



UNIVERSIDAD VERACRUZANA



**CENTRO DE ECOALFABETIZACIÓN Y DIÁLOGO DE SABERES
MAESTRÍA EN ESTUDIOS TRANSDISCIPLINARIOS
PARA LA SOSTENIBILIDAD**

**TEJIENDO A CIHUACOATL:
DIÁLOGOS TRANSDISCIPLINARIOS PARA
SANAR
LA EXPERIENCIA DE SER MUJER**

**TRABAJO RECEPCIONAL QUE PRESENTA
PSIC. LORENA REDONDO DELGADO
PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRA EN ESTUDIOS TRANSDISCIPLINARIOS
PARA LA SOSTENIBILIDAD**

**DIRECTOR:
DR. ENRIQUE VARGAS MADRAZO**

XALAPA, VER. SEPTIEMBRE 2018

ÍNDICE

Agradecimientos	...Pag. 5
A manera de Introducción	...Pag. 6
CAPÍTULO I. Miquiztli, morir soñando	... Pag. 11
CAPÍTULO II. La muerte es final y origen de un nuevo comienzo	...Pag. 16
A. Inframundo y transformación de la existencia	
B. Mictecacihuatl: Descanso dirigido a la creatividad	
C. Centlani: En el abismo, en lo más profundo	
D. ¡No me hallo!	
E. La paradoja, una constante en la vida.	
CAPÍTULO III. Sustentabilidad Humana	...Pag. 38
A. Tlamatini, el arte de la facilitación	
B. Hay que hacer una vigilia constante para evitar acomodarse en la disciplina	
C. Tejiendo la red a través del diálogo	
CAPÍTULO IV. Nacallotiloayan, cuerpo - territorio	...Pag. 52
A. En los panales, cerca de las abejas	
B. Desarraigo	
C. Tezcatlipoca, estar pero ausente	
CAPÍTULO V. La muerte transformadora en la experiencia de ser mujer	
...Pag. 68	
A. ¿Quién puede decirnos a las mujeres en qué consiste la experiencia de ser mujer?	

- B. La papa enterrada
- C. El amor
- D. Sostenernos a nosotras mismas
- E. La empatía, el río que nos conecta en lo profundo.
- F. La esperanza es la semilla
- G. ¡Queremos todo el paraíso!

FUENTES CONSULTADAS **...Pag. 97**



CONACYT

Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología

**Agradezco a CONACYT por su apoyo para realizar mis estudios de maestría,
fruto de lo cual es el presente Trabajo Recepcional.**

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo y lo que representa es resultado del apoyo y cariño que mis padres me han brindado en momentos de cambio y transformación, hasta el día de hoy, regalándome lo mejor de sí mismos para mi crecimiento y plenitud.

A mi hermano, mis tías, mi abuela, mis primos y primas, que me han animado y compartido este viaje y esta causa.

A Enrique Vargas, quien se comprometió desde el primer momento con mi búsqueda en esta maestría y mi formación profunda para transformar mi visión de la ciencia, la vida y mi propia persona. Gracias por compartirme tus saberes y experiencias y por darle lugar a mi voz y el de todas las mujeres que participamos en este trabajo.

A mis amigas y amigos que recorren a mi lado los sinsabores de la vida y están presentes en las buenas y las malas.

A las Guerreras y mujeres Xiqueñas que confiaron su intimidad, vulnerabilidad y fortaleza profunda y honesta.

Gracias a todas las mujeres con las que me encontrado en el transcurso de mi vida, este trabajo es de todas.

A manera de introducción

Hablar de ser mujer desde un lenguaje incluyente, propio y auténtico, implica trascender en múltiples dimensiones los lineamientos y rigor científico - metodológicos que oficialmente son reconocidos como únicos para validar el conocimiento e incluso la justicia social. El reto fundamental radica en el esfuerzo constante para despojarnos de estos filtros a través de los cuales hemos aprendido a vivir, a aprender y a interpretar la realidad, el mundo y la vida.

Este reto a su vez, permite hacer un relato desde la experiencia misma de ser mujer con el fin de conocer, reconocer y empatizar con las diversas realidades que cada una, como mujeres en un contexto patriarcalista vivimos, pues nuestro bienestar y sanación repercute en un efecto de onda para el reacomodo y transformación de todos y de todo en la búsqueda por alternativas de vida fuera de este sistema patriarcal. Los relatos presentados aquí dan cuenta de la experiencia profunda que cada protagonista vive desde su contexto, sus comunidades, hogares y en lo profundo de su ser, ante la ignominia sistémica y el abandono que en la mayoría de los casos deriva en enfermedad, violencia y muerte.

¿Por qué tejiendo a Cihuacoatl? La idea del título busca reflejar que este proceso representa un entramado de personas, dimensiones, subjetividades, experiencias y factores que se entretajan a través de las interrelaciones que se construyen entre todas las mujeres involucradas y la dialéctica constante entre contextos, paradigmas, saberes, culturas y circunstancias. Se refleja un proceso de tejido de redes o nudos entre mujeres y entre las personas, cultura, patriarcalismo, cuerpos, territorios, sentipensares y todo lo que puede estar interrelacionado a su vez con la condición de “la mujer” y desde nuestra experiencia de “ser mujer”.

Es un diálogo constante también entre el enfoque científico y otras formas de construcción del conocimiento que no caben dentro del concepto disciplinar, pero no se excluye, dialoga con saberes cotidianos y estos con los ancestrales, como los de la sabiduría náhuatl.

¿Por qué la nahuatl? Porque es una de las culturas y sabidurías que más influencia tuvo y tienen en gran parte de México. Se integran concepciones del lenguaje náhuatl cuya percepción de la realidad determina la forma de pensamiento por medio del lenguaje precolombino, con el uso de difrasismos que, en la expresión indígena, son metáforas duales que complementan entre dos expresiones una misma idea, como Cihuacoatl, cuya traducción más adecuada es “serpiente hembra”, representando una unidad complementaria, en lugar de una concepción dividida como “mitad mujer, mitad serpiente”.

¿Por qué Cihuacoatl? porque Cihuacoatl es una serpiente femenina, hembra. Ella representa la transmutación, la transformación, lo que habita en el inframundo, lo que se oculta y la posibilidad de cambiar de piel, renovarse, regenerarse y reconstruirse en una versión nueva, sana para recomenzar. Esta capacidad o cualidad se hace presente en el proceso de vida en todos los elementos del cosmos, de las personas, y en particular de las mujeres que aquí se comparten.

Son Diálogos Transdisciplinarios para plantear que, en este proceso, se integra una indagación colaborativa en la cual el diálogo es un eje transversal que funge como la bisagra que conecta e interrelaciona a las mujeres entre nosotras, con nuestras subjetividades.

Las disciplinas o el paradigma disciplinar también atraviesa este trabajo, no está ausente, pero se rebasa y rompe esas fronteras metodológicas - conceptuales que implican de fondo una construcción de la realidad europea-occidental y dicotómica, de separación del todo para su estudio y análisis.

Todo lo anterior converge, enfocado en la facilitación de un proceso de sanación en la experiencia de ser mujer, para partir desde una dimensión más existencial y evitando caer nuevamente en las parcelas conceptuales sobre las que se desarrollan normalmente un trabajo científico o disciplinar, categorizando la realidad.

El personaje principal de esta historia se llama Cihuatl porque en nahuatl significa “mujer”, y este trabajo tiene un sentido femenino, con mujeres, por las mujeres y para las mujeres,

sin pretender separarlas para su estudio. Es lo contrario, buscando plasmar cómo las mujeres necesitamos contar con espacios de expresión de lo que somos en nuestra totalidad, incluyendo la subjetiva profunda, ya que debido al patriarcalismo estamos condicionadas y presionadas a anteponer el bienestar de los demás al propio, en nombre del <beneficio común>. Esto en sí no se señala como malo, la paradoja radica en que a través del utilitarismo instrumental esta capacidad de empatía y visión del bien común se ha distorsionado y explotado para que la mujer sea un engrane más que sirve haciendo funcionar un sistema hostil, en ocasiones a costa de su propia existencia.

La interpretación que hará Cihuatl dará cuenta de cómo las realidades de las mujeres, aun en la diversidad dentro de sí, en su cuerpo y en su contexto, se encuentran conectadas en una experiencia profunda.

La narrativa desarrollada es no lineal, procurando transmitir la experiencia que este proceso generó, al no solo limitarnos a hablar de los resultados o de una descripción metodológica e intelectual, si no que quien lo lea pueda acercarse al fondo y forma que experimentamos este proceso. Es una búsqueda por plasmar una narrativa que no sea dicotómica, reduccionista y racionalista, ya que la narrativa no lineal se acerca o se asemeja a la forma natural de pensar que tenemos. Las personas conectamos las ideas a sentimientos y al mismo tiempo nuestro cuerpo reacciona en función de esas ideas, la mente brinca a recuerdos, frases, reflexiones y evocaciones que se van entretrejiendo en el transcurrir de todo el proceso que se vivió.

Lo invaluable es ver y reconocer que desde el diálogo con Cihuatl, la riqueza vivencial de una narrativa subjetiva propia hace que las diversas mujeres compartan experiencias únicas sobre la enfermedad, la vida, la soledad, la muerte, lo cotidiano, la carencia y la discriminación, por mencionar sólo las dimensiones que más fuerza y presencia se experimentaron entre todas las involucradas.

En un intento para acercarse a una narrativa más colectiva, se integran cartas que escribieron las mujeres del grupo “Guerreras” en León, Gto., dirigidas a las mujeres del grupo de Xico, Ver. También se incluyen las expresiones o frases que las mujeres en Xico

compartieron durante el proceso, respetando la voz o experiencias expresadas verbalmente por ellas y no solo la interpretación de sus comentarios. Los nombres de las participantes se han omitido por respeto a su intimidad y en congruencia con el valor de complicidad y confidencialidad que sostuvo el vínculo entre todas durante este proceso y hasta el día de hoy.

¿Qué se valoró para elegir las cartas y frases? La profundidad del sentido de las cartas y comentarios que ponen en evidencia la experiencia invisibilizada por el sistema patriarcal, lo cual es un punto medular de este proceso. También se consideró el efecto que estas cartas tuvieron en el grupo, ya sea porque se identificaron en las palabras de “la otra” o porque al leerlas y reflejarse en ellas se detonó la toma de consciencia de algo propio. Otro de los sentidos de este trabajo es hacer explícito lo implícito, y en la condición de la mujer existe una realidad o una experiencia que se vive cotidianamente pero es olvidada y reprimida, porque para el sistema patriarcal no existe, no sirve o es una distorsión del mundo objetivo. Estas cartas y comentarios permiten emerger y colocar en el centro esa realidad como una situación que requiere atención.

Cierto es que el feminismo, como corriente política - ideológica - filosófica, ha estudiado estas realidades con las categorías, percepciones y concepciones académicas, racionalistas que ofrecen una visión parcial de lo que sucede, como una parcela del conocimiento.

Es también una oportunidad para mostrar la amistad y hermandad que entre mujeres ha existido ancestralmente hasta el día de hoy, en la realidad cotidiana. Esta confraternidad fortalece y alimenta a las mujeres para que posteriormente, en soledad, sean capaces de tomar sus propias decisiones, de hacer sus propias lecturas de la realidad en la que viven, ya que existe un diálogo también entre la dimensión individual o personal y la colectiva o comunitaria.

Tratar acerca de la experiencia profunda de la vida, del ser, va más allá de conceptos abstractos contruidos por una sociedad, como la sustentabilidad, transdisciplinariedad o feminismo, y por ello busca transmitir la experiencia como mujeres, lo que viven, sienten, piensan, dudan, luchan, padecen, aman, mueren.

Así la autorrepresentación narrativa que cada una de ellas expresa a través del lenguaje metafórico, experiencial, ordinario, que no limita una descripción minuciosa y apegada a <la realidad>, sino que las descripciones son parte incluso de su propia historia. Es en sí el relato de la experiencia humana centrándose en la descripción y la comprensión, que parte de la tradición oral que los pueblos aún mantienen como relatos de sí mismos, de su historia.

Por ello, presentar de manera lo más directamente posible la visión femenina, partiendo del relato y percibirlo desde una postura de la integridad, sensibilidad y precisión del entramado de relaciones que se teje en el transcurrir de la vida, expone cómo es que el diálogo de los procesos significativos de vida y muerte, se entretajan.

Para mayor claridad en la lectura puse siempre entre comillas las frases que registré de las conversaciones en los círculos de mujeres que facilité, así como también las frases literales que tomé de mi Diario de reaprendizaje generado en el trabajo de indagación colaborativa que se presenta en este texto. En itálicas pongo todas las palabras que he tomado del náhuatl. Cuando deseo resaltar o llamar la atención de algunas palabras en el contexto de mis reflexiones críticas las pongo entre los signos <>.

En este trabajo participaron muchas más mujeres y hombres, contextos, poemas, libros, canciones, quiebres, recuerdos y vida, de lo que tácitamente se narra, en un recorrido abundante de autoconocimiento, reaprendizaje, confusiones, ilusiones, rupturas y renaceres compartidos, que a su vez compartimos con quien se interese en aprendernos...

CAPÍTULO I.

Miquiztli, morir soñando



Escultura de Mictecacihuatl, Señora de la muerte.
Foto tomada de <https://br.pinterest.com/pin/524880531566556606/>

Era de madrugada, la casa se encontraba silenciosa y a oscuras, inmersa en la quietud y penumbras del sueño que adormece la vida en las ciudades, pueblos y hogares. Se escucharon unos pasos en la planta baja. Ella podía ver la habitación a pesar de estar dormida pero... ¿estaba soñando?

Desde la cama pudo percibir, entre penumbras, la imagen panorámica de su habitación: a un lado la cómoda con un espejo grande del cual colgaban collares, fotografías y

recuerdos, del lado contrario, sobre la pared colgaba una vasija de madera apolillada que contenía en el centro un corazón anatómico de cerámica, de cuyo centro brotaban flores silvestres rojas, del mismo rojo intenso del maíz con el cual Quetzalcóatl, cual energía creativa en el origen, dio vida a la sangre que circula por nuestras venas. Al frente, las puertas color chocolate del closet y a mano derecha de este, la puerta de entrada o salida, dependiendo de la intención y ubicación desde donde la veamos.

Yacía recostada, ¿soñando? Todo parecía normal, el silencio exterior y el interior de la casa dormida fueron también interrumpidos por el sonido de unos pasos que anuncian la presencia de alguien o algo que camina, se mueve, ascendiendo ahora por las escaleras que conectan la planta baja, el espacio social y de alimentación de un hogar, con la planta alta que resguarda en un segundo plano la intimidad de la vida de quienes la habitan.

¡Alguien viene, alguien sube! Lo supo no porque lo viera, fue una certeza que la escucha le brindó, inmersa en la oscuridad confirmó que la dimensión de los saberes y certidumbres se amplían a todos nuestros sentidos, incluida la intuición. Se levantó cautelosa y en silencio, mientras se acercaba a la puerta de la recámara, descalza e inquieta ante lo desconocido, las sombras difusas y la incapacidad de controlar lo que acontece, percibía el sonido de los pasos que se acercaban ascendentemente escalón por escalón al mismo tiempo.

Ahora al revivirlo, recuerda una anécdota de su niñez en la que su tío le preguntaba sobre el sentido de la escalera de la casa en la cual vivía con sus padres:

Tío: Cihuatl, la escalera ¿sube o baja?

Cihuatl: ¡Ay tío! Pues si estás arriba, bajan. Y si estás abajo, suben.

Ah la infancia! Etapa indómita y salvaje, en la que se gestan semillas de las cuales brotarán las raíces que nos arraigan a creencias, sentimientos, perspectivas, certezas o inseguridades, afinidades o aversiones, amores o rechazos, fortalezas o lesiones, que determinan en gran medida y en muchas ocasiones inconscientemente, la vida y condiciones del adulto en el que nos convertiremos.

En sincronía, dando un paso fuera del marco que delimita la habitación y que al mismo tiempo nos interna en el pasillo de llegada de la escalera, lo vio. De pie, frente a ella, inexpresivo, cual sombra emergiendo de la oscuridad escalonada y descendente como una garganta en forma de escuadra.

Sin rostro definido, inalterable, severo y tajante, ausente de compasión por los apegos o resistencias, apuntó a su frente con la pistola que portaba en la mano derecha. ¿Qué lo llevó hasta ella? ¿Qué es lo que deseaba desaparecer de la faz de la tierra? Al sentir la certeza de la muerte inmediata se dijo así misma: ¿Por qué yo? ¿Por qué ahorita? ¿Por qué a mí?

Se sabía mortal, biológicamente finita y limitada. ¿Lo sabía? Si, con el intelecto y la razón, hasta la llegada de este momento confrontativo con nuestra realidad humana tan avasallante y rotunda. La muerte rebasa las fronteras de un corazón latente, es la verdad absoluta e inalterable de todo lo que existe. Paciente, discreta, sabia y asertiva nos acompaña toda la vida, manifestando ocasionalmente evidencias de su presencia y poder, matando situaciones, ilusiones, sentimientos, relaciones, formas, egocentrismos y omnipotencias fantasiosas: "A mí no me va a pasar".

En un instante se entrecruzan dos seres, un arma, una intención y su incapacidad de actuar ante la sorpresa y el inminente desenlace. "¡Ya me morí!" Sin tiempo ni oportunidad para reflexionar de lo que estaba sucediendo, percibimos las certezas que sabemos con todo el ser, instintivas y automáticas manifestaciones de la consciencia, que en situaciones límite ridiculizan la necesidad de análisis o deducción.

No hubo disparo, o al menos no lo recuerda. Al instante siguiente, yacía en su cama, tal cual lo hacía al inicio del ¿sueño? No hubo evidencias de la presencia o disparo alguno en la casa pero a la mañana siguiente, a los días y meses siguientes sabía, sentía la muerte en ella. Su corazón seguía latiendo, las personas, su trabajo como Psicóloga clínica en un Hospital y la ciudad continuaban aparentemente inalterables. Sin embargo, su ser se encontraba en un abismo, alterno y coexistiendo en la vida que hasta esa noche conoció.

Al amanecer el sol iluminaba todo, pero cual ánima en pena, incapaz de reconocer con el intelecto lo que el cuerpo y la intuición transmitían en ella, se instaló la penumbra desoladora. Desconectada de lo que le rodea, como proyecciones u hologramas fantasmales, o ¿el holograma soy yo? se preguntaba cotidianamente.

Tlaltecutli, la devoradora de cadáveres, la puerta de entrada camino al *Mictlán*, esa noche abrió sus fauces, para engullir este pequeño ser que aún confundido e incrédulo se hundía a la deriva.

“No me quiero perder, siento que soy una foto que se va difuminando”

* * * *

Sumergida en el recorrido profundo y confuso de una larga noche oscura del alma, Cihuatl cuestionó y se replanteó los aprendizajes y desempeño que como profesional especializada, combinados con su experiencia de vida como mujer, habían mantenido fuertes sus convicciones a favor de la equidad, la justicia social y el feminismo. Sostenida con estos pilares, se enfrentaba a un reto profesional y personal que impactaría su vida de manera profunda y permanente; brindar apoyo y acompañamiento a mujeres de frente a uno de los padecimientos más representativos de la condición humana en la época moderna y nuestra crisis civilizatoria: el cáncer.

“¡Señora, su diagnóstico es cáncer. No es géminis, no es virgo, es cáncer!”

Estas palabras y lo que representan puede ocasionar un estado de crisis, caos y pérdidas múltiples que encharcarían la piel de muchos si se sumergieran en sus profundidades, sus orígenes, costos y consecuencias. Con cada historia compartida por parte de las mujeres que transitaban por el consultorio de psicología de ese hospital, Cihuatl imaginaba que la vibración que se genera al pronunciar las palabras: “es cáncer”, se proyectan como una bola de boliche que corre en cuestión de segundos por el carril que la proyecta contra los pinos, derivando en el caos, desorden y desestabilización como consecuencia de un impacto violento.

En ocasiones, la vida enfrenta a las personas a sucesos que por diversas razones los sumergen en un periodo de oscuridad y desasosiego que rebasa las fronteras clínicas del campo de acción y comprensión de la medicina, psiquiatría y psicología. El modelo médico y de salud europeo que predomina en la cultura actual divide a las personas y lo que acontece en dos lados de una balanza: sano – enfermo, bueno – malo, separando la salud también, en física o mental. ¿Influye esto en la percepción que se experimenta sobre la muerte? Se aprende a valorar lo que acontece en la vida y hasta de la propia muerte, a partir de la cultura y el contexto.

