

Capítulo 15

Uno más uno

A dos días de saber acerca de mi embarazo, principiaban mis estudios de maestría. Una maestría en Desarrollo Humano.

No me ubicaba otra vez como estudiante, con maestros, tareas, trabajos...

No estaba segura si continuaría hasta finalizarla o no, pero sí sabía que quería hacerlo, empezar algo nuevo, aprender cosas distintas.

El primer día de clases fue un choque tremendo en cuanto a lo que estaba acostumbrada, o más bien, ahora lo veo, a como quedé adiestrada a recibir cátedra por el método tradicional.

Habían pasado ya 18 años de la última vez que estuve sentada en un pupitre. Llegué con el temor normal hacia lo desconocido, con mi libreta, mis útiles listos para empezar y buscando rostros que me fueran familiares.

Apenas entramos al salón y la maestra puso música, pidió que cerráramos los ojos y empezó a hacer un ejercicio de relajación y respiración.

Algunos de mis compañeros se pararon para irse a acostar en la alfombra.

Yo estaba extrañada, asustada y hasta avergonzada.

No entendía qué sucedía. ¿Para qué era eso? ¿Por qué se valía acostarse? ¿Cómo sabían ellos que eso se podía hacer?

El grupo era pequeño. Comenzamos trece alumnos solamente y recuerdo la cara de todos mis compañeros con los ojos cerrados, algunos serenos, otros con los párpados moviéndose, temblando, tensos, unos con un respirar pausado y otros, sumamente agitado.

La maestra daba instrucciones de soltar los músculos, de poner la mente en blanco, de abrirse a la experiencia.

No podía comprenderlo. Me sentía incomodísima y por supuesto, no pude ni relajarme, ni cerrar los ojos, ni comprender que ese era el principio de un mundo nuevo para mí. De un horizonte que se mostraba ante mis ojos, en el cual era la conciencia la que se abriría y me permitiría alcanzar mejores niveles de comprensión, humildad y madurez.

Tampoco sabía que era el estreno de una gestación doble, es decir, el momento de mayor creatividad en mi vida, pues no solamente creaba un nuevo ser en mi interior, sino que también estaba creando otro ser adicional, que no se desprendería de mí al término de los nueve meses. Fue justamente ahí y así, como se empezó a gestar una nueva Graciela. Alguien que terminó por ser completamente diferente a la que ingresó, porque empezó a ver la vida y a percibir la realidad, también de una forma completamente nueva.

Esta etapa fue como principiar en un doble juego, una doble vida.

Por una parte me sentía feliz, plena, realizada. Me sentía fuerte, segura de mí misma,

de mis capacidades, de los logros que iba alcanzando personal y profesionalmente. Tenía más y muy cálidas amistades; salía a pasear, a fiestas, me divertía, bailaba, hacía cosas que tenía años sin hacer. Sin embargo, por otro lado, me empecé a conocer de otra forma, a ver mi pasado con otros ojos, a tener dificultad para adaptarme, a darme cuenta de un sin número de aspectos no resueltos, de prejuicios, de errores de percepción, de educación, de falta de consideración hacia los otros, en fin, una enorme cantidad de cosas que, a medida que se iban descubriendo ante mí, me hacían sentir un dolor profundo, una tristeza enorme, un vacío que ha sido difícil de llenar.

Un vacío que había estado ahí, molestando, sigiloso, pero obstruyendo cada intento de avanzar, de alcanzar un estado de paz.

Por ejemplo, recuerdo perfectamente los primeros dos días de clase, el argumento central fue sobre la libertad.

La forma de exponer el tema, los conceptos que se discutieron ahí, la profundidad del contenido, me provocaron una verdadera revolución interior.

Salí pensando: "es cierto, soy libre..., ¡soy libre!.. y lo había olvidado".

"Soy yo la que escoge, la que toma las decisiones sobre hacer o dejar de hacer, y aún haberme esclavizado en el negocio, haber caído en una rutina pasmosa y bajo un estrés exagerado, ha sido opción mía, solamente mía".

Así fue como se puso en marcha un mecanismo interior que no ha cesado todavía. Sigo cuestionándome, aprendiendo, reflexionando, buscando un desarrollo humano personal en cada ocasión, en cada interacción, en cada una de mis acciones incluso.

En esos momentos me sentía con mucha energía y mucho entusiasmo, aún cuando pasaba días enteros sin dormir, y me sentía cansada con el ritmo de trabajo y la asistencia a clases, además, físicamente me sentía terriblemente mal, exageradamente mal.

Para empezar, tenía un intenso dolor en el vientre, mareo, una horrenda y desagradable náusea que nunca en mi vida había experimentado ni siquiera por un minuto. Una náusea tan intensa que hasta tomar agua me daba asco. Además, tenía una dolorosa sensación en toda la carne de mi cuerpo, parecía como si se me estuviera desintegrando, como si se fuera convirtiendo en carne, literalmente, molida.

