorrión o un cardenal, una codorniz o una liebre, vivos entre la boca sin aplastarlos, y así nos los entregaban. Si las presas eran domesticables o comestibles, las metíamos en una alforja amplia para llevarlas al rancho; si no, las liberábamos.

En esas salidas, Chiclán a veces regresaba con una víbora de cascabel entre las fauces e, incluso, una vez con una coralillo. Nunca alcancé a ver cómo las mataba. Todavía ahora no puedo imaginar si utilizaba una pata para dominar al reptil o solo lo hacía con el hocico.

«El batallón», como le llamábamos afuera del rancho a la jauría, estaba entrenado para hacer arreadas de venado, jabalí y puerco de monte. Manjares deliciosos que ponían a prueba el arte culinario de la mayora. Únicamente en una ocasión vimos de cerca un oso negro; estaba a tiro de escopeta lamiendo un panal de miel gigantesco que se descubrió cuando, después de desprenderse una roca, rodó por la ladera y se partió en dos al golpearse contra un arroyo seco, al fondo de una barranca. Veíamos que el peligroso animal aguantaba con dolor los agujonazos hasta un punto en que salió corriendo, bamboleándose. Era obvio que, afortunadamente, no nos tomaría en cuenta dada esa dolorosa circunstancia. Esa vez, los perros ladraron en una lengua para mí desconocida. Intuí que era la que articulaban ante un peligro para ellos invencible. Me hubiera gustado oírlos ladrar ante los gatos de la región, el puma y el linco, pero nunca tuvimos ese encuentro llevándolos a ellos. Curiosamente, el puma, para rugir pegaba el hocico al suelo. El linco, aunque pequeño, destazó al padre de Chiclán en un encuentro solitario, defendiendo su presa: una ternera recién nacida.

Después de esa ocasión, solo una vez, en la madrugada aún nocturna, se acercaría un oso negro vagabundeando por las inmediaciones del rancho, atraído quizá por el olor de

la carne seca que colgaba dentro del patio cerrado. Los perros usarían el mismo idioma y vigor de aquella ocasión de la miel y las abejas; los caballos y las mulas, con las orejas planchadas para atrás y los ojos saltones y fijos, se desbocarían en tumulto dentro del corral, golpeándose unos con otros y relinchando de una nueva manera, parecían rugidos. Salió el sargento Pepe, el asistente, con un 30-06 y disparó una carga al aire. Hasta tiempo después de que la luz del sol irradió desde detrás de los cerros e iluminó nuestro mundo, fue que se sosegarían los animales del rancho.

Reflexioné sobre el terror que impone morir a mordidas, a bocados de carne arrancados del cuerpo por los osos y lobos, a diferencia de los felinos, que primero asfixian a la presa, comprimiendo el cuello, y después la devoran. Esta última resultaría una forma menos cruel de depredar. Comprendí por qué la generación de mi abuela rezaba por que le fuera concedido «un buen morir», sin sufrimientos descarnados o sin agonías provenientes de una larga y temible enfermedad. *Hay de muertas a muertas. Y de vidas a vidas*, medité días después.

Cuando comenté el tema de la muerte con Milo, quien ya estaba por terminar su carrera en Ciencias Sociales, compartió conmigo que la mente es tan asombrosa que hoy puedo sufrir por la dolorosa muerte inmerecida que imagino tendré algún día. Me meteré a pensar en lo mal que la pasaré, en la magnitud de mis dolores físicos y emocionales. Sentiré vivamente, a carne roja herida, que yo no tenía por qué pasar por esa situación, que a mí no me correspondía esa agonía en esta vida. Y mi imaginación puede ser tal que estaré padeciendo, en este instante y tan fuerte como si fuera real, mi estoicismo fallido. Como guarnición de este plato de autoconmiseración estaría mi gran revuelta interna con que se rebela mi yo, con toda su fuerza y coraje, ante lo que nunca viví (y que seguramente nunca viviré).

Sonreí con asombro por la intensidad de sus pensamientos y con gravedad en mis gestos lo seguí escuchando.

—Esta misma representación personal de la Pasión de Cristo, pero amplificadas, la he sufrido sobre vivencias ya pasadas, las cuales traigo al presente y recreo bajo mis juicios de este día; esos malos momentos pasados los exaspero al juzgar, desde el hoy, sus causas. Los revivo con la mentalidad de aquí y ahora; la cual es diametralmente diferente de la que tuve en aquellos aciagos instantes. Yo no puedo manifestarme en el presente y juzgar, cayendo en trance y con la indignación de un adulto, lo que un desvalido niño pasó en su época. Esto no es sino el dolor de un adulto hoy, y no el del niño que lo sintió mucho tiempo atrás. Son dos sensibilidades y dos sensaciones distintas. Y sufro, como vigente y actual, algo que viví en el pasado y sentí enteramente diverso. Hablo de dos edades, dos circunstancias, dos tiempos, dos mentalidades y dos personalidades que con arrojo y arrebato me dispongo a adular y a fusionar en tiempo presente, en una entelequia, en una irrealidad. Es como el caso de una señora mayor, quien se suelta en llanto por una golpiza que le propinó su padrastro cuando tenía ocho años de edad. Lo he visto con similitud cientos de veces.