CAPÍTULO II.

La Muerte es el final y origen de un nuevo comienzo

*“La noche oscura requiere una respuesta espiritual,
no sólo terapéutica.”
Thomas Moore*

A nos narra: “Mi día comenzó de manera cotidiana, era miércoles 6 de enero, el día que cambió mi vida. Me levanté a las 6 am preparando todo para ir a trabajar, ya saben la rutina del día a día. Mientras me bañaba vi la pequeña cicatriz en mi pecho derecho, la marca en el mapa de mi piel como recordatorio de la biopsia que me hicieron dos semanas antes. Una señal de alerta que me puso un poco tensa y preocupada, ya que por la tarde me entregarían los resultados de patología, la verdad tenía muchísimo miedo. A pesar de eso fui a trabajar, quería hacer mil cosas, enfocarme en el trabajo para no pensar en esa posibilidad latente, pero no era fácil. Me desconectaba por momentos del trabajo y mi mente volaba, trataba de pensar en positivo que todo saldría bien, que sólo era un fibroma, sujetándome del comentario del médico: - Eres muy joven para tener cáncer -, a pesar de que a mi mamá se le diagnosticó siendo también <muy joven> y desafortunadamente había fallecido a causa de él.”

“En este transcurrir de la mañana, con mi mente volando entre esperanzas racionalizadas y recuerdos, recibí una llamada de mi hermana Sandy, al igual que yo se encontraba angustiada por mi salud y saberse lejos, por lo que no podía verme para abrazarnos. Hablamos de muchas cosas, nos reímos de tonterías.”

“Nos estábamos despidiendo cuando mi hermana Karlita me llamó también. Siempre hemos sido muy unidas tenemos un gran lazo que nos conecta. Escucharlas y sentir las cercanas, conectadas y al pendiente de mí, ayudaron a que el tiempo pareciera transcurrir

más rápido y que la espera fuera menos tensa. Acordé con Karlita que ella me acompañaría a recoger los resultados.”

“Al salir del trabajo me dirigí a casa de mi hermana y juntas llegamos al laboratorio. ¡Claro que moría de miedo!, me resistía a tomar el sobre y abrirlo. Me armé de valor y leí. Recuerdo perfecto que estaba sentada en la camioneta al lado de mi hermana, había un silencio tal que casi podía escuchar su respiración. No podía leer bien, trataba de hacerlo en voz alta pero no me salía la voz y tampoco entendía los términos, sin embargo, en medio de la confusión y angustia, pude comprender claramente la palabra <maligno>.”

“Mi hermanita arrancó la camioneta y fuimos inmediatamente al consultorio del médico. Durante el camino Karlita me decía que probablemente no entendíamos el significado de todo lo que decía el papel, “todo va a estar bien”. Yo en cambio sabía en el fondo la verdad, no estaba nada bien, pero me sujetaba a la esperanza de que el médico concluyera que todo había salido bien y que no tenía nada. No lo quería aceptar creo que entré en negación.”

“En el consultorio el médico me atendió inmediatamente que llegamos, todo iba tan rápido. Tenía la sensación de estar en una película en la que pasa el tiempo súper rapidísimo. Le di el resultado, vi la expresión de su rostro y supe que no era nada bueno. A partir de escuchar la palabra <cáncer>, sentí cómo mi cuerpo paralizado se separaba de mi mente que giraba al mil. No escuchaba, sólo alcanzaba a ver cómo el médico hablaba por teléfono mientras mi hermana me abrazaba. Era como si hubiera abandonado mi cuerpo y todo lo observaran desde afuera. Claro, lo primero que hice fue llorar y pensar que ya no tenía un mañana, que se me había terminado el tiempo, que me iba a morir.”

“Al terminar la llamada telefónica, el médico me dijo que fuera con un oncólogo, ya me estaba esperando y estaba al tanto de mi situación. Al momento sentí un miedo terrible a morirme, por no saber qué hacer, si salir corriendo, gritar, llorar o maldecir. Temblaba llorando, triste, enojada, angustiada, sentía tantas cosas a la vez, me sentía tan vulnerable.”

“Camino al oncólogo el día se nubló y comenzó a llover, parecía que el cielo también estuviera triste. Se confundían mis lágrimas con la lluvia pero solo sentía el abrazo de mi hermana. No recuerdo mucho de lo que me dijo el oncólogo sólo que sería un proceso largo.”

“Lo más difícil fue comunicarlo a mi familia, sentía mucho miedo, me preocupaba cómo lo tomarían, quería evitar que se sintieran tristes, que al igual que yo lo asociaran con lo que le sucedió a mi mamá.”

“Esa noche fue complicada y casi no puede dormir, tenía muchísimas cosas en la cabeza, sentí que debía poner todo en orden para el día de mi muerte. Me preguntaba: ¿Por qué me pasa esto? ¿Qué hice mal? No quería que mi familia sufriera cruzando nuevamente por esta enfermedad. Estaba angustiada, sentía miedo y estaba tan confundida. No entendía, ¿En qué momento mi vida dio un giro de 180 grados?”.

* * * *

Cihuatl aprendió y se sensibilizó ante el sufrimiento que este grupo de mujeres autodenominadas “Guerreras”, experimentaban durante la enfermedad, una vez que se fortalecieron desde la vulnerabilidad y el miedo, reconociendo sus fortalezas y convicción para caminar hacia su bienestar. Resignificó el sentido de estar viva y el poder sanador que el trato digno, auténtico y respetuoso puede ofrecer. Sin embargo, la misma psicología concibe las crisis como circunstancias en las cuales las personas, sociedades o sistemas topan con su capacidad para funcionar mediante los capitales o saberes conocidos, una vez que ya no son suficientes para resolver o afrontar circunstancias nuevas que se presentan. El arte es una forma de reencarnar el ser, transmutarlo, hacer visible lo invisible, emerger en carne - forma.



Grupo de apoyo Guerreras, en el Hospital Regional de Alta Especialidad del Bajío (2014)

Cihuatl facilitaba un proceso grupal, acompañando e identificándose con las Guerreras, porque la psicología es una ciencia, pero la psicóloga es una mujer también. Padecía, descubría y libraba su propia batalla inmersa en la noche oscura de su alma. Experimentaba sentimientos, evocaciones e imágenes que su profesión por sí sola no alcanzaba a resolver.

¿Soy incapaz y limitada?, ¿estaré volviéndome loca?, ¿es suficiente mi desempeño como psicóloga para responder a las necesidades y dolencias de las mujeres con cáncer?, ¿algún día me liberaré de esta sensación de desolación y confusión? Se preguntaba cotidianamente sin encontrar respuesta satisfactoria en los libros, la ciencia o su propia mente.



Imagen tomada de <https://www.pinterest.es/pin/568509152943462083/?lp=true>

El teólogo y psicólogo Thomas Moore, dedicado a la psicoterapia, reconoce y plantea estos procesos en su libro titulado *Las noches oscuras del alma* (Morre, 2005). Este término ajeno a tecnicismos científicos al parecer tiene su origen en la historia del místico y poeta español San Juan de la Cruz, quien describió mediante la poesía la experiencia que vivió durante los años de encarcelamiento al que fue sometido debido a las reformas que propuso a la orden religiosa a la que pertenecía.

Es curioso cómo en la historia de la humanidad hay historias, estudios y representaciones desde diversas ópticas, paradigmas o épocas que coinciden en los sentimientos y experiencias vividas por individuos, grupos e incluso civilizaciones al encontrarse con su noche oscura del alma.

Moore invita a replantear cómo los sentimientos incómodos que se han aprendido a evadir o a evitar porque representan desde la percepción clínica una <disfunción>, pueden valorarse de manera más neutral, sin juicios de valor, como parte de la vida. La luz no es posible sin oscuridad, así como la salud o el bienestar no se limitan a la ausencia de enfermedad.

Este recorrido permite reconocerse, averiguar quién es cada quién y quién desea ser. Encontrar y depurar lo que se ha vivido, pero que debido al paso del tiempo o ante el dolor, se prefiere enviar al olvido, al territorio interior de lo invisibilizado, pero implícito. De cara ante el abismo de lo desconocido emergen y se construyen capacidades para reconectarse con dimensiones espirituales o simbólicas tan profundas y subjetivas, que en ocasiones sólo a través de expresiones artísticas o creativas pueden elaborarse y compartirse.

Es la cultura entonces, una opción, una vía para complementar o integrar esa búsqueda, ese acompañamiento en un recorrido sinuoso de transformación de la vida y la existencia en general. Preguntarse ¿cómo apoyarnos para integrar la muerte EN la vida?, ¿cómo facilitar la comprensión e integración en mi existencia de lo finito?, ¿cómo afrontar el amenazante cambio sin la agresión que un golpe de realidad tajante implica ante una filosofía de vida que evade temerosamente su mortandad?

A. Inframundo y transformación de la existencia

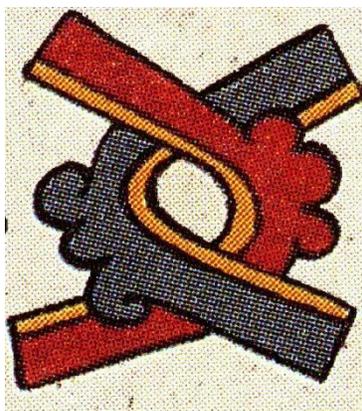
*“Mictlán, el lugar del eterno reposo,
donde dicen que ahí todo se regenera
para ser transmutado en nuevas formas de vida”
Arturo Meza*

La sabiduría popular precolombina permanece y cuenta, narra en el presente si hay receptividad a través de sus legados: los códices, esculturas en piedra, leyendas, festejos y vestigios que permanecen sutiles, emergiendo entre las selvas, montañas, pueblos y lenguaje, enterradas bajo los edificios de la imponente y avasallante modernidad que no ha escindido del origen como pueblo, como identidad. El alma y la sabiduría de una civilización pasada, pero que permanece en nuestra historia y el andar de la vida. ¿Cuál es el origen de la vida y del todo?, ¿cómo suceden los procesos que dan vida a la existencia?, ¿quiénes son y en qué se transformarán?, ¿qué son?, ¿quiénes serán?

Como explican Vargas y Pérez en su libro titulado *Hacia una Medicina Sistémica - Integrativa* (2018), al cuestionarnos las percepciones e interpretaciones de la realidad, el cosmos y todo lo que existe, reconociendo que el ser humano es una parte del todo y no el origen o razón de ser, permite replantear y construir una comprensión de la vida y el mundo, en la cual se encuentra interrelacionada mi propia existencia como parte del entramado de un todo contradictorio y complejo.

Estas formas de pensamiento y concepción del cosmos, son parte del patrimonio cultural como latinoamericano originario de Abya yala (América), y son capitales que pueden ayudar a afrontar las vicisitudes de la vida desde una postura incluyente y activa, reubicando a cada ser como parte de un todo.

La sabiduría y culturas prehispánicas son resultado de la percepción y forma de construcción del conocimiento en la cual el universo existe como una unidad dinámica y organizada en procesos como principio superior, en lugar del tiempo cronológico y lineal. Esta existencia se sostiene de una ley cíclica de muerte y renacimiento continuo, ya que este ciclo se mantiene permanente y constante para todo y todos. La energía que alimenta este movimiento, representado en la palabra y símbolo náhuatl *Ollin*, surge de la complementariedad dialéctica y complementaria de los opuestos: el día y la noche, la luz y la oscuridad, la vida y la muerte. Cada ciclo implica un inicio y un fin, y en ese fin se transforma la materia y la energía de todo lo existente.



Simbolo precolombino del Ollin

¿Cómo se reciben y perciben estos conocimientos?, ¿el ser humano es capaz de comprender e integrar como parte de su ser, procesos complejos y multidimensionales que evocan su pasado ancestral, para resignificar el presente y afrontar su futuro? El lenguaje contemporáneo requiere flexibilidad para dialogar en un sentido ecológico con otras realidades y saberes, más allá de y a través de sus territorios de conocimiento. Como, por ejemplo, el río que conecta en lo profundo, descrito en el cuento de nombre La ciudad de los pozos, por el psicoterapeuta Jorge Bucay, en su libro titulado Cuentos para pensar (2012). Los habitantes de dicha ciudad eran pozos que, en la búsqueda por llenar sus existencias de significado y contenido, acumularon objetos, obras de arte, manifiestos ideológicos y más, hasta terminar saturados o ensanchándose tanto al grado de arriesgarse a perder sus bordes y perderse en el espacio – territorio de los demás. Uno de ellos, consciente de esta amenazante y absurda posibilidad, optó por vaciarse y excavar para crecer hacia abajo, hacia su profundidad. Cavó tanto, se vació y profundizó en un proceso simbólico a la vez que le llevó a descubrir un río que corría en lo profundo de su ser, mientras que, al otro lado de la ciudad, otro pozo decidido a correr el riesgo del vacío o el abismo, imitó la idea. ¿Cuál fue la gran sorpresa, el descubrimiento? Que el mismo río subterráneo que pasaba por uno inundaba la profundidad del otro. Se dieron cuenta de que se abría para ellos una nueva vida. No sólo podían comunicarse, de brocal a brocal, superficialmente, como todos los demás, sino que la búsqueda les había deparado un nuevo y secreto punto de contacto: La comunicación profunda que sólo consiguen entre sí, aquellos que tienen el coraje de vaciarse de contenidos y buscar en lo profundo de su ser lo que tienen para dar (Bucay, 2012).

¿Existen coincidencias o puntos de encuentro, como el río que nos conecta en lo profundo con los saberes ancestrales, populares, experienciales y los científicos?, ¿es posible la presencia del adjetivo <trans>, entre las diversas disciplinas científicas modernas, el arte, los saberes populares y las culturas? En la búsqueda por una construcción del conocimiento sostenida en una epistemología integral y holística que ofrezca alternativas a las realidades que se enfrentan en la cultura actualmente ante una crisis planetaria, un

mundo plural, complejo y en muchas ocasiones renuente. Trans se refiere al adjetivo de origen latín que significa: al otro lado, a través de.

En este contexto se entiende sistema como cualquier colección conectada e interdependiente de materia-procesos que se quiera conocer o concebir, es decir, aquella en la cual se concentra la percepción y/o se experimenta en un momento dado. Todo cuanto rodea a dicho territorio (materia, vida, significados y energía existentes) constituyen sus alrededores. Sin embargo, la energía tiene un papel primordial en este principio; su dinamismo y flujo dentro del sistema es lo que le da existencia y a su vez define la vida y muerte tanto del sistema estudiado como del universo.

Este panorama permite valorar la existencia del cosmos, desde el punto de vista de la termodinámica de los sistemas abiertos y complejos, como un sistema en constante búsqueda por una estabilidad dinámica, una lucha constante entre el orden y el caos. La tendencia natural de los sistemas a degradarse, a desintegrarse, ya que son inestables, frágiles y llegan por tanto a su desaparición, a su muerte, se entiende como la desaparición del que existía. Todos los sistemas mecánicos tienden hacia el desorden; ya que si permanecen aislados, perderán con el tiempo todo movimiento y degenerarán, convirtiéndose en una masa inerte.

Los sistemas complejos e interconectados, en especial los sistemas de la vida, sin embargo, se distinguen de esta tendencia. En sincronía con los principios de la sostenibilidad, en su búsqueda de la estabilidad sistémica, los sistemas complejos se resisten a su muerte y mediante la <alimentación> (intercambio de materia, energía e información), consume y degrada energía externa de manera constante. Esto implica un trabajo que, a su vez requiere de funciones necesarias para obtener dicha energía, lo cual promueve su crecimiento. De este modo, el planeta, la sociedad o un individuo pueden entenderse también como un organismo compuesto por materia y organización viva en evolución, que a su vez consume y degrada energía, lo que impulsa su desarrollo y viabilidad. Aplicando el mismo principio, podría decirse que es por tanto susceptible de

degradarse y morir de forma individual, pero como sistema persiste y se organiza en ciclos infinitos de vida-muerte-vida.

Esto refleja el cobijo de un enfoque cualitativo, que ayuda a comprender los fenómenos de la naturaleza y los sistemas existentes en ella. Es una concepción que rompe con las leyes universales rígidas, pero que a su vez puede comprenderse como un principio universal cósmico, debido a que se logra encontrar en cualquier sistema o forma de organización de la materia y energía interconectada y recursiva. Como veremos más adelante, las cosmovisiones ancestrales mexicanas reflejan una visión de la realidad y la vida totalmente acorde y correspondiente con lo anteriormente planteado desde la termodinámica de los sistemas abiertos y complejos. Por lo que al reconocer esto nos sentimos cobijados, maravillados y conectados, hacia el cosmos y hacia nuestra existencia.

¿Se puede comprender todo esto también desde una perspectiva existencial, conectada con lo planteado en las sabidurías prehispánicas mesoamericanas? En estas, la existencia se encuentra en constante transformación, la lucha entre el bien y el mal o la vida y la muerte. La dualidad descrita en diversas filosofías y culturas plantea que el antagonismo entre fuerzas, que aparentemente se oponen, y la tensión generada por este conflicto es lo que da dinamismo y vida a la vez, como la representación *Ollin* en náhuatl.

Se observa en las estructuras sociales, en el transcurso de la historia de la humanidad, la relación entre la hegemonía, (es decir, el grupo o estructura que mantiene el control y poder), la cual intentará de diversas formas eliminar (ya sea por medio de la violencia física o simbólica) los levantamientos o movilizaciones sociales que promueven el cambio y/o ruptura del sistema que predomina en ese momento.

El quiebre de un paradigma científico a su vez, conlleva una revolución en la comunidad epistémica de la cual forma parte el científico afectado por ella, de manera no exclusiva. La eterna lucha entre orden y caos, la resistencia al cambio y la presión ejercida por una nueva idea o cosmovisión para percibir y estudiar la realidad, puede llevar a impactos tanto en el nivel personal (el abandono de la <zona de confort> del científico, por

ejemplo), como otros de tipo social o espiritual, hasta afectar la civilización a la que éste pertenece.

En este sentido, la aplicación extensa de este principio puede llevar a cambios paradigmáticos en el abordaje de la cosmovisión prehispánica de la muerte. Desde una filosofía existencial que plantea que la vida y la muerte son diferentes estados en una línea continua de existencia, el paso de un estado a otro es parte del mismo proceso de cambio o transmutación que toda la materia existente en el universo sufre. Sin emitir juicios de valor o morales, la muerte es percibida como la descomposición del organismo o sistema para transformarse en o integrarse a otro.

En otro orden de ideas, este mismo principio podría ser aplicado a fenómenos en los que se revela la lucha entre vida y muerte, tales como el de la energía sexual, si se entiende ésta como la tensión entre orden y caos, que resulta de su liberación y su contención o sublimación. Otro tanto sería aplicable a fenómenos que discurren entre opuestos aparentes como los que implican dualidades del tipo miedo-valor, esperanza-desesperanza y ansiedad-serenidad, por citar algunos.

Para poder estudiar a fondo este principio, así como sus alcances, es indispensable despojarnos de prejuicios religiosos o morales, ya que los conceptos “conflicto”, “muerte” y “cambio”, se conciben generalmente en nuestra cultura moderna como negativos o amenazantes, o bien con una carga emocional que impide un abordaje profundo. La posibilidad de ir más allá de valores de este tipo, puede favorecer la comprensión del principio dinámico y vital entre el orden y el desorden que antes mencionamos, que ya se aplica en diversas disciplinas y dimensiones, y que como vimos está íntimamente logrado con la noción ancestral del *Ollin*. Esto pone de manifiesto un diálogo transdisciplinario más allá de los encierros disciplinarios, lo cual revela su utilidad para el estudio y comprensión de fenómenos, realidades, cosmovisiones o planteamientos tanto filosóficos como físicos, espirituales, sociales, psicológicos, estéticos, individuales, colectivos o planetarios, etc.

B. *Mictecacihuatl*: Descanso dirigido a la creatividad

¿Qué sucede al morir?, ¿se sufrirá después de la muerte?, ¿se debe evitar el fallecer, el de la gente amada, el de los seres que nos rodean?, ¿uno se desaparece? Se preguntaba Cihuatl, mientras en búsqueda de respuestas y una salida al desasosiego que se había instalado en su vida desde aquella noche en que soñó con su muerte, leía sobre física cuántica, meditación, budismo, el inframundo prehispánico y el poder de la mente en la salud.

