



María Raiti

4 ESENCIAS de la
Genialidad
Femenina
y cómo activarlas en tu vida

Dedico este libro al Regazo de la Madre Divina y a los varones, especialmente a los niños. También en ellos moran las cualidades femeninas esenciales y es hora de que la humanidad entera pueda activarlas para bien de toda la vida en la Tierra.

Temario

Introducción

Los auditos de color rosa, el Yin-Yang y la razón de ser de este libro.

Primera Parte

El Futuro está golpeando la puerta. Las circunstancias actuales y su extraordinario potencial.

Segunda Parte

Las 4 Esencias Femeninas

- **la vulnerabilidad como canal de la pureza**
- **la intuición como canal de la creatividad**
- **el perdón como canal del amor**
- **la sintonía como canal de la autorrealización**

Cierre

Una visión posible, un nuevo mundo.



Los autitos de color rosa, el Yin-Yang y la razón de ser de este libro

Cuando me toca presentarme, me quedo unos segundos dudando. Nunca sé cómo definirme, porque básicamente soy una vanguardista autodidacta. Pero cuando contestás eso, la gente te queda mirando con una sonrisa extraña que me da miedo ver. Así que contesto otras cosas. Hoy por ejemplo, me da por contestar que soy madre. Específicamente de 3 varones, el mayor cumplirá 15 este mes.

Ayer en la cena, conversábamos de cualquier cosa y como al pasar, deslicé la pregunta:

- ¿Saben cuál es el alimento más cancerígeno del mundo?
- ¡El azúcar blanco!, respondieron los dos menores al unísono, como repitiendo una tediosa lección aprendida de memoria (como cuando alguien dice: ¿7 por 8? Y el coro responde al borde del hartazgo: ¡56!).

Ah, me quedé pensando, evidentemente ya se los había dicho antes... varias, varias veces.

Aun ayer, después de haber profundizado durante meses con gran optimismo en el valor del empoderamiento de las cualidades femeninas que derivó en la escritura de este libro, evidentemente volví al surco viejo del horror por las condiciones actuales de nuestro mundo.

Eso me pasa por escuchar entrevistas sobre la industria alimentaria y la infancia. Y me dan ganas de contarles que en la provincia de Quebec están prohibidas las publicidades para todo formato (físico y digital) de alimentos, dirigidas a niños menores de 13 años, desde 1980. Por tanto Quebec tiene un índice de obesidad infantil notoriamente menor al del resto de Canadá y Estados Unidos. Eso quería contarles. Pero sintonicé un bien mayor y logré tragarme mis palabras junto a la pizza de lentejas con cobertura de verduras.

- Mamá, vos le decís pizza a cada cosa...
- Sí, lo sé.

— Pero esta rico, ¿eh?

Ah qué alivio, me digo a mí misma, no siempre me ligo ese piropo cuando intento hacer comidas sanas y atractivas a la vez. Así que para no arruinar las cosas, busco cambiar de tema.

— ¿Qué tal estuvo el almuerzo que les mandé hoy?

Ay, María, María, ¿no veías que es el *mismo tema*, el tema de la comida? Bueno, pero al menos no era sobre el envenenamiento de la infancia con azúcar y Mc Combos. A ver cómo sale... Y funcionó, porque terminamos hablando de una amiga que cumplió 15 años y fueron a la plaza a tirarle huevos y polenta a la salida de la escuela.

— Mamá, yo no le tiré. No sé, no me gusta. Le querían hacer una emboscada. Yo traté de ayudarla. Fue divertido igual, todos la pasamos bien.

— Y cuando quisiste ayudarla, ¿te tiraron a vos también?

— Un poco, ya me limpié. Sabés que me pasa algo raro, últimamente mis compañeros me dicen que soy un ejemplo a imitar, no sé por qué.

Lo miro y me siento 100% feliz. No solo porque soy su madre y porque es, junto con sus hermanos, la persona que más incondicionalmente amo sobre esta Tierra, sino también por su modo tan varonil y a la vez libre de expresar cualidades femeninas tan indispensables para el mundo que le va a tocar transitar de adulto, un mundo muy diferente al que ahora conocemos. Habiendo pasado por experiencias escolares de gran maltrato, ahí está, hecho un pequeño hombre. Un joven que halló el poder del perdón desde la máxima simpleza, encontrando al fin su lugar de pertenencia entre sus pares y recibiendo reconocimiento, siendo fiel a su naturaleza interna, permaneciendo vulnerable y conectado.

Y se abre mi caja de memorias de crianza.

Recuerdo cuando era pequeñito. Entre los 2 y 5 años de edad deliraba por el color socialmente asignado a las nenas. Una vez, en una librería, pidió una regla rosada y se la compré. La vendedora, sorprendida, me felicitó.

— No sabés la cantidad de nenes que piden cosas rosadas y las madres los retan súper mal. Se ponen locas.

También me viene a la memoria otra ocasión, cuando nuestro segundo hijito cumplió tres años. Una amiga muy querida le preguntó qué quería de regalo:

— ¡Un auto rosa!, contestó encantado.

— ¿¿Rosa??, preguntó desconcertada, no tanto porque tuviera un estereotipo con el color, sino porque no era una misión sencilla.

Finalmente, después de una semana de búsqueda, halló un auto de gran dimensión, para llevar muñecas del tipo Barbie y se lo trajo en un gran envoltorio de lo más satisfecha:

— ¡¿¿De qué color era el auto que querías???!, preguntó haciendo especial énfasis en la acentuación de la palabra *color*.

— Azul, contestó él como quien no quiere la cosa.

Ella empalideció pero por suerte el pequeño ya estaba abriendo el envoltorio y se deleitó con su regalo. La pura verdad, el color no le importaba para nada, ni a favor, ni en contra. Era solo un color más.

Así como con los colores, ¡con tantas otras cuestiones! Desde lo más anecdótico como buscar buenas opciones para no excluir de las invitaciones a los chicos «difíciles», hasta lo más profundo como hacerles siempre el regalo de la verdad. Fueron muchas las decisiones de crianza en las que buscamos con su papá ser coherentes, transmitirles nuestros valores familiares y a la vez respetarlos en su particularidad, en los valores personales que cada uno de ellos encarna, más allá del deber ser que impone la sociedad.

Nos equivocamos mil y una veces. Claro que sí. Pero una parte tan importante de la tarea está hecha y puedo decir que me siento sumamente satisfecha. El balance es realmente positivo. Los miro cenando, por momentos riéndose juntos, por momentos buscando cómo provocar al hermano y, más allá de las olas temporarias del humor, veo que son tres muchachitos con integridad humana: las cualidades de lo masculino y lo femenino no pujan en su interior por subyugarse mutuamente, simplemente están integradas a su «caja de herramientas internas» y se manifiestan cuando son necesarias. Son creativos, son puros, son receptivos y, por sobre todo, son varones abiertos a experimentar y a expresar el amor. Son Yin. Pero también son luminosos, buscadores activos, inquisitivos, tenaces. Son Yang. Mis hijos son íntegros y siento el alivio de la confianza: realmente están preparados para el nuevo mundo.

Por mis hijos. Por los hijos y las hijas de la nueva tierra. Por sus madres y padres. Por todos ellos, escribí este libro. Que Gaia nos haga llegar su bendición femenina y se salve a sí misma. Que así sea.



«El mundo será salvado por las mujeres», Dalai Lama.

Las madres tejen los tendones de las almas de las naciones. Está en las manos de las madres la integración, la trascendencia y la transformación de la humanidad y del mundo entero. La madre es la deidad del hogar, desde cuyo nido se siembra el ADN biológico, emocional, social, cultural y espiritual del ser humano. De la virtud y de la práctica espiritual de las madres a través del autoconocimiento, tanto los hijos, como los maridos, las otras mujeres que ella alcance, todo su entorno e incluso las comunidades enteras donde ellas viven pueden hallar la redención. El amor de las madres es enormemente poderoso, es el amor más cercano a ese tipo de Amor absoluto que a veces llamamos Dios.

¿Habías tomado dimensión del nivel de relevancia que tenemos las madres y la importantísima misión que podemos encarnar en tiempos donde todo parece haber alcanzado los niveles máximos de intoxicación y contaminación? Desde las terminaciones proteicas de telomerasa que protegen nuestro ADN hasta los más inmensos reservorios de agua potable del mundo, todo parece estar al borde de un colapso fenomenal. Desde la desconfianza e intolerancia entre vecinos hasta la carrera armamentista y los conflictos bélicos internacionales, la violencia sigue siendo el pan cotidiano de las noticias. Desde el nido del hogar hasta las mayores dimensiones de la vida en sociedad como la educación, el cuidado de la salud y los esfuerzos por erradicar la desigualdad de oportunidades y la pobreza, todo parece estar colapsando frente a nuestros ojos como quien mira un tornado feroz y no puede hacer más que quedar perplejo y sentir que es demasiado poderoso como para poder hacer algo al respecto.

Dentro de este intrincado y complejo contexto actual, los portadores de la sabiduría ancestral de la humanidad, los grandes líderes espirituales de las más diversas corrientes, los hombres y mujeres medicina, los místicos contemporáneos están mirándonos a la cara con la compasión más absoluta nos recuerdan:

«Si honras a tu madre, la Madre del Universo te protegerá de todo peligro», Sathya Sai Baba.

«Madre, sé que sigues viva porque vives en mí», Thich Nhat Hanh.

«Hombres y muchachos mostramos nuestra hombría a través del modo en que tratamos a nuestras mujeres. Nuestras esposas, nuestras hermanas, nuestras madres», Desmond Tutu.

¿Verdad que es asombroso e impresionante? ¿Te habías detenido alguna vez a reflexionar acerca del poder latente que existe dentro de las madres y de la enorme transformación que una madre es capaz de provocar incluso desde el anonimato, desde los gestos más simples? Porque, como decía la Madre Teresa: «no todos podemos hacer grandes cosas, pero todos podemos hacer pequeñas cosas con gran amor».

Y es evidente que el amor que experimentamos las madres es de un tipo sumamente poderoso y especial. Incluso en las pequeñas cosas.

Puede ser que en este mismo momento estés escuchándote hablar en tu cabeza diciendo: «Bueno, pero ¡yo no soy la Madre Teresa!». Es cierto. No los somos.

Tal vez también tu cabeza agregue: «¡No puedo e incluso no quiero serlo!».

También es cierto. No tenemos por qué serlo.