—Tienes razón, Milo, estando desde el **hoy** no debo representar eventos dolorosos del pasado. Ni tienen sentido y, por el contrario, me llevan a la conmiseración.

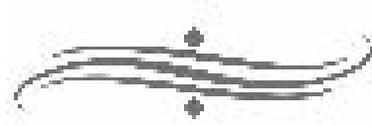


TOMANDO UN «CAFÉ» PREPARADO con bellotas de encino de la sierra, bebida que se ha perdido por alguna sinrazón, sentado en los escalones de la terraza, con la mirada absorta en la infinitud reverberante del desierto en llamas veraniegas, escuchaba a Milo compartir: *¿hasta qué grado la infancia es destino?* Los grandes gurús le han dado al tema algunos tintes distintivos. Max Weber decía que las circunstancias en las que naces y vives **CONDICIONAN** tu vida, pero no la **DETERMINAN**.

La circunstancia material se objetiva por la herencia para que la progenie tenga un comienzo más fácil en la vida; también por la calidad de la educación, obviamente académica, que puedan recibir los hijos, cuestión que les da fortalezas competitivas. La educación por parte del Estado es el elevador público para ascender en la escala de la pirámide social y romper con algo similar a las castas: lo que se conoce como *estratificación*. Cuando la generalidad de hijos de obreros, de campesinos pobres, de vendedores informales y demás integrantes de la base de la pirámide social no repiten la misma triste historia laboral de los padres y de los abuelos, y acceden a ser profesionistas, técnicos, a calificarse u obtener un oficio, es una señal de que se trata de una sociedad abierta; aunque permanezca pendiente en la agenda la atención a la desigualdad económica entre la base y la cúspide de la sociedad.

En cuanto a las circunstancias emocionales, diremos que en la infancia es cuando somos más vulnerables a la influencia de otras personas porque no es nada factible que un niño pueda alejarse físicamente de sus padres y de sus hermanos, y menos encontrar un modo de vida propio y remunerativo.

Contamos con el inconsciente (Jung) o subconsciente (Freud) y nos afectan los actos conscientes de adultos, de los cuales la generalidad está enferma de sus **EMOCIONES**. De ellos es de quienes normalmente absorbemos (y transmitiremos) sus **CREENCIAS**, distorsiones de la **REALIDAD**, **JUICIOS** y **ACTITUDES** secuencialmente por generaciones, en ambos sentidos. A cada quien corresponde no ser absorbido por entero y cuestionar todo lo que piensa, siente, dice y hace. Cuestionar de fondo para romper la coraza del adoctrinamiento.



PATY, UNA DE MIS AMIGAS, creció en un hogar disfuncional. El padre y la madre eran neuróticos y codependientes con todo lo que eso quiere decir. El día en que la madre se enteró, por accidente, que su marido tenía una amante, indagó quién era ella, fue a buscarla a su casa, entró, la sorprendió, la golpeó con fiereza y, para dejar su sello neurótico, sacó de su bolsa un cuchillo de cocina y, forcejeando, lo introdujo en el hombro, revolviéndoselo como chocolate en polvo en un vaso de leche.

Al paso de los años, le amputaron las dos piernas al padre de Paty, a causa de la diabetes. Entonces, la mamá tuvo dos hijos con un amante que consiguió en venganza. ¡Se la cobró! En su silla de ruedas, el padre de Paty paseaba por la casa a los nuevos hijos de su mujer. Los paseaba por «la casa de la enfermedad emocional».

Obviamente, tanto oscurantismo marcó de por vida a Paty. Se fugó por el camino de las drogas. Un día, al tocar el fondo del dolor, decidió elegir para ella una nueva vida. Una vida a plenitud. Entró en un grupo de Los Doce Pasos y hoy es una mujer sana emocionalmente. Fundó, con buenos cimientos, un hogar funcional para su propia familia. Rompió la infinita cadencia de que hogares disfuncionales tienden a generar hijos disfuncionales, y estos lo mismo.

Ella me enseñaría que, aun con el pasado más doloroso y dramático, un sufriente siempre podrá renacer de sí mismo y tener una vida de AMOR y FELICIDAD. Un nuevo comienzo es una vida mutable a nuestro gusto.



DE PROLONGACIÓN EN PROLONGACIÓN pasaban por el rancho mineros que iban o venían de San Buenaventura. Impactaban con sus rostros como de náufragos perdidos en el mar; con sus pantalones caquis y sus chamarras deshilachadas de borrega, manufacturadas en casa, y con botines tan usados como remendados. Les dábamos de comer, les proveíamos de agua y nos sentábamos con ellos con afán de escuchar sus aventuras en la sierra. Lo que más les atraía era la fruta fresca: moras de árbol, manzanas de la sierra de Saltillo, duraznos; ¡ah!, y bañarse a jicarazos con agua caliente en la tina de la abuela. Me gustaba oír a Doña Florinda, después de atenderlos, decirles con gentileza: «arrieros somos y en el camino andamos».