Además de los síntomas anteriores que no me parecían "normales", pasaba todo el día adormilada pero sin poder conciliar el sueño, me hinchaba mucho, sentía un constante cansancio, me faltaba notablemente el aire y me agitaba muchísimo.

Cada día era más y más pesado e insoportable, de tal forma que decidí pedirle a mi ginecólogo que me adelantara algún estudio para ver qué era lo que estaba pasando.

El doctor me dijo por teléfono que no podría anticipar los exámenes porque no servirían de nada en ese momento. Me comentó que había que esperar a que se cumplieran 6 semanas de embarazo, pero que él pensaba que podrían ser tres las posibilidades de lo que estaba ocurriendo:

- Que fueran únicamente síntomas *normales*, pero que me sintiera así porque mi presión y mi corazón estaban ajustándose y poniéndose al servicio de crear una nueva vida;
- Que el embarazo fuera extrauterino;
- Que estuviéramos hablando de un embarazo múltiple.

Entre lo mal que me sentía y esta gama de posibilidades dormía menos cada vez.

No sólo no *quería* pensar, ni siquiera *podía* hacerlo.

En ese entonces, todavía tendía a creer en mi fuerte predisposición a la "mala fortuna", a que me pasara lo peor de las opciones disponibles. Por una parte, no me creía con posibilidades de un embarazo múltiple, aunque me retumbaba en la memoria la frase del doctor y la cara de alegría que puso cuando el día del último procedimiento de inseminación, comentó: "muy bien, tenemos ocho óvulos maduros de muy buena calidad".

Por otro lado, los síntomas que padecía no me parecían típicos, ni producto de una gestación normal. Estaba seriamente preocupada.

La alternativa que contemplaba era un embarazo extrauterino y no quería ni pensar en la posibilidad de perder lo logrado, de volver a empezar o tener que despedirme de la posibilidad de ser madre.

23 agosto 1998

"Hoy estuvo menos atractiva la clase que ayer, pero me parece que comienza la integración real y hasta afectiva del grupo, aunque noto que yo tardo más en adaptarme.

Soy demasiado desconfiada y lenta para desarrollar afectos sinceros en poco tiempo.

Lo que me pone incómoda son esos ejercicios donde todos se tiran al piso, ahora sólo quedo yo en la silla, en fin... terminaré por adecuarme.

Aún así, hablamos de cosas muy interesantes: sobre la libertad y la independencia del ser, y de cómo mucha gente, bajo la excusa de conservar éstas, esconde un miedo terrible a entablar una relación de compromiso, mientras que otros tiemblan ante el pavor de sentirse libres, y crean apegos y dependencias.

Hablamos del trascender, de la existencia, de la identidad del ser, pero recibí un duro golpe con el siguiente comentario textual:

"Un hijo es una renuncia radical, se acabó el estrellato. Traer a un hijo al mundo sin pareja es un acto de brutalidad, no es un acto libre ni responsable. No es trascendente. Cuando las mujeres deciden ser madres solteras en forma consciente, lo hacen por una compensación para no quedarse solas, ¡que "poca" tienen! Traer al mundo así a un ser que no lo pidió y que además, desde su nacimiento, será rechazado por la sociedad, para no encontrar nunca su lugar."

Mientras ella decía eso, casi todas mis compañeras formaron un coro que respondía: "Es terrible", "una barbarie", "que egoístas", "no tienen perdón", y cosas adicionales que mi presión arterial no me permitió seguir escuchando....."

Me doy cuenta de que he cambiado mucho; antes hubiera alzado la voz para exponer y defender mi verdad. Ahora guardé silencio, pero creo que llegará el momento adecuado para lograr que comprendan empáticamente desde mi percepción una situación como la mía, aunque finalmente nunca lleguen a aceptar el hecho; al menos esa esperanza tengo.

Pensé que la maestría era para que nos enseñaran a conocer, comprender y por lo tanto aceptar y respetar a toda persona humana, incluyendo sus propias historias personales y sus actos... en fin... fue el primer golpe, de los muchos que estoy segura tendré que enfrentar...

Ahora comprendo que generalizaba y me precipitaba en mis conclusiones. Esta situación jamás se repitió con ningún otro de mis profesores durante todos mis estudios. Además, mis compañeros se alegraron junto conmigo, cuando se enteraron de mi embarazo.