Pero es innegable que las madres desempeñamos un papel fundamental en la vida de nuestros hijos y, por consiguiente, en la de nuestras familias, en la calidad de las comunidades en que vivimos y, en consecuencia, en la estructura intrínseca de las sociedades. Por la sencilla razón que estamos «moldeando los tendones de sus almas».

Desde el punto de vista del desarrollo infantil, la calidad de los cuidados maternos que recibe un bebé durante sus primeros tres a cinco años de vida establece la pista de despegue para la inmensa mayoría de las oportunidades, logros y desafíos que ese ser humano enfrente en la totalidad de su vida. Si existe una predisposición al vínculo que sea lo suficientemente buena, un estado de presencia y disponibilidad materna que garantice la conexión de la madre con el bebé y la respuesta adecuada a la atención de sus necesidades, entonces ese bebé crecerá con un apego seguro. El Dr. John Bowlby descubrió esta característica de la crianza humana cuando, en contexto de guerra y post-guerra mundial, se halló trabajando con niños con intensos trastornos de ansiedad y desarrollo y observando que los bebés hospitalizados alcanzaron altísimos registros de mortandad infantil pese a estar recibiendo médicamente todos los cuidados necesarios para seguir vivos. Bowlby definió al apego seguro como la estructura básica indispensable para el desarrollo sano de cualquier bebé humano y como un lazo emocional perdurable y profundo que trasciende el tiempo y el espacio.

¡Qué responsabilidad tan grande! Quizás, si te detenés a pensarlo con tu mente racional, pueda parecerte que no estás preparada para semejante misión. Pero no te preocupes demasiado, porque no será tu mente racional la que tenga que llevar a cabo esta tarea. Será la que me gusta llamar tu «mamá genial» quien se encargue de hacerlo. Y lo hará perfectamente bien porque el secreto es, como nos decía el gran psiquiatra Donald

Winnicott, que alcanza con que seamos madres lo suficientemente buenas, no perfectas, para hacer perfectamente bien nuestra tarea. Y podrás hacerlo. ¡Claro que sí! Especialmente si logras asignar a tu mente racional las tareas para las que fue diseñada y podés acceder a la fuente interna de tu *sabiduría maternante*. De eso se trata convertirte en una mamá genial, es decir, en una madre que tiene activa su genialidad interna, que se nutre de los ríos de luz biológica, emocional y espiritual que desde innumerables generaciones viene traspasándose como una antorcha encendida que crea, sostiene, nutre y preserva la vida.

Puede ser que sientas que es demasiado.

Te entiendo.

Porque vivimos en tiempos tremendos. Habitamos un intrincado laberinto atravesado por el signo de un enorme potencial y un enorme peligro. La supervivencia de la vida humana sobre la faz de la tierra está en juego; y su destino se definirá en los próximos 30 a 50 años, según lo vaticinan científicos y expertos. Ya en 2002, la Fundación Vida Silvestre presentó un estudio donde pronosticaba que la posibilidad de sostener la vida en la tierra expiraría para el 2050, cuando los recursos indispensables para vivir se hayan agotado. Y no solo está en juego la vida humana, sino por supuesto también la de innumerables especies, muy especialmente las más complejas en su estructura biológica: las más refinadas en sus características de reproducción y de crianza. Si no suceden cambios drásticos, los recursos indispensables para la vida se habrán agotado antes de que nuestros hijos alcancen la edad adulta madura. Sin deseos de ser tremendista, la cosa está complicada.

No obstante, la contaminación en el medio ambiente externo no es todo. Más bien es simplemente un reflejo de la contaminación del medio ambiente interno, donde las emociones y las relaciones interpersonales también están intoxicadas, y la pérdida masiva de los valores que sostuvieron la vida de las sociedades humanas durante miles de años amenaza con la extinción total de los recursos internos indispensables para enfrentar la gran crisis personal, familiar, social y mundial que nos toca vivir.

Se trata de un momento histórico. Por esas cosas del destino, nos ha tocado a nosotras ser las madres de estas nuevas generaciones que deberán saber perfectamente qué hacer y cómo hacerlo para responder a este gran peligro. Es por eso que nuestro papel actual como madres es tremendamente relevante, aun más de lo habitual.

Por eso creo que nosotras no somos mujeres comunes. En tiempos extraordinarios, se necesita de gente extraordinaria. Y eso es lo que somos.

No lo digo desde un lugar naif, sino netamente biológico.

La naturaleza del universo es el equilibrio. La vida busca preservarse a sí misma. Por ello crea permanentemente y en dinámico flujo las herramientas, las comprensiones y revelaciones necesarias para lograr sostenerse a sí misma; incluso cuando es necesario destruirlo todo, para volver a iniciar un ciclo de creación y nuevo sostén de vida. Los ciclos geológicos son un claro ejemplo de ello: el mundo, tal como se lo conoce, entra en procesos de profundo cambio y todas las especies que lo habitan buscan alcanzar las adaptaciones necesarias para conservar a vida. Para ello, deben dejar morir viejas estructuras, morir al viejo estilo de subsistencia, transformarse y emerger completamente

cambiados a una nueva forma de vida. Si se logra atravesar este proceso de manera exitosa, si se puede «dejar morir» las viejas estrategias de subsistencia y permitir que el impulso biológico de supervivencia haga las transformaciones que sean necesarias, incluso las más radicales, entonces la vida logra preservarse a sí misma. Por el contrario, si no se logra esta transmutación, la vida colapsa y desaparece. Esto es lo que pasó, por ejemplo, con las grandes glaciaciones e incluso con la vida de los dinosaurios. Aquellos que lograron alcanzar saltos cuánticos evolutivos pudieron morir al viejo modo, transmutarse por completo y sostener la vida.

Esto que sucede en la naturaleza biológica sucede también con la naturaleza de las sociedades humanas. En el ciclo de creación, sostenimiento y muerte, nuestra historia cuenta con amplios registros de cómo los grandes imperios que marcaron eras históricas del humanidad atravesaron estos mismos procesos, como por ejemplo el Imperio Romano. Creo que el impulso evolutivo tiene un poder sagrado, una fuerza arrolladora que avanza implacablemente en la expansión del universo entero.

Quiero detenerme un momento en esta idea. Creo que es el Amor Originario, que estaba focalizado en su máxima potencia en una chispa de conciencia divina, quiso amarse a Sí Mismo. Y el Big Bang, esa inmensa explosión, es la manifestación física de esta decisión del Amor.

¿Pensaste alguna vez cómo es posible que, tras semejante explosión del Big Bang, de pronto surgiera un Universo entero? ¿Acaso las explosiones tal como nosotros las conocemos no traen caos, destrucción, muerte? Sin embargo, el Big Bang es un fenómeno de un tipo por completo diferente. Tras la explosión más descomunal, surgió orden, estructura, vida.

Todo a su tiempo, claro está.

Dice el Génesis: «Al principio fue el verbo». Dice el Hinduismo: «El Aum es el sonido de la creación». Dicen los científicos: «Toda materia tiene una energía unitiva (bonding energy)».

Creo que todos están hablando de la misma verdad.

También creo que éste es uno de «esos momentos». No es un momento cualquiera. Es una inmensa oportunidad para la transmutación total de las estructuras tal como las conocíamos. Sin duda, las madres desempeñamos un papel fundamental en esta coyuntura.

Hagamos zoom. Volvamos desde el Universo hacia nuestro sistema solar, hacia el planeta tierra, hacia tu país, tu localidad, tu casa, tu persona psíquica, tu cuerpo físico, tu núcleo interno.

Aquí estamos, en medio de este panorama, con nuestras luces y sombras, siendo las mejores madres que somos capaces de ser; sintiendo una invocación interna desde el centro mismo de la vida. Una invocación que obra en todas las capas de nuestro ser y nos susurra el camino a seguir para que cumplamos con nuestra tarea y la humanidad logre sostener la vida, dejando morir el viejo paradigma y se adapte con natural espontaneidad al nuevo paisaje que ya se atisba en el horizonte.

¡No puedo creer lo que te estoy diciendo!

¡Tal vez vos tampoco puedas hacerlo!

¿Qué tenés que ver vos con la salvación de la humanidad y de la vida sobre la tierra?
Tal vez más de lo que imaginabas.

Lo digo porque venimos de un paradigma de individualismo que ha implantado la creencia de las grandes hazañas, de las heroicas proezas, de las guerras como forma de virar el curso de los destinos de las sociedades.

Venimos de un patriarcado.

Sin embargo, ese paradigma está caduco, tenía fecha de vencimiento y ya la ha cruzado a una velocidad pasmosa. Otros cambios drásticos de la vida, como los conocemos sobre la tierra, llevaron miles y a veces millones de años. Sin embargo, me atrevería a decir que éste no lleva más de 60 años, desde que la posguerra daba lugar a la guerra fría y millones de corazones descubrían en los Beatles la voz de su propio impulso de vida y en conmovedor coro cantaban Let it Be, invocando a la Madre María.

Tal como define el biólogo y filósofo chileno Humberto Maturana, estamos evolucionando hacia el *Neo-Matriaje* del Amor. Este nuevo campo socio-biológico sobre el cual Maturana visualiza que se desplegará la nueva semántica evolutiva no es una evocación del viejo matriarcado. No es una revancha contra el patriarcado. Es simplemente el próximo paso evolutivo. Y es intrínsecamente femenino. No porque las mujeres «tomen el poder» sino porque el concepto mismo de poder ligado a la idea de individualidad deberá rendirse al emergente de la fuerza colectiva. Ante este paso evolutivo, tanto hombres como mujeres desempeñamos un papel crucial. Muy especialmente las mujeres. ¿Sabés por qué? Porque nuestros cerebros están neurológicamente cableados para que las cualidades de lo femenino se manifiesten con mayor facilidad y nuestro cerebro no perciba que «estamos en peligro» por ser pasivas, sensibles, vulnerables, conectadas, disponibles, receptivas.

Por supuesto, hay muchísimos hombres que también son portadores de esta sensibilidad, especialmente aquellos que desde su crianza pudieron sentirse seguros (en el apego, como opuesto al rechazo que genera apego inseguro).

¿Sabés cuál es, desde el punto de vista neurológico, la *única* razón por la cual nuestro cerebro evoluciona?

El ingeniero y neuro científico Daniel Wolpert sostiene una premisa sorprendente. Nos dice que la única razón de la evolución del cerebro no es para poder pensar o sentir, ¡sino para mover nuestro cuerpo!

¿Sabés por qué el movimiento es tan importante?