En ocasiones, de regreso, nos compraban alguna vaca, o borregos, o caballos, o mulas. Si venían con mujeres e hijos, estos gesticulaban la desolación y el descontento por la vida que llevaban. Por su apariencia, los pude comparar con enfermos desahuciados de hospital; había siempre entre ellos seres lisiados por la poliomielitis infantil. Ahí tenía, entre esas familias, una amiguita, Sara, que en una explosión perdió casi todo el oído, por lo que usaba un cornetín que aseguraba estaba hecho de oro; dibujaba muy bien aviones y nubes; tenía los ojos azules y veía de noche: podía cazar grillos en la oscuridad absoluta; a veces apagábamos los quinqués de petróleo del comedor y sacábamos una carta de la baraja, entonces ella nos decía qué número o figura era, para sorpresa de quienes no la conocían.

Eran tales las condiciones de aislamiento de estas personas que, en una ocasión, nos sorprendió conocer a una mujer casada con dos mineros compañeros de trabajo en una mina de fluorita. Cada uno tenía sus propios hijos con ella. *Muy pocas son las mujeres que viven tan lejos de la civilización*, oímos a manera de explicación.



SENTADO EN UN PUPITRE, escuchaba a la abuela dar una plática en la preparatoria de Cuatro Ciénegas:

—Sí, el cerebro humano es una factoría; aquello con lo que lo alimento como materia prima saldrá por el otro lado como producto. —Un dibujo trazado con gis en el pizarrón probaba sus palabras.

»Si yo le introduzco al cerebro inseguridad, indecisiones, falta de confianza en mí, MIEDO a los otros, RENCORES, deseos de VENGANZA, malas opiniones de mí, CULPAS, ¿qué obtendré en la salida?«.

—Pues un chorizo elaborado con desperdicios, basura y grasa de mala calidad —contestó una pelirroja pecosa, con el brillo de inteligencia en sus pupilas.

—¡Muy bien, preciosa! Y esos serán mis pensamientos, mis juicios y mis actitudes. Lo que tengo que introducirle al cerebro es que soy *Digno de Amor, Sentir que Puedo y Saber que Valgo*.

»Hace muchos años aprendí que la repetición de pensamientos positivos abre surcos en el cerebro, así me los creo, los vivo y los adapto como modo de vida.

»Hoy sé que me comportaré conforme a la mejor opinión y a los buenos conceptos que yo tenga de mí, y no por lo que la gente piense. Su crítica negativa la rechazaré mentalmente y seguiré en la batalla por ser mejor persona. En cambio, la crítica positiva, aunque sea muy fuerte, la agradeceré porque me enseña a ver mis faltas«.

—¡Ah!, en mi casa dicen que a los criticones hay que cerrarles las puertas. Y ya veo que no, señora Florindita. Hay críticas que son buenas.

—Ahora, ¿como cuánto valgo por mí misma? La verdad es que no necesito juzgarme, ni compararme con los demás, tampoco requiero de la aprobación de otras personas. Valgo tanto cuanto yo crea que merezco. Abran su cuaderno en una hoja limpia y escriban: *¿Valgo por mí o por lo que me digan los demás?* Tienen cuarenta minutos para desarrollarlo.

Pasaron tres mujercitas y dos jóvenes a leer sus manuscritos. Quedé maravillado del sentido común que tienen los jóvenes. Y pensar cuántos padres hay que nos toman por tontos.

Cuando íbamos en una troca de redilas de regreso al rancho, brincando y

zarandeándonos por la brecha de tierra y cuidando las cabezas de los golpes de las ramas de mezquites, pensé en el privilegio que teníamos los que convivíamos con Doña Florinda. Estábamos aprendiendo una manera de vivir la vida con SABIDURÍA.



35

SOLO EN UNA MEDIA DOCENA de ocasiones vi a Doña Florinda ejercer sus dones de chamán. Ahora entiendo que los chamanes mexicanos están enlazados con quienes practican el Reiki indoasiático a través de vibraciones cósmicas.

Acostó a Esthercita en una cama, acercó una silla y procuró que quedaran distancias iguales de cada lado de su cuerpo; y pusimos en el piso, a su derecha, una bacinica con agua limpia. Comenzó a pasarle ambas manos abiertas y extendidas, con las palmas en supina. Viendo hacia la paciente, inició meticulosamente por la cabeza y la cara. Las manos avanzaban hasta el cuello y regresaban en movimientos rectos y circulares. Bajó al tronco, ya para entonces la frente de Doña Florinda sudaba a gordas gotas. Le temblaba la boca y tenía los párpados despegados. A mí me empezó a entrar una tristeza profunda, que me inmovilizó cuerpo y cuello; se me reseco la boca; tenía ganas de llorar como lo hacen las plañideras. Le descubrió el estómago y ahí talló su contorno, haciendo cada dos o tres vueltas un esfuerzo de garraspera, como para limpiar su garganta, y después escupía en la bacinica de agua clara.