Desde estas perspectivas, ¿qué es el cáncer?, ¿cómo podemos explicar, comprender o experimentar un padecimiento que en muchas ocasiones lleva a la muerte dolorosa de miles de personas en el mundo a través de una visión entrópica o existencial? Para Cihuatl, el camino o indagación en búsqueda de respuestas arrojaba más preguntas, más a fondo, más vaciarse. La desestabilización y caos que en la mayoría de los casos ocasiona esta enfermedad en las mujeres con quienes ella trabajaba e intentaba apoyar y los que experimentaba durante su propia experiencia de vida y crisis personal, ¿responden a estos principios o procesos? Se abría ante ella un abismo cada vez más profundo con cada búsqueda y cada cuestionamiento. ¿Qué dice la historia?, ¿qué legado dejaron los ancestros?, ¿qué se puede rescatar del saqueo y la extinción dramática y violenta que el colonialismo implicó?

Cuentan los antiguos que la vida es una etapa de la existencia, y por lo tanto, la muerte también. No como castigo, es un recorrido transformador que da origen a un renacimiento. Al morir el alma se dirige al *Mictlán*, el lugar de los muertos. Para llegar a él desciende al territorio de la oscuridad, lo desconocido, lo impersonal y en ocasiones lo hostil, donde habitan la quietud, la calma y el silencio. Pero este reposo es activo, en sincronía con la dualidad complementaria, lo inerte es la antesala que permite la acción de las fuerzas que se presentan en las etapas previas a la transformación: el cambio, el desmembramiento, la deconstrucción.

Miquiztli es una palabra de origen náhuatl que simboliza literalmente <la muerte>, compuesta por dos verbos: *miqui* es el verbo morir y *temiqui* el verbo soñar. Dormir y

soñar es lo mismo que morir para renacer y trascender en lo que se es y se ha sido, para alcanzar otros planos de la existencia cotidiana. ¿Pueden estas muertes ser simbólicas?, ¿es posible morir en vida?, ¿muere el sentido de la vida? ¡Prefiero la muerte, dar el paso a lo que sigue!



Miquiztli. Códice Borgia

**YO LO PREGUNTO
NEZAHUALCÓYOTL (2018)**

Yo Nezahualcóyotl lo pregunto:

¿Acaso de veras se vive con raíz en la tierra?

Nada es para siempre en la tierra:

Sólo un poco aquí.

Aunque sea de jade se quiebra,

Aunque sea de oro se rompe,

Aunque sea plumaje de quetzal se desgarrar.

No para siempre en la tierra:

Sólo un poco aquí.

C. Centlani: En el abismo, en lo más profundo.

Ahí, donde se acaban las respuestas, donde se pierden el entendimiento y el sentido, está el límite, la frontera entre lo conocido y lo desconocido, lo nuevo. Ahí, en ese territorio habitan los miedos, las inmundicias incorporadas durante la vida y la conciencia que ilumina la oscuridad absoluta con la posibilidad de crecimiento y los saberes que alimentan el fuego destructivo necesario para el bienestar y la sostenibilidad.

En el escenario de la vida cotidiana y postmoderna hay abismos, vacíos, callejones que a primera vista carecen de salida, inmersos en una realidad plana y dicotómica. Pero en la subjetividad radica una experiencia alterna que en ocasiones se contrapone y confronta con las verdades construidas durante generaciones como pilares del ser y de lo que es.

Tlaltecuhltli es la manifestación encarnada de las fuerzas duales del universo que devoran insaciablemente la vida en agonía, para la transmutación gestante que estalla en inicios, comienzos, nacimientos y nueva vida.

El inframundo deconstruye el pasado y presente, es el útero universal donde se depositan las semillas que se gestarán hasta brotar en nacimientos. Se renace, pero no como uno mismo o lo que se fue, sino que se vive sólo como seres humanos - mazorca. Al morir transmutamos en origen de las descendencias. Se es semilla y los otros mazorca, la sucesión de lo que se fue y ya nunca más se volverá a ser, ellos son la prolongación de la propia vida. ¿Puede esta sabiduría iluminar en la actual existencia? Una cosmovisión ajena e invisibilizada por las formas de conocimiento científico que monopolizan las verdades, autorizados para dictaminar la falsedad.

En nuestra intimidad, sentimos la chispa incendiaria de la angustia y frustración por el estacionamiento de la desolación que extingue las posibilidades de retorno por el mismo camino que se ha llegado hasta aquí. Ciegos e inmersos en la oscuridad del vacío, incapaces de reconocer lo que hasta ahora es desconocido. Como quien recibe una condena de muerte, como quien en un segundo toma consciencia de su finitud y falibilidad.

¿Nos podemos empequeñecer? tal como Alicia en el país de las maravillas, cuando come del lado del hongo que la hace diminuta, la vida a veces queda grande después de un duro golpe de realidad que transforma la experiencia de la existencia y la persona que se es o se cree haber sido..

Los avances científicos y tecnológicos contemporáneos. nos aíslan del territorio humano que se habita; hedonistamente se evita el esfuerzo y la constancia, impidiendo el reconocimiento de los alcances y posibilidades como humanos, distorsionados a su vez por la cultura de la inmediatez.

Probablemente no nos empequeñecemos antropomórficamente en el mundo. Quizás sea más bien el encuentro íntimo con una misma, el enfrentamiento con la propia imagen, encubierta por el ego alimentado de omnipotencia irreal. Este este encuentro profundamente encarnado y existencial lo que redimensiona el ser y el lugar, y así también el rol que ocupamos en el planeta, en el cosmos. Toledo lo describe en su libro titulado *Ecología, espiritualidad y conocimiento*, al nombrar esta consciencia en el lugar como <topoconciencia>: “es lo que permite al individuo incorporarse, es decir, tomar consciencia de su propio cuerpo y ubicación en el espacio.” (Toledo, 2003, p.18).

Sin embargo, esta incorporación sólo se construye cursando la reestructuración y reconstrucción de lo que se es en lo más profundo y que ha dado soporte a lo que hemos sido hasta el momento. Nos percatamos así, de nuestra existencia en una realidad cósmica, manifestada en la tierra para los antiguos de Mesoamérica como *Tlaltecutili*, que nos devora y transporta más allá de las fronteras conocidas y visibles, el abismo en lo más profundo de la tierra (*Centlani*).

D. ¡No me hallo!

*¿Puede un especialista sentir la vida como un todo?
Krisnamurti*

“Simplemente fui perdiendo el interés, voy viendo la vida cada vez más gris”, le confiaba Cihuatl a un amigo en la distancia, durante una llamada telefónica. La tristeza la invadía al reconocer su realidad. “Es tan triste, que busco cómo justificar la posibilidad de que no me esté pasando, y me confundo intentándolo negar, hasta que no puedo evadirlo más, la vida se volvió gris para mí”. Hablaba e interactuaba con otras personas todos los días, sin embargo, se sabía sola en esa condición, en ese estado que la invadió. “Nadie llorará tus lágrimas por ti, nadie padecerá tu dolor o desasosiego aun cuando deseen ayudarte”. Se preguntó: “¿Es esto todo lo que me queda por vivir? ¡Me niego, me resisto!”

Me siento fuera de sentido

Nezahualcóyotl (Weinberg, 2004)

Me siento fuera de sentido, lloro,
me aflijo, cuando pienso, digo y recuerdo:

¡Oh, si nunca yo muriera,
oh, si nunca desapareciera!
¡Allá donde no hay muerte,
allá donde se alcanza la victoria,
que allá yo fuera!
¡Oh, si nunca yo muriera!

El sentido sinsentido que habita en la modernidad industrial expone cómo los ideales y planteamientos que ofrecen la ilusión de un futuro confortable, armonioso, prolífero de certezas y bienestar ofrecido por las teorías de la modernidad, han derivado en una crisis existencial y sensación de vacío entre la sociedad.

El pensamiento lógico - matemático y dicotómico que rige nuestro sistema de vida moderno, ha reducido la capacidad de crecimiento y desarrollo humano y social, a pesar de la creencia generalmente aceptada que plantea que <lo que hace hombre al hombre es su pensamiento>. De lo que se infiere que las mujeres al parecer no figuran en esta concepción de la existencia, para bien y/o para mal. Se han sustituido las dimensiones emotivas y espirituales por la capacidad para razonar, pero con un razonamiento lineal, plano, polarizado y excluyente.

El pensamiento que posiciona en una realidad dicotómica, no vislumbra conexión o continuidad, la división implica una escisión. ¿Qué habita en la escisión? Para reconocer un final y un inicio tajantes, se requiere del vacío, un abismo, una nada, *Centlani*, una frontera que permita la existencia de un final y un comienzo. Al respecto, Buoaventura de Sousa en su libro titulado *Descolonizar el poder, reinventar el poder*, nos dice: “En el campo del conocimiento, el pensamiento abismal consiste en conceder a la ciencia moderna el monopolio de la distinción universal entre lo verdadero y lo falso” (de Sousa Santos, 2010: p.31)

¿Por qué abismal? Con la forma de pensamiento hegemónico actual, se hace invisible sumergiendo en la oscura profundidad de la desacreditación, las formas del conocimiento que no se adaptan a la lógica – metodológica – científica, reconocida oficialmente. Como quien busca evadir la vergüenza o dolor sentido, enviando recuerdos o revelaciones al inconsciente, en búsqueda de olvido. Se está desde el nacimiento sumergido, y de forma ancestral, en las aguas de la cosmovisión patriarcal, se encuentran planteamientos que determinan el sistema de vida en general que se presencia actualmente, vinculado al paradigma antropocéntrico y/o androcéntrico basado en la idea de dominio masculino o de <lo> masculino patriarcal. Sin embargo, este dogma trasciende la promoción de la superioridad y carácter jerárquico de los hombres, refiriéndose a las características asignadas a la masculinidad en nuestra civilización, a la validación consciente o inconsciente que como sociedad, encarnando la violencia estructural, brinda legalidad al sometimiento con fines utilitaristas de todo lo que existe; las mujeres, la biodiversidad, otros seres humanos, la cultura, etc.

¿El resultado? Las cualidades consideradas <femeninas> como la emotividad, la solidaridad, los cuidados hacia los otros, las artes, e incluso la reproducción humana, son calificadas peyorativamente como improductivas, subjetivas o peor aún, invisibilizadas y negadas. Lo anterior deriva en la eliminación o represión de múltiples dimensiones que conforman la realidad no solo personal o social, étnica, epistémica, planetaria y cósmica, por mencionar algunas.

Para esto, el pensamiento racional ha jugado un papel determinante, manipulando los procesos mentales endémicos para cada persona o cultura, que desembocan en el mar de la reproducción en serie de verdades asumidas como absolutas. Sin embargo estas <verdades> reflexionadas bajo la luz de la curiosidad crítica, propia de la naturaleza salvaje humana, resultan anquilosadas y caducas. Podemos entonces construir alternativas a la imposición de lo que socialmente se acepta como válido o real, sumergido en un océano absolutista que monopoliza <la verdad>.

La racionalidad instrumental justifica bajo una contemplación reduccionista, que tanto la naturaleza como la mujer pierdan tal cualidad como sujetos, disminuidas en objetos subordinados a los intereses que, en la sociedad patriarcal, define una élite masculina: explotación de los recursos, transformación del medio natural, organización de la vida en las fábricas y las empresas, acceso a los puestos directivos en la política y la administración del Estado, adjudicación de valor a los trabajos que tienen lugar en el ámbito del hogar y a quienes los ejecutan, etc.

A pesar de la hipotética superioridad de lo masculino (patriarcalizado) que se ha sostenido en nuestro sistema, los hombres han sido alcanzados por las consecuencias del utilitarismo evidente en la fragmentación, desesperanza, conductas de riesgo, enfermedades y rutina absurda a la que se han sometido en aras de alcanzar la libertad y el éxito.

La crisis de civilización, también se expresa en la dimensión intersubjetiva humana, haciéndose así explícito lo implícito. No obstante asistimos a la constante negación de nuestros naufragios evidentes. Recibimos cotidianamente, vía el <conocimiento validado>,

las cartografías del agua estancada en la cual nada el pez. Pero ahora las podemos nombrar y sentir: la sensación de vacío presente e implícita en nuestra vida cotidiana, los padecimientos de salud pública (física o mental), la fragmentación del tejido social, los feminicidios, la contaminación y degradación que acentúa un proceso entrópico de extinción de la armonía sistémica y endémica planetaria.

Estas estructuras de pensamiento patriarcal refuerzan la fantasiosa y seductora sensación de control de la situación y/o de sí mismo. Se es una civilización en estado de compulsión al hablar, pensar, consumir, hacer y acumular, probablemente con la finalidad de evadir una realidad de aburrimiento y sinsentido experimentada cuando la vida confronta sin escapatoria el vacío ignorado o negado. Pero sin descanso, como el drenaje que está matando nuestros ríos, esta descomposición emerge en autenticidad existencial.

El desencanto por la vida instala al ser humano en una sensación de desesperanza. Se proyecta la crisis existencial, problemas ambientales y estructurales, padecimientos de salud, pobreza y violencia entre otros, que reflejan el punto de quiebre que la sociedad actual vive y que se experimenta también a través del miedo y angustia ante la soledad. Y es que en este vacío crónico, aún estando acompañados, la soledad y el abandono aparecen manifestando así el aburrimiento y hastío en espera de algún evento externo mágico o milagroso. Anhelamos este <remedio> que nos libere del marasmo, cual tratamiento comercial para la pérdida de peso <sin esfuerzo y de manera inmediata>.

Es así que el pensamiento lógico puede pervertirse, manteniendo la creencia, consciente o inconsciente, de que la felicidad y la solución a la crisis se encuentra siempre en el futuro y depende de factores ajenos o externos a uno mismo. Esto conlleva a la no presencia, al no estar, al no existir más que en las ilusiones de una vida diferente de cara a un futuro incierto.

Si se es receptivo y atento del discurso oculto o sublimado, se manifiesta un llamado de auxilio, un pedido de ayuda para liberarse del enajenamiento al que esta sociedad se ha anclado con la <naturalización> del sistema moderno, ante el cual es preferible incluso la

muerte (biológica, psicológica, existencial, epistemológica) latente, antes que continuar padeciendo el desasosiego.

E. La paradoja, una constante en la vida

*“Ser diferente del grupo o no dejarse influir por el entorno no es fácil,
y es a menudo peligroso,
cuando la tónica general es rendir culto al éxito”
Jiddu Krishnamurti*

Cihuatl ingresó a la Maestría en Estudios Transdisciplinarios en el Centro de Ecoalfabetización de Diálogo de Saberes de la Universidad Veracruzana en la ciudad de Xalapa, Veracruz. Interesada en ampliar su visión y formación profesional y construir una vida balanceada y sana que integre todas las dimensiones de su vida, no solo la económica o material. Esta maestría le ofrecía la posibilidad de reconocer los límites y vicios a los que hemos llevado a la investigación científica moderna, formas de aprendizaje y manejo de los conocimientos para el abuso de poder. Buscamos así la posibilidad de integrar en un trabajo de indagación colaborativa los saberes populares, con una participación activa de la sociedad, articulando así diversas estrategias que de manera auténtica nos pueden llevar a la construcción de una nueva realidad, encaminada a la sustentabilidad.

Durante el primer semestre de la maestría, pudo percatarse de que las contradicciones entre el discurso y los hechos es una constante de la cual como individuos o sociedad difícilmente podemos escapar y que, en todo caso, lo que está a su alcance es aprender a navegar en ella, en la propia, la del otro, la social, del universo, etc. ¿Estoy obligada a transformarme?, ¿es deseable?, ¿transformarme para quién y hacia dónde?, ¿corresponde a los académicos decidirlo y calificarlo?

Cihuatl experimentó frustración al reconocer que los vicios que afectan nuestro actual sistema de vida han permeado las instituciones educativas, incluyendo a las que surgen con la finalidad de promover cambios estructurales en las áreas de la salud, el arte, la

investigación, la economía, la protección ambiental o la seguridad social, por mencionar algunos. ¿Es viable o sostenible la institucionalización del cambio transformador?

¿Cómo afrontar la incongruencia presente entre el personal académico que, con un discurso liberatorio y de reivindicación social mediante la educación participativa y ecopedagógica, ejerce control y poder sobre los estudiantes con la finalidad de alcanzar los niveles de productividad requeridos para beneficios económicos y profesionales o para la competitividad y rivalidad entre colegas?

Vivimos una realidad dicotómica, en conflicto por separación y contrariedad, entre el discurso y las acciones, las creencias y pensamientos. Es un patrón de pensamiento aprendido socioculturalmente y asumido sin siquiera cuestionarse, como <La Realidad>, vía única y válida para valorar los acontecimientos y lo que es verdadero o no.

Este rasgo esquizoide se presenta cotidianamente en la vida social y por lo tanto personal. La contradicción es parte de la vida, sí pero no. Lo vivimos opresivamente al experimentarlo como patrón cotidiano e invisibilizado a través de lo implícito, en relaciones en las cuales una de las partes disfruta de una condición de poder sobre el o los demás. Esta distorsión del pensamiento, lenguaje y comportamiento puede ser determinante en el estado de bienestar integral de las personas y/o sistemas que se encuentran en un rango inferior o en desventaja estructural. Pero si abrimos la percepción atenta hacia lo que ocurre en las personas, vemos los efectos de esta opresión, generando sufrimiento y fungiendo como caldo de cultivo de padecimientos como diabetes mellitus, hipertensión arterial sistémica, cáncer, fundamentalismos, feminicidios, suicidios, reacciones punitivas, depresión, ansiedad, relaciones y estilos de vida nocivos. ¡La muerte vaciada de sentido del ser!

Se nace y se crece en estos sistemas truncados y desconectados, los que se reproducen mediante la institucionalización de la vida a través de reglas, normas y valores, armaduras que no responden a la realidad humana y planetaria, y que en muchos casos se encuentran caducadas. Nos percatamos cómo nuestras instituciones patriarcales mantiene este estado de cosas como a un alma en pena: la familia, escuela, trabajo, la

vida adulta institucionalizada, etc.). Encontramos así la base, la raíz y el origen de la patología sistémica insostenible.

El utilitarismo instrumental implícito en las dinámicas para interrelacionarse con la naturaleza, los seres vivos o incluso, consigo mismo, que se ha aceptado gradual y pasivamente como lo <normal>, encarna y reproduce al patriarcalismo.

Con este panorama y reflexiones, Cihuatl optó por enfocar sus actitudes durante el primer periodo de la maestría hacia la paciencia y el silencio como la mejor opción para evitar sanciones y obtener los cambios y aprendizajes anhelados al inscribirse en ese programa. Paradójicamente esto transcurría en medio de un mar de lecturas relativas al diálogo, la apertura y la creatividad. Pero al mismo tiempo, lo que ella vivía era el <no diálogo, no opiniones, no ser>.

Conforme avanzaba en sus estudios, pensaba en lo conveniente que le había resultado hasta ese momento mantenerse reservada, observando lo que acontecía a su alrededor, evitando conflictos o malos entendidos, conociendo quiénes eran los demás, no quienes decían ser, y cómo podía o convenía relacionarse con ellos.