Desde el punto de vista biológico, la vida quiere preservarse a sí misma. Y el movimiento es vida. Incluso el pensamiento y las emociones son movimiento. Y nuestro cerebro está chequeando constantemente las señales fisiológicas que le llegan del organismo para poder decidir qué acciones tomar para preservar la vida.

No le interesa si para eso debe activar, ante la percepción de un peligro inminente, un intenso miedo que nos obligue a repetir patrones del pasado. No evalúa la posibilidad de que ese peligro percibido sea, en realidad, una enorme posibilidad. Por eso, es tarea de nuestra conciencia, facultad humana que los científicos no logran identificar como un funcionamiento específico del cerebro. Por ejemplo, si se ilumina con una linterna la retina de una persona inconsciente, el cerebro recibe las señales, pero no responde con un sentido coherente de realidad ante ese estímulo, como señala el Dr. Enzo Tagliazucchi del Instituto de Psicología Médica de Kiel, Alemania. En 2016, John Yohan, experto en Sistemas Cognitivos y Neurales, indicaba: «¿El cerebro crea la conciencia? No estoy seguro. Al menos ningún neuro científico ha podido atrapar al cerebro con las manos en la masa en el acto de crear conciencia».

Se debe probablemente a que la conciencia no se origina como una función del cerebro, sino desde una dimensión que lo trasciende. Y la tarea del cerebro es procesar y materializar de manera adecuada para la supervivencia la emanación sutil de la conciencia humana. El origen de esta sutileza se conoce en la tradición vedántica como *vijnana*, o intelecto superior. Y en la sabiduría popular, se la conoce ampliamente como intuición.

¿Te estás preguntando qué rayos tiene esto que ver con la maternidad????

Tiene TODO que ver con eso y con la posibilidad de la humanidad de emerger victoriosa de los cambios paradigmáticos que estamos atravesando.

Permitime que lo explique de otra manera. Veámoslo desde el punto de vista personal.

Es posible que sientas que parte o que la totalidad de tu poder materno no está disponible. Es posible que la maternidad te haya tomado por completo de sorpresa, te haya apabullado por su nivel de intensidad y altísima demanda. Y lo último que querés es estar leyendo sobre saltos cuánticos evolutivos y genios latentes atrapados quién sabe dónde en nuestro interior... si es que todo esto siquiera existe y no es una mera fantasía. Quizás incluso ni siquiera hayas pensado antes en la posibilidad de que tenías ese genio interior dormido en el ADN de cada una de tus células, un genio que sabe perfectamente cómo guiarte para ser una madre lo suficientemente buena.

Sin embargo algo te ha llevado a leer hasta aquí. Así que continuemos.

Para detallar un poco más el estado actual, nos encontramos en ambientes que muchas veces se viven como hostiles, en los que sentimos que es necesario estar en estado de alerta, a la defensiva, en el modo «ataque o huida». La confianza en los entornos cercanos que brindaba la vida comunitaria parece haberse perdido para siempre entre las intrincadas calles de las grandes ciudades. A menudo, vivimos lejos de nuestros familiares y amigos y, muchas veces, incluso cuando estamos con ellos, nos sentimos a la defensiva. El tiempo parece escurrirse de nuestras manos, tal como evocara en la imagen de los hombres grises, ladrones del tiempo humano, el gran escritor Michael Ende en su novela Momo. Las madres de tiempos anteriores tenían muchísimas más desventajas que nosotras; pero tenían algo sumamente preciado que a nosotras nos falta: la clara definición del lugar que ocupábamos en el sistema (mujer / madre) y la pertenencia comunitaria que permitía compartir de forma conjunta las tareas maternantes.

En mi espacio de trabajo, con las madres a quienes tengo el honor de acompañar en su tránsito por la maternidad, veo cómo la falta de pertenencia simplemente desgarrar su psique. Y buscamos hallarla entonces en lo que hoy tenemos disponible; pero lamentablemente no es tan sencillo encontrarlo. Muchas anhelan que los grupos de facebook les permitan recuperar la tribu perdida, pero las características cualitativas de este soporte, la mayoría de las veces, deja muchísimo que desear, desde los permisos para el maltrato justificado por el anonimato que brindan las pantallas hasta la pérdida del tiempo de estar juntas sin «hacer nada». Nuestras abuelas ancestrales se sentaban a tejer en círculo, iban en grupo a buscar el agua, amamantaban indiscriminadamente a cualquier crío que buscaba alimento; y los hijos crecían en entornos naturales manejándose con enorme libertad desde que su cerebro les permitía adquirir las herramientas básicas de movimiento, creciendo entre niños más grandes de diversas edades, igualmente libres, sin madres que los supervisaran en absoluto. Estas condiciones favorecían de manera espontánea el pleno desarrollo de todas las capacidades del niño humano forma ideal.

No es nuestro caso.

Cuando nuestros hijos son pequeños, muchas veces estamos solas en nuestras casas, sintiéndonos completamente abrumadas. Las madres me consultan periódicamente sobre sus sentimientos de agobio total, de sensación de altísima exposición emocional y de sentirse juzgadas por el entorno que debería aportar sostén, especialmente del entorno de otras mujeres. Muy especialmente, de la suegra. Bueno, aunque lo de la suegra puede ser que les pasara también a las madres de antaño, ¡especialmente desde el inicio del patriarcado!

Quiero contarles una anécdota graciosa para distender esto un poco.

Durante más de tres décadas, el investigador antropólogo belga Jean-Pierre Rossie se dedicó a investigar las características del juego y los juguetes en pequeñas comunidades rurales del norte de Marruecos. En su trabajo, él sistematiza con mucho detalle el modo en que probablemente jugaron nuestros bisabuelos y, de ahí hacia atrás, todas las infancias desde tiempos prehistóricos. Sin embargo, lo que quiero comentarte especialmente en este momento es cómo reaccionan los niños y las niñas que prácticamente no tienen acceso a los juguetes industrializados, de manera sorprendente, cuando los turistas les regalan un objeto como una Barbie o un osito de peluche. En su cultura, cuando una mujer está tan delgada solo puede ser por dos motivos: o es extremadamente pobre, ¡o tiene problemas con la suegra! Todavía recuerdo el día que lo escuché narrar esta experiencia, y me vuelve a causar risa. Las niñas tomaron rápidamente a la Barbie, ¡y la llevaron a una «enfermería» que habían creado! El osito no tuvo mejor suerte: fue el segundo paciente crítico de su terapia intensiva. Dice Rossie: «El modo en que juega un niño europeo y el modo en que juega un niño de este poblado son completamente diferentes. No puedo decir que uno es mejor que otro, pero sí puedo decirles cuál prefiero».

En nuestras ciudades vivimos la mayor parte del tiempo dentro de nuestras casas, sintiendo que se nos quema la cabeza al supervisar y, muchas veces, asistir en el juego a nuestros hijos de manera constante, sumado a todas las otras tareas que realizamos, incluyendo nuestros emprendimientos laborales. Nos amarga la amargura de pensar que somos malas madres por no soportar a nuestros hijos. Ni siquiera podemos sostener una conversación coherente con un adulto al otro lado de un teléfono o ir al baño sin que eso

parezca una especie de odisea donde la moneda corriente es la frustración. Una y otra vez. Tal vez también tenemos un fuerte impulso por no abandonar nuestra carrera profesional y estamos desgarradas entre el tironeo interno biológico que nos insta a permanecer en casa con nuestras crías y el impulso psíquico social de salir al mundo para ser independientes. Puede que uno de los dos gane la pulseada, y acallemos al otro lanzándolo al agujero negro de nuestra propia sombra. Pero desde allí, sigue operando en nosotras como un comando teledirigido.

Es que la decisión que tenemos que hacer *simplemente no es justa*. No importa cuál de las dos opcioneselijamos, sabremos que es a costa de un tremendo sacrificio.

¿Por qué nos toca maternar así?

¿Por qué a nosotras?

¡Ah, como quisiera desarrollar estas líneas de otra manera! Sin embargo, es necesario que podamos visualizar la situación en la que estamos paradas para poder tomar riendas de nuestra vida y moldear por elección y a conciencia un nuevo destino.

Aún así no desesperes.

En realidad lo que está pasando es bueno.

Es muy, muy bueno.

Hace poco tuve una revelación que he venido mencionando ya de diversas maneras: nuestras últimas tres generaciones de madres tienen un papel fundamental en la historia de la humanidad y en cómo se escribirá su futuro. Estamos siendo testigos de la caída del imperio patriarcal que ha atravesado la vida de las personas por más de cinco eras históricas de occidente, y probablemente también de la prehistoria. Se nos ha asignado un papel fundamental en esta obra: la de sustentar la vida tendiendo puentes entre la masiva desaparición de un paradigma caduco y el nacimiento de uno nuevo, por completo diferente y desconocido.

¿No es fascinante?

Tal vez ya me escuchaste decirlo: soy una optimista crónica y no tengo intenciones de recuperarme. Sumale a eso un gran amor, un entusiasmo desbordante y una creatividad apabullante (de verdad, apabulla). Batilo bien, agregale algo de ansiedad social y rigidez con ideas fijas e inflexibles: ¡esa soy yo!

Así está cableado mi cerebro. Si tuviera diabetes tomaría insulina. Como tengo esta condición, escribo libros.

Es por eso que, ante semejante panorama mundial y ante la inmensa responsabilidad que parecemos tener las madres respecto al curso definitivo que seguirá el destino de la humanidad, quiero que visualices el potencial incalculable que llevás dentro. Como un genio atrapado en su lamparita mágica, desde tu mismísimo ADN llevas toda la información biológicamente activa que ha permitido a la humanidad sobrevivir hasta el día de hoy. Sin duda, se debe a la capacidad de nuestras madres ancestrales de maternar lo suficientemente bien, acorde a las necesidades y desafíos de los tiempos.

Ahora tenemos el desafío y la oportunidad de agregar a ese ADN una nueva pieza de información vital: la de la expansión de la conciencia.