La curiosidad de mis ojos volteó repetidamente a ver el agua limpia, que así permaneció un buen rato, luego comenzó por sí a tornarse café claro, primero, y luego en color tabaco oscuro.

Esthercita dormía como si estuviera en su siesta veraniega. Hubo necesidad de secarle tres veces la cara a Doña Florinda. De un envoltorio de paño color grana de cochinilla, sacó unos fierros plateados como cuchillos planos sin filo. Hizo, o más bien trazó, varios cortes a canto en el vientre de la paciente; luego, con un gesto de repugnancia, puso en locomoción las manos, como tomando algo del vientre, como arrancándolo y tirándolo al agua café.

Mis párpados se estiraban hasta sus límites, por completo, dejando ver los ojos como platos grandes al mirar el agua convertida ahora en un tono negro total.

Cuando despertó, Doña Florinda le diría, abrazándola más allá del hombro opuesto, cuidando cada palabra para evitar decir algo indeseado, pero para que Esthercita no perdiera las ganas de vivir y luchar:

—Te saqué un tumor maligno que te mataría en meses; sin embargo, esos males reverdecen y yo ya no podré hacer nada contra él. Dios te regala hoy tres años más de

vida, pero quiere que los disfrutes amándote y amando a los tuyos. Híncate conmigo y expresa en voz alta tu gratitud a Dios, y dile cómo vas a vivir estos maravillosos años extras.

Despedí a Esthercita y a sus dos hijas en la puerta del rancho. Iba feliz. Se retiró unos pasos y tarareó una canción de moda entonces: «El jardín de mi Pancha».

Regresé moviendo con rapidez piernas y brazos para estar al lado de Doña Florinda; la encontré desplomada, durmiendo vestida en su cama. Le arranqué los botines y la cubrí con una manta. Despertaría a las once del día siguiente. Había dado una batalla frontal contra la Señora Muerte. Nunca la podría vencer del todo, pero sí le pudo hacer una buena jugada: desviar en el tiempo su letal acción.



NOS COMPARTIRÍA MILO UNA VIVENCIA CURIOSA de su vida emocional:

—Me di cuenta de que el enamoramiento es una sensación. Es lo que se siente por alguien, o mejor dicho, lo que alguien me hace sentir. Le pedí un tiempo a mi pareja, le dije que quería averiguar por qué ella se había enamorado de mí y yo no me había podido enamorar de ella. En estos días de espera yo no sentí la PÉRDIDA, ni TRISTEZA, y tampoco extrañé. Realmente fue como si nada estuviera pasando. Aunque bien sabía que los tiempos del corazón están desfasados de los tiempos de la cabeza. Tendría que esperar quizá semanas para que aflorara lo que en definitiva mi yo entero sentiría. También me percaté de que, aunque me dijera a mí mismo la tienes que amar, en realidad amar no es un acto de la voluntad. No me podía conducir de esta manera: ahora ama, ahora no ames. No, así no se comporta el corazón; pero, bueno, quedamos de vernos al mes de la separación convenida. No iba muy tranquilo, sabía que tal vez sería objeto de reclamo y reprimenda. Me inquiriría si hubo otra mujer. Dudaría de mis respuestas y, sin embargo, en el fondo estaba contento. Simplemente sabía que actuaba con honestidad.

»La plática pasaría al tema una vez que fueron subsanadas las cortesías protocolarias:

»*No, no existe otra mujer. Simplemente no te amo.*

»*¿Por qué?*

»*Porque no te amo. No hay alguna otra explicación. El AMOR no tiene conexión con la voluntad cuando se trata de crearlo o de extinguirlo hasta el punto de la nada. Yo puedo querer quererte, pero esto no garantiza que acabe queriéndote. No hay más que te pueda decir.*

»*Yo sí te amo. ¿Por qué tú no?*

»*No me reclames, trata mejor de comprenderlo. Eres única, tienes muchas cualidades. Eres honesta, eres respetuosa, me das mi espacio. No eres egoísta, pero ¿sabes qué? De inicio no se ama a una persona por lo que es, sino por lo que uno siente por ella. No se enamora uno de un pormenorizado inventario positivo de valores. No es sino hasta pasada la etapa del apasionamiento cuando se ama a la otra persona primero por lo que es. Ahí sí se invierten los valores. Pasa uno de la atracción*

a la valoración. No amarte no es un error que cometí contigo, ni es una falta de mi parte hacia ti, tampoco una traición, ni siquiera una descortesía. Si yo dijera: ella me ama con todo su corazón, hoy comenzaré a amarla también, no sucedería nada con eso. Sé que no lo entiendes de momento, pero algún día, cuando estés en mi lugar; lo harás; será suficiente que estés en la situación en que me encuentro y tendrás, sobre todo, que AUTOOBSERVARTE y sacar una conclusión de la enseñanza recibida, así me dijeron a mí —diría Milo.