De esta fecha en adelante los malestares físicos ocupaban todo mi tiempo y todo mi espacio. Entre mis apuntes, encontré una gran cantidad de mensajes escritos por mí, con textos como los siguientes:

- *"No he querido decir nada porque no deseo mortificar a nadie, bien sabes lo mucho que he luchado por vivir este momento de mi vida, pero no me he sentido bien. Amanezco con muchas ganas, con mucho entusiasmo e hinchada, pero contenta, sin embargo, a medida que avanza el día me voy poniendo mal y cada vez peor, me falta el aire terriblemente, me agito muchísimo, me duele mucho el vientre, si no es un ovario es la matriz y es un dolor muy intenso, hay ratos que creo que me voy a desmayar o que algo va a reventarse adentro. (Yo no creo que sea embarazo múltiple, pero mejor no digo más, porque todo me sale al revés).*
- *Me duele cada pedazo de mis músculos. Estoy despierta desde las 3:30 a.m. y no puedo volverme a dormir.*

- *Este viernes cumplo seis semanas de embarazo, y para el sábado, le empezará a ¡latir el corazón!, ¿A poco no es emocionante? Es maravilloso saber que nuestro cuerpo es capaz de procrear otro ser, al menos yo estoy deslumbrada con este suceso.*
- *He tenido días largos y difíciles, días buenos y días pésimos, he sufrido algunos malestares, como la náusea intensa, pero para colmo me dio gripa, así que entre calentura y demás, me he visto muy mal.*
- *Confieso que a ratos pido esquina, tuve que estar dos días en cama, no puede mas que leer...*
- *La gripa se desató con fuerza, los malestares generales están graves. Me siento desesperada, son muchos días ya sintiéndome tan mal, empiezo a hartarme aunque sé que no logro nada.*
- *Ya me da pena quejarme pero sigo igual, hablé temprano con el ginecólogo y no pudo adelantarme el estudio para hoy. Lástima. Hubiera descansado bastante de ese asunto, pero por lo menos me recetaron unas pastillas para la náusea y vómito, aunque no me han ayudado aún para nada. Además, siento miedo al tomarlas, supongo que el doctor esté totalmente seguro de que lo que hace no le hará daño al feto. No hubiera querido ni probarlas pero sinceramente no puedo seguir así. Vaya, hasta el agua me provoca náusea.*
- 1+1

¡SON DOS!

¡Estoy asustada!

En la mañana estuve con el doctor y dice que por eso me siento tan mal.

El embarazo viene normal, es decir, intrauterino, pero es de alto riesgo porque se junta el que sea embarazo doble con mi edad, y si para un sólo feto no es inconveniente, para dos, se hace peligroso.

Tendré que procurar cuidados especiales y efectivamente, el próximo año me la pasaré encerrada en casa varios meses si quiero lograrlos.

Estoy muy feliz y al mismo tiempo, asustada... es un doble reto, si mi cuerpo aguanta, pues, yo no tendré otro remedio...

No asimilo bien la idea todavía, nada más de pensar ¿cómo le haré para salir del hospital con dos chiquitines en brazos? ¿Cómo para salir a la calle con ambos? (Quizá

ahora sí debería ir pensando en conseguirles un papá que me ayude con la chamba ¿verdad? No me hagas caso, ¡estoy bromeando!).

Ya tengo la primera "foto" de mis niños, sus corazoncitos ya están funcionando, de hecho en este momento todos completos son "puro corazón".

Sabía que mamá me iba a dar una manita desde allá arriba, y que las buenas vibraciones no podían fallarme, pero nunca imaginé que las dos cosas me iban a funcionar al mismo tiempo... y... ¿ahora?

Ahora ya no hay marcha atrás, así es que ¡a festejar!

Capítulo 16

Mi desarrollo humano personal

CONTRASTES

*Entre crecer y aprender voy por mis días,
no termino de entender un código,
cuando otro está por descifrarse.*

*Entre valorar las experiencias y sanar viejas heridas,
dejando mi alma lista para otras aventuras,
no se cubre aún con cicatriz,
cuando la piel abre otra vez,
el surco que supura.*

*Entre soñar y ser realista,
entre madurar y disfrutar cual niña,
entre creer en el amor y desconfiar de sus mentiras,
entre suspirar por algo nuevo y aferrarse a lo vivido.*

*Entre no saber decir que no,
y no poder entregarse en plenitud a un sí,
entre crítica que ignoro,
entre quejas y lamentos,
entre sueños ya perdidos y otros nuevos que hoy me invento.*

*Entre viejos amores no comprendidos,
entre nuevos amantes temporales y efímeros,
entre la ensoñación de un mejor futuro,
y la aplastante realidad del presente sombrío.*

*Entre luz y sombra, entre agua y fuego,
entre salado y dulce, entre dolor y contento,
entre entrega y recelo,*

*entre suspiros perdidos y emociones que anhelo...
así transcurren mis días mientras me muero de miedo,
mientras confiada y segura,
voy madurando...envejeciendo.*

Graciela Ríos

Me gusta escribir. Sería muy presuntuoso decir que escribo poemas. Pero me gusta escribir emociones que a veces no puedo expresar o compartir en voz alta.