Hablar sólo lo necesario

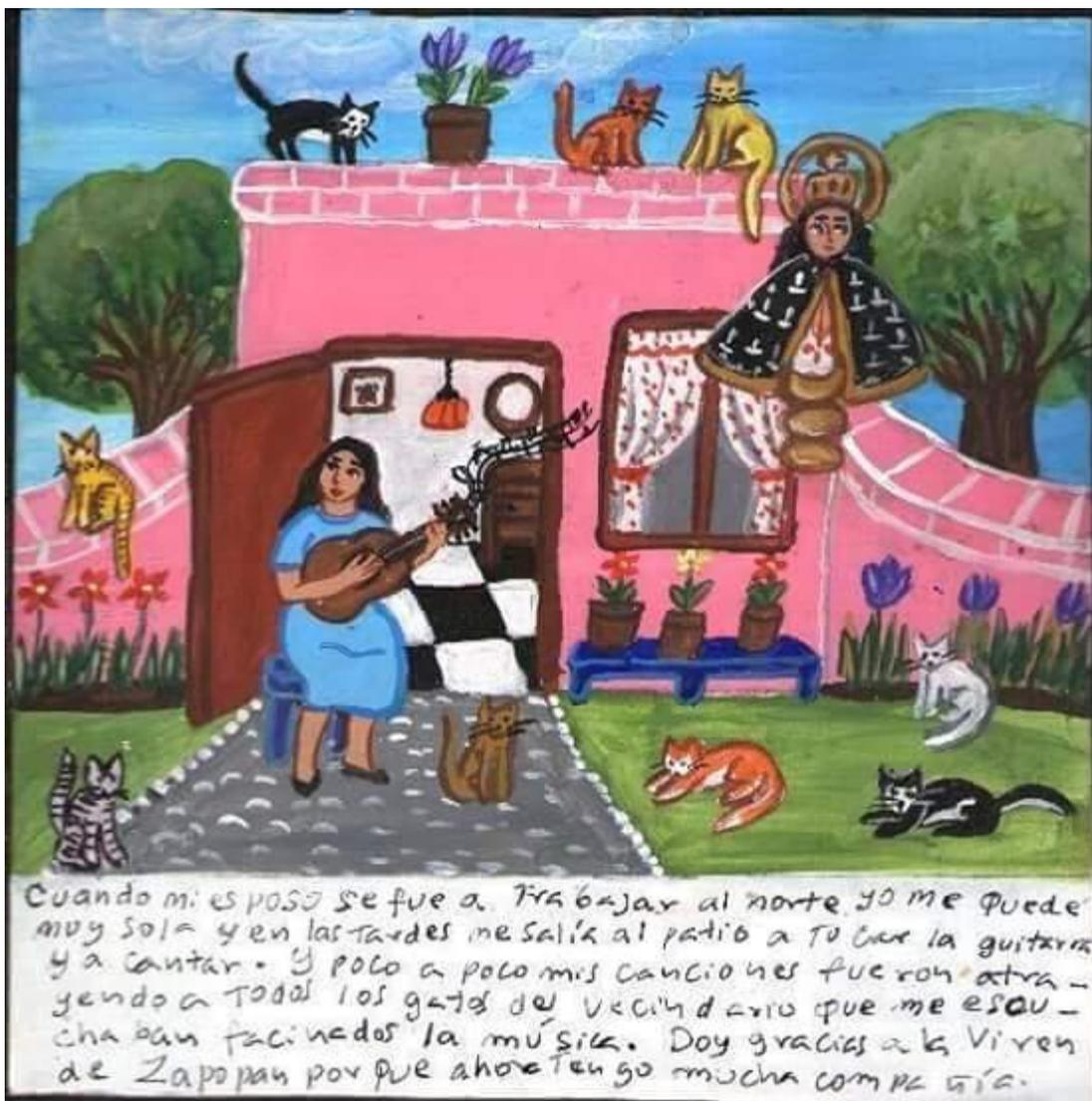
Pensar sólo lo necesario

Sentir sólo lo necesario

¿Cómo mejorar la comunicación entre mis maestros-coaprendices y yo, sumergidos en el océano de la contradicción?, ¿tienen la disposición o soy yo la que debería omitir sus sentires y pensamientos para que ellos estén cómodos y, trabajar de manera unilateral a partir de sus contradicciones?, ¿la transdisciplinariedad plantea formas críticas y sustentables de comunicación y relación entre académicos y estudiantes?, ¿dónde están estas prácticas?, ¿qué hicieron con ellas?, ¿estas personas creen en lo que enseñan?, ¿por qué están aquí?

CAPÍTULO III.

Sustentabilidad Humana



Exvoto, recuperado de México y España. Un océano de exvotos: gracias concebidas, gracias recibidas (2008)

Su madre es admiradora de la cantante y pionera en el mundo del rock masculino, Janis Joplin, “La Bruja cósmica”. La Janis, le apodaron sus compañeros de estudios en la universidad, durante la infancia de Cihuatl le habló por primera vez de los poemas de Nezahualcóyotl, describiéndole la sensibilidad que proyectaban hacia la naturaleza y su conexión afectiva y humilde hacia el todo:

“¿Ya viste hija?, no sólo describe la maravilla de la naturaleza, reconoce un vínculo, un amor también hacia la humanidad”, le decía a Cihuatl Janis su madre.

MI HERMANO EL HOMBRE

Amo el canto del cenizotle,
pájaro de cuatrocientas voces,
amo el color del jade
y el enervante perfume de las flores,
pero más amo a mi hermano el
hombre.

NOTLAIKNIN (2018)

Nelia nikiknelia sensontle ikuika,
tototl tlen se tsontli itoskaj,
nelia nikiknelia nopa xoxoktetl
uan nelia tlen kualtsin ininajuiyaka
xoxchimej,
sanke notlakaiknin ya ika nochi
noyoltsin nikiknelia.

Interesada en enfocar su proceso como estudiante al área de la salud con mujeres, Cihuatl solicitó para el segundo semestre su cambio de comunidad de aprendizaje al grupo de académicos que se agrupan bajo el nombre de Sustentabilidad humana para la vida. Este grupo de académicos significaban la posibilidad de formarse en el área de la sustentabilidad, en la cual se explicita el papel y rol que los humanos desempeñamos, para bien o para mal, en el complejo sistema multidimensional de la existencia sustentable. La humanidad integrada en hermandad con el planeta y sus habitantes, el cosmos y sus procesos, era lo que la atraía en los principios de esta nueva comunidad.

La mayoría de los trabajos, cursos o postgrados que Cihuatl había encontrado al respecto en otras instituciones, se enfocaban hacia una sustentabilidad socioambiental, en el mejor

de los casos. Por lo que en ocasiones se preguntaba si no valdría más para el planeta que las personas desaparecieran de la faz de la tierra cuando resonaba al escuchar algunas opiniones o planteamientos a su parecer radicales, considerando el demoníaco comportamiento humano para con la naturaleza. Sin embargo, constantemente sentía como barreras mentales, cuando escuchaba estos discursos de una sustentabilidad focalizada en la biodiversidad, nuevamente desde una concepción fragmentaria de la realidad.

El todo interrelacionado, un enfoque sistémico y multidimensional, en el cual la pluralidad y a su vez los puntos de encuentro sean reconocidos e integrados en un paisaje panorámico que permita visibilizar una sustentabilidad. Visiones como esta fue encontrando en textos como el escrito por Enrique Vargas en su artículo titulado Sustentabilidad humana y organizacional: una forma de vivir y co-crear comunidad hacia el buen vivir. Inspirado en Leff, Vargas y col. puntualizan la diferencia entre el concepto y prácticas popularizadas en el ambiente académico e incluso activista, de una sustentabilidad superficial y atendida desde una dimensión técnica o de productividad, fragmentándola de la complejidad humana y social, así como de las causas y consecuencias fundacionales en el ciclo y modos de vida profundos (Vargas y col. 2017).

Una sustentabilidad “fuerte”, un adjetivo que atribuye una práctica de cuestionamientos y reflexión profunda, no sólo intelectual, con todo el ser. Una actitud de vigilia en el conocimiento, que sea crítica hacia dentro y hacia afuera, que nos haga conscientes de las formas y dinámicas que como civilización llevamos en el presente, y que son insustentables. Nos percatamos que esta formas de pensar y vivir no podrán mantenerse ni mantenernos, ya que nos están dañando irremediabilmente. El trabajo cuidadoso y comprometido desde y hacia una sustentabilidad humana, nos abre las posibilidades para co-crear sistemas de vida sustentables a mediano y largo plazo, un mundo en el que quepan muchos mundos, no solo el de los humanos.

A. Tlamatini. El arte de la facilitación

“A la Psicología hay que darle la vuelta como calcetín”

María Galindo

Tlamatini se le llama en náhuatl a un sabio que conoce experimentalmente las cosas, el que aprende a través de la experiencia integral de lo que acontece. ¿Esta sabiduría era y es exclusiva de los hombres? Al parecer las mujeres hemos desempeñado también este rol y sabiduría en el transcurso de la historia, aunque se invisibiliza o banaliza cuando es la mujer o son actividades atribuidas al rol femenino lo que se aprende o transmite, de la vida o para la vida.



Madre enseña a su hija como usar el telar a su hija adolescente. La vida femenina en mesoamérica. Imagen tomada de http://fotos.eluniversal.com.mx/coleccion/muestra_fotogaleria.html?idgal=12612

En la búsqueda por construir nuevas formas de construcción del conocimiento, de experimentar el aprendizaje, Cihuatl comenzó sus visitas al pueblo llamado Xico de manera periódica y dirigidas a un acercamiento que le permitiera facilitar un proceso comunitario

de indagación colaborativa. Este espacio se abrió al inscribirse en la experiencia educativa complementaria titulada El arte de la facilitación, como parte de la currícula de la maestría. Las sesiones se desarrollaron en un espacio llamado La casa de todos, que funciona como un centro comunitario del colectivo “Xico hermoso y sustentable” en el cual se han desarrollado procesos comunitarios mediante el arte, talleres, actividades culturales y organización social dirigidos a la sostenibilidad humana.

El rol, la función, el papel como facilitadora o más bien, la experiencia vivida y a su vez ofrecida, facilitando un proceso comunitario es un eje transversal que requiere un planteamiento claro y definido en su dimensión política, debido al poder y rango que invariablemente la dinámica otorga a quien lo desempeña. La facilitación es una herramienta y forma de ser esencial en nuestra búsqueda por la construcción de un camino colaborativo, descolonizador y respetuoso de los ritmos, valores y formas de aprendizaje de las personas y sistemas con los cuales participamos o servimos con calidad humana. Poner en el centro al proceso comunitario como protagonista en la construcción de sus propias vidas es un ideal difundido, pero difícil de mantener como facilitadores. Existe una inercia social para relacionarnos a través de las jerarquías y relaciones de poder en nuestra cultura patriarcal: el padre tiene un poder atribuido implícitamente como el jefe de la familia, la madre en muchas ocasiones desempeña un papel de autoridad del cuidado y bienestar de todos, pero subordinado a la voz de su pareja, el abuelo, la cultura o quien desempeña a la figura patriarcal, los hijos son educados para aceptar y reproducir estos patrones que se evidencian en las relaciones laborales, escolares, políticas, afectivas, sociales, etc.

En lo cotidiano radican las raíces que nos encaminan y determinan quiénes somos y cómo somos con los demás, la naturaleza, la cultura o el planeta. Gestionar la sustentabilidad profunda comienza con el trabajo que se realiza consigo mismo, mediante la introspección, el autoconocimiento y disposición al cambio, dialogando conmigo misma, con la gente que me rodea, los autores, la naturaleza, el sistema.

¿Por qué Xico? Existe un trabajo previo por parte del Centro Ecodiálogo en el pueblo, de la misma manera que en el CECAN (Centro Estatal de Cancerología Dr. Miguel Dorantes

Mesa), promoviendo la participación y organización comunitaria para facilitar procesos de salud sistémica integrativa. En estos dos espacios comunitarios los estudiantes como parte su formación, se integran con la intención de focalizar esfuerzos de los que en mi nueva comunidad de aprendizaje de la maestría llaman <servicio-indagación>. Desde la sustentabilidad humana, se nos plantea vincularnos orgánicamente en estos procesos que ya llevan años y un gran cuidado, lo cual nos permite aprovechar el trabajo previo como contexto para nuestro re-aprendizaje, fortaleciendo un proceso continuo que favorezca cambios a mediano o largo plazo de forma sustentable.

Ante la disyuntiva entre ambas opciones, Cihuatl estaba convencida de que no deseaba pasar el siguiente año y medio sumergiéndose en las interrelaciones e intersubjetividades que existen en un nosocomio. Buscaba sanarse de esa experiencia también, porque experimentó el desarraigo en el hospital en el que trabajó desde los primeros meses de su llegada. Tenía aún frescos los recuerdos de cuando observaba a través de la ventana del consultorio los cerros a lo lejos, recordando la riqueza e inspiración que sentía al visitar comunidades, charlas con la gente, los paisajes, la comida, las sonrisas, la vida. Suspiraba cotidianamente por la libertad atrapada debajo de una bata blanca almidonada representativa del personal de salud.

En su búsqueda por reconstruir una vida personal y profesional, deseaba trabajar en una comunidad o colectivo, ajena de cualquier institución formal, y trabajar en Xico le ofrecía la oportunidad de volver a la libertad de la calle, del campo y de su cultura e historia. Fuera de los muros físicos, operativos y simbólicos que escinde a las instituciones de la realidad social, planetaria e incluso personal, y que le habían representado una limitante en su vida académica y laboral, hasta el día de hoy.

Después de un semestre conviviendo y compartiendo experiencias de vida con mujeres Xiqueñas, Cihuatl se dio cuenta de que su profesionalización como Psicóloga es un referente para las personas de Xico. Al parecer, les genera confianza en que este título atribuye habilidades o características para ayudarlos a solucionar situaciones en sus vidas que les afectan emocional y/o físicamente:

“Sabía que una persona preparada, lo que es un psicólogo o psicóloga, me puede ayudar a ver la vida diferente.”

“Un psicólogo es caro, yo te agradezco que hayas venido, le agradezco a Dios”.

Cihuatl sabe que estos comentarios expresan el poder que socialmente atribuimos al conocimiento formal y científico, por encima de nosotros como personas, a pesar de nuestro intento por promover relaciones equitativas o desprofesionalizantes, decoloniales. El diálogo es una manifestación o vía para las formas de interrelaciones complejas que rebasan la dimensión del lenguaje verbal y somático (Bohm 1997). Es también una dialéctica multidimensional y en él se hace evidente quiénes somos, nuestra cultura e intersubjetividad en el acto de comunicación y respeto por y con el otro.

El antropólogo Gregory Bateson, integrando su carrera como científico social, biólogo, lingüista y cibernético, sostiene en su libro titulado Pasos hacia una ecología de la mente (Bateson, 1972), que existe una gramática corporal que se construye en gran medida por y con la cultura, ya que hablamos también con el cuerpo, los gestos, las posturas, la respiración, los silencios. ¿Existe el diálogo entre otros seres vivos y no vivos?, ¿Cómo facilitar y participar en el diálogo, cuando el objetivo es despojarse o librarse del ejercicio del poder tendencioso? No existen respuestas absolutas ni recetas universales, pero el trabajo desarrollado por David Bohm, en su libro titulado Sobre el diálogo (Bohm, 1997), nos comparte algunos planteamientos que pueden inspirarnos de cara ante este reto. Colocarnos en círculo para dialogar, permite que geográficamente nos posicionemos en igualdad de condiciones, evitando el liderazgo que centraliza el poder de los ritmos y formas en una o dos personas. Pero el tesoro que nos obsequia Bohm es abordar individual y colectivamente el diálogo, desde la posibilidad de tomar consciencia de nuestras identificaciones con las ideas que nos gobiernan. Esta toma de consciencia opera al re-aprender mediante sencillos ejercicios a percatarnos de las reacciones sutiles que tienen lugar en nuestro <ser-cuerpo> al momento que nos identificamos

inconscientemente con nuestras ideas y opiniones durante las conversaciones. Esta herramienta permite liberar el diálogo de las discusiones y abrir espacios de exploración, libertad y confianza invaluable. Las agendas tienen una utilidad, sin embargo, limitan y restringen la espontaneidad y procesos que se generan en el momento presente y delimitan reduccionistamente el rumbo y resultados. El papel de facilitador ofrece la posibilidad de no fluctuar de forma creativa entre el caos y la coherencia, lo que posibilita la alternancia y diversidad de cada participante, permitiendo la flexibilidad y autonomía del proceso grupal.

B. Hay que hacer una vigilia constante para evitar acomodarse en la disciplina

Su intención inicial fue conformar un grupo de mujeres, o incluso mixto, para facilitar un proceso de sanación ante los padecimientos de salud integral que viven las mujeres que han sido diagnosticadas con cáncer, orientado hacia la sustentabilidad humana. Sin embargo, la paradoja en la vida se manifestó nuevamente cuando las personas que se acercaron a Cihuatl durante esos meses solicitaban que les ofreciera consultas psicológicas individuales.

Las mujeres con quienes mantuvo conversaciones más profundas e íntimas, le manifestaban renuencia a exponer sus experiencias de vida o problemáticas con otras mujeres, debido a que no respetan la confidencialidad y difunden con otras amistades las intimidades ajenas de las que se enteran, juzgándolas o criticándolas. Como quien dice, contar o hacer un chisme, y en una cultura como la Xiqueña, esto puede ocasionar muchos problemas familiares y personales para ellas, como casos de violencia emocional o incluso física.

¿Qué opina la sociedad Xiqueña de las mujeres que acuden a un grupo de apoyo?, ¿Cómo influyen las opiniones de familiares y/o conocidos al momento de tomar decisiones de

vida?, ¿Determina la opinión pública o social el autocuidado y bienestar de las mujeres en Xico?

“Supongo que mi formación como psicóloga y los años que llevo ejerciéndola influyen en el estado, modo o dinámica desde la cual experimento la vida y, particularmente mi trabajo de indagación colaborativa”, escribió Cihuatl en su Diario de reaprendizaje, 9 de Septiembre 2017.

En su intención por ser congruente con la filosofía de respeto a la comunidad, sus solicitudes, formas y costumbres, peticiones e iniciativas, Cihuatl optó por iniciar un acercamiento que le permitiera conectar vínculos de confianza y empatía ofreciendo su servicio comunitario como psicóloga en la casa de todos para mujeres con cáncer y/o sus familiares.

Elaboró un volante y un cartel para hacer la difusión del servicio en la localidad considerando e integrando experiencias y opiniones con la colaboración de su tutor Enrique Vargas, las mujeres del grupo “Guerreras”, y los sentipensares generados de las peticiones y sugerencias en Xico.



Primera versión del volante

Se dedicó a pegar carteles en farmacias, consultorios, tiendas de abarrotes, el mercado, cocinas económicas, teléfonos públicos, el grupo de zumba de la casa de todos y el centro de salud. Repartió volantes en las calles del centro, áreas aledañas y a las personas que transitan afuera de la casa de todos. Esta actividad le permitió un acercamiento con ellos,

caminando y presentándose buscaba que la identificaran, no a través de una institución o asociación, sino como persona con rostro y voz.

Aprovechó para explicarles brevemente cómo se relacionan las dimensiones emocionales, conductuales y de vida cotidiana con la salud, el beneficio que se puede obtener al abordarlo de manera integral y los motivos personales por los cuales estaba realizando este servicio comunitario con mujeres.

C. Tejiendo la red a través del diálogo

Siria es la esposa de Martín, un Xiqueño orgulloso de sus raíces, su pueblo y la sabiduría popular y ancestral, que trabaja para Enrique. Ella amablemente se ofreció para acompañarla a visitar a un par de conocidas que fueron diagnosticadas con cáncer, en uno de esos casos, el contacto fue con el esposo, quien es carpintero conocido en el pueblo. Se presentaron, tomando como referencia también a Enrique, para quien había elaborado trabajos de carpintería previamente. Le explicaron el sentido del servicio psicológico y la intención de hacerle la invitación a su esposa para que se integrara al proceso. Así fue que conoció a L, quien la buscó a partir de la sugerencia que su esposo le hizo y el volante que él le entregó.

Gracias a estas conversaciones pudo escuchar algunas inquietudes y peticiones de mujeres principalmente que deseaban ser “atendidas” por diabetes mellitus, hipertensión, depresión y ansiedad. Hubo un par de señoras preocupadas que le mencionaron que sus esposos también padecen dichas enfermedades pero no cuidan de sus hábitos, al parecer, el bienestar de sus familiares es también una fuente de aflicción para ellas. Por otra parte, el personal del centro de salud coincidió en la necesidad que ellos han percibido para ofrecer este tipo de apoyo a mujeres en Xico y áreas aledañas, debido a la cantidad de casos detectados entre la población femenina y sus dificultades para cuidar de su salud por sí mismas y los múltiples casos de violencia de género que afectan a su bienestar también.

Cihuatl abrió su disposición para escuchar lo que el sistema le estaba pidiendo, por lo que modificaron el volante y el cartel ampliando el servicio para mujeres con los padecimientos que ellas mismas le sugirieron. Al tomar en cuenta estos detalles, procuró transmitir un mensaje más empático y afectivo de cuidado a la intimidad y vulnerabilidad que un proceso de este tipo puede implicar.