»Agradezco tu sinceridad y la posibilidad de ver en perspectiva la relación, y concluyo que hay un gran cariño para ti, pero reconozco que es más conveniente para mí lograr una relación más equilibrada, con prioridades e intereses compartidos, o al menos compatibles. La edad también es un asunto importante. De cualquier manera, creo que ambos podemos sentirnos en paz por la honestidad que prevaleció en nuestro tiempo, como pareja, y por la ocasión de aprender algo uno del otro; conservo un gran cariño y respeto hacia ti. Estoy segura que encontrarás a una persona afín a tus intereses y circunstancias, a la que ames primeramente de manera espontánea. Fue realmente bello el tiempo compartido. Creo que podremos seguir una bella amistad.

»Claro que podremos ser buenos amigos, yo así lo deseo».

Cuando terminó su relato, la abuela Florinda habló:

—Gracias, Milo, por compartir tu experiencia. En mi opinión, todo indicaría que tu pareja, perdón, ex pareja, sí te amaba. La Buena Nueva es que todos los seres humanos tenemos un Espíritu, un Centro Espiritual Interior, hecho de una materia prima que se llama AMOR. Este Espíritu hecho de AMOR no puede brillar si no lo destapamos; para sentirlo y vivirlo no tenemos que llegar a una limpieza total, en el proceso se nos revelará. Absorbemos las CREENCIAS de aquello que se debe castigar o premiar; qué acciones considera la religión propia como pecado; cuáles son las amistades que debemos procurar y cuáles evitar; lo que debo hacer con mi cuerpo; cómo tratar bien o cómo maltratar a mi pareja; cómo comportarme con los poderosos y con los débiles; cuándo debo ser agradecido; cuándo me debo enojar (aunque algo no me provoque enojo); cómo festejar las celebraciones; cómo vestirme ante cada situación; cómo tratar a los borrachos; y todo lo demás. ¡Ah!, y todos hemos actuado casi siempre de buena fe. Pero son nuestras CREENCIAS las que rigen nuestras acciones, pensamientos, juicios, emociones y actitudes de vida. Todos estamos adoctrinados, nos guste o no. Y para liberarnos tenemos que realizar un ejercicio gigantesco: *pensar por nosotros mismos*.

»Hay además vendas no curativas que cubren el CENTRO ESPIRITUAL, distorsiones de todos colores, llamadas Apegos; una más, *Querer controlar a los Demás*; otras, Maltratos Recibidos, QUERER POSEER personas o bienes, MIEDOS ABSURDOS, CREER TODO, No

Pensar, *Desear con Vehemencia*, *Vivir en el Pasado*, *Necesitar Ser Amado y Reconocido*, EGO, EGOÍSMO, VICTIMIZARSE, *Culpar a los Demás*, PAVOR AL RECHAZO. ¿Te suena alguna conocida?

»El AMOR en sí no necesita tener una dedicatoria. Por sí solo ilumina nuestra vida y la de los demás. En LA BÚSQUEDA INTERIOR de la VERDAD llega una al AMOR.

Este no tiene domicilio de entrega; es como la luz del sol, existe para toda la creación.

»En tu caso, Milo, yo seguiría dudando de todo, cuestionando todo, vida y reacciones. El cabo de la madeja para desenredar nuestra vida está en las REACCIONES. Por eso, AUTOOBSERVAR nuestras REACCIONES es el atajo para llegar a la ESPIRITUALIDAD. Millones de seres la han encontrado en el mundo, más en Asia.

»Y todo con escrutar completamente lo que hay afuera y cada creencia dentro de ti; esta es la senda para llegar a descubrir la VERDAD. ¡Dudo, luego puedo llegar a AMAR!».



¡NOS VAMOS A LA CIUDAD DE MÉXICO! Mi padre nos avisaría un día en la cena que, terminado el año escolar, todos nos iríamos a la capital. Desde luego también vendría Doña Florinda.