Me libera, aunque sea un poco, de la ebullición de pensamientos y sentimientos que danzan continuamente en mi interior.

Me inscribí en un taller literario cibernético, mandé un par de poemas y la persona que fungía como crítico me dijo que mi poesía era narrativa.

Se me ocurrió entonces mandar una narración para que la evaluara y su respuesta me sorprendió: "Te felicito Graciela, en tu narración logras alcanzar un gran estilo poético".

Hasta ahí llegó mi interacción en ese taller.

Me llamó la atención la contradicción, me hacía gracia.

Así que mi poesía es narrativa y mi prosa es poética, pensé.

No le di más importancia. En cambio ahora, a través de mis estudios de maestría, alcanzo a comprender muy bien la diferencia.

Creo que uno de los principales problemas y una de las causas de más malestar durante esos años de estudio, fue enfrentarme con la realidad de cómo me percibían mis compañeros.

A los 20 años ya había terminado mi carrera profesional e inicié mi propio negocio -mismo que aún conservo-, así que me llené de ocupaciones, responsabilidades, obligaciones y compromisos laborales.

Pensé que alcanzar el éxito profesional era sinónimo de la obtención del triunfo personal, por lo cual trabajé arduamente, intensamente, intentándolo.

Así, pasé demasiado tiempo dedicada a mi oficio, conviviendo con personas con las que tenía exclusivamente un trato profesional, laboral o de negocios, de tal forma que desatendí incluso, que existiera la posibilidad de tener otro tipo de relaciones. Olvidé que había la posibilidad de sostener conversaciones más cálidas, con mayor diplomacia y sensibilidad hacia los que me rodean.

Quizá fue la forma reiterada en que se fomentó durante mi crianza las ventajas de ser una persona de carácter fuerte, decidida, con dones de liderazgo, de mando, de decisión y de lucha.

Sin embargo, siempre me he considerado muy afectiva y de sentimientos muy intensos.

Tenía pocas amistades y con ellas me bastaba. Esas amistades eran, lo son todavía, profundas e íntimas, y no había necesidad alguna de mostrar o de demostrar nada. Me conocen muy bien, sabían, saben perfectamente de mi sensibilidad, de mi ternura y de mi capacidad de amar.

Así que di por hecho que toda la gente me percibía de la misma manera.

La realidad era muy distinta; me fue muy triste el reflejo que obtuve de mis futuros colegas.

Ellos me señalaban como alguien demasiado "intelectual", que ponderaba en extremo la virtud de la inteligencia y desdeñaba a las personas que no la poseían.

De alguna manera o de todas las maneras, se sentían excluidos, menospreciados, subestimados.

No era mi intención, no lo fue nunca, pero ahora comprendo que siempre estuve demasiado ocupada en mí, centrada en mí y en mis necesidades, como para reparar en los sentimientos de los otros.

¿Egoísmo? Seguramente sí, aunque haya sido involuntario.

Si pudiera hablar a mi favor, ahora que comprendo mejor mi interioridad, diría que en realidad, sólo estaba tratando de cubrir necesidades que me quedaron pendientes durante años, desde mi infancia.

Siempre había pensado que lo que estaba haciendo era realizar la construcción de mi "ser" adulto. Que luchaba por cumplir mis sueños, por obtener el espacio en el cual me haría un lugar en la sociedad y en el mundo en donde me desenvolvía.

No me di cuenta en realidad de lo que pasaba. Jamás pensé que lo que había hecho durante todo ese tiempo, había sido el inicio del montaje de máscaras, mecanismos de defensa, posturas o simulaciones de mi ser, que eran ajenos a mí misma. Montajes que de tanto usar, había terminado por pensar que me eran propios y que me pertenecían.

Cuando ingresé a la maestría me consideraba una persona formada, madura, un ser integral.

Aunque había logrado mucho de lo que me había propuesto, no era feliz, ni siquiera remotamente.

Ya en ese entonces me había dado cuenta de que no alcanzaría todo lo que había soñado. Que la vida no es predecible, que da y quita sin avisos, sin consultas.

Me había envuelto en una rutina que marcaba mi existencia por el girar de las manecillas del reloj. Creí que estaba construida y simplemente me había encerrado en un mini-mundo personal, aburrido, letárgico, pasmoso.

Estaba completamente alienada y ni siquiera lo sospechaba. Sólo sabía que la vida había perdido sentido para mí.

Justamente por eso, el haber vivido el período de terapia, había resultado un sismo que me removió las entrañas.