APOYO PSICOLÓGICO PARA MUJERES CON ENFERMEDADES GRAVES

¿Te diagnosticaron cáncer, diabetes, hipertensión, virus del papiloma humano?
¿Estás en tratamiento por esta enfermedad?

¿Te sientes deprimida o angustiada? ¿Sabes que el cuidado integral y psicológico hace más efectivo el tratamiento y la curación?

Este servicio te brinda apoyo integral y psicológico al proceso de curación y encuentro con otras mujeres que viven lo mismo y a sus familiares en un ambiente de confianza y respeto.

Servicio ofrecido por la Universidad Veracruzana de forma **GRATUITA**

Lugar: La casa de todos, calle Lázaro Cárdenas 29, Xico, Ver.
Consultas e informes todos los miércoles de 10:00 a 12:00 hrs. y de 16:00 a 18:00hrs. Con la Psicóloga Lorena Redondo, Cel: 044 2282327508

Segunda versión del volante

Gradualmente se acercaron de manera personal, o vía telefónica, mujeres que recibieron el volante, algunas que la conocieron por sus visitas al grupo de zumba (en la Casa de Todos), durante los meses previos o por recomendación de las que ya acudían a consulta que invitaron a familiares y amigas a quienes querían ayudar. Se manifestó la amistad, el cariño y apoyo de quienes buscan sanar, cultivar su bienestar y el de otras mujeres.

Cihuatl procuró involucrarse con cada señora de manera más humana, haciendo a un lado los protocolos o costumbres que había desarrollado en su desempeño profesional con el paso de los años. Las conversaciones fueron y son a un nivel más personal, procurando compartir de la misma manera su historia de vida, algunas experiencias que como mujer ha vivido y cómo esto había afectado en ocasiones su bienestar. Fomentaba que las sesiones transcurrieran en una dinámica de diálogo horizontal, de paridad, facilitando y aprendiendo también. Intentaba mantenerse en vigilia del filtro a través del cual, como

psicóloga, valoraba el proceso, evitando los términos o conceptos profesionales, revalorando al final de cada conversación sus sentimientos, percepciones y aquello que consideraban se llevaban de todo lo sucedido.

Durante el proceso con cada una, indagaron en las estrategias o capitales que han desarrollado en el camino de sus vidas para recuperar o mantener el bienestar, revalorando su mundo a la mano, con la intención de ser lo menos invasiva posible en sus idiosincrasias, vidas, costumbres y fortalezas. Esto se escribe y lee fácil, pero en ocasiones se siente como caminar en la cuerda floja.

Como facilitadora, Cihuatl procuró generar un proceso ético, respetuoso, amoroso, empático y cuidadoso del bienestar de las mujeres, evitando violentar sus ritmos o deseos. Inspirada en un comentario que escuchó en una conferencia impartida por Gustavo Esteva en una visita que realizó en ecodiálogo: “El fin debe estar metido en el medio.”

Las sesiones le regalaron algunas frases llenas de reflexión:

“No se precisa estudiar para pensar en tu bienestar”

“Una persona, aunque tenga profesión y dinero vale lo mismo que tu”

“Yo a veces pensaba que la gente que tiene preparación tenía sus valores más presentes”

En esta etapa del proceso Cihuatl sentía que se había iniciado un vínculo de confianza y empatía entre ellas, abriendo la disposición para mostrarse también como mujer, conectando con el patrón que nos une y construyendo un vínculo de compromiso y afecto encaminado a la sororidad, es decir la solidaridad y apoyo mutuo entre mujeres.

Hubo dos señoras con quienes, a petición de ellas, las sesiones se desarrollaron siempre de manera individual y en la casa de cada una, ya que por sus costumbres y educación no desean salir a la calle o desatender sus negocios. ¿Solo en grupo, comunidad o colectividad es posible generar o facilitar estos procesos?, ¿cómo experimentamos los facilitadores el perdón y renacer en nuestra propia experiencia?, ¿podemos experimentarlos solos, por nosotros mismos, ante la vida?

Paradójicamente, el rechazo a salir, a mostrarse fuera de las paredes de sus casas, abrió la puerta de entrada para mostrarle a Cihuatl un paisaje mucho más profundo e íntimo de su ser, sus historias, sus espacios-territorios y la sacralidad en sus vidas.



Altar en casa de E, Xico, Ver.

¿Cómo experimentan las mujeres Xiqueñas el territorio que habitan?, ¿Influye el lugar en el cual se llevan a cabo las sesiones en sus sentimientos de seguridad y confianza?

Al revisar su diario de aprendizaje, las lecturas y tutorías recibidas hasta el tercer semestre, Cihuatl se dejaba guiar por su intuición y los sentipensares que se conectaban espontáneamente con las mujeres de Xico, de León, sus familiares, sus amigas y su propia vida, vislumbrando los caminos que se construían con cada conversación, silencio, ausencia, bromas, llantos o incógnitas.

Durante la fase de enamoramiento comunitario y resultado del acercamiento y confianza construida, se conformó un grupo de señoras en la Casa de Todos. Se realizaron círculos de diálogo con ellas, considerando sus peticiones para conversar durante las mismas sobre las vivencias que las acosaban. Sus historias constantemente se relacionaban con la visión patriarcal en la que nos encontramos inmersas, que nos asigna a las mujeres un

papel de servicio para los demás, invisibilizando en ocasiones nuestra condición como personas, intereses y/o necesidades sentidas.



Catrina elaborada por D para las festividades del día de muertos en Xico, Ver.

CAPÍTULO IV. Nacallotiloayan, cuerpo - territorio

El territorio es un todo y una dimensión entre otras más al mismo tiempo, es la representación inmediata, viva e inevitable con la que estamos interrelacionados desde antes de nacer a través de nuestra historia familiar, de nuestra madre durante el embarazo y nuestro propio cuerpo al nacer. Latente en algunos casos durante toda nuestra vida, sin importar a dónde nos mudemos y también después de la muerte, porque a la tierra volveremos.

Es la otredad manifiesta, un maestro y un espejo, una lección también de los límites necesarios, gracias a los cuales existe la pluralidad y al mismo tiempo la singularidad. El territorio puede llevarnos a la vida o a la muerte. Sus ritmos, procesos, sistemas y ciclos se interrelacionan con el cosmos, el planeta, los seres que lo habitan y que al mismo tiempo le dan vida.

En las sabidurías prehispánicas se concebía la existencia y la naturaleza del territorio como un todo interrelacionado. La dinámica mediante la cual se entretajan estas interrelaciones, son las que gestan y ofrecen a todos los seres, incluidos los humanos, las condiciones para vivir y para nuestro sustento. Entendiéndose sustento no solo a los alimentos, sino al resguardo, el espacio social y el sentido de vida que nos representa el agua que bebemos, el suelo que caminamos, la tierra que sembramos y nos nutre, las plantas que nos sanan, los animales que nos acompañan y balancean nuestro mundo.

Sin embargo, actualmente en el caso de los humanos, llegar a la consciencia de especie, como plantea Víctor Toledo en su libro *Ecología, espiritualidad y conocimiento* (Toledo, 2003), también implica hacernos conscientes de que somos la causa de la muerte de nuestros espacios - territorios y por lo tanto de la propia. Experimentamos actualmente la muerte espiritual, emocional, corporal, social, institucional y, finalmente y tal vez la más grave, la muerte de la esperanza que conlleva a la desolación, que pareciera ser el golpe

de gracia para un barco que se deja hundir, vacío de ilusiones, atemorizados y evadiendo el futuro como sociedades o individuos.

¿Quién soy?, ¿Qué lugar ocupo en este mundo y cuáles son mis alcances y limitaciones? Acostumbramos concebir a la naturaleza como un recurso a nuestra disposición, un ser vulnerable y amoroso cuya razón de ser es dar cobijo a los humanos. La realidad podría ser diferente.

¿Cómo vencer el miedo y dar el salto a la integración? Del ser, social, con el territorio, planetario y cósmico. ¿Somos capaces como especie de aceptar cambios con paciencia, humildad y disposición para aprender y reaprender hasta el instante en que nazca la conciencia?, ¿existe un eje del territorio?, ¿qué representaría o que lo representaría?

* * * *

Atopía es una palabra milenaria que encuentra su origen con los griegos, para quienes significaba la cualidad “fuera de lugar”, a + topos sin lugar, desubicado. El trabajo que se ha construido en Xico durante el curso en la maestría en Estudios Transdisciplinarios para la Sostenibilidad en la Universidad Veracruzana, me ha llevado hasta el origen, la raíz, de esta cualidad, condición o circunstancia.

Un hospital es también un territorio, construido y organizado a partir de una epistemología de la asepsia artificial, la escisión y la jerarquía. Cuando Cihuatl llegó a trabajar al hospital en la ciudad de León, Gto., le fue necesario vivir un proceso de adaptación, ya que estaba acostumbrada a visitar y trabajar con comunidades rurales, disfrutar del paisaje, el contacto con diferentes personas y una dinámica cotidiana variable. Contrariamente, su experiencia del trabajo en el hospital era de sedentarismo, inmersa en un ambiente rígido en el que las apariencias y roles sociales representan un eje para relacionarse tanto con los pacientes como entre el personal.

“¿Es este el lugar – territorio donde me siento plena y arraigada para vivir, para ser?” Cihuatl recordaba el día que recibió la noticia de haber sido aceptada para laborar en uno

de los hospitales de alta especialidad más moderno y nuevo del país. Gozosa por haber obtenido una plaza federal, con toda la estabilidad y beneficios que le acompañan, proyectó una historia a futuro en su mente, el éxito reflejado en las posibilidades que un ingreso estable ofrece, para poder cubrir las necesidades de sustento “básico”: comida, casa, servicios, etc., la posibilidad de continuar estudiando, viajar y dormir tranquila gracias a la certeza que el sueldo quincenal ofrece en esta sociedad. Varios años después, se preguntaba ¿Por qué este vacío?, ¿Acaso no garantizan estos beneficios y logros el bienestar y la plenitud? La experiencia del desarraigo puede ser como la serpiente que muerde su propia cola, en una disonancia con el contexto, el clima, la cultura, el paisaje y la rutina.

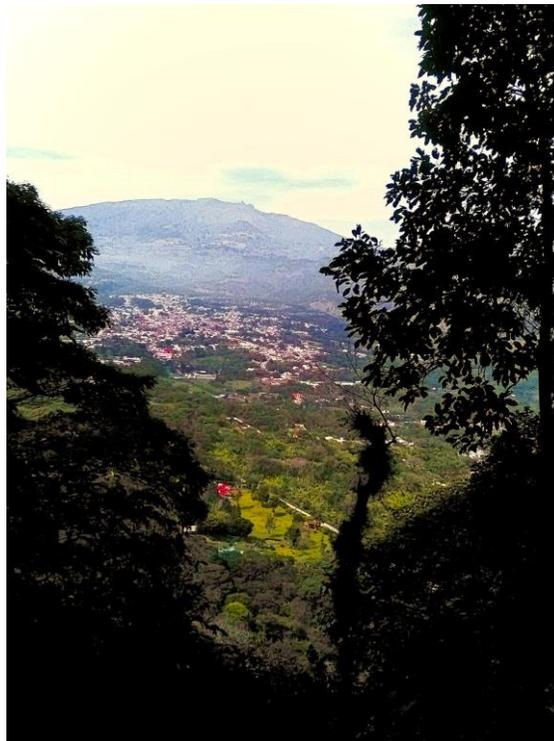
A. En los panales, cerca de las abejas.

Humedad en el ambiente, a lo lejos los cerros verdes llenos de vegetación abundante, ríos y aves que rodean los caminos y pueblos aledaños. En Xico la vida surge en todos lados, envolviéndolo todo, muros, piedras, el paisaje... ¡Todo es verde!



Ex hacienda Palzoquiapan, Xico, Ver. Foto tomada por Cihuatl, Marzo, 2018

Xico es la abreviatura de la palabra náhuatl Xicochimalco; que se deriva a su vez de Xicotli – abeja, chimali – escudo y co – en. Se ubica a las faldas del cofre de Perote, en la Sierra Madre Oriental, hacia el centro del estado de Veracruz. En Diciembre de 2011, esta localidad recibió la declaratoria de “Pueblo Mágico” por parte de la Secretaría de Turismo debido a que a pesar de la cercanía con la urbanidad de la ciudad de Xalapa (25 Km.), los Xiqueños han conservado las tradicionales fiestas patronales, gastronomía, riqueza de su biodiversidad, casas coloniales, haciendas cafetaleras y un estilo de vida característico de la provincia, encapsulado entre la vida rural y la citadina-moderna.



Xico, foto tomada por Cihuatl desde el cerro Acamalin. Marzo, 2018.

El parque central de Xico es un ombligo en el territorio. La vida social, religiosa y espiritual se entreteje en ese espacio. Los parques son los supervivientes de la urbanidad, sus árboles se aferran con gruesas raíces a la tierra que se defiende ante la amenaza de ser devorada por el asfalto. Un parque acoge risas, juegos y muestras de amor. Sus arbustos y rosales, verdes y coloridos saludan danzando con la brisa que anuncia el ocaso del atardecer. Resguardan y contienen en su interior diversas dimensiones de la vida, de las personas que buscan espacios de encuentro y encanto.

No cuidamos, no nos ocupamos de lo que no conocemos o valoramos, porque no sentimos arraigo por lo que es, por lo que soy, mi cuerpo es el primer territorio que habito, gracias al cual habito en lo demás.

Como parte de su acercamiento al territorio, Cihuatl hizo un recorrido en los alrededores del pueblo y pudo observar que la vegetación pertenece al bosque de niebla. Conforme avanza el camino que sube hacia Xico Viejo y hacia el cofre de Perote, varios cientos de metros más sobre el nivel del mar, sintió que el clima se tornaba más húmedo y frío. Las comunidades van transformándose hacia un paisaje rural, casas de madera, huertos, sembradíos, haciéndose notoria la ausencia de calles de concreto o empedradas. La fisionomía de las personas también cambia, el cuerpo es también nuestro territorio, observó que a medida que se alejaba de la urbanidad, cambiaba el paisaje y la apariencia de la gente. Al ascender por la montaña se imponen los rasgos indígenas, ¿qué nos dice esto de los espacios y valores con los que habitamos en la tierra?, ¿Existe alguna relación entre la distancia o alejamiento de la urbanidad y la apariencia o fisionomía de las personas?

Al parecer, mientras nos alejamos de las calles de asfalto y nos adentramos en la sierra, rumbo al volcán, la gente se torna de bronce. ¿Hemos exiliado a nuestros ancestros de la vida moderna, del presente?

Durante el mes de Marzo de 2017, Cihuatl profundizó su acercamiento con la sociedad Xiqueña mediante visitas frecuentes, involucrándose con actividades del colectivo Xico Hermoso y Sustentable y las actividades ofrecidas en La Casa de Todos, coordinadas por Antonio Tepetla Tepo (apellidos de origen náhuatl: Tepetl = volcán, montaña, cerro, agua. Tepo: algo sólido, fierro, piedra). Antonio es oriundo de Xico, y representa un apoyo importante en este primer acercamiento, ya que es conocido por muchas personas líderes tanto populares como trabajadores de instancias públicas de la localidad, además de mostrar un evidente compromiso para impulsar acciones en beneficio de la comunidad Xiqueña.

Acompañada por Tony (como se le conoce en el pueblo), Cihuatl visitó instancias como el Instituto de la Mujer, el DIF y le orientó respecto a la ubicación del centro de salud público, el trabajo y personas responsables de la vinculación con la comunidad por parte de la iglesia, escuelas públicas, tiendas de abarrotes, madres de familia, etc.

El diálogo que mantuvo con estas instituciones y personas le ofreció un panorama general de la condición de la mujer y su salud integral en el pueblo. Reconociendo que la violencia hacia ellas por ser mujeres se encuentra arraigada en la cultura y vida cotidiana, así como reflejada en el panorama epidemiológico de la localidad a través de padecimientos como el cáncer, obesidad, diabetes, hipertensión, ansiedad, depresión, agresiones físicas, etc.

La maestra de zumba en La Casa de Todos se interesó en presentarla con sus alumnas de zumba, acordando su asistencia al final de sus clases para conversar durante 15 o 20 minutos sobre sus inquietudes e intereses. Iniciando con sesiones de conversación recibió sus peticiones para abordar ciertas temáticas durante las mismas. Externaron que su principal motivación para realizar ejercicio es la búsqueda por disminuir el estrés y el sobrepeso. Las conversaciones comenzaron:

“Deberían ponerse a cocinar”

“Si quieren hacer ejercicio que se pongan a cortar leña”

“Seguramente ya andan de pirujas”

Se percató de que los planteamientos que ellas hacen sobre sus vidas y anhelos se relacionan con el sistema patriarcal que nos asigna a las mujeres un papel de servicio para los demás, invisibilizando nuestra condición como personas, intereses y/o necesidades sentidas. Narraron los comentarios y actitudes a los que se enfrentan con sus esposos, familiares o vecinos por acudir a clases de zumba y las críticas recibidas cuando alguna persona se decide a cambiar hábitos para construir una vida sana.

¿Cómo se sienten las mujeres en Xico cuando escuchan estos comentarios?, ¿Influye esta crítica social en otras mujeres para que abandonen alguna iniciativa para construir su bienestar?

A su vez, Cihuatl encontró relación entre las lecturas realizadas en la maestría, los ejercicios de autoconocimiento y los planteamientos de la transdisciplinariedad. Integrando en las visitas a Xico sus percepciones sensoriales - fisiológicas propias y de la expresión somática de las personas con quienes estaba interactuando.

Un entramado que estaba tomando forma a través del proceso de servicio-indagación colaborativa con las señoras, entretejiendo el diálogo de saberes, patriarcalismo, círculos de diálogo, buen vivir y sustentabilidad humana.

En su imaginación, mientras elaboraba, procesaba y se conectaba con lo narrado hasta aquí, Cihuatl visualizó el proceso que las mujeres de Xico, y tal vez muchas más, necesitamos experimentar para sanar y construir el buen vivir. Lo concibió como un trayecto en ocasiones sinuoso, incierto y dinámico que inicia en el territorio de lo cotidiano, de lo personal; la casa, la cocina, el matrimonio, el patriarcado que nos llevó a la represión del ser como parte de la violencia estructural. En ese momento se encontró con mujeres contenidas al grado de negarse a sí mismas sus necesidades, anhelos y naturaleza original. ¿En qué circunstancias me contengo a mi misma? ¿Vale la pena? ¿Qué resulta de mi contención?

Iniciaron con sesiones individuales como resultado del miedo a exponerse en el territorio que habitan, ya que las consecuencias son de sanción o violencia por parte del sistema. Cihuatl imaginó el recorrido que hacen estas mujeres para salir de la cocina, de la casa, de los deberes como madre y esposa, para dedicarse un tiempo y espacio a la semana para ellas mismas. ¿Se asemeja al recorrido que durante toda mi vida he hecho yo?

La voluntad y valor que se requiere para romper con un mandato milenario establecido en la sociedad en la que nacemos y vivimos inmersas. Mandato que atribuye significados, propiedad privada y limitaciones al territorio del cuerpo, el hogar, la calle, la iglesia. Se percató de la importancia de no imponer sus propios objetivos o criterios para valorar los resultados de este proceso en sus vidas porque, lo que para una persona es solo un paso adelante, para quien lo da puede representar un salto importante con muchas

implicaciones. Los diagnósticos y etiquetas pueden distorsionar la realidad y violentarla.
¿Quién soy yo para juzgar o valorar el recorrido de otras mujeres o personas?

“No puedo evitar pensar en las condiciones de inequidad y violencia que las mujeres hemos padecido milenariamente en todo el mundo debido al patriarcalismo, y cómo todo eso se puede manifestar en signos que los psicólogos y médicos llamamos <psicosomáticos>”, escribía Cihuatl en su Diario de reaprendizaje en Octubre de 2017

¿Cómo viven las mujeres en Xico la dimensión cuerpo-territorio? Inmersas en la sanción social por detenerse en la calle a saludar a algún hombre, ¿Sienten libertad de tránsito y para interrelacionarse con su territorio? ¿Determina esto cómo viven sus cuerpos?, ¿Habitar un territorio hostil se refleja en el estado de salud integral?