Nos toca vivir tiempos apasionantes, si los miramos desde la perspectiva del entusiasmo, porque son tiempos de inmensas oportunidades. Pocas veces, si es que hubo alguna, la humanidad ha tenido la oportunidad de enfrentar un salto cuántico evolutivo como el que se está desplegando ante nuestros ojos en la actualidad. En este mismo momento, se está librando en el interior de cada ser humano una batalla similar a la que se conoce en la tradición del Hinduismo como la batalla del Kuruckshetra. En el Góspel del Bhagavad Gita, el Señor Krishna transmite a su fiel devoto Arjuna toda la sabiduría del universo en un diálogo que comienza de forma desgarradora, en vísperas de una guerra fatal: debe enfrentar en mortal combate a sus propios familiares para erradicar el mal de la tierra. Luego de observar al enemigo, el príncipe Pandava se deja caer en su carruaje y dice a su amigo y auriga: *«Oh Krishna, cuando veo a estos familiares reunidos aquí, ansiosos por luchar, mis miembros desfallecen, mi boca se seca, tiembla mi cuerpo y se erizan mis cabellos. Mi arco Gandiva escapa de mis manos, mi piel está ardiendo, no puedo sostenerme en pie y mi mente da vueltas en remolino»*.

Arjuna mira el pasado, los lazos que lo atan a sus familiares y conocidos y, en base al pasado, proyecta un futuro de funestos presagios.

Krishna increpa a Arjuna, para que pueda salir del aturdimiento en el que se ha sumido: *«¿Cómo es posible que en este momento de peligro se haya apoderado de ti el desaliento, indigno de un noble y que no te conducirá ni al cielo ni a la gloria? No cedas a la cobardía, oh Arjuna, no es propio de ti. Sacude ese despreciable temor y levántate»*.

No obstante Arjuna simplemente no puede. Al menos, no puede hacerlo solo. Y pide a Krishna que se convierta en su maestro.

«Mi ser está paralizado por el miedo; mi mente no puede discernir cuál es el deber, por eso te pregunto a ti: dime con toda claridad, te lo ruego, cuál es mi deber. Yo soy tu discípulo: guíame, busco refugio en ti».

Comienza así la divina conversación del Bhagavad Gita en el que la inspiración del Genio Universal le habla al abatido ser humano transmitiéndole la sabiduría, la claridad, la comprensión y la fortaleza más elevadas en la lucha del bien sobre el mal.

En la actualidad, este campo de batalla sigue activo, pero no de una manera física ni material. El Kuruckshetra se encuentra en el corazón de cada ser humano y el gran desafío de nuestros tiempos consiste en librar la batalla interna entre la irrealidad y lo real.

Como dice la antigua plegaria que es parte de la banda sonora de la película Matrix:

*Asatoma sadgamaya
Tamasoma jotyrgamaya
Mrytiorma amritamgamaya*

(De la irrealidad, llévanos a la realidad.
De la oscuridad, llévanos a la luz.
De la muerte, a la inmortalidad.)

Cumplir esta misión es humanamente imposible y mucho más si estamos criando niños, atendiendo todas sus necesidades, haciendo innumerable cantidad de tareas por día, encastrando como en un rompecabezas nuestros trabajos y anhelos profesionales con calzador en una interminable lista de rutinas cotidianas e intentando, en el camino, no perder nuestras parejas, nuestro carisma y, ni hablar, ¡nuestra silueta! Vivimos bajo la presión de premisas impuestas por modelos ajenos a nuestro ser interno, deseando que nuestras vidas y la enorme cantidad de tareas que realizamos como madres no sean invisibles ante los ojos de la sociedad, y sintiendo que, pese a las grandes conquistas de la mujer en el ámbito social y laboral, el ser madres nos sacude las estructuras por completo.

Como digo, es imposible.

A menos, claro, que nos dejemos guiar; pero no por un mandato, una doctrina o un discurso externo —tampoco por un marido, pues él mismo está buscando su propio camino—, sino por nuestro Ser.

Se trata de esa sabiduría interna que aguarda, era tras era, en el corazón del ser humano, a ser invocada para manifestarse y guiar nuestras vidas desde la dimensión más elevada de nuestra inteligencia: la inteligencia superior de nuestra conciencia espiritual.

Entonces, la genialidad será capaz de permitir que el auriga divino nos guíe claramente en todas las tareas que realicemos, muy, muy especialmente, en nuestra maternidad que es la clave para la sanación de toda la vida en sus múltiples manifestaciones y formas.

Tal como dicen los Evangelios Apócrifos de Tomás: «Cuando saquéis aquello que haya dentro de vosotros, esto que tenéis os salvará».

Sí. Las madres —sí, vos, yo, y todas las madres del mundo— tenemos en nuestras manos la posibilidad de permitir que esta maravilla suceda.



Las 4 Esencias de la Genialidad Femenina

- Vulnerabilidad
- Intuición
- Perdón
- Sintonía

«El principio de la maternidad es tan vasto y poderoso como el mismísimo universo. Con el poder de la maternidad en su interior, una madre puede influir en el mundo entero», Amma.

¿Por qué hay tanto énfasis en el principio de la maternidad como catalizador del cambio a nivel mundial? ¿Por qué es tan inmensamente poderoso?

Por 4 razones fundamentales:

- **Porque nos hace vulnerables: canal de la pureza**
- **Porque activa la intuición: canal de la creatividad**
- **Porque nos enseña el perdón: canal del amor**
- **Porque nos potencia para sintonizar nuestra misión y propósito en la vida: canal de la autorrealización**

Veamos cada uno de estos aspectos en mayor detalle.



La investigadora social Brené Brown realizó una investigación cuyos resultados la dejaron perpleja: la vulnerabilidad es la clave que permite a las personas vivir mejor, más íntegras y felices tanto en las alegrías como en el dolor. Comenzó su investigación queriendo comprender cuál era la quintaesencia de la felicidad humana y ni en sueños hubiera esperado encontrarse con un resultado que la desafiaba en lo más íntimo.

Provieniendo de una familia de espíritu inminentemente práctico y disciplinado, pudo alcanzar importantes logros; pero le faltaba desde su crianza un ingrediente personal con el cual completar la receta de una vida plena: la capacidad de lidiar con lo incierto y saber cómo manejar los riesgos emocionales. Es decir, le faltaba vulnerabilidad. En sus propias palabras, la vulnerabilidad es básicamente lo incierto, el riesgo y la exposición emocional. Pasó muchos años de su vida intentando controlar y superar la vulnerabilidad, esforzándose por hacer todo de modo preciso y bien definido, blanco sobre negro, bueno y malo. Su incapacidad para reposar en la incomodidad que la vulnerabilidad trae aparejada limitaba aquellas importantes experiencias cuya trama está entretejida por la incertidumbre: el amor, la pertenencia, la confianza, la alegría y la creatividad, por solo nombrar algunas. «Aprender a ser vulnerable ha sido como una pelea callejera para mí, pero ha valido la pena».

La primera vez que detectó que la vulnerabilidad era un elemento central de las personas más felices y plenas, tras largas horas de procesamiento de la información recabada con el más estricto método científico, decidió volver a testear todo de nuevo. ¡No era posible que «su peor enemigo», contra el cual había luchado, el que se había esforzado por anular, suprimir, ignorar y desactivar en su vida, fuese el secreto de la felicidad! Fue así que su investigación, originalmente de un año de duración, se extendió por más de una década; y evidencia tras evidencia, cada nuevo sondeo reafirmaba el mismo resultado. Tuvo que entender que en este descubrimiento había un mensaje personal que la invitaba a integrar sus emociones más oscuras, sus mayores miedos y sus peores sentimientos para alcanzar una vida más plena.

¡Tengo que confesar que sentí un gran regocijo al escuchar a esta poderosa mujer hablar con tanta sinceridad (y vulnerabilidad) acerca de su recorrido personal y sobre la importancia de su descubrimiento!

Hace años que observo en mi Estudio de Crianza Creativa, La Casa Naranja, que si hay una instancia de la vida en que la inmensa mayoría de los seres humanos nos sentimos extremadamente vulnerables, es con la llegada de los hijos. Tanto varones como mujeres entran en una «alerta roja vulnerable» de altísima exposición emocional, muy especialmente las madres. Es como si de golpe y sin previo aviso naciera, junto con ese pequeñín a quien sentimos que adoramos con el alma, un apabullante universo de sensibilidad extrema. No es raro que los padres relaten que les cambia por completo la perspectiva del mundo: de sentirse audaces e impetuosos, de golpe pasan a enfrentar miedos insospechados que los conmueven en lo más íntimo y confiesan ser arrastrados por impulsos desconocidos que rondan en torno a su enorme deseo de proteger la vida de sus hijos. A esto se le suma, especialmente en el caso de las madres, un insospechado sentimiento de culpa que llega a sus vidas sin que nadie le abriera la puerta y, por supuesto, sin ser invitado. Como si fuera poco, se agrega al coctel emocional la influencia del entorno cercano, social y cultural. Muchas veces he escuchado madres desconsoladas, indignadas o completamente bloqueadas (puede ser cualquier reacción entre estas tres, pero como fuere, es una reacción extrema) ante comentarios «irrespetuosos» (causando desconsuelo), «invasivos» (causando indignación) y «aplastantes» (causando bloqueo) de parte de sus familiares, amigos e incluso de los profesionales que las asisten.

Ahora bien, los familiares, los amigos y los profesionales poco y nada habrán cambiado desde la semana anterior a que sus hijos nacieran. ¡Las que cambiaron son las madres porque están sumamente vulnerables!! Y ante la vulnerabilidad, un mismo estímulo que podía procesarse dentro de los márgenes tolerables, se vuelve insoportable.

Te podrías preguntar entonces, ¿por qué me regocijé al saber que existe importante evidencia científica acerca de la vulnerabilidad, si nos deja expuestas al dolor sin consideración alguna? ¡Porque el secreto de la vulnerabilidad es el estado de profunda conexión y disponibilidad interna que es exactamente lo que un bebé necesita para crecer sano, íntegro, seguro de sí mismo y del mundo en el que le toca desarrollarse!

¡Sí! Las madres parimos la vulnerabilidad emocional junto con nuestros hijos porque estamos programadas, a nivel fisiológico, para que la especie sobreviva. Y una madre que no está conectada ni disponible no puede cumplir su misión biológica para la supervivencia de la especie de forma lo suficientemente buena.

Es más, esta vulnerabilidad pareciera potenciarse al extremo cuando nos toca transitar con nuestros niños instancias de diagnósticos por un desarrollo atípico, es decir, cuando a esos pequeños a quienes adoramos con el alma se les presentan desafíos extraordinarios para sobrevivir, desarrollarse y obtener mayores posibilidades de independencia y plenitud en sus vidas. Y porque todas nuestras células trabajan al unísono para que tengamos una capacidad aun mayor de disponibilidad y vínculo, que son necesarios cuando nuestros hijos deben superar mayores dificultades que las esperadas en un inicio.

¿Por qué?