Me dio un sentimiento agrisado; percibía ya incipientemente en el corazón esta partida y aún no veía sus consecuencias. Dejaría de ver a mis amigos, Rafael y Fausto, a mi amor idílico, Edith, pero al mismo tiempo sentía unos aires de importancia que venían del fondo de mí ser sin mayor explicación que la de irnos a la capital. Aunque en realidad me pesaba asimismo dejar todo y a todos. Uno se encariña con los que convive por un tiempo. Y tenía también miedo, mucho miedo a lo desconocido, a lo que ignoraba. Aunque sabía que eran los miedos que preceden a todo cambio. Miedos absurdos, sin sustento. Sabía que tenía que sobreponerme, y esto lo lograría al idear nuevos proyectos de vida para cuando llegara a la ciudad y al ver deliberadamente las nuevas oportunidades que se abrirían para mi vida: museos, bibliotecas, teatros y grandes cines, una pista de hielo, una feria de juegos grande, el zoológico, los circos, remar en el lago de Chapultepec... Pensar y escribir esto hizo que recobrara mi punto de equilibrio emocional. Me imponía y me hablaba bonito: *te va a ir bien, todo lo vas a remontar. Es la gran oportunidad de tu vida. Es la gran ciudad donde vas a desarrollar mejor todas tus potencialidades.*

Encontré a Lalo sentado en la banqueta de su casa, descolando hormigas rojas. La parte delantera de una se la echaba encima a la misma mitad de otra y, con las mandíbulas, se hacían un supuesto daño los dos insectos mutilados y condenados fatalmente a muerte. Con una sola mano les separaba el tronco de la cola, en un movimiento rápido de precisión geométrica. Un veterano como mi amigo tenía años de no recibir un piquete del aguijón de la cola. El ácido fórmico inyectado causa un agudo dolor. Lalo era hijo de un chofer de camión urbano y un ama de casa. En total eran ocho hijos y se las veían mal para comer; se vestían con una sucesión de herencias, transfiriéndose la ropa del hermano mayor al siguiente.

Me paré frente a él y le anuncié que nos íbamos a la capital en dos meses más. Bajó la cabeza y un *¡¡ay!!* quedo salió de su pecho. Le había picado una hormiga. La soltó y al caer al suelo la aplastó con la suela del tenis.

Se le hundieron los ojos, se le cayeron de la parte de abajo y se le cubrieron con ese brillo seco del dolor irresoluto. De súbito, giró sin despedirse y, con pasos largos y acelerados, llegó al marco de su casa, aventó la manta que fungía como puerta diurna y quedó en silencio. Solo conmigo mismo. Corrió a ponerse algo que aliviara el dolor del dedo, a restregarse una pastilla de leche de magnesia mojada que tuviera un Ph alcalino; eso lo sabría años después.

Me conmoví entre tristeza y culpas sin explicación. Cruzé la Plaza del Caracol, abrí el cerrojo de la puerta bajita de malla y, entrando, abracé a mi madre; así me quedé un rato.

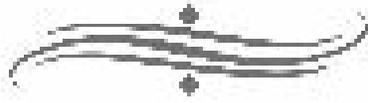
Cuando recibimos un choque emocional inesperado, reaccionamos con una descarga de dolor, miedo y culpas; con el paso del tiempo se van asentando las verdaderas emociones. En este caso, para ambos, era un duelo por la separación física de un amigo querido. Teníamos que aceptar los dos que pasaríamos con dolor unos meses; de no tener aceptación, nos clavaríamos en el pantano fangoso del SUFRIMIENTO.

Todo ese mes, más que recuento de daños, se fue en sentir emociones y sentimientos de abierta gama por la SEPARACIÓN.

Al paso que crece el uso de nuestra TRANSCONCIENCIA, comenzamos también a sufrir DOLOR por el SUFRIMIENTO injusto de otras personas, el causado por la pobreza, por su ignorancia, por la segregación y marginación que reciben, por el AUTORITARISMO a que están sujetos, por la EXPLOTACIÓN a que se ven forzados a someterse y por los PRIVILEGIOS imperantes en su vida social y productiva que limitan su acceso igualitario a oportunidades. Pronto me di cuenta de que al adquirir un nuevo *Estado Superior de Conciencia* anteponemos, de manera natural, una actitud hostil frente a las injusticias.

Los únicos dolores que me deben ser ajenos son los que padecen las personas como resultado de sus actos de mal juicio, de su falta de integridad o de su autoconmiseración. No hay razón para compartir estos sufrimientos. Aunque si nos es solicitado expresamente, podemos proceder a prestar el servicio de transmitirles experiencias que pudieran serles útiles.

Ante cada uno de los diversos sujetos a los que hice partícipes de la noticia de nuestra mudanza a la capital, y las etapas que esto conllevó, experimenté sensaciones únicas y diferentes. Primero, desde el instante en que decidí que tenía que avisarles; luego, al caminar con rumbo a verles; después, al tenerlos enfrente como interlocutores; también al estar ya dándoles las nuevas; y, por último, al recibir el golpe de su reacción. Pensamientos y emociones intensas afloraron en cada parte del proceso del aviso y ante una diversidad de personalidades. Materia de trabajo suficiente y vasta para sacar conclusiones de la AUTOOBSERVACIÓN de mis juicios, actitudes, sentimientos y acciones en estas entrevistas.