Fue el espacio terapéutico en donde encontré un sitio para hablar de mí y ser escuchada, para analizar y reevaluar posturas y posiciones, para descubrirme y conocerme. Por eso me gustó tanto, por eso fue que lo disfruté intensamente y por lo que decidí emprender un viaje al centro de mí misma y comenzar mis estudios en desarrollo humano.

No me había equivocado.

Estudiar desarrollo humano es precisamente eso, un viaje al centro de las entrañas, las raíces, la esencia, la parte divina que todos los seres humanos poseemos y que al menos yo, ni siquiera había vivenciado.

Cuando en una de las primeras clases nos dijeron que éramos un proyecto inacabado, que la tarea desde que nacíamos era convertirnos en personas "*humanas*", que el proyecto solamente culminaba con la muerte, que el acto de morir era el que cerraba al fin el ciclo de la vida, me sentí llena de esperanza.

No obstante, reconozco que empecé la trayectoria de los estudios con una actitud muy escéptica, con muchos temores, como el de hacer el ridículo, al rechazo, a la falta de aceptación, a perder mi tiempo. Tenía miedo de no aprender, de tirar mis ahorros, de hacer nuevas amistades que me demandaran tiempo y compromisos.

Comencé haciendo muchas críticas, poniendo demasiados inconvenientes a todas las propuestas. No estaba conforme con casi nada. No tenía confianza, ni en el proceso, ni en los instructores, ni en los contenidos de las clases.

Qué manera de estar siempre en contra, de mostrar resistencia y oposición. Qué increíble mi actitud y mi comportamiento, severo, duro, implacable entre lo que a mi juicio era lo correcto o no lo era.

Sin embargo, el primer fin de semana de clases quedé impactada con la primera munición que me pegó y que iniciaría el proceso de demolición de mis murallas de defensa. Ese fin de semana inicié mis primeros aprendizajes significativos.

Desde ahí fue un ir de un asombro a otro, fue como una cadena de aventuras que me llevaron al conocimiento de mi misma, del ser humano en general.

Me hubiera gustado llevar un apartado especial en mis apuntes con clasificaciones que dijeran: “autoconocimiento”, “refuerzos”, “mecanismos de defensa”, “confrontaciones”, “aprendizajes significativos”, “transferencias positivas y negativas”, etcétera.

El proceso de “conexión de islas o de insights” fue fabuloso. Al lograrlo, en lugar de tener dos elementos, éstos se convertían en uno múltiple, de datos, conocimientos, información que me nutrían aún más. Cada vez que un elemento de aprendizaje se unía con otro y otro, crecían geométricamente, se expandían y me enriquecían. Aún lo hacen.

Por mucho tiempo estuve asombrada y extrañada de mí misma, de mis cambios en la manera de percibir mi mundo, mi pasado, mi presente y mi entorno.

Estuve impactada con la visualización de nuevos escenarios en viejos sitios de mi propia estructura mental, de la nueva luz con que se iluminaban los mismos pasajes.

Debo reconocer que no fue fácil. Que el camino fue tortuoso, que lloré copiosamente, que me costó trabajo, dolor y un enorme esfuerzo.

Sufrí al verme a mí misma de una manera que no conocía y que además, no me gustaba.

Creí por mucho tiempo que los mecanismos de defensa eran para protegerme de los otros, y ahí descubrí que en realidad me sostenían a mí misma, que se forjaron o los forjé para que no me fuera tan duro ver mis propios errores y mis propias limitaciones, mis miserias y mis carencias. Eran en realidad instrumentos que me daban fuerza y me permitían un autoengaño, el que me protegía contra mis propios juicios y prejuicios. Cuando logré despojarme de muchos de ellos, cuando los hice conscientes, fue ya tan poco lo que tenía que decir a mi favor, tan poco lo que podía justificar.

Sin embargo, ahora tengo marcos de referencia alternos que me permiten cambiar mi opinión y el significado de muchas cosas, por ejemplo: antes repetía una frase que oí y me gustó mucho, “tengo mis motivos para ser como soy”. Ahora creo que es más conveniente complementarla diciendo: “pero también tengo motivos para ser mejor de lo que soy”.

Porque en este descubrimiento de mí misma, me he vivido más libre y más plena. Acepto mejor a los otros, pero no como un acto de “aceptación” per se, sino de comprensión y comprensión.

El desarrollo humano me enseñó que lo más importante no es la adquisición del conocimiento teórico o del conjunto de nuevas fórmulas, métodos, o caminos a seguir para la resolución de problemas, sino la experiencia que se desencadena, en el trayecto mismo de la acumulación del aprendizaje.

Es que en esos años de estudio aprendí más al poner atención a la variedad de prácticas con que cada maestro intentaba transmitir sus conocimientos; al examinar la manera en que me iba comportando durante la convivencia cotidiana con mis compañeros; al cuestionarme si podía aceptarlos y comprenderlos con nuestras propias diferencias, pero al mismo tiempo, si podía reconocerlos como parte integral de una misma totalidad: el cosmos.