Porque lo que más necesitan nuestros hijos en el inicio mismo de la vida para poder aferrarse a la vida y desplegar su máximo potencial es el vínculo y la conexión con la madre (o con quien brinda los cuidados maternantes en el caso de que la madre no pueda ser la cuidadora primaria del bebé).

Y por mucho que nos pese, por incómodo y desconcertante que sea, la vulnerabilidad llega a las vidas de las familias para quedarse. ¡Pero esta no es una mala noticia para los adultos de la casa sino más bien todo lo contrario! Porque además de permitirnos ser madres y padres lo suficientemente buenos, se derriban con mayor fuerza que la dinamita misma nuestras máscaras, armaduras y murallas psíquicas más cuidadosamente construidas a lo largo de la vida. Si nuestra personalidad fuese un fluido y la vida fuese su contenedor sagrado, la inmensa mayoría creería conocer la totalidad del contenido por la apariencia de su superficie. «Yo soy así, o asá», decimos. Me conozco mejor que nadie y para mí, mi forma de ser está clara como el agua.

Sí.

Hasta que llegan los hijos y, como maestros de las más grandes revelaciones, se sumergen en lo profundo de nuestro ser, removiendo todo tipo de «impurezas» sedimentadas en el fondo de nuestra alma para que se muestren a plena luz del día: aquellos miedos ancestrales a los que con tanto esfuerzo intentamos sobreponernos; el temor a la pérdida de la pertenencia y aquellos otros dolores de nuestra propia infancia que tan arduamente dimos por sepultamos en un pasado lejano bajo capas y capas de armaduras, defensas y murallas de emociones intoxicadas e intoxicantes que, por no poder ser procesadas, quedaron encapsuladas para minimizar su toxicidad en nuestro sistema. Sin embargo, aquí estamos ahora, ante un campo dinamitado, mirando cara a cara nuestras peores pesadillas. Los aspectos de nuestro propio ser que más nos hemos esforzado por ocultar están ahora a la luz del día. Y en el contenedor sagrado, en el fluido de la vida que en su superficie aparentaba ser claro y transparente, se revelan desde las profundidades nuestras más profundas impurezas.

¡Vaya si es doloroso el descubrimiento! Especialmente si no veníamos transitando un camino de trabajo personal, de autoconocimiento, puede volverse tan doloroso que podríamos querer imponer una nueva muralla interna para anular la visión por completo. Sin embargo, esta muralla nos impediría —y en casos extremos sucede— ver a nuestros hijos y estar en estado de conexión y disponibilidad para sostener su vida.

En mi caso personal, lo que surgió a la superficie de mi estructura gracias a la acción la vulnerabilidad maternante fue una aterrorizadora violencia. Resultó que yo, la más buena, era violenta. ¡Ay por Dios! Lo escribo y aún hoy, casi 15 años después, me duele recordarlo (¡seguramente porque sigo vulnerable!). Al igual que una imagen oculta en un «negativo» de los viejos rollos de fotografía, la vulnerabilidad realiza el «revelado», y lo que estaba oculto sale a la luz. No quiero decirles que es un proceso placentero, porque la imagen con la que nos encontramos son aquellos aspectos de nuestra personalidad que más nos hemos esforzado por desterrar al fortuito campo del olvido. Fortuito porque un día cualquiera, especialmente si es el día en que nacen nuestros hijos, de manera absolutamente inesperada, se nos lanza directo al corazón aquel aspecto tan detestable con el que jamás de los jamaces hubiéramos querido identificarnos, y éste nos estalla en la cara.

En mi caso, como dije, fue la violencia y el espantoso sentimiento de pérdida de control que ésta conlleva. En otros casos, es la inseguridad y la fragilidad interna que se le asocia. O el auto rechazo y la desestabilización generalizada del sistema interno que nos permite sostener la vida. Básicamente, todas ellas pueden caer dentro de la inmensa categoría de lo que comúnmente llamamos miedo. Lo maravilloso es que en realidad estas características que tanto nos incomodan, en el tiempo en que fueron desarrolladas en nuestro sistema, cumplieron una función sumamente importante: salvar y sostener nuestra vida.

Puede ser que en tiempos remotos, cuando nuestra vida sobre la tierra recién daba sus primeros pasos, hayamos tenido que recurrir a alguna de estas características para sentirnos lo suficientemente a salvo como para ser capaces de tomar la próxima bocanada de aire. En ese entonces, la auto-negación, la violencia, la falta de confianza y tantos otros aspectos «oscuros» cumplieron una función importante. Ellos esperan fielmente en lo profundo de nuestra estructura, por si acaso volviéramos a necesitarlos algún día. De hecho, en ciertos casos extremos es posible que sí, que necesitemos echar mano de alguno de ellos para sobrevivir. Pero en el contexto de la vida cotidiana no hacen más que complicarnos la vida y entorpecer la innovación, la creatividad y el impulso evolutivo... mientras los mantengamos ocultos. Por fortuna, llegan los hijos para resolver el dilema.

Este proceso, por extraño que parezca, ha desempeñado un papel tremendamente importante en la evolución de la especie humana porque ha permitido purificar los impulsos más tremendos, liberándolos en la completud de la vida. A partir del esfuerzo evolutivo que implica la integración a la luz de la conciencia de nuestros impulsos más oscuros, se liberan los traumas. Los bloqueos cristalizados salen a la luz y logran completarse, alcanzando así su propio fin de forma natural y definitiva. Mientras sigan en lo profundo, a inmensas distancias de nuestra conciencia, su presencia en nuestro ser continuará rigiendo, como con un control a distancia, una parte importante de nuestra energía vital. El pasado puede dejar de repetirse a sí mismo pidiendo ser liberado a través de la experiencia de la vida. Ésta es la razón por la cual sentimos que se nos repiten situaciones especialmente desafiantes con diversos formatos pero con una misma esencia. Es lo que en oriente llaman Karma. En realidad, según el místico Thomas Hübl, el karma no es otra cosa que el impulso evolutivo que toma la experiencia del pasado, con su trauma y bloqueo incluido, y la vuelve sobre nuestro camino; pero no para torturarnos, sino para darnos la oportunidad de alcanzar la pureza.

Probablemente hayas escuchado alguna vez la frase «Bienaventurados los puros de corazón, porque ellos conocerán a Dios», del evangelio de Mateo. En el idioma original en que se escribió esta imponente frase, la palabra pureza significa catarsis. Y ésta es también la raíz de la palabra catéter, que se utiliza en medicina, entre otras cosas, para evacuar las impurezas del organismo, especialmente cuando hay infección.

Podríamos concluir diciendo que la vulnerabilidad es un mecanismo evolutivo de la humanidad, que se activa muy especialmente con la crianza de los hijos y cuyas finalidades principales son netamente evolutivas: la primera es generar suficiente disponibilidad para la conexión y el vínculo de manera tal que la vida pueda sostenerse; y la segunda, permitir que las impurezas causadas por antiguos traumas y bloqueos salgan a la superficie, se drenen de manera adecuada y el sistema pueda ganar un nivel más integral de salud plena.

¿Podés visualizar la inmensa importancia de la vulnerabilidad para la supervivencia y evolución de la humanidad?

La próxima vez que ande cerca, si querés, hacete amiga. Y mandale cariños de mi parte.



La intuición como canal de la creatividad

¡Aquel que haya hecho caso omiso de un fuerte presentimiento y se haya arrepentido luego que levante la mano!

No te entristezcas, ¡nos ha pasado a todos! Y creo saber cuál es la razón. Se debe al lugar que nuestra sociedad le ha otorgado a la mente racional.

*«La mente **intuitiva** es un **don sagrado**,
y la mente racional es un fiel sirviente.
Hemos creado una sociedad
que ha olvidado el **don**
y honra al sirviente».* Albert Einstein

¡Estoy encantada con una frase de Albert Einstein que descubrí recientemente!

¡Es más! ¡Estoy encantada con la gran cantidad de científicos que están hablando sobre la existencia palpable, real y muy concreta de la intuición! En la prestigiosa revista Psychology Today lo explican de esta manera:

Los científicos han descubierto que los humanos tenemos dos «sistemas operativos» muy diferentes. El sistema 1 es nuestra manera de operar de forma rápida, instintiva y a menudo subconsciente, es controlada por el hemisferio derecho y por otras partes de nuestro cerebro que han estado allí desde épocas prehistóricas y que son conocidas como el sistema límbico y el área reptiliana de nuestro cerebro. El segundo sistema es nuestra forma de operar de modo más lento, más analítico y consciente y es controlado por el hemisferio izquierdo del cerebro que solo se ha desarrollado desde tiempos menos remotos. También es conocido como el neo córtex. Los investigadores han hallado que la intuición es parte del sistema 1, razón por la cual irrumpe tan rápidamente y a menudo no tiene lógica racional que la sustente, por lo que nos parece que «no tiene sentido». En otras palabras, las decisiones intuitivas no son algo sobre lo que hemos reflexionado

cuidadosamente con la razón, sino que se trata más bien de opciones que emergen rápidamente de nuestro instinto.

Sin embargo, ¿exactamente por qué deberías confiar en nuestra intuición? Una razón sería porque los investigadores han descubierto que el Sistema 1 a menudo conoce la respuesta correcta mucho antes que el Sistema 2. Por ejemplo, en un estudio publicado en la Biblioteca Nacional de los Institutos de Salud Nacionales de Medicina de los Estados Unidos, los investigadores le pidieron a sus sujetos que jugaran un juego de cartas donde el objetivo era ganar la mayor cantidad de dinero posible. Lo que los sujetos no sabían, sin embargo, es que el juego estaba trucado desde un comienzo. Había dos pilas entre las cuales los jugadores podían elegir sus cartas. La primera estaba preparada para dar grandes ganancias seguidas de grandes pérdidas. La segunda pila otorgaba ganancias pequeñas pero prácticamente ninguna pérdida. A los participantes les llevó unas cincuenta cartas poder decir que tenían el presentimiento de que una de las dos pilas era más segura y cerca de ochenta cartas poder explicar realmente la diferencia entre las dos pilas. Sin embargo, lo más fascinante es que luego de solamente diez cartas, las glándulas de transpiración de las manos de los participantes se abrían ligeramente cada vez que estiraban la mano hacia la pila peligrosa. También fue alrededor de la décima carta que los sujetos empezaron a favorecer la pila más segura, sin tener siquiera conciencia de lo que estaban haciendo. En otras palabras, mucho antes de que el cerebro analítico pudiera explicar lo que estaba sucediendo, los sujetos tenían una fuerte intuición que les indicaba dónde estaba el peligro y los guiaba hacia el área segura.