ESTUVE EN ESOS DÍAS DEL ADIÓS EN EL RANCHO con Doña Florinda. Ya había terminado ella de repartir y asignar los bienes de la casa; los que estarían ofrecidos para entregarlos el día en que nos fuéramos. Ese sábado, antes de comer, hizo un recuento anotado de su hacienda: doce de los que ahora llamamos edredones, que se conformaban cada uno de dos mantas hechas de costales de harina de trigo, bien cosidos entre sí como si fueran parches, con un relleno de lana trasquilada, lavada y cepillada de los borregos. Todo recosido también a cuadros más chicos para fijar en su sitio los segmentos del calentador relleno ovino. Sillas y bancos, cazuelas, ollas y cucharas de peltre, la estufa chihuahuense grande de hierro fundido para combustible de leña, catres de campaña y doce plataformas para camas, tres mesas hechas en casa, su sillón labrado en madera con un entachuelado terciopelo color solemne tinto. Y ya. ¡Ah, no!, faltaron las puertas, que a solicitud del párroco de Múzquiz vendrían por ellas.

Sus ahorros eran equivalentes a una compra de comestibles trimestral para la dieta de los que vivían ahí: harina de trigo, harina de maíz, petróleo para los quinqués y linternas, frijol que no se daba en el rancho, aceite de cocina, unto de cerdo, piloncillo y azúcar, canela y pasitas para hacer capirotada.

Caminé lerdo, arrebatado en mis adentros, debido a la nostalgia y el impacto de no volver a ver la casona de adobe y piedra bola de río. Entré a cada recámara en donde me encandilaba con la fuerte luz que irradiaban sus pequeñas ventanas; cada cuarto hacía brincar un recuerdo de mi pasado: este, de cuando se escondió en la oscuridad mi tío Pedro para asustarme varias veces de la misma manera; aquel, donde había dado a luz Tere; este otro, en donde conocí con Edith, de piel acanelada y tiesa musculatura, la emoción de la sexualidad compartida. Me detuve en el comedor y le di «el golpe», con una aspiración larga y profunda, al fuerte olor a humo impregnado en techos y paredes de las casas de rancho de esa geografía. Miré el piso de tierra, artesanalmente pulido a diario por plantas de pies descalzos y agua tempranera. Salí al patio, confinado de piso de cemento que se usaba para asistir partos, celebrar reuniones familiares y sociales, secar las mazorcas, calabazas, nueces, las espigas del trigo que serían desgranadas azotándolas

con ramas; también servía para asolear las cobijas de lana que se lavaban una vez al año, por abril. Esta área estaba vedada a las visitas de los perros, era un espacio relativamente limpio. Se encontraba ahí también la jaula de mosquitero, que le llamábamos fresquera, para airear la carne fileteada en largas tiras que después se machacaría con una piedra, se le rasparía la sal y se enrollaría seca para su almacenaje. A veces en una contraesquina, siempre sombreada, se pararían las delicias de cañas de azúcar traídas desde los rumbos de Acuña.

Ví la cocina con su fogón antiguo, construido con ladrillo recocido, empotrado en una pared, que era algo así como una chimenea ordinaria de hoy; se diferenciaba de estas en que estaba en alto y tenía cinco ganchos para colgar las ollas; y abajo, sobre la base de ladrillo, había dos triángulos de fierro para asentar ahí cazuelas que requerían estar más pegadas al fuego de leña de mezquite.

Salí y aprecié el horizonte típico del paisaje norteño; entre otros, arbustos de gobernadora, palmas reales, nopales de tuna roja, huizaches y mezquites, a veces había pájaros cardenales y matracas. Más cerca se divisaban el par de pozos de agua, el de los humanos y el de los animales. Nunca supe ni pregunté por qué separaban el agua en dos. Volteé y aprecié la sobriedad de las casas de tierra grisácea del norte de México, con ventanas altas y mínimas. Un anillo de mosaicos en línea las circundaba para evitar que los alacranes pudieran acceder al interior del rancho; se resbalarían en sus intentos.

La casa se entregaría a cinco señoras para dedicarla a cubrir necesidades comunitarias de varias rancherías. Por largo tiempo deliberarían las jefas de familia por cuál sería su mejor uso.

Los perros pastores alemanes serían objeto de la demanda mayor; uno a uno serían entregados por Doña Florinda, bajo la firme y duradera promesa de tenerlos a buen recaudo y cuidado. A Chiclán nos lo llevaríamos en el coche a México.

Con el tiempo aprendería que, en el tramo de mi vida, en realidad habría de vivir varias vidas diferentes y algunas incluso serían contrapuestas. Por ahora, estaba por cerrar mi ciclo de un adolescente ranchero del norte de México.

Quién iba a imaginar que, para la Ciudad de México, mi padre tenía planes a fin de que pasara estudiando doce años bajo la conducción de los jesuitas. No dejaría yo de trabajar, empero, asistiendo a la comunidad y aprendiendo más de ella. Los jesuitas sellaron mi vida: INTELIGENCIA más ESPIRITUALIDAD son turbinas hacia un mejor mundo.