Aprendí también, a observar la lucha natural que se gestaba, cuando se intentaba obtener la satisfacción de nuestras personales necesidades, pero además, cuando contemplé los esfuerzos que hicimos por armonizar nuestros lazos unos con los otros.

Me beneficié de la reflexión que se hacía sobre nuestra actuación y comportamiento ante circunstancias favorables o adversas; al abstenernos o al participar; al escuchar o al expresarnos. Al mirar la forma en que reaccionábamos ante las críticas, los juicios, el rechazo, pero también de la manera en que procedíamos ante los intentos de control, de sobreprotección, ante las palabras de adulación o de halago.

En el trayecto del aprendizaje, me desarrollé más cuando permití que se produjera una combinación de viejas ideas con otras nuevas, de tal forma, que algunas veces logré provocar una generación geométrica de novedosas percepciones, con las que asimilé, conformé e interpreté mi realidad, terminando por enriquecerla.

Lo importante no fue la colección de conocimientos, sino someter mi mente, mis emociones y mis sentimientos, a un proceso que me permitió lograr cada vez, una mayor expansión de mi conciencia.

Ahora sé que la transformación de la conciencia es algo que no puede estudiarse, ni aprenderse, que sólo puede experimentarse.

Puedo asegurar hoy, por ejemplo, que todos los que concluimos ese ciclo escolar, aunque pudiéramos parecer los mismos que cuando ingresamos, en realidad somos ahora personas totalmente diferentes.

Aún así, me doy cuenta también de que solamente sé un poco más de lo que sabía, y que representa una parte muy pequeña de lo que lograré saber más adelante.

Mis estudios de desarrollo humano me permitieron acceder al conocimiento. Leí, analicé e intenté profundizar en las teorías de los autores más importantes de este movimiento, principalmente Carl Rogers su iniciador, pero también Martin Buber, Víctor Frankl, Virginia Satir, Elisabeht Kübler Ross, Carl G. Jung, Erich Fromm, B.F. Skinner, Abraham Maslow, Rolo May y tantos otros.

De ellos comprendí muchos aspectos sobre la importancia de convertirse en persona, lo necesario para lograr los maravillosos encuentros yo-tú de intimidad emocional, la conformación y desarrollo de la autoestima, el valor y la aceptación de la muerte ajena y

propia. Aprendí sobre mi capacidad de amar, la búsqueda del sentido a la vida y tantas cosas valiosas adicionales.

Pero quizá mi logro más importante fue haber alcanzado una nueva capacidad para relacionarme con las personas, descubriendo en ellas su sensibilidad, la búsqueda de su verdad, su libertad, apreciando sus talentos y su creatividad, logrando así, encuentros especiales y creando vínculos, que me ofrecen sentimientos de afinidad y de unidad, de luminosidad, de conexión, de atemporalidad y de amor, que antes ni siquiera sospechaba.

Creo que simplemente haber logrado esto, ha hecho posible que evolucionara yo misma, hacia niveles más elevados de comprensión, intuición y discernimiento.

De todas formas, sé que todavía no domino el apego a los nuevos valores que he adquirido, ni a los aprendizajes obtenidos, pero también sé que sigo trabajando en ello.

Por fin empiezo apenas a recobrar fuerzas para iniciar la construcción de planes de acción concretos que me permitan seguir creciendo y aprendiendo en este camino del desarrollo humano personal.

Sin embargo, confieso que algunas veces me canso del intenso desplazamiento al fondo de mí misma y al igual que las mariposas monarcas, me coloco en las corrientes de aire ascendente, para dejarme llevar planeando, y aletear solamente cuando suavice el viento o cuando éste, cambie de rumbo.

Capítulo 17

Complicaciones

El proceso que experimenté en esa época, fue como la vida misma: ambivalente, paradójico, contradictorio.

¿Qué de todo me cambió? ¿La terapia? ¿La maestría? ¿La maternidad?

¡Todo junto, quizá!

Por supuesto ayudó la disponibilidad de estar abierta a la experiencia. La apertura para hallar nuevas aventuras con un firme propósito de un cambio y una mejora. No puedo negarlo, cambio y mejora que probablemente no se hubieran disparado nunca sin... ¿la influencia?, así podría considerarse, aunque más bien, yo le llamo "magia". Sí, la magia con la que mi terapeuta resignificó mi vida; la destreza con que me mostró la infinidad de posibilidades hacia un mejor porvenir.

"¿Cómo podría contribuir yo, para que dejaras de verte a ti misma al borde de la decrepitud?", me dijo un día.

Creo que aún ahora no imagina la gratitud que le profeso por el beneficio que he recibido gracias a sus contribuciones.