Otra investigación similar estudió la habilidad de las personas de predecir si una imagen estaría detrás de la «cortina 1» o la «cortina 2», aunque en realidad no había cortinas físicas, sino que estaban en la pantalla de una computadora. Al igual que en el estudio de las cartas, los investigadores también midieron las sutiles respuestas psicológicas de los participantes. Su hallazgo es notorio: ¡los cuerpos de los participantes eran capaces de predecir la respuesta correcta entre 2 y 3 segundos antes de que la computadora hubiera siquiera decidido qué cortina iba a usar!

Los sujetos no siempre siguieron las indicaciones que la ligera transpiración de las palmas de sus manos les transmitía, pero la ligera transpiración de las manos estuvo casi siempre en lo correcto. De hecho, ¡incluso tuvieron la habilidad de predecir el futuro por 2 o 3 segundos!

¿No es fascinante?

Sin embargo, más fascinantes aún es que existe amplia evidencia, popular y científica, acerca de la «potenciación al 1000%» de la intuición que experimentan las madres. Ya sea que digas que seguís tu instinto, que lo sentís en tus entrañas, que lo intuís o «que te bajó de algún lado», la evidencia del sexto sentido materno es tan habitual que es cotidianamente aceptado como normal en una sociedad que se precia por sobre todas las cosas de su capacidad racional.

Por supuesto, las personas tienden a recordar sus presagios intuitivos que fueron ciertos, y a olvidar aquel millón de veces que una intuición se deshace en la nada, como todas las veces que vamos a chequear si nuestro bebé está respirando... y ¡lo está haciendo!

El Dr. Víctor Shamas, un psicólogo de la Universidad de Arizona, cree firmemente en el poder de la intuición. «Describo la intuición como aquello que se sabe sin saber cómo se lo sabe».

Hace algunos años, Shamas dirigió un estudio con más de 100 mujeres en su primer trimestre de embarazo y descubrió que el 70% de ellas fueron capaces de predecir el sexo del bebé de manera correcta. «Muchos psicólogos creen que hay muchas cosas sucediendo a nivel subconsciente», dice Shamas. «Los antiguos romanos creían que los seres humanos tenían algún tipo de mecanismo de guía interno y estoy de acuerdo. Existe algún tipo de mecanismo auto-predictivo que nos guía en la vida». Este mecanismo se hace muy especialmente evidente con la maternidad.

En realidad, no es que las mujeres nos volvemos más intuitivas al volvernos madres, sino que simplemente sentimos una mayor predisposición a escuchar a nuestra voz interna, que no solamente está para advertirnos de los inminentes peligros, sino que es también nuestra musa inspiradora.

¿Cómo podemos conocer mejor a la intuición para aprovecharla en nuestras vidas? Sin duda, no es esperando a que la mente racional nos diga: no le hagas caso a esa locura, mejor analicemos esto más en detalle, evaluemos los pros y los contras y tomémonos algunos días más para evaluarlo a fondo. Difícilmente surja de este análisis racional una resolución pertinente ante una emergencia, una acción precisa en el momento más oportuno, la toma de una decisión óptima e incluso una sublime obra de arte. La intuición nos «aparece» de forma inesperada y se manifiesta en la conciencia sin siquiera avisar... porque es la dueña de casa y entra cuando gusta, sin necesidad de golpear la puerta. Intuir es pensar con el corazón, por eso también le decimos «corazonada». Le digo «pensar» pero no me refiero al modo de pensamiento mental, sino simplemente a que tiene una lógica, una manera de funcionar que le es intrínseca. Y la mente racional cumple un papel sumamente importante, porque su trabajo consiste en «decodificar» esta corazonada, darle sentido, sistematizar la experiencia en aprendizaje y sacar el máximo provecho de la misma para ésta ocasión y para eventos futuros.

La escritora Elizabeth Gilbert, autora del libro Comer, Rezar y Amar, comenta que la intuición se comporta como una musa que se cruza inesperadamente en nuestro camino y a veces, para no perder su mensaje, debemos tomarlo desde el rabo e ir retrocediendo desde el final de la idea, del poema o la revelación hasta llegar al principio. Como nunca sabemos cuándo nos atrapará la intuición, es preciso que nos encuentre predispuestos. El pintor Pablo Picasso decía: «Cuando te pille la intuición, que te encuentre trabajando». Eso decía, claro, porque él no era el que se encargaba de la crianza de los hijos. Nosotras estamos cableadas neurológicamente para que la intuición nos grite en la cara con tanta fuerza que es casi imposible no hacerle caso; pero, de todos modos, suele agarrarnos desprevenidas. A mí me sucede, por ejemplo, que me llega especialmente cuando estoy en la ducha, lavando los platos o manejando.

No obstante, si nuestro corazón está obturado por todo tipo de emociones incompletas, que no hemos podido integrar creando disponibilidad y un estado de mayor presencia interna, la corazonada llegará con mayor interferencia, dado que hay «ruido emocional» que bloquea su libre flujo. Un modo en que podemos potenciar la intuición es el siguiente: contacta con una característica de tu persona que consideres negativa y que habitualmente rechazas o de la que te avergüenzas, o aquella que te esfuerzas mucho por remediar, muchas veces sin éxito. Tal vez sea llegar tarde, tal vez sea comer para

calmarte, tal vez sea la crítica interna, ¡o cualquier otra! Cada vez que rechazamos esta cualidad, su presencia es expulsada de la superficie hacia el espacio exterior de nuestra conciencia, pero no desaparece, sino que queda orbitando a su alrededor a una distancia prudencial. Una distancia suficiente que nos permita seguir siendo operativas... hasta que como un meteorito vuelva a aterrizar en medio de nuestro paisaje interno. Es que, al igual que con la vulnerabilidad, negar la existencia de nuestras características más indeseables no es la más feliz de las soluciones. ¿Qué tal si probamos una nueva estrategia? La próxima vez que identifiques una cualidad personal que consideres negativa pregúntate: ¿qué emoción está asociada a esta cualidad? Quizás sea la ansiedad, la inseguridad o la ira y su infaltable compañero oculto: el miedo. Esta vez, en lugar de luchar contra estas emociones, permite que tu mente racional se ponga al servicio de tu intuición y piensa en el elemento complementario de esta emoción que consideras negativa. Ahora permite que ambas emociones se integren en una misma esencia dentro de tu corazón. De este modo, estarás creando espacio interno para liberar tu potencial intuitivo.

«Oh Señor, hazme un instrumento de Tu Paz.

Donde haya odio, que lleve yo Amor.

Donde haya ofensa, que lleve yo el Perdón.

Donde haya discordia, que lleve yo la Unión.

Donde haya duda, que lleve yo la Fe.

Donde haya error, que lleve yo la Verdad.

Donde haya desesperación, que lleve yo la Alegría.

Donde haya tinieblas, que lleve yo la Luz.

¡Oh Señor, hazme un instrumento de tu Paz!»

— San Francisco de Asís

Podemos integrar en nuestro corazón los opuestos complementarios y, finalmente, descubrir gozosas que en realidad —así como lo muestra el maravilloso símbolo del Ying-Yang— en realidad no existe ni «lo bueno», ni «lo malo», ni lo «digno de elogio», ni lo «despreciable», ni lo «femenino» ni lo «masculino». Son manifestaciones complementarias de una unidad esencial que, siendo una, puede ser vista como dos. La intuición no puede liberarse si nosotras estamos tironeadas. La intuición no surge de lo que está a la luz, sino de lo que está en la oscuridad. No surge de lo masculino, sino que emerge de lo femenino. No surge de lo positivo, sino de lo negativo.

No me malinterpretes. No estoy haciendo una apología de la maldad, sino un elogio de la integración emocional, que produce espacio y disponibilidad interna. Si te están surgiendo pensamientos de duda, ¡volv́ a realizar el ejercicio de integración de los opuestos! Es probable que tu mente racional esté queriendo tomar el control. Si la cabeza se activa queriendo tomar el control, volv́ a hacer reposar tu conciencia en el campo intuitivo de tu corazón.

Podemos elegir conscientemente permitir que la intuición tome el volante de nuestra vida y que la mente racional luego haga su parte con la información que la intuición le brinda. Desde el chakra cardíaco, en el núcleo del corazón, sube a nuestra conciencia la inspiración. Entonces la intuición comienza a irradiarse en nuestro cuerpo y nos empezamos a sentir inspiradas. En ese momento, el intelecto puede poner en marcha de manera brillante las ideas que pensó el corazón, y lo que te propongas va a tener un poder y una fuerza que será irrefrenable. Esto es lo que nos lleva a capas más profundas de integración, a tener la vivencia de la unidad en la diversidad, la no exclusión de áreas

de nuestro propio ser que tantas veces hemos luchado por suprimir, cuando en realidad estaban a nuestro servicio, esperando ser vistas, y dar gracias a su presencia en el próximo paso evolutivo de nuestra conciencia.

Me gustaría contarte mi historia.

Hace un par de años, empecé a sentir, en el contexto de terapia, que una fiera negra me acechaba y me hacía avanzar más y más hacia un precipicio. El paisaje frente a mí era desolador y una profunda tiniebla anulaba por completo mi visión, por lo cual dar un paso más podía significar caer al vacío de lo desconocido. No sin dificultad, encaré el trabajo interno requerido para conocer cuál era el mensaje que esta fiera negra traía a mi vida. Luego de bastante tiempo, de manera inesperada, recordé un sueño recurrente de mi infancia, que dio a toda la escena un significado completamente diferente. En el sueño, era mi cumpleaños y jugábamos a las escondidas. Mi maestra de actividades prácticas era quien contaba. Rápidamente, me encontraba oculta tras un pequeño mueble del living ¡que se transformaba en un lobo feroz listo para devorarme! Nunca logré pasar de esa instancia. ¡Un fuerte grito me despertaba a mí y a toda mi familia! Nunca logré comprender el sentido profundo de este sueño hasta que, hace muy poco, me preguntaron cuál era mi sueño recurrente de la infancia y qué mensaje había aportado a mi vida.