El día en que salimos rumbo al altiplano se congregaron en el rancho unas cincuenta personas, la mayoría de ellas mujeres, para despedir a Doña Florinda. Así, entre aplausos y llanto, iba rodando el carro con mi padre al volante. Ese mismo conmovedor adiós lo vería años después en la casa familiar de la capital el día de su velación. Saldría el féretro rumbo al cementerio entre aplausos, vivas y llantos.

Una mujer más, entre todas las mujeres, cerraría otras etapas de una vida útil y feliz. Una honorable madre soltera en sentido moderno, que sola habría de sacar adelante, material y emocionalmente, a sus hijos y aun a sus nietos. Supo amarse e infundir amor en los demás.

El adiós cierra ciclos necesarios, pero no corta los afectos y sí aviva los recuerdos. La señora añoranza despierta para aparecer, recurrentemente, en la mente de las personas.



Agradezco...

A Mamá Florinda, pieza fundamental en mi familia.

A todos mis hijos: Jimena, Emilio, Mauricio, Manuel y Francisco.

A mi hermano Rodolfo.

A mi padrino Francisco B.

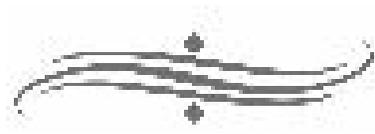
A mi amigo Gustavo Zenizo.

A mi amiga Conchita Martí.

A Esteban Moctezuma, Romárico Arroyo, Marcelo Ebrard, Manuel Mondragón y Kalb, Tomás Ángeles D., obispo Samuel Ruiz y a Javier Sicilia, grandes personas con calidad humana.

A mis grandes amigos que han partido: Tonys Campdera, Manlio Murillo, Carlos Vilchis, Anthony de Mello.

Y a Doris Bravo, la profesional editora, paradigma de la moderna mujer mexicana.



ACERA DEL AUTOR

FRANCISCO RÍOS ZERTUCHE proviene de una familia célebre del norte de México, en donde pasó sus primeros años de vida. Estudió ocho años con los Jesuitas; se recibió como abogado en la UNAM, máxima casa de estudios en la que ejerció como docente durante seis años; realizó posgrados en dicha universidad, en la Universidad de Cambridge y en Derby, Inglaterra. Amante de plantas y animales, constituyó una UMA en el Estado de Morelos. *Tengo el Don de Dios de sanar el Dolor Humano*, explica el autor, quien imparte un Taller del Perdón dos veces al año en Tula, Hidalgo; además, trabaja voluntariamente con codependientes, grupos de Al-Anon, y ha atendido a lo largo de tres años a familiares de las víctimas del crimen organizado, muchos de ellos seguidores del poeta Javier Sicilia. Ha sido conferencista en la Asociación Mexicana de Tanatología y en otros organismos y fundaciones humanitarias. *Mi mayor logro es haber alcanzado la Alegría de Vivir por medio del conocimiento de la Naturaleza Humana*, manifiesta este padre soltero de cinco hijos.

© 2013, Francisco Ríos Zertuche

Derechos reservados

© 2013, Editorial Planeta Mexicana, S.A. de C.V.
Bajo el sello editorial DIANA M.R.
Avenida Presidente Masarik núm. 111, 2o. piso
Colonia Chapultepec Morales
C.P. 11570 México, D.F.
www.editorialplaneta.com.mx

Primera edición: abril de 2013
ISBN: 978-607-07-1605-8

Primera edición en formato epub: mayo de 2013
ISBN: 978-607-07-1699-7

No se permite la reproducción total o parcial de este libro ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Arts. 229 y siguientes de la Ley Federal de Derechos de Autor y Arts. 424 y siguientes del Código Penal).

Hecho en México
Conversión eBook: TYPE

Índice

Portadilla	2
01INDICE	4
02DEDICATORIA	6
03CAPITULO1	7
04CAPITULO2	11
05CAPITULO3	14
06CAPITULO4	16
07CAPITULO5	19
08CAPITULO6	20
09CAPITULO7	22
10CAPITULO8	24
11CAPITULO9	26
12CAPITULO10	28
13CAPITULO11	30
14CAPITULO12	32
15CAPITULO13	34
16CAPITULO14	44
17CAPITULO15	47
18CAPITULO16	49
19CAPITULO17	53
20CAPITULO18	55
21CAPITULO19	57
22CAPITULO20	61
23CAPITULO21	63
24CAPITULO22	66
25CAPITULO23	68
26CAPITULO24	70
27CAPITULO25	71

28CAPITULO26	79
29CAPITULO27	81
30CAPITULO28	83
31CAPITULO29	84
32CAPITULO30	87
33CAPITULO31	90
34CAPITULO32	92
35CAPITULO33	93
36CAPITULO34	95
37CAPITULO35	97
38CAPITULO36	99
39CAPITULO37	102
40CAPITULO38	105
41AGRADECIMIENTOS	108
ACERCADELAUTOR	110
creditos	111