Durante los años de tristeza que experimenté, mi carácter había cambiado muchísimo. El malhumor era constante, me volví muy crítica, muy exigente conmigo y con los demás. La severidad de mis juicios, la aprehensión y el miedo a todo, se habían apoderado de mí.

Así que conscientemente decidí, que en el transcurrir de mi embarazo, no haría un sólo coraje, no perdería la paciencia, no me angustiaría por cosas sin importancia; resolví que no inundaría a mis hijos con adrenalina, y que no les transmitiría momentos de estrés o de angustia innecesaria.

No era difícil cumplir con mi propósito ya que el embarazo me llenaba de alegría y gozo todos los días.

Influyó, seguramente, el valor que le daba a vivir una experiencia, que en mi mente, ya se había dado por cancelada. No tenía ni la más remota sospecha o ilusión de que alguna vez podría experimentar la maravilla del momento, la época de mayor creación que puede gestar un ser humano, privilegio, exclusivo de las mujeres.

A pesar de las náuseas terribles, de los malestares físicos intensos, me fascinaba lo que estaba sucediendo en el centro mismo de mi ser.

Todas las veces que podía, fuera de día o de noche, mientras me sentaba a trabajar en la computadora o mientras leía algún libro, me ponía unos audífonos sobre el estómago y escogía música clásica con la intención de que los gemelos la pudieran escuchar dentro del vientre y logran apreciar la armonía y la cadencia de los grandes compositores.

Así descubrí que Mozart es uno de mis autores favoritos, que me impresiona su inmensa creatividad, su espontaneidad, su capacidad para no repetirse a sí mismo, en una palabra, su genialidad.

Además, había oído que en experimentos y estudios hechos a los no natos se les hacía escuchar música de Mozart y de Bethoveen, y que, después en su infancia, lograban un desarrollo mayor de lo que logra el común de la gente, en cuanto a su habilidad para la música y las matemáticas.

Por si fuese cierto, a mí nada me costaba el intento de ofrecer lo mejor.

Poco después de saberme embarazada de gemelos, tuve que someterme a otra intervención quirúrgica.

El ginecólogo había sugerido un procedimiento que consiste en insertar un "cerclaje", que sirve a manera de cierre en el cuello del útero, para evitar -que por el peso excesivo- se pudiera distender demasiado, y por lo mismo, se provocara el nacimiento prematuro de los niños.

No dudé un instante en hacerme la operación cuando el ginecólogo dijo: "No me he arrepentido una sola vez de haber puesto un cerclaje, en cambio, sí me he arrepentido un par de veces de no haberlo hecho".

No había más qué pensar. Cualquier cosa me parecía ya insignificante con tal de lograr mi meta.

La operación era sencilla pero aún así tuve que estar incapacitada por una semana.

Estaba ilusionada con el cambio de rutina, con los nuevos retos, con la maravillosa posibilidad de hallarme –dentro de muy poco-, ante la experiencia del maternaje.

Cuando la gente se empezó a enterar de mi embarazo fui yo la que se llevó grandes sorpresas.

Algunos rechazos, terribles, molestos, es cierto, pero muy escasos, nada que me haya turbado o hecho sentir culpa o arrepentimiento.

Sé que mucha gente no es capaz de decir lo que piensa o lo que le pudiera estar provocando en su interior una decisión como la mía, pero recibí más cariño y elogios, de lo que hubiera jamás imaginado.

Ahora comprendo que habría sido un gran error suspender mis planes sólo por el miedo a lo que los demás pudiesen pensar o por el temor a su crítica o a su rechazo.

Creo que me habría perdido de lo mejor que he experimentado por el miedo al qué dirán, que me habría abstenido de darle nueva vida a mi vida, y un nuevo y valioso sentido a mi existencia, por algo que ni siquiera sucedió.

En cuanto la gente me miraba y escuchaba mi historia, recordaba a esa hermana, a esa hija o a esa amiga, que aún ahora se lamenta de no haberse atrevido a enfrentar a una sociedad a la cual muy poco le importan sus integrantes, como no sea para criticarlos, señalarlos, para intentar controlarlos. O al menos eso es lo que pienso, lo que me ha tocado vivir.

Otras mujeres, lo sé, me lo han dicho, lamentan que en su época no existiera la posibilidad de esta alternativa.

Pienso que estas reacciones son parte de lo que me ha animado a escribir este libro. Ha sido difícil exponerme de esta forma, hacer parte de mi privacidad del conocimiento público, pero si esto ayudara a alguna mujer o a alguna pareja a gozar un período de felicidad como lo que yo he vivido gracias a mi decisión, quizá valga la pena.

Ahora recuerdo un dicho que con frecuencia menciona una amiga: "De lejos todas las montañas son azules; de cerca, todas las personas son humanas".