Entonces, en un destello de intuición, de manera totalmente instantánea, tuve una inmensa revelación: Hilda Fernández fue mi primer gurú, pues ella me mostró la pasión de mi vida. Aun en este momento, mientras escribo estas palabras, me vuelvo a conmover en lo más profundo y las lágrimas corren abundantemente por mis mejillas. Cuando yo tenía apenas nueve años, ella nos enseñó a tejer a crochet, pero no una agarradera, o un mantelito de mesa. Nos enseñó a tejer batitas para los bebés recién nacidos del hospital municipal. Y no conforme con esto, un sagrado día nos hizo formar en fila india y nos hizo caminar las dos cuadras que separaban mi escuela de la sala de maternidad donde las madres más humildes de mi comunidad descansaban junto a sus retoños recién llegados al mundo. Llevábamos en las manitas nuestra pequeña ofrenda de amor incondicional: las batitas que habíamos tejido para abrigar a sus hijitos. Aún recuerdo el olor a limpio que impregnaba la sala y la sensación de que el cuerpo me hervía. Como si un fuego interno se hubiese encendido para siempre en mi interior, la pasión de mi vida acaba de serme concedida como un don divino sin que siquiera me hubiera dado cuenta. He dedicado toda mi vida a servir a las madres y a sus hijos, a tejer tramas que los «abriguen», no ya en el cuerpo físico, sino en el de las emociones y del espíritu. Desde los nueve años, mi intuición pudo anticipar la pasión de mi vida, pudo susurrarme al oído mi futuro.

Por ello, intuir no es vivir en un mundo de fantasía sacado de photoshop. No es aislarnos, «recortarnos» de la realidad e implantarnos en un mundo aparentemente ideal pero ficticio. Su ritmo y su lógica son simplemente extraordinarios. El corazón habla en susurros, pero lo hace a la velocidad de la luz y con la contundencia de una roca. Por eso se dice que lo que el corazón sabe hoy, la cabeza lo entenderá mañana. Eso es la intuición: lo que el corazón sabe hoy. Mientras más estemos dispuestas a integrar las emociones en el corazón y más afinadas estemos con la su frecuencia vibracional, más vamos a poder tener una respuesta intuitivamente responsable para con nuestra propia vida, para con nuestros hijos y para con nuestro entorno. De este modo, estaremos CREANDO, literalmente, nuestra mejor línea de destino. Por eso, la intuición es, por sobre todas las cosas, el canal de la creatividad.

Finalmente, más allá de los «avisos» intuitivos en casos de emergencia, podemos aceptar el espíritu lúdico de la intuición, su forma de tomarnos por sorpresa en los momentos más inesperados, y dejar que se convierta en nuestra musa inspiradora: una musa que nos da alas, nos hace vivir inspiradas y nos da soberanía para transitar la alegría y el dolor con integración.



«Sin perdón, no hay futuro».
Arzobispo Desmond Tutu

Es probable que hayas oído hablar de las Constelaciones Familiares, una innovadora e impactante metodología de sanación sistémica que se basa en el precepto de los órdenes del Amor, descubiertos y sistematizados por Bert Hellinger. Hellinger fue pastor en el sur de África en su juventud y no podía dejar de sorprenderse por el nivel de armonía y orden que reinaba en estas comunidades que conservaban un orden al parecer «natural» de la vida: el sistema no acepta espacios vacíos; el que llegó primero está primero; y la necesidad de compensación o reciprocidad. Estas condiciones fueron nombradas por Hellinger como:

- Pertenencia
- Jerarquía y Orden
- Equilibrio entre el dar y el tomar

Cuando estos elementos ocupan el lugar que les corresponde, el sistema familiar florece en armonía y salud. Sin embargo, cuando estos elementos están trastocados por la exclusión, la mentira, lo no-dicho, la pérdida de las jerarquías y el desequilibrio entre el dar y el tomar, entonces todo el sistema enferma. Incluso, este «desorden del amor» se «hereda de una generación a la siguiente», en la cual el sistema volverá a intentar restablecer el equilibrio perdido y recuperar la paz que se experimenta a través del Amor.

La corriente subterránea fundamental que corre bajo la vanguardista, reveladora y altamente eficaz metodología de las Constelaciones Familiares para la sanación es el perdón. Es la posibilidad de aceptar las cosas tal como son, de soltar y dejar ir. Es el coraje de mirar lo que no deseábamos ver, de integrar a los excluidos, de recuperar la pertenencia a nuestro sistema de todos y cada uno de sus miembros, trascendiendo a

víctimas y victimarios en un orden superior y mayor que permite que la bendición del perdón descienda sobre todos los corazones implicados.

En las Constelaciones Familiares, se utilizan frases sanadoras que sellan, desde la palabra, el movimiento que el alma familiar realiza cuando uno de los integrantes de su sistema se predispone a sanar. Cuando el individuo sana, el sistema íntegro se sana. Algunas de estas frases son:

«Ahora te veo».

«Te honro».

«Te acepto tal cual sos».

«Te digo sí».

«Te libero».

Desde mi punto de vista, todas y cada una de estas frases son una manera de decir: «Te perdono y, al perdonarte, me redimo. Por fin, el perdón ha obrado y el Amor puede volver a brillar, glorioso, en el trono del corazón». Puedo afirmar, sin temor a equivocarme, que ésta es la condición sine qua non para que haya futuro; no solamente un futuro temporal, que deviene como consecuencia natural cronológica del paso del tiempo, sino un futuro cuántico, que desciende desde el meridiano cósmico al presente y es capaz de reescribir el pasado. El diccionario define al perdón como «la remisión de una pena, una deuda o una obligación pendiente». Es interesante notar que, en esta remisión, se libera no solo aquel que había contraído la obligación, sino también aquel al que se le debe.

Me gustaría contar parte de la misión del Arzobispo Desmond Tutu para ilustrar lo que quiero decir.

Tutu desempeñó un papel importante en la historia de su país, Sudáfrica. Al terminarse el apartheid, su tierra se encontraba dañada en lo más profundo de sus entrañas por décadas de humillación, dolor, injusticia y muerte. Tutu dirigió entonces un organismo de inspiración peculiar que aspiraba a funcionar de forma semejante a un tribunal de Derecho. Se llamaba Comisión para la Verdad y la Reconciliación. La ley que la puso en marcha afirmaba abiertamente que su objetivo era la reconciliación nacional. En aquella norma, no se mencionaba la necesidad de lograr el perdón personal de las víctimas a sus verdugos, ni se expresaba principio religioso alguno; pero se proponía que unos y otros relatasen sus experiencias en sesiones de carácter público.

Tutu entendió que el hecho de contar la verdad sólo permitiría alcanzar la reconciliación si se acompañaba del perdón. En realidad, se propuso algo más que la mera reconciliación: la Comisión para la Verdad y la Reconciliación buscaba sanar y curar las heridas del país entero durante los años del *apartheid*. Esta vez, se trataba de no dejar ninguna cuenta pendiente. Para ello, el perdón ofrecido por las víctimas y solicitado por sus verdugos debía ser tan público como fuera posible. Así fue, en efecto, pues las audiencias se retransmitieron en directo por televisión y contaron con una atención completa de todos los medios de comunicación.

Ahora bien, ¿cómo lograr que, de manera espontánea, las víctimas otorguen perdón y los victimarios lo pidan? Cuando las víctimas expresaban espontáneamente su disponibilidad para el perdón, los miembros de la Comisión lo subrayaban, presentándolo como ejemplo y paradigma, y señalando incluso el sentido religioso del perdón. Se procedía del mismo modo cuando eran los verdugos quienes mostraban su arrepentimiento ante el Comité

para la Amnistía. No puede extrañar que algunos comentaristas afirmaran que, en aquellos meses, el país entero se convirtió en un enorme confesonario. Desde fuera, el método podía parecer una intromisión de lo religioso en la esfera neutral de lo político. Incluso, puede que algunos torcieran el gesto y considerasen de mal gusto la expresión pública del dolor y del arrepentimiento, como si fuera, no ya un confesonario, sino un vulgar *talk-show* vespertino.

Sin embargo, hay algo que se escapa al juzgar en esos términos lo que ocurrió en Sudáfrica.

Lo que sucedió en aquel país, que evitó una guerra civil gracias al empeño colectivo de sus habitantes, fue algo más radical. El planteamiento era claro: únicamente si el perdón ocupaba un lugar central sería posible una salida pacífica del régimen del *apartheid*.

¿Cómo pudo un solo hombre inspirar la creación de semejante movimiento y salvar con su visión a su país de la guerra civil, la venganza y el odio? La primera respuesta que me surge es natural: porque no estaba solo, él sólo fue el líder del espíritu de su pueblo, de esa misma tierra en la que Bert Hellinger pudo «captar», en el espíritu comunitario de su gente, los Órdenes del Amor. Sin embargo, en un segundo nivel de profundidad, y mucho más relevante aún, el arzobispo Desmond Tutu fue capaz de semejante proeza porque, en su historia personal de vida, desde niño, él mismo había abrazado al perdón como único camino posible para crecer en un entorno donde la hostilidad y los abusos hacia las personas de piel de color era constante. Tutu, quien desde muy pequeño notó que los niños blancos tenían beneficios por el mero hecho del color de su piel, recuerda que, en vez de morar en el resentimiento de que los niños blancos accedían a juguetes, eligió otra perspectiva para la vida y se sintió satisfecho con los juguetes que podía inventar utilizando piedras y ramas. Luego, esta misma cualidad le permitió encarar a lo largo de su vida inmensos desafíos y ser un agente crucial en la sanación de su país con una fortaleza que solo el perdón puede otorgar.

Creo que las madres sabemos esto mismo de manera instintiva. Una vez más: estamos cableadas para favorecer y preservar la vida de nuestros hijos. Si nuestro sistema familiar estuviera tremendamente implicado en el trauma, si en nuestra historia familiar hubiera muertes abruptas, víctimas y victimarios, excluidos y no dichos, si no se dijera la verdad con todas sus letras y no se tuviera la disponibilidad para honrar la verdad tal y como se dio en la biografía familiar, entonces esta información almacenada del trauma en la estructura de ADN se traspasaría a nuestros hijos.

Quizás estarás preguntándote: ¡¿Qué familia no tiene dramas?!

Tenés razón: ¡Nadie se salva, todos los sistemas familiares tienen implicancias sistémicas!

¿Sabías que Shakespeare no inventó casi ninguna historia? Simplemente se limitó a recontar viejos relatos, pero lo hizo de una forma excepcional. Sus grandes obras maestras son también obras maestras de la biografía del sistema familiar. El amor ciego, la traición y la mentira son elementos centrales de sus obras. ¿Por qué nos apasiona tanto que nos cuenten estas historias? ¡Porque a través de ellas podemos sanar nuestras implicancias sistémicas!