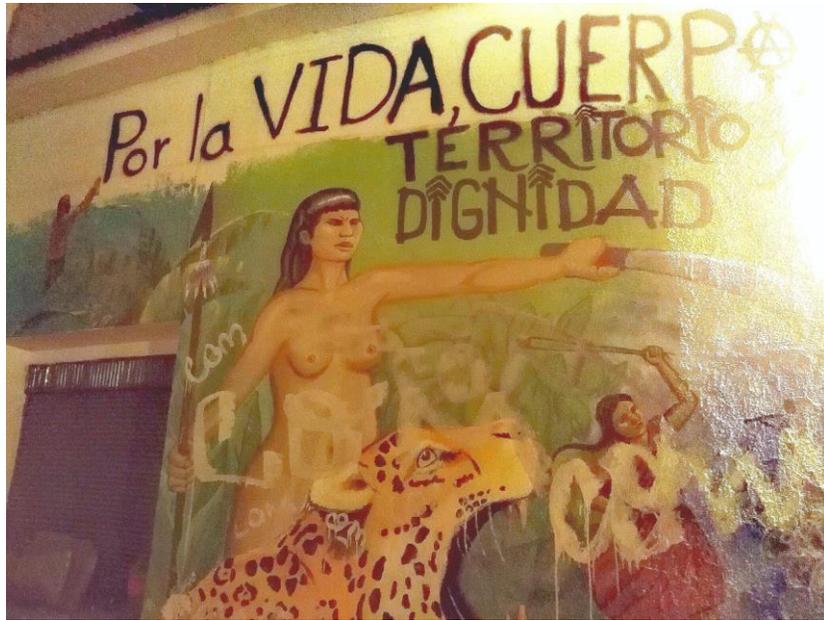
“No te puedes parar con un hombre porque ya están diciendo: Seguro anda con él”

“Yo creo que no puedo tener nunca un amigo. Ya que lo asocian con infidelidad o un involucramiento sexual, juzgando sólo a ellas o a la mujer, no al hombre”

“En Xico hay mucho machismo”

“No nomás él, también mi cuñada y mi suegra nomás me estaban checando”

“Lloro, siento algo muy feo dentro de mí que no puedo explicarlo”



Mural en la barda de una casa, Cochabamba, Bolivia. Julio 2018

Cuando se imponen reglas estrictas de convivencia en sus casas, ¿Existe un arraigo a ese espacio o son inquilinas? Las jóvenes que corrieron de casa de sus padres o abuelos por llegar minutos más tarde de la hora límite permitida, visualizaron como única opción mudarse con sus novios, quienes a su vez vivían en casa de sus padres. Con el paso de los años y ante la violencia intrafamiliar que nuevamente padecen, expresan su miedo a dejar a sus esposos considerándose incapaces de encontrar otro lugar para vivir, un espacio seguro para habitar, un hogar. ¿Quién y qué determinan esas condiciones, espacios y convivencias?, ¿Cómo se relacionan ellas con la naturaleza y su propia identidad?, ¿Cuáles son las consecuencias de la modernidad y desarrollo en Xico?, ¿Cuáles son las relaciones entre la historia, la naturaleza, el paisaje, la vida y la salud de estas mujeres, sus esposos e hijos?, ¿Cómo se relaciona el territorio, la historia socioambiental de Xico con la vida, cuerpo y salud de las mujeres del grupo, la historia de la condición de la mujer en Xico, la historia somática y social? ¿Tiene todo esto relación con la historia biológica? ¿Influye la vida sociocultural en el medio ambiente?

B. DESARRAIGO

Desarraigar – quitar y sacar la raíz de una planta.

Desterrar, desenterrar.

¿Qué es el espacio vital? Como humanos, ¿Tenemos la cualidad de ser seres “endémicos”?
¿Podemos reconocer la experiencia de encajar en un territorio como un miembro con naturaleza endémica?

Endémico: que es propio de un lugar, en – dentro, demos – pueblo, ico – relativo a. No siempre existe un arraigo al lugar en el cual nacemos y a su vez, podemos arraigarnos en nuevos contextos en el transcurso de nuestra vida debido a múltiples circunstancias, pero no solo es un acto de voluntad, también participa el sentido de identidad, la naturaleza de nuestro ser completo.

¿Puede darse el arraigo por voluntad? ¿Es una elección? En la búsqueda por adaptarme, ¿Hasta dónde es sano o justo influir en el territorio y dejarse influir por él? El impacto generado por la interrelación, requiere visualizar al mismo tiempo los límites, en una danza entre el mestizaje de los seres y las fronteras que me constituyen como individuo antes de mi propia difuminación y por lo tanto mi muerte.

¿En qué momentos hemos sido nosotras las que no quisimos o no pudimos sentirnos arraigadas?, ¿Podemos sentir desarraigo desde la infancia? Sentirnos ajenas a las formas de querer, de educar, de percibir la realidad, de ser.

Pareciera que algunas mujeres experimentamos un desarraigo de nuestra feminidad salvaje en un mundo patriarcal que desde hace milenios oprime a toda la existencia planetaria, hombres, mujeres, amigas, familia. Por lo que nos sentimos desarraigadas de nuestro propio cuerpo, de nuestro más profundo ser.

¿Qué representa la semilla? Permitir a la raíz de nuestro ser manifestarse al exterior en forma de planta, en interacción – interrelación con el territorio, esto nos lleva a la

topoconsciencia, con la comprensión y reconocimiento de que la existencia consiste en procesos, no en minutos o años.

C. Tezcatlipoca, estar pero ausente.

Durante un temazcal en Jalcomulco, una semana después de haber regresado a su tierra, Cihuatl escuchó una voz dentro de sí que le dijo, suave pero con convicción: “Ya estás en casa, ya estás segura”. Mi casa, mi energía, mi cultura, mi clima, mi gente, mi raíz, mi territorio. Aullidos, cantos de aves y sonidos de la vida encarnada en la abundancia, rodeada de ríos, “todo es verde” pensaba hacia sus adentros cada vez que evocaba los recuerdos o visitaba sus tierras veracruzanas, la vegetación exuberante y devoradora de los intentos por pavimentar y domesticar nuestro origen salvaje.

Este proceso la llevó como en un bucle a su infancia, el origen de muchos de los fantasmas o ánimas en pena que en el transcurso de nuestro vivir llevamos en lo profundo de nosotros, proyectándose en nuestra experiencia de vida. Los vemos, los vivimos, sentimos su daño en una experiencia subjetiva, aunque no se aprecien físicamente en nuestro exterior.



Ánima en pena, imagen colgada en la casa de C, Xico, Ver. 2017

Una planta o un ser desenterrado, que ha sido extraído desde la raíz de la tierra o matriz que le da origen y vida, queda a la deriva, expuesto y probablemente vulnerable. Un ser que transita, vagando sin sentido, incompleto, perdido en el lamento de la agonía constante por la pérdida, el duelo que no concluye, la oscuridad de la inconsciencia, deambulando en el inframundo.

Separada desde la raíz de su ser - cuerpo - territorio de origen, pero no ha muerto, no del todo, porque no ha visto con la luz de la consciencia lo que ha cambiado, lo que era se ha transformado. Anclada en un pasado inexistente es incapaz de liberarse de él y avanzar hacia lo que continúa, sin transformación no hay conexión con la vida, la luz, la energía que germina, alimenta, respira y se transforma en vida, completando un ciclo perpetuo e infinito de existencia.

En México, al igual que en los países denominados latinoamericanos, existen leyendas que se mantienen vivas a través de la tradición oral en cuentos e historias recurrentes de este estado espiritual que se manifiesta en forma de espectros desde hace siglos. La Llorona es

probablemente la leyenda actualmente más conocida en las culturas del continente americano y desde la época precolombina, cuando América se llamaba Abayayala.

Varios estudios y documentos indígenas refieren que en Mesoamérica, este fantasmagórico ser tiene su origen en seres que representan las fuerzas de la naturaleza y que posterior a la conquista se modificaron influenciados por los prejuicios de las creencias y tradiciones europeas.

Particularmente en México se asocia con la Xtabay para los Mayas o Cihuacóatl para los Nahuas. Esta última es una manifestación de Coatlicue, la representante de la relación dual e intrínseca de la vida y la muerte. Cihuacóatl simboliza y encarna el rostro de la muerte, el inframundo y se asocia con las mujeres que fallecen durante el parto y las mujeres guerreras.



Cihuacoatl, imagen tomada de https://www.scoopnest.com/es/user/Cuauhtemoc_1521/710171018334109696

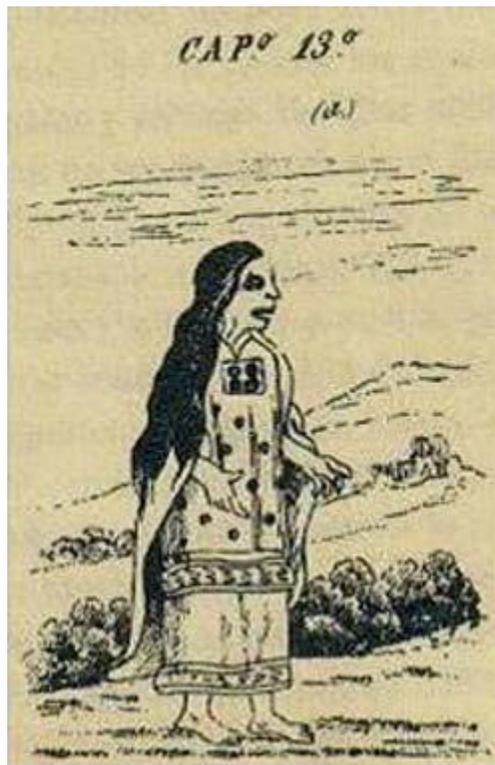
Cuentan los antiguos, que los Aztecas recibieron varios presagios de la llegada de los conquistadores españoles. 10 años antes de su arribo a tierras mexicanas, Cihuacoatl emergió de las aguas del lago de Texcoco llorando y lamentándose en medio de la noche

por la devastación y muerte de su cultura y pueblo. Su anuncio no se transmitió como un mensaje lineal y enunciado, sino desde la energía del sentimiento, de la experiencia no racional de lo que se siente y se sabe.

La aparición de una figura blanca femenina, que gritaba entre lamentos y gemidos de dolor, angustia y desesperación:

- “¡Aaaaaaaaay mis hiiiiijooooooooos!., ¿Dónde los llevaré para que escapen de tan funesto destino?”

- “¡Hijitos míos, pues ya tenemos que irnos lejos!”



Cihuacoatl, Códice Durán. 2018

Un ser en el puente entre la vida y la muerte, manifestándose a los vivos, sin consuelo. ¿Puede el desarraigo llevarnos a un estado similar en vida? Estar en un lugar - espacio - temporal no garantiza que mi alma, mis pensamientos y anhelos se encuentren ahí también. Cuando las mujeres habitamos pueblos, casas, cuerpos, roles en los cuales no

está enraizado nuestro ser, ¿Podemos experimentarnos como ánima en pena?. La madre protectora que promueve la conexión con el todo, que da origen y continuidad a la vida también cuenta con el rostro de la oscuridad, el desasosiego que señala la ruptura del equilibrio, el balance cíclico de lo que necesitamos integrar para nuestro buen vivir.

Cihuatl escribió:

“Cuando no tengo la libertad para expresarme hacia el exterior, pero sí para el interior, me vuelco hacia adentro. En esa dimensión resguardo mi territorio subjetivo”

El desarraigo se experimenta con cada dimensión de nuestro ser, y el arraigo también. Al inhalar el aire que respiramos, la humedad o ausencia de ella en el ambiente, el punto en el horizonte por donde sabemos que se levantará el sol, transformando todo lo que nos rodea y a nosotros mismos, recordándonos que la vida y la existencia son un constante vivir-morir- vivir.

Vivo el arraigo a mi lugar y origen al escuchar los insectos de la noche, las aves, el viento mezclado con la humedad que evoca la certeza de que el mar está presente, determinándolo todo, determinándonos a todos.

Recuperar la sacralidad en nuestras vidas, en nuestros territorios y la naturaleza, puede favorecer los procesos de sanación o duelos que muchas personas vivimos al reconocer el origen y la herida, e incluso el despedirnos de ella, de su manifestación que formó parte de nosotros durante toda la vida y en ocasiones de manera ancestral.

“Le hablo a los lugares-espacios a donde llego a vivir, le hablo al mar, al bosque, a la luna”

“El agua me lava todo, el aire es aire fresco. Salir a caminar me hace sentir bien”

“A mí lo que me hace feliz es una buena música, el olor de los nardos, las rosas”

“Salir a caminar al campo me cambia mi estado de ánimo, me va relajando, me va aislando de lo malo”

El diálogo fluye más allá de lo verbal, es <estar y ser>, con la otredad. Es acción y recepción orgánica en una espiral de la vida *Ollin*.

Escucho a los animales acercarse a distancia prudente, curiosos por mi presencia. Es como si estuviera en un capullo cuando es íntima la convivencia. Después de un rato, ya no soy extraña ni ajena. Me integro al lugar y seres con quienes puedo interactuar, como los insectos, los árboles, el viento que refresca todo mi cuerpo en contraste con la energía cálida y deslumbrante del sol, los lugares que piso en cada paso al caminar son la fuente de conexión entre mi cuerpo-ser y el espacio-territorio que habito, el calor que emana mi cuerpo y el espacio que ocupa en ese lugar mi presencia.

Una atracción sensorial y energética que altera de diversas formas nuestra fisiología, los sentimientos, ideas, intuición y espíritu, por lo tanto, puede generar transformación. Puedo elegir algunas formas de interacción integral con el territorio, en una cualidad diferente de lenguaje y comunicación.

CAPÍTULO V.

LA MUERTE TRANSFORMADORA EN LA EXPERIENCIA DE SER MUJER

K nos narra:

“Ese día fue caótico, nadie me había preparado para lo que tenía que escuchar. Fue tan frío, triste y sin sentido. Ese día supe que nunca sentiría el amor de un hijo salido de mi cuerpo. Pasaron los días y yo buscaba incansablemente ese <algo> que se pudiera arreglar, pero mi búsqueda fue en vano, ya estaba predestinado.”

“Llegó el día tan esperado y tan temido, aquellas manos arrancando de mí una ilusión que se hizo cenizas, de pronto desperté a una realidad más cruda de lo que yo había pensado, tenía que empezar a luchar por mi vida, no era algo que yo quería escuchar, sin embargo fue lo mejor que me pudo pasar.”

“Fue duro enfrentar días de incertidumbre al saber que en un momento se te puede escapar la vida. Me di cuenta de que había pasado la película de mi vida sin realmente vivirla, solo siguiendo los patrones y reglas que nos pone la sociedad.”

“No sé qué pasó, pero algo en mí cambió, surgió una nueva persona, alguien que yo no conocía y me daba miedo saber que esa era yo.”

“A través del tiempo empecé a darme cuenta de que mi forma de pensar, de ver la vida había cambiado, estaba tratando de romper las cadenas que sujetaban mi mente, mi cuerpo y mi espacio.”

A. ¿Quién puede decirnos a las mujeres en qué consiste la experiencia de ser mujer?



Mural pintado en una barda, La Paz, Bolivia. Julio 2018

¿Qué determina la experiencia de ser mujer?, ¿Quién lo determina?, ¿La biología, el feminismo, la maternidad, la psicología, la cultura, la religión, el patriarcalismo, los intelectuales, los esposos o peor aún, Freud?

La sociedad, los medios de comunicación, el comercio, la política y nuestros padres nos adiestran, consciente o inconscientemente. Esto ocurre como resultado a su vez del adiestramiento generacional que han recibido ellos de la misma forma. Todo esto nos construye en un mayor o menor grado, para ser quienes somos, sustentados por el principio básico biológico, pero resignificado socioculturalmente: ser mujer. ¿Alguna vez he sido yo en esencia?, ¿Quién soy en la esencia?, ¿Existe la esencia?

¿Cómo lograr contactar con mi ser mujer, el de las Guerreras, el de las mujeres del grupo de Xico, de mi madre, familiares y amigas, de las mujeres con quienes he tenido diferencias o conflictos y de las colegas feministas?

¿Qué es la maternidad? ¿Está determinada por la procreación biológica de un hijo?
¿Podemos parirnos a nosotras mismas? ¿Cómo se han construido las ideas o concepciones sobre lo que se siente ser mujer, las implicaciones que esto tiene y el costo que conlleva?

En mi propio refrigerio
congelando estas ideas que mantienenme
pobre triste y afligida,
no comparto nada
asustada me comporto,
sola, asistiendo a mi propio parto.

Viendo la parte primera de mi vida efímera:
¿Comienza ahora? ¿Ahora comienza mi era?
aún dudo, aun lo veo crudo
esta mujer, ¿logrará lo que aún no pudo?

Sobre mi izquierda pared una silueta que a mi sombra no respeta
alguna meta tiene, alguna historia sostiene
mi nombre ¿qué letras tiene?
¿Acaso es él quien en pie me mantiene?

(Fragmento de la canción "Mi eje", grupo argentino Fémina)

Durante las sesiones grupales de diálogo en Xico se generó la compartencia con nuestros sentimientos y percepciones sobre lo que se <siente> ser mujer, pero no solo en un plano existencial o psicosocial. ¿Cómo se experimenta en lo cotidiano, mientras cocinamos, nos bañamos, lavamos, platicamos, trabajamos, nos enamoramos, mientras la vida sucede?

Integrar las diversas dimensiones que nos conforman como personas y como mujeres, reconciliar nuestra razón con nuestros ritmos y formas corporales, sentimentales, de aprendizaje y adaptación, puede implicar el recorrido de procesos sinuosos, dolorosos o confusos.

El cuerpo y los sentimientos tienen su propio lenguaje, su propia gramática. Trascendiendo los conceptos y planteamientos ideológico – políticos, que han aportado significativos cambios y beneficios a la condición de la mujer y por lo tanto de las relaciones jerárquicas y opresoras del sistema patriarcal, encontramos el río que corre en lo subterráneo y nos conecta en la epistemología de la práctica. Esto es quizás nombramos como praxis, tal como la describen las feministas de las nuevas corrientes en América Latina, reconociendo e integrando nuestra experiencia de existir, del mundo y la vida, con nuestro lenguaje. Pero para alcanzar esta dimensión se requiere de liberarnos también de las parcelas del conocimiento que las disciplinas y la academia han construido sobre los pilares de la ciencia moderna. ¿Podemos entonces hablar de epistemologías?, ¿Cabe tanta profundidad, pluralidad y diversidad en estos conceptos? ¿Sería justo continuar encarcelando las experiencias e historias de las mujeres en sus luchas cotidianas en categorías y definiciones ajenas a ellas, para el uso de la élite universitaria?

La despatriarcalización también se vive y se requiere desde la dimensión de las formas de pensamiento y la construcción del conocimiento. ¿A qué cultura o realidad corresponde el origen de todos los aprendizajes escolares que tenemos? ¿Las formas de enseñanza son efectivas y acorde a nuestras condiciones? ¿Bajo qué perspectiva se construyó la palabra “feminismo” y su significado?

Más allá del feminismo, desde hace milenios han existido mujeres en búsqueda de un cambio, de una transformación, de liberarse de la opresión y permitirse ser en plenitud, en bienestar. Amas de casa, trabajadoras, estudiantes, niñas, campesinas, tejedoras, trabajadoras sexuales y tantas más, perdidas en el anonimato de los registros históricos y de la tradición oral.

Mucho antes de que conceptos como “epistemología” o “feminismo” fueran definidos y oficialmente reconocidos, ya existían y siguen existiendo mujeres enfrentando y

fracturando el patriarcalismo. Esto en sí ya es un acto revolucionario, las revoluciones no siempre y no solo se dan con batallas armadas, ideas en la calle o los campos. La revolución también se vive dentro de nosotras y nosotros, en nuestra vida cotidiana, el trabajo, con nuestras parejas, en la lucha por conservar la tierra, buscando a nuestros hijos desaparecidos y apoyando a otras mujeres.

“Procurar mi bienestar es un acto revolucionario”

La academia se ha apropiado categorizando estos eventos, estas historias y realidades diversas, desde sus valores y criterios. ¿Dónde quedan las voces de los y las protagonistas? Una revolución de este tipo rebasa las fronteras del academicismo que hace culto a la tradición europea occidental. Hablamos de un movimiento multidimensional, vasto y mucho más profundo de lo que los alcances de la epistemología como definición logra abarcar.