Ahora bien, con toda sinceridad: ¿quién tiene ganas de hacer el profundo trabajo de sanación que conlleva el perdón cuando, a la vez, resulta también tan doloroso permitir que salga a la superficie lo que con tanto esmero nuestro sistema familiar se esmeró por ocultar? ¿Quién, en ejercicio de su propia voluntad, puede decir: ¡adelante, haced trizas mis estructuras y reveladme la dura verdad de mi sistema familiar!?

¡Nadie quiere! O al menos no de entrada.

Sin embargo, cuando el dolor golpea una y otra vez a las puertas de nuestra familia y vemos que hay «patrones» que se repiten de manera llamativa, empezamos a sospechar que algo no anda bien. Comenzamos a preguntarnos si habrá algo a nuestro alcance para liberarnos. Así y todo, la mayoría de las veces no solemos tener mucha voluntad de lograrlo hasta que el dolor se vuelve insoportable. Como con el dolor de muelas. ¿Y sabés cuál es el dolor más insoportable de todos, desde mi punto de vista? El de nuestros hijos. Por eso, cuando las implicancias sistémicas familiares se manifiestan en el dolor de nuestros hijos, las madres (y los padres) tenemos muchísima más predisposición para arremangarnos y hacer «el trabajo sucio» de sanación y limpieza fenomenológica requerido para que nuestros hijos ya no tengan que cargar con la falta de integración de nuestro sistema.

La pregunta sería más bien ésta: ¿Quién no quiere hacer trizas sus estructuras y permitir que se le revele la dura verdad de su sistema familiar si ese movimiento de la conciencia permite liberar del trauma y dolor a nuestros hijos?

Es entonces cuando el perdón responde a nuestro llamado de auxilio. Por más que lo que nos haya sucedido a nosotros o a nuestro sistema familiar sea tan horroroso como el *apartheid* sudafricano. Por más que haya habido abuso, venganza, locura. Por más que nuestros ancestros hayan sido genocidas o víctimas de holocaustos. El perdón es la llave que abre las puertas de la sanación; y ahora sí, por fin, podemos vernos tal cual somos.

Al perdonar, no estamos liberando al opresor; el opresor deberá, a su debido tiempo, perdonarse a sí mismo. Al perdonar estamos liberándonos a nosotros mismos.



Ésta es una consecuencia natural del proceso de integración y autoconocimiento generado a partir de la expansión de nuestra vulnerabilidad y el mecanismo depurativo que trae aparejado, de la intuición y la manifestación creativa, del perdón y la recuperación del orden natural que deviene como resultado. Cuando alcanzamos la pureza derivada de nuestra vulnerabilidad, cuando moramos en la serena paciencia que permite que la intuición nos guíe y cuando perseveramos en el invaluable recurso del perdón como vehículo del Amor, entonces la **coherencia** se manifiesta en nuestra vida. Como en una conjunción planetaria que permite que descendan las más elevadas energías, nuestro corazón, nuestra mente y nuestras acciones se alinean con nuestra misión, y el propósito de nuestras vidas simplemente se revela ante nuestros ojos.

La capacidad de entrar en sintonía es un recurso natural precioso que pocas veces es valorado en su totalidad. Al igual que una señal que siempre estuvo presente pero que solo podemos captar cuando contamos con el instrumental adecuado para sintonizarlo, la sintonía nos enfoca, nos muestra nuestro eje y cuál es el sendero que se nos invita a recorrer en esta vida hacia la verdad, la bondad y la belleza supremas.

Cuando les pregunto cuál es el trabajo de sus sueños, la enorme mayoría de las personas me contestan algo que implica «dejar huella», «ser un aporte», «brindar algo al mundo», «que mi vida no pase de largo, como si nada, sino que pueda ser de beneficio». Todos llevamos dentro el enorme deseo de servir, porque el servicio es la cualidad inherente a la acción.

Desde un punto de vista primitivo, el servicio se orientó en primer lugar hacia el sostén de la propia vida y la de la manada a la que se pertenecía. Se protegía la manada en grupo, se cazaba en grupo, se criaba en grupo, se servían unos a otros. Si un miembro del grupo no cumplía con esta misión de protección colectiva, no se lo mataba sino que era excluido de la manada; pero esta exclusión significaba la muerte, dado que las condiciones del

entorno eran tremendamente adversas. Junto con el desarrollo de la humanidad, el servicio también se refinó y fue obteniendo nuevos y más delicados significados.

Quiero decirte algo que tal vez te suene impactante:

No hagas de tu maternidad la excusa perfecta para no vivir tu propósito de vida.

No serías la primera persona a la que le pasa, sino que es un hecho bastante habitual, pero de alto costo tanto para los padres como para los hijos. Se trata de la transferencia del deseo incumplido de los padres como un mandato de deseos pendientes que se espera que completen los hijos. Sería decir: «Hijo, no viví mi vida plenamente porque te tuve a ti, ahora es tu turno de sacrificar tu vida para vivir la parte de mi vida que aún está incompleta por tu culpa».

¡Oh, qué tremendo suena!

Pero es así.

Por supuesto que no es a propósito, sino que son mecanismos más o menos subconscientes, dependiendo de la persona.

¿No es acaso mejor que tengamos el coraje de vivir por nosotras mismas los sueños de nuestra propia vida y bendigamos a nuestros hijos para que puedan vivir sus propios destinos en libertad?

Casi puedo escuchar la conciencia colectiva de miles de madres diciendo: «¡Es que por la maternidad he tenido que sacrificarme a mí misma y a mis sueños personales!».

O también: «¿Cómo voy a priorizar mi deseo personal por sobre la necesidad de atender a mis hijos?».

Tengo buenas noticias: una cosa no niega la otra.

Esto es así porque, desde el punto de vista de la dualidad, todo tiene su elemento complementario: bueno y malo, vencedores y perdedores, ricos y pobres, afortunados y desafortunados. Para que unos ganen, otros tienen que perder.

Es cierto: desde el viejo paradigma, compatibilizar la felicidad de los hijos y la felicidad del cumplimiento del deseo personal podía parecer una utopía.

¡Pero no lo es desde el paradigma de la expansión de la conciencia y la activación de la genialidad femenina!

Desde la pureza que otorga la vulnerabilidad, estamos en profunda relación y vínculo con nuestros hijos y con sus verdaderas necesidades. Es por ello que una parte fundamental de nuestro deseo será el deseo de cuidar de nuestros hijos de la mejor manera posible. Sin embargo, también estaremos en profunda conexión y vínculo con nosotras mismas y podremos establecer respuestas adecuadas para nuestras propias necesidades de crecimiento y expansión personal. El deseo del cuidado de los hijos y el deseo de alcanzar nuestros sueños personales son integrados y trascendidos en una nueva visión unitiva de la vida. Se desvanece la percepción del deseo del bienestar de los hijos y del

deseo personal de plenitud como opuestos y se los comprende como dos partes esenciales de una misma búsqueda.

Además, contaremos con la posibilidad de actuar desde el Amor ordenado, que se habilita gracias al perdón radical. Es entonces, gracias a la liberación de la fuerza que este amor libera, cuando comienzan a surgir nuevas oportunidades de integración. Por último, este proceso nos permite entrar en sintonía con nuestra visión y propósito más profundos. Gracias al profundo aporte de la intuición como canal de la creatividad, surgen desde nuestra misma fuente de sabiduría las herramientas, las revelaciones y la capacidad para superar todo miedo y permitir que nuestra verdadera luz brille e ilumine no solo nuestra vida sino también la de quienes nos rodean. Esta activación del poder personal no solo te libera a vos, sino también a tus hijos.

*«Nuestro miedo más profundo no es no ser capaces.
Nuestro miedo más profundo es que somos enormemente poderosos.
Es nuestra luz, no nuestra oscuridad lo que más nos asusta.
Nos preguntamos, ¿quién soy yo para ser brillante, atractivo, talentoso, fabuloso?
De hecho, ¿quién eres para no serlo? Eres un niño de Dios.
El disminuirse no le sirve al mundo.
No hay nada de sabiduría en encogerse para que otros no se sientan inseguros cerca de uno.
Estamos predestinados a brillar, como los niños lo hacen.
Nacimos para manifestar la gloria de Dios que está dentro de nosotros.
No está solo en algunos de nosotros, está en cada uno.
Y cuando dejamos que nuestra luz brille, inconscientemente permitimos que otros hagan lo mismo.
Al liberarnos de nuestros propios miedos, nuestra presencia automáticamente libera a otros».*

Marianne Williamson – (Cita leída por Nelson Mandela en su discurso de asunción presidencial).

¿Recordás lo que mencioné acerca de cómo el nuevo paradigma trae aparejado un nuevo código de la conciencia espiritual de la humanidad?

Pues bien, este código es el código de la integración, en la que dos se vuelven uno y la bienaventuranza se manifiesta. El amado halla al amante y la razón de la creación de este vasto universo golpea las puertas de la conciencia invitándonos a hacer un giro definitivo en U y reencaminar nuestro destino hacia nuestra verdadera naturaleza interna que no es otra que la del Amor, que creyó ser Amante y ahora se descubre en su real identidad como el ser Amado.

Una visión posible, un nuevo mundo

Hemos hablado de la vulnerabilidad, la intuición, el perdón y la sintonía.

¿Qué tienen en común estos 5 aspectos?

¡Son cualidades inherentemente femeninas!

Tienen todo que ver con lo oscuro, lo sutil, la dulzura, lo receptivo, todos ellos aspectos netamente femeninos o, como dirían desde la perspectiva oriental, con el aspecto Yin de la vida.

¡El campo de batalla actual no es una guerra en el sentido masculino del término! Es una batalla significativa y profunda en la cual la cualidad femenina se convertirá en una fuerza poderosa e irrefrenable que tiene el poder de salvar a la humanidad desde la suavidad.

Entonces, libres ya de todo miedo, desde este núcleo candente de plena y pura consciencia, se produce un Big Bang en el micro universo de nuestra consciencia y una nueva vida se manifiesta. Se siente un aire nuevo, es una delicia vivir.

Si te interesa profundizar en las 4 Esencias de la Genialidad Femenina y cómo activarlas y ponerlas en práctica en tu vida cotidiana de manera definitiva para tu bien, el de tu familia y el de toda la humanidad (¡en serio!), te invito a que solicites una sesión gratuita de coaching conmigo en www.mariaraiti.com y conversemos juntas sobre cuál es el mejor plan personalizado para vos.

© Lic. María Raiti