¿Cómo somos las mujeres para el grupo de Xico?

“Nos mortificamos más con los hijos”

“Somos más sensibles, más frágiles, detallistas”

“Somos como si fuéramos de plástico, en cuanto a sentimientos. Aguantamos dolor, preocupaciones”

“Nos preocupamos siempre de más”

“Tengo muchos miedos, hasta de los ratones”

“Me pellizcaba, me golpeaba yo misma”

¿Cómo perciben las mujeres del grupo en Xico a los hombres, a la masculinidad de la cual se encuentran rodeadas?

“Un hombre es más fuerte, pero en algunas cosas”

“Más rudos”

“Poco expresivos”

“Son buenos, pero diferentes”

“Insensibles, a veces ingratos”

“Están confundidos también, no les gusta pedir ayuda”

“El machismo les sigue saliendo”

¿Enojadas y ofendidas?, ¿Podemos catalogar los sentimientos como buenos o malos? No funcionan a partir de conceptos o diagnósticos, pero nos permiten vivir y aprender. Sin ellos integrados y considerados de la mano de la razón puede darse el aprendizaje parcial, pero no la sabiduría ni la plenitud. El enojo, asociado a la energía destructiva, nos alerta para cuidarnos y plantar límites sanos en nuestra vida, en cómo nos relacionamos con ella y con nosotras mismas.

El padecimiento comienza verdaderamente cuando no somos capaces de usar esa emoción como energía transformadora y creativa para transformarnos a nosotras y a nuestra realidad, para que la situación que me está lastimando cambie y recuperemos el equilibrio, el balance. Ahí se manifiesta la vida también, en acción y movimiento, de-construir para re-construir. La vida no implica sólo adaptarse a lo estable o estructurado, en ella cohabitan también la incertidumbre, el cambio constante que todos y todo experimenta desde antes de nuestro nacimiento, hay que aprender a navegar en la marea del océano del presente continuo.

* * * *

Conforme avanzaban las semanas y los meses, Cihuatl se adentraba en la dimensión existencial que afloraba en cada lectura, en su proceso personal, el de facilitación con el grupo, el del mundo interior y subjetivo que habita en cada una de nosotras. Recordó una canción que escuchó por primera vez gracias a su amiga Adela, a quien conoce desde la época en que se involucró en actividades feministas mientras estudiaba la especialidad en Psicología Comunitaria. Adela le regaló un CD de la cantante mexicana Amparo Ochoa llamado “Mujer”, este CD incluye una canción titulada Cuando agosto era 21, que expresa en una de sus estrofas: “Los que juzgan no han sentido el amor, el dolor y en el vientre unos latidos. Y se enredan en prejuicios”

Más allá de las dimensiones biológicas o socioculturales, ¿qué es lo que nos da el sentido de ser mujer? ¿Existe algo que nos lo de? ¿Cómo me planto en este mundo y por qué?, ¿Qué nos conecta en lo profundo? Como el río que corre por el fondo subterráneo de la ciudad de los pozos, conectándonos cuando nos atrevemos a vaciarnos.

Transmitiendo lo que vivimos las mujeres en el fondo, esos detalles que habitan en nuestra vida cotidiana y que a veces con las prisas o las preocupaciones ignoramos. Sintiendo cómo se nos eriza la piel, o nos duele la boca del estómago al recibir un impacto, una sorpresa, un susto, cuando nos cambia la vida. ¿Qué estoy sintiendo y qué estoy pensando mientras me veo en el espejo y no reconozco a la que se proyecta ahí enfrente? Ante mí, ante nosotras.



Cihuatl en el Salar de Uyuni, Bolivia. Julio 2018

*“Comienza por las venas el dolor que frena
que no fabrica ya lo que se necesita
pa' demoler la fragilidad de esta mujer
que calla su desconocida facultad.*

*Altamente descreída, me auto-discrimino
me auto-disminuyo,
huyendo así de mi sexualidad
que habita mi cuerpo contra mi voluntad.*

*Naciste, sos y serás
aunque sientas, no reflejas feminidad
lo siento: pero ésta es tu realidad.*

*Duelen los senos de tanto doler,
duele el ser de tanto ser.
Habrá que ceder, exigirse existir
y extinguir el ser que duele,
y ser sin doler.”*

(Fragmento de la canción “Los senos”, grupo argentino Fémina)

Pensamientos habitando el territorio de mi mente, dando vida a un diálogo conmigo misma, sola, en la intimidad, emocionando, sensacionando, cuerpeando, siendo. La muerte transformando los ojos con los que vemos la vida, el cuerpo y el ser con el que se vive.

Reflexionando sobre mis ideales y convicciones respecto a mi papel como mujer para relacionarme con otras mujeres, con los hombres y el mundo, ¿pueden dialogar mi experiencia ser-siendo, con las experiencias de otras mujeres, y con los saberes teóricos-disciplinarios y con los hombres? ¿Podemos construir el diálogo de saberes?

Si bien no lo es todo ni lo único, el feminismo ha sido una punta de lanza que ha abierto camino a nivel planetario. Como movimiento social no muere desde hace décadas, por lo tanto y de manera semejante a los procesos sociales que se mantienen permanentes, cae en etapas y ciclos, se transforma.

¿Qué se siente ser feminista? ¿Qué me ha aportado el feminismo? ¿Dónde lo acomodo cuando me encuentro ante la puerta de la despatriarcalización?

Con estas preguntas en la maleta Cihuatl viajó a Bolivia para cubrir una estancia estudiantil que le permitió acercarse a la realidad de un país identificado por su pluralidad y profundidad cultural, inspirada en el trabajo feminista alternativo que desde hace décadas se desarrolla en ese país y en la mayoría de centro y sur-América.

Las feministas comunitarias surgen como un movimiento de mujeres organizadas que, al igual que el feminismo europeo, desarrollado principalmente a partir de planteamientos disciplinares y academicistas, abordan la condición de la mujer en el mundo patriarcal, las relaciones de poder y abuso y la justicia social. Sin embargo, esta corriente parte del aprendizaje como experiencia de la práctica, en la búsqueda por recuperar y florecer desde lo que somos, sentimos y experimentamos.

La lucha y condición de las mujeres en el fondo es casi la misma que en México, Cihuatl tuvo la oportunidad de conocer y aprender de mujeres indígenas y urbanas, académicos, artistas, colectivos feministas organizados, investigadores, cocineras, bolivianos y extranjeros. ¿Cómo somos las mujeres para los bolivianos? ¿Cómo ven en Bolivia a las mujeres mexicanas? ¿Se parece mi percepción a la de ellos?

No existe “un” feminismo comunitario, existen corrientes diversas y conectadas en lo profundo. Cihuatl visualizó un movimiento feminista que se abre trascendiendo las epistemologías, emergiendo y consolidando las manifestaciones que mujeres, que se niegan a renunciar a su cultura, a su origen e identidad, a lo que son en esencia, emprendieron como una revolución y crítica desde el interior de la intersubjetividad femenina, poniendo el dedo sobre la llaga: “Despatriarcalización ya.”

Es también una muestra de cómo en el interior de los sistemas o disciplinas surge también la rebelión que lo lleva a transformarse su interior, incluyendo dimensiones más particulares, como la esencia y contradicciones de la identidad regional.



Leyenda pintada sobre una pared en el barrio Sopocachi, La Paz, Bolivia
Foto tomada por Cihuatl, Junio 2018

B. La papa enterrada

“Me decía mi hermana: Pareces papa enterrada, no sales. Yo soy la papa enterrada”

Uno de los patrones de conexión que Cihuatl encontró en esta red de mujeres que se entretrejan en lo cotidiano de este proceso, son los sentimientos de culpa, miedo y/o dolor. Existen múltiples y variadas razones para sentirnos culpables; por desatender a nuestras parejas, hijos o padres para cuidar de nuestras necesidades personales, de salud, diversión e incluso de descanso, por sentir lo que siento, por ser la que soy.

¿Soy una mujer normal? ¿Por qué me juzgo a mí misma? ¿Cómo me siento al hacerlo?,
¿Desde qué valores o criterios me juzgo? ¿Dónde queda mi opinión?

La que surge de mi experiencia, de mi sentipensar. ¿Cómo puedo ser más amorosa y compasiva conmigo misma? ¿Existen consecuencias sociales o familiares por respetarme y cuidar de mí?

Se hace evidente una demanda implícita y explícita de vaciarnos hacia afuera por parte de la sociedad y directamente manifestada por nuestros seres más cercanos y queridos, la comunidad, los medios de comunicación, la religión y las instituciones públicas. Aprendemos e introyectamos esta demanda, al autoexigirnos y autojuzgarnos, por no responder al molde fabricado siglos previos a nuestro nacimiento, sin nuestro consentimiento. Es la exigencia perenne para invertir nuestro tiempo y energía en el bienestar de otros, sin percatarnos cómo esto nos genera sufrimiento al descuidar o abandonar a nuestro ser, nuestros ritmos, necesidades afectivas y de salud, de diversión, esparcimiento, de apoyo por parte de otros y de la necesidad de desenvolvernos integralmente en la vida.



Mural en La Casa Virgen de los Deseos, del colectivo Mujeres Creando. La Paz, Bolivia.

La violencia avalada, implícita y sistemática en contra de las mujeres por encarnar la cualidad femenina, de parte de las parejas o algún familiar o conocido, es una de las principales fuentes de miedo y sufrimiento descritos en los encuentros del grupo:

“Algo dentro de mí me dice que no está bien, yo también apporto mi trabajo. Pero no lo pongo en práctica por miedo, porque ya ha sido agresivo”

“Me da miedo que me vean en la calle”

“Hasta con mis suegros me quedo callada, les tengo miedo también”

“Es como un cuchillo que me meten, filoso y duro, hace sangrar”

¿Para mí qué es la culpa?, ¿Cuándo fue la primera vez que la experimenté?, ¿Cómo se siente la culpa?, ¿Cómo se construye?, ¿Qué detona la culpa entre las mujeres?, ¿Qué hacemos cuando sentimos culpa?, ¿Qué papel tiene la culpa en nuestras vidas?

Si pudiéramos hacer algo con la culpa, ¿Qué sería?, ¿Cómo se representa culturalmente la imagen de la mujer que no responde a las culpas aprendidas?

Reconociéndonos integradas con nuestro territorio, la cultura nos refleja también en manifestaciones artísticas a través de las cuales se representa parte de la feminidad mexicana, como la canción de La Bruja, que nos narra y mantiene con vida una leyenda y dimensión del ser mujer en México. La Bruja es percibida como una mujer con poderes superiores o desconocidos para la mayoría de las personas, saberla o percibirla superior o sentirnos y percibirnos ante una situación en la cual quedamos expuestos y en desventaja nos coloca en una situación de “riesgo”, por lo tanto las catalogamos como mujeres peligrosas, son mujeres poderosas. ¿Se relaciona esto con la costumbre milenaria de reprimir a las mujeres en el mundo y específicamente en México? ¿Se le teme de la misma forma a los brujos o chamanes?



Barda en el Callejón de las Brujas, La Paz, Bolivia.

La culpa puede atraparnos como rejas que encarcelan lo que somos y necesitamos, al igual que se presenta en la obra teatral titulada Esperando a Godot. La sensación que predomina socialmente como parte del postmodernismo, al estar muriendo cotidianamente, enterradas bajo las exigencias ajenas, experimentando la muerte del ser día tras día. Las narraciones que hacían las mujeres en Xico, viviendo en silencio, en la clandestinidad, la experiencia de la muerte de alguna o muchas dimensiones de su ser (personal, emocional, ideológica, el cáncer, diabetes, hipertensión, etc.), sumergidas en el patriarcalismo en el que nacemos y que padecemos ancestralmente.

“Con él me siento acorralada, triste por no valorarme a mí ni a su familia, a sus hijos”

“Estoy chocada, estoy aburrida”

“A veces pienso que todo es rutinario”

“Trato de evitar que él se enoje y evito hacer lo que me gusta ser”

“No me gusta verme al espejo, veo lágrimas y soledad. Me di tristeza yo misma”

“Siento que no estoy bien de mi cabeza”

“Me sentía en un abismo, como en un pozo sin salida, no podía verme ni las manos”

Iluminando la muerte cotidiana de mi esencia, mi origen oculto en el misterio de lo desconocido que habita en mí, transformamos la tragedia en semilla para la novedad, un puente transformador entre lo conocido, o pasado insostenible y lo desconocido reestructurado, creciendo para sostenerse por sí mismo.

¿Necesitamos las mujeres vivir un proceso de este tipo? Transformarnos sumergiéndonos en la dimensión de nuestro ser que hemos negado, rechazado o reprimido para no ser juzgadas o agredidas y hacernos dignas del reconocimiento social, de los seres que amamos y de quienes necesitamos amor también. ¿Podemos descender a nuestro territorio oculto y subjetivo, nuestro inframundo, recorrerlo y encontrarnos ahí dentro a nosotras mismas? Permittiéndonos recuperarnos y revalorarnos para resurgir integradas, completas y capaces de sostenernos a nosotras mismas. La muerte de una parte de nuestro sistema de creencias ¿Favorece el proceso de sanación?

C. El amor

*“El día que una mujer pueda no amar con su debilidad
sino con su fuerza,
no escapar de sí misma sino encontrarse,
no humillarse sino afirmarse,
ese día el amor será para ella,
como para el hombre,
fuente de vida y no un peligro mortal.”*
Simone de Beauvoir

Al parecer, el amor tiene un papel mucho más importante en la experiencia fémica del que se le ha reconocido o del que hemos reconocido. Porque si hablamos del género femenino, culturalmente se nos ha incitado a que nos guemos por el amor. Pero al perder

contacto con el ser y el todo, debido al patriarcalismo, hemos permitido que otros nos digan qué es este sentimiento y cómo hay que vivirlo.

“A lo mejor hay pocos hombres buenos, como una aguja en un pajar, pero sí hay”

¿Debemos rendirnos irracionalmente ante el amor y/o el ser amado? ¿Es el amor una elección dicotómica del “todo o nada”? ¿Por qué no pensar en la práctica del amar como mujeres autorreguladas, construyendo el equilibrio cotidianamente? ¿Cómo vivo el amor para conmigo misma? ¿Me amo? ¿Cómo amo a mis congéneres femeninas?

“Se tiene usted que querer a sí misma, valorarse”

El amor puede ser tan personal, y único para cada quien, que tal vez el bienestar propio sea el parámetro, el límite, la frontera sutil en el paisaje de la vida, que debemos respetar. Y es que la acción de amar no puede ser perfecta, porque quienes lo manifestamos o experimentamos tampoco lo somos. Puede ser una vivencia multicolor y multifacética, multidimensional y plural. Es necesario sentirlo, no puede ser idealizado ni definido porque es una vivencia diversa y única a la vez.

La cantante mexicana de rock Ely Guerra, le canta al ser amado en su canción “Te amo, I love you”, la necesidad de él de recibir de ella todo su ser, en su complejidad y constante transformación:

Necesitas mi calor,
mi perdón, mi evolución,
mi dolor, mi pasión,
mi confusión, mi ebullición,
mi devoción, mi perdición,
mi corazón, mi corazón.

Pero para llegar a esta plenitud y profundidad del amor necesitamos sanar el daño y distorsión que el patriarcalismo nos ha ocasionado tanto a hombres como mujeres durante milenios. Enfrentar nuestro ego y experimentar su muerte, cruzar el inframundo, desmembrarnos acompañados de *Xólotl*, el señor del ocaso, de los espíritus de los gemelos y del Venus vespertino, que ayuda a los muertos en el viaje al *Mictlán*.

Guillermo Briseño describe en su canción “Yo ya sabía” cómo el amor puede llevarnos a la vida plena e intensa y al mismo tiempo al inframundo y nuestra muerte, en un ciclo interminable de impermanencia y transformación:

Pierde pedazos de corazón,
pierde los brazos, pierde razón.

Uno suspira y jala la vida
y dice: perdón!, Vuelvo a nacer.

El amor que se termina, el amor que va a nacer,
Es la rosa y es la espina, es mi pena y mi placer.

Vuelvo a nacer, vuelvo a querer,
Vuelvo a saber que amarse duele.
Y vuelvo a caer, vuelvo a nacer,
vuelvo a querer, vuelvo a saber
que amarse duele... Yo ya sabía!

Desaparecer por completo, en absoluto en el otro puede resultar una conducta autodestructiva. Anularme, no existir, permitiendo el despojo del territorio de lo que soy y sostiene mi espacio vital. Exiliándonos al inframundo no por un proceso de vida – muerte – vida transformador, sino como estrategia de supervivencia y adaptación para no ser violentadas, para ser aceptadas y amadas dentro del patriarcalismo.

“Se siente como estar en el limbo, inmersa en una relación incompleta, abierta la puerta pero sin nadie que entre. Después de un tiempo, este vacío va abriendo una úlcera emocional que a veces supura tristeza y enojo”

Volquémonos a la vida, al *Ollin*, al dinamismo de experimentar y conocer la vida viviéndola, existiendo. Aceptemos e integremos la incertidumbre y el cambio transformador para vivir nuestras vidas, no para sobrevivirlas. Reconozcamos lo que somos y a partir de ahí reconozcamos y amemos a lo demás y a nosotras mismas. No desde el ego o la infancia lastimada. Amarme y cuidar de mí es un acto revolucionario.

Al hablar de amor, de la acción de amar, no nos referimos únicamente al sentimiento que se genera entre un hombre y una mujer, nos referimos también a la comunalidad que siempre ha existido entre mujeres desde hace milenios y que en la mayoría de las ocasiones se ha invisibilizado o atacado, para despojarnos de sentimientos de empatía y compasión entre féminas. A través de la cultura de la competitividad se fragmentan los vínculos que entretejen la comunalidad y se facilita la explotación por el utilitarismo instrumental que ha determinado nuestro estilo de vida durante siglos.

“Mujeres juntas ni difuntas”, expresa el dicho popular. La competencia entre mujeres nace en el caldo de cultivo de las prohibiciones que experimentamos en relación con nuestra autonomía y despliegue personal. Esta negación expresada también como violencia estructural, arraiga en nuestra tierra fértil la hiedra del miedo al éxito, a las responsabilidades, a la autonomía, a exponernos ante la otra y evidenciarme como insuficiente. De cara a una mujer que represente los logros socialmente deseables, experimentamos sentimientos de envidia, inseguridad, tristeza, frustración, negación o menosprecio generalmente hacia las personas próximas: hermanas, hijas, amigas, colegas, vecinas, etc.

La autora Leora Tannenbaum en su libro titulado *Las peleas de gatas y rivalidades entre mujeres desde la dieta hasta las citas, desde la sala de juntas hasta la sala de parto* (Tannenbaum 2003), clasifica la competencia y la envidia como primas que tienen su raíz

en la inequidad social y una sensación de incompatibilidad. Incapaces de lidiar con estos sentimientos, olvidamos el valor de una buena amistad, convirtiéndonos en adversarias inmersas en una guerra contra de otra u otras mujeres por lo que son o lo que nos representan.

Cuando las mujeres denigran a otras mujeres en realidad le están gritando al mundo que están más preocupadas por la "competencia" que por su propio progreso.
Sororidad, Yo soy tú...somos todas

Imagen tomada de

<https://www.pinterest.es/pin/451626668870353357/?ip=true>

Nuevamente la paradoja en la vida ilumina estas realidades en conflicto entre la tensión del rechazo mutuo y las fuertes alianzas. Una contradicción implícita por la inconsciencia o la vergüenza a reconocerla. ¿Cómo crear espacios de florecimiento del buen vivir con mujeres, entre mujeres y para mujeres?

A pesar de estas contradicciones, los vínculos de complicidad y respeto que la antropóloga mexicana Marcela Lagarde plantea como <Sororidad>, se hacen presentes como luces encendidas en ocasiones en la clandestinidad, disfrazadas o manifiestas incluso como actos de rebeldía, entre los grupos de oración, reuniones para tejer, apoyando con albergues secretos a mujeres víctimas de violencia de género, el consuelo entre amigas, la protección de las madres hacia sus hijas, la disposición de escuchar y abrazar a una amiga mientras llora por una pena, organizando marchas para exigir el respeto a nuestros derechos o al reconocernos a nosotras mismas en la vida y la mirada de otra mujer. Porque en cada vínculo afectivo entre mujeres se hace presente la sororidad como parte de esta comunalidad ancestral.

Lagarde, quien tiene una vasta carrera académica, es una antropóloga e investigadora mexicana, activista especializada en etnología y representante del feminismo latinoamericano. Se inspira en la palabra cuyas raíces latinas refieren la cualidad de hermandad, fraternidad. Sororidad no es un concepto popular o conocido y su sentido radica en la posibilidad de reconstruir y resignificar la coexistencia entre mujeres, sanando las heridas del patriarcalismo.

Temerosas pero curiosas ante la disposición a abrirse y exponerse, Cihuatl lanzó la pregunta a las mujeres xiqueñas que se encontraban presentes: ¿Cómo queremos construir nuestro espacio, nuestro grupo de mujeres en Xico?, ¿qué estoy dispuesta a aportar?, ¿qué busco o necesito recibir?

Tímidas al principio, fueron compartiendo sus sentipensares, plasmaron juntas una lluvia de frases, palabras y sentimientos. Esa tarde firmaron verbal y emotivamente un pacto de complicidad, buscando el propio bienestar y el de las personas que aman:

“No competir”

“Cuidar de la otra”

“No pelear”

“Compromiso”

“Compartir historia de vida”

“Cuando se rompe la confianza ya no es lo mismo”

“Respeto”

“No estás sola”

“Todo va a pasar”

“De todas aprendemos”

“No juzgar”

“Poner el hombro”

“Dedicar tiempo”

“Escuchar”

“Afecto”

“Consejo”

“Aliento”

D. Sostenernos a nosotras mismas

Al sanarnos, atendernos, respetarnos y apoyarnos, permitirnos ser las que somos, estamos actuando en resistencia y abriendo grietas en el patriarcalismo.

De los huesos, la base o estructura de sostén de nuestro cuerpo físico, surgen las semillas para que germine la nueva vida, el nuevo amanecer, la existencia activa manifiesta.

En el cuento titulado La mujer esqueleto que integra Clarissa Pinkola en su libro Mujeres que corren con lobos (Pinkola, 1992), se habla de una mujer castigada por su padre, quien puede representar el patriarcalismo en el vivimos sumergidas, condenada por no cumplir con el comportamiento deseado por quien le representa la autoridad y el poder; el patriarca. Olvidada en el fondo del mar, otros seres consumieron todo lo que representa y conforma su identidad, hasta que por accidente es extraída a la superficie por un hombre quien al verla expuesta, descarnada y olvidada por ella misma también, corre asustado huyendo de lo desconocido, de la esencia humana que se esconde bajo los adornos y simbolismos que socioculturalmente se nos han impuesto para considerarnos deseables.

¿Cómo se relaciona todo esto con la condición de bienestar de las mujeres? En su texto titulado El libro completo de Salud y Bienestar, John Travis y Sara Ryan (1999), plantean una concepción de la salud y el bienestar como un proceso, no como un estado inamovible y dicotómico entre la vida y la muerte, la salud y la enfermedad. Se integran todos los aspectos y dimensiones que conforman la condición humana y social en interrelación con el todo, para valorar si nuestra vida transcurre en un proceso hacia el bienestar o si se dirigen hacia una muerte prematura (Vargas y Pérez, 2018).

Las mujeres de Xico en nuestros círculos comentan:

“Sufro de crisis nerviosas desde hace 3 años. Empiezo a temblar, me hormiguean las manos y la cabeza”

“Estaba de malas, nada me parecía, empecé a tomar”

“Ya me cayó esta enfermedad”

“A veces pienso que la diabetes mellitus y la hipertensión se las debo a él”

“Me sentía como en un abismo, como si me metieran en un cajón oscuro”

Los sentimientos narrados por todas estas mujeres, respecto a sus vidas cotidianas, me recordaron parte de una canción de Charly García, cantautor rockero y argentino, llamada “Yo no quiero volverme tan loco”. En ella describe una sensación de desolación originada en la fractura que como sociedad vivimos actualmente por la pérdida del sentido de la vida, relacionada con la propia desconexión de nuestro ser:

Yo no quiero volverme tan loco
Yo no quiero vestirme de rojo
Yo no quiero morir en el mundo hoy
Yo no quiero ya verte tan triste
Yo no quiero saber lo que hiciste
Yo no quiero esta pena en mi corazón
Yo no quiero sentir esta pena en mi corazón

Canción popular

Particularmente en la experiencia femenina, la imposición de un rol de servilismo incuestionable que debiera dar sentido a la existencia, pareciera que nos sumerge en una prisión rutinaria, abandonándonos a nosotras mismas, atrapadas en el vacío cotidiano, como en la canción titulada La mujer de Amparo Ochoa:

La misma friega todos los días
Se caminaba de nuevo el trecho
Sintió la vida como prisión
Se le escapaba todo el trecho
Se va la vida, se va al agujero
Como la mugre en el lavadero

“Siento que algo me oprime aquí”, dijo E llevándose las manos al pecho, cuando Cihuatl le pidió que describiera la sensación de intranquilidad que tiene durante las noches cuando no puede dormir.

Describimos al dolor como una parte importante de nuestra existencia, el miedo a cambiar y la confusión se experimentan como un suelo que se torna movedizo e inestable. Hay etapas que parecieran cursarse con los ojos cerrados porque no se vislumbra una “verdad” o “realidad” estable para sostenerse. ¿Qué de todo lo que experimento es real y qué es fantasía o proyección?, se preguntaba Cihuatl en ocasiones. ¿Hasta dónde suelto y permito entrar lo nuevo y desconocido?, ¿Qué necesito y quiero mantener integrado en mi ser?, ¿Quién o qué puede influir en estos criterios y decisiones?

La sororidad funge un papel importante en el proceso que se construye y entreteje en Xico, con el grupo “Guerreras” de León, entre amigas-amigas y familiares. Se manifestó en y a través de las mujeres xiqueñas que buscaban ayuda no solo de alguien con la profesión en psicología, en ese alguien veían a una mujer también, y la motivación para asistir e invitar otras mujeres que les importan, construyendo bienestar.

Las Guerreras, desde León, Gto., involucradas e interesadas en el proceso de sanación del grupo en Xico hicieron lecturas, participaron con sus opiniones y experiencias en el trabajo que se desarrollado en Xico y enviaron cartas de apoyo y hermandad. Las heridas, los miedos y las enfermedades fungen como energía creativa al procurarse entre familiares, amigas o empleadas, escribiéndole aun a las desconocidas, alentando la asistencia a un

grupo de diálogo para sanar, abriendo las puertas de sus casas y recibiéndonos en su intimidad, transformando el dolor y la represión en vida.

E. La empatía, el río que nos conecta en lo profundo

“Hay la necesidad de que otra mujer te oriente o te de un consejo”

Cihuatl nos narra: “Hoy ví una película titulada Nise: El corazón de la locura, filmada en el 2015. Está basada en la biografía de una psiquiatra brasileña llamada Nise da Silveira, que en la década de 1940, después de ser liberada de su encarcelamiento, acusada de comunista, se rehúsa a aplicar los métodos <modernos> de la ciencia (electroshock, lobotomía, drogas y demás formas de tortura) en el hospital psiquiátrico en que laboraba.

Para castigarla por su rebeldía, sus superiores la comisionan para coordinar el área de terapia ocupacional, y en la búsqueda por conectarse y comunicarse con los pacientes, abandona los métodos modernos psiquiátricos e inicia un acercamiento sin aplicar ningún <método>. Se dedicó a generar condiciones humanas y de empatía durante la estancia y en colaboración con un enfermero, que también era artista, inician un proceso de contacto con la pintura y la escultura. Esto gradualmente llevó a los <pacientes> a recuperar su conexión con el exterior (la otredad), y mejorar su estado general de bienestar y buen vivir.

Construyeron una convivencia más personal y menos profesional que, aunque se mantuvo dentro de los límites de la disciplina médica, finalmente derivó en una comunidad de buen vivir.

Me recordó mi experiencia en el hospital de alta especialidad en que laboré hasta hace unos años, durante la cual me descubrí a mí misma saliéndome del guacal de la Psicología Comunitaria, la resistencia y presiones de parte de los médicos e incluso de la misma área

de psicología y psiquiatría, quienes manifestaban a los compañeros de trabajo su rechazo a las prácticas que no corresponden con el rigor y estilo de la psicología clínica ortodoxa.

Esto evocó algunos sentipensares que he tenido durante los últimos meses sobre la empatía como un pilar en el proceso de recuperación del ser. Creo que la pérdida y/o represión de lo que <es>, se manifiesta en muchas de las <problemáticas, disonancias o crisis> de las personas y por lo tanto del sistema en el cual vivimos inmersos.

Nunca me interesó mucho el área de la psicopatología, encontraba en el área psicosocial y comunitaria los planteamientos y posibilidades para un pensamiento crítico y progresista que profundice hacia la raíz y exponga los vicios y consecuencias del sistema patriarcal. En una historia como la de la película, se explicita la distorsión en la visión reduccionista de la ciencia moderna. No es blanco o negro, salud o enfermedad, son personas que por alguna razón simbolizan las deficiencias y nocividad del sistema.

Desgraciadamente, en vez de reconocer esto y brindar un apoyo para que sanen, los revictimizamos, al diagnosticarlos, discriminarlos, culparlos y torturarlos como forma de castigo por salirse del guacal de la normalidad también.

Lo mismo sucede con las mujeres y la violencia estructural sistemática bajo la que vivimos, tal vez una diferencia significativa sea que las mujeres llevamos años de insurrección.

Las condiciones que juzgamos como inadecuadas o patológicas e incorrectas en la mayoría de las ocasiones son manifestaciones o signos que hacen visible la morbilidad en un sistema, al mismo tiempo que se justifica y valida mediante los conceptos y verdades científicas ortodoxos.

Me he preguntado también si la postura del <no método> realmente se encuentra libre de límites o también los integra, como por ejemplo en el caso de la ética. Esta es una reflexión que he estado haciendo desde que empecé leer y conocer sobre la posibilidad de soltar toda referencia conocida. Tal vez influenciada por mi formación como psicóloga me parece importante replantearnos ¿hasta dónde podemos abrirnos a lo desconocido

cuando otras personas se encuentran involucradas, y en algunos casos vulnerables o en desventaja, para asumir las implicaciones que esto conlleva?

La empatía me ha parecido un valor importante de conservar, porque es una bisagra que nos conecta en medio de tanta individualidad y desolación. Pensé mucho en esto cuando Gustavo Esteva mencionó a la amistad en su videoconferencia del 28 de Septiembre pasado en la USBI Xalapa de la Universidad Veracruzana. Es cierto que no podemos forzar los afectos, pero sí podemos elegir estar dispuestos a conectarnos con el otro. Me refiero a otras personas, plantas, atardeceres, realidades.

Creo que la empatía se ha atrofiado por los mismos condicionamientos que vivimos desde el nacimiento como personas y de forma ancestral como especie. Y finalmente, la experiencia compartida en esta película me hizo sentipensar en la libertad, permitir al ser, ser. Más allá de las condiciones físicas o de movilidad, la creatividad, la creación, el surgimiento auténtico de lo nuevo surge en la libertad, en la posibilidad de que las cosas sean como son, facilitando las condiciones, como un camino hacia la sanación del sistema patriarcal. ¿Son estas manifestaciones una evidencia del amor que se expresa en la empatía, la amistad, sororidad o compasión para con la otra?"

"Para mí la amistad es algo preciado, como una joya. Yo la considero una amiga"

"Aquí me siento en confianza porque luego otras personas cuentan todo como chisme"

"Aquí estamos en confianza, somos un grupo de mujeres que hablamos, las que se atreven podemos dar un consejo, nos escuchamos, nos tenemos confianza"

"Las pocas veces que opiné lo hice para bienestar de ellas, con el fin de que les sirva de algo"

"Quiero seguir sanando"

"Estoy aprendiendo a ver y hacer la vida de forma diferente"

"He descubierto que mi actitud ante la vida es la que tiene que ver"

“Y yo que pensaba que te ponías a nuestro nivel, pues creo ahora que eres de nuestro nivel porque estás con nosotras”

“Hay que aprender a vivir”

F. La esperanza es una semilla

*“La construcción de la esperanza como fuerza social,
es la esencia de los movimientos populares,
el camino y la vía para recuperar el gozo”
Gustavo Esteva*

Cihuatl nos narra: “Soy gestante en paz, serena, alimentada y protegida por una placenta delicada y acogedora a través de la cual puedo observar el vacío, la quietud y la perfección en el cosmos. A lo lejos, y por todo mi alrededor, recibo la luz o reflejo de lejanas estrellas, planetas, constelaciones que me rodean a la distancia. ¿Sabrán de mi existencia?

No tengo un motivo o razón para estar, solo estoy ahí, latente. Pasiva pero en gestación, una gestación amorosa, a su ritmo, inalterable por el momento. El cosmos es el útero que me concibe.

No existen preguntas ni respuestas, no las necesito. Soy la consciencia infinita manifestándose con los ojos abiertos, atentos y enfocados. Soy la promesa de la llegada del futuro, su comienzo lleno de múltiples y nuevas posibilidades. De esta paz gestante emerge la vida, resultado de la semilla de la esperanza que da origen a las condiciones que la alimentan.”

G. ¡Queremos todo el paraíso!



Casa "La Virgen de los Deseos", colectivo Mujeres Creando, La Paz, Bolivia. Julio 2018.

"Estaba acostumbrada a estar como dijo la señora, enterrada como papa. Eso está mal, de vez en cuando una tiene que salir"

"Cambió mi forma de pensar"

"Cositas que no me atrevía a hacer ya me estoy atreviendo"

"Yo ya soy feliz"

"Si me arriesgué, sí me fui de viaje solita. A pasear, a conocer otros lugares"

"Yo no conocía la felicidad"

"Ya no tan fácilmente se aprovechan de mí. Ya no soy de las personas que se están preocupe y preocupe"

"Ya me siento libre, ya me siento tranquila. No siento tanto temor hacia las cosas"

"He comprendido que en la vida a veces no se puede tener todo. Tantos años yo no vi eso y me hizo sufrir mucho"

"Todo eso a mí me hacía daño, pero ahora no me importa"

“Quererme como soy, la vida como es. Tampoco pensar en el futuro, porque quien sabe si voy a estar aquí”

“Sí puedo cambiar”

* * * *

“Hola chicas:

Me llamo E, tengo 37 años, estoy casada y tengo dos hijos. Al igual que ustedes he pasado por una situación de enfermedad. Tres veces me diagnosticaron cáncer, al principio pensé que era un castigo por no haber sido una buena hija, una buena madre o una buena esposa, amiga o algo así, buscaba entender que había una razón y era porque no había hecho bien las cosas. En este camino de lucha constante contra esta enfermedad me di cuenta que no debo luchar contra ella, al contrario esta enfermedad es mi amiga y salió cuando más lo necesitaba y con quien debo luchar es conmigo misma, porque he sido muy dura conmigo. He tratado de ser una mejor persona con los demás pero no sirve de nada si no soy una buena persona conmigo misma. No puedo dar lo que no tengo y si alguien me ha hecho daño es porque yo lo he permitido.

Puede haber gente que golpee el cuerpo o diga palabras hirientes pero nadie puede lastimarme sin mi consentimiento. Si alguien me ofende simplemente entiendo que esa ofensa no es para mí, es lo que esa misma persona siente por sí misma, yo sé cuánto valgo y por eso mismo no le doy el poder a alguien más de hacerme sentir lo contrario. Ahora he aprendido a amarme, ser fiel conmigo misma y con lo que quiero, aprendí a valorarme, no necesito que alguien me diga cuánto valgo, yo lo sé perfectamente por lo que soy.

Todo empieza en mí y regresa a mí, yo soy una persona amorosa y doy amor sin esperar que los demás lo entiendan, con el tiempo sin que yo lo pida la gente será amorosa conmigo porque así soy conmigo misma. Ahora soy más feliz que nunca, ahora me doy cuenta que jamás estaré sola porque siempre estaré para mí y Dios está conmigo. Cuantas cosas he aprendido gracias a esa amiga que me visitó en forma de enfermedad porque me

hizo ver lo maravilloso de la vida y lo mejor, me enseñó a ver y entender que soy un ser maravilloso, que soy lo que más amo y soy lo más importante para mí. Me amo, me acepto y me perdono, me libero y soy inmensamente feliz.

Si estás en una situación de enfermedad te puedo decir que no temas, vive y sé feliz, si aún no sabes cómo lograrlo estoy segura que Cihuatl te guiará en este camino de autoconocimiento. Conocerte y amarte es la clave para superar cualquier situación que se te presente. Dios nos dio la libertad de elegir, estamos hechos a su imagen y semejanza así que nos dio un cuerpo sano, podemos elegir seguir sanas. Cuídate y cada que te sientas perdida, recuerda, actúa con amor hacia ti, así como cuidamos de alguien más podemos cuidarnos a nosotras mismas, abrázate, amate, mírate en el espejo y ve lo bella que eres, enseña a los demás a verte así de bella.

Te deseo lo mejor y que este proceso que inicias te lleve por el camino del amor y la felicidad.

Ojala pueda conocerlas pronto, E.”

FUENTES CONSULTADAS

Batenson, G. (1972). Pasos hacia una ecología de la mente, Buenos Aires, Argentina.

Lohlé-Lumen

Bohm, D. (1997). Sobre el diálogo, España. Kairos

Bucay, J. (2012). Cuentos para pensar, Buenos Aires, Argentina. RBA Libros

De Sousa Santos, B. (2010), Descolonizar el poder, reinventar el poder, Uruguay. Trilce

Meza, A. (1999). Mosaico de Turquesas, Tlaxcalancingo, Puebla, Mex. Asociación Anahuacayotl de Tlaxcalancingo

Moore, T. (2005). Las noches oscuras del alma. Ed. Océano, México.

Nezahualcoyotl. (2018). consultado el 13 de Mayo, recuperado de <https://mexica.ohui.net/textos/16/>

Notlaiknin. (2018), consultado el 25 de Mayo 2018, recuperado de (<http://quintaesenciainmagazine.blogspot.com/2016/09/poema-en-nahuatl-mi-hermano-el-hombre.html>,)

TANNENBAUM, L. (S/F) Catfight Rivalries Among Women from Diets to Dating from the Boardroom to the Delivery Room, s/p, S/E.

Toledo, V. (2003). Ecología, espiritualidad y conocimiento. De la sociedad del riesgo a la sociedad sustentable. Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, Oficina Regional para América Latina y el Caribe, México.

Travis J. & Ryan S. (1999). El libro completo de salud y bienestar, Madrid. Ed.GAIA.

Vargas Madrazo E. & Pérez C. (2016). Sustentabilidad humana y organizacional: una forma de vivir y co-crear comunidad hacia el buen vivir, Sustentabilidad(es), vol 7 (13): (162 – 199).

Vargas Madrazo E. & Pérez C. (2018). Hacia una medicina sistémica integrativa. En prensa.

VV. AA.(2008). Un océano de exvotos: gracias concebidas, gracias recibidas, México y España. Espasa-Calpe.

Weinberg, L. (2004), *Literatura latinoamericana. Descolonizar la imaginación*, México, Universidad Nacional Autónoma de México.

Formulario de autorización de publicación
en el Repositorio Institucional



Fecha de entrega: 04 DE SEPTIEMBRE 2018

1. Identificación del documento y autor

Nombre del autor:	Psic. Lorena Redondo Delgado
Correo electrónico:	lorede75@gmail.com

Facultad: Centro de Ecoalfabetización y Diálogo de Saberes
Carrera: Maestría en Estudios Transdisciplinarios para la Sostenibilidad
Título del documento: Tejiendo a Cihuacoatl. Diálogos Transdisciplinarios Para Sanar la Experiencia de Ser Mujer

Tipo de documento			
Tesis:	(X)	Reporte de investigación:	()
Libro:)	Otro:	()

Temas del trabajo recepcional: (palabras clave de 5 términos):
Diálogos Transdisciplinarios, Despatriarcalización, Ser mujer, Feminismo comunitario, Muerte.

2. Autorización de la publicación de la versión electrónica del documento

Autorizo a la Dirección General de Bibliotecas a publicar en el Repositorio Institucional de la Universidad Veracruzana.

Lorena Redondo D.

Nombre y firma

3. Tipo formato del documento:

PDF:	(x)	Otro, especifique:	
------	-------	--------------------	--