Exactamente así me pasó a mí, ya no veo más a la sociedad como un ente inanimado, sin cuerpo, enemiga. Ahora, sé que con un poco de acercamiento, de disposición, de empatía, si no todos, muchos podemos aceptarnos y hasta querernos.

Llegó entonces el momento de evaluar si me practicaba o no el estudio llamado "*amniocentesis*"; que consiste en introducir una jeringa por el ombligo, atravesar la placenta para tomar un poco del líquido amniótico y analizarlo, para saber si el feto, en este caso si ambos fetos, podrían sufrir alguna anomalía en su desarrollo físico o mental, también, si alguno de ellos pudiese padecer, entre otros, el Síndrome de Down.

Había dicho a todas voces que por ningún motivo quería dar a luz a un niño enfermo, al menos si podía yo evitarlo.

Incluso el psiquiatra que me había recomendado mi neurólogo cuando estaba en la fase más difícil de mi depresión, me había dicho que me asistía "el derecho" a tener un hijo sano.

Sin embargo, la decisión se complicaba muchísimo, porque en primer lugar, no era un nene sino dos de los que se estaba hablando; se había demostrado además, que existe la probabilidad de que a la hora de insertar la aguja hasta la placenta para absorber un poco del líquido amniótico, se produjera un aborto.

Lo que pasa es que, como estos estudios se hacen en el período del embarazo en que se producen abortos espontáneos, es difícil saber qué porcentaje de ellos, pueden ser atribuidos a su realización.

Por otra parte, a pesar de que el aborto pueda ser legal en caso de demostrarse algún defecto en los fetos, no es de ninguna manera una decisión fácil de tomar; no creo que lo pueda ser para ninguna madre, que esté en pleno juicio y uso de sus facultades mentales. Pero, algo que lo complicaba aún más, era que los resultados se entregarían al cumplir los 5 meses o más de embarazo.

Decidir un aborto de un producto tan avanzado, me parecía una solución terrible, aterradora.

Por otra parte, sin fundamento alguno, la probabilidad de tener un hijo que no fuera sano me parecía remota. ¿Por qué había de tocarme a mí? Aunque luego me respondía, y... ¿por qué no?

La felicidad que había estado experimentando en esos meses, no me permitía visualizar qué pasaría conmigo si, por hacer el análisis, me ocurriera un aborto espontáneo.

Hablé de mis temores con el médico. "Creo que tiene razón Graciela, pienso que no vale la pena arriesgarse, si algo sale mal se le va a romper la cadena de los sesos" me dijo.

En ese instante tomé la determinación de no hacerme el estudio, pero además, de no volver a pensar en eso.

Nunca más dudé de la certeza de procrear un hijo sano.

Así seguí feliz con mi embarazo, con mis cursos, con mi trabajo, todo armonizando alrededor de mi nuevo estilo de vida.

Empecé a vivir, como en los cuentos, en un mundo lleno de ilusiones y como digo al inicio, repleto de contradicciones y paradojas, ya que al mismo tiempo sufría cuando me daba cuenta de la falta de amor que había padecido a lo largo de mi existencia, mientras me miraba a través de los ojos de los que me rodeaban, mientras observaba las consecuencias de mis propias elecciones y al descubrirme como un ser imperfecto.

De pronto, todo pareció complicarse.

Al parecer uno de los gemelos había dejado de crecer al ritmo que se esperaba. La placenta que lo contenía se estaba calcificando más rápido de lo normal.

El líquido amniótico también disminuía con mayor rapidez.

Aunque yo no había querido saber el sexo de los gemelos hasta su nacimiento, no tuve más remedio que empezar a distinguirlos.

Después de varias pruebas, el radiólogo comentó que la niña era más grande y todo parecía normal en su desarrollo.

Me llenó de alegría saber que tendría una niña y quise enterarme del sexo del otro gemelo. Mi corazón empezó a latir rápidamente. Por una parte, pensaba que si eran dos niñas o dos niños, se me facilitaría su educación. Que sería más fácil que compartieran actividades extraescolares, una habitación, amigos, pero en realidad, estaba tratando de no hacerme la ilusión de tener la suerte de que fuera una “parejita”.

De pronto, el radiólogo dijo que el varón tenía el cordón umbilical enredado en el cuello como si fuera una corbata, lo cual, le estaba dificultando el acceso normal de sangre para irrigar su cerebro.

Es difícil describir lo que sentí, entre la emoción y alegría de saber el sexo de mis niños y al mismo tiempo, la angustia de que estuviera pasando algo malo en el desarrollo del pequeño.

Corrí al consultorio de mi ginecólogo.

Revisó los estudios y se alarmó tanto como yo. Aún así, me pidió que no me preocupara demasiado, me dijo que había que esperar un poco y me indicó que me metiera a un jacuzzi por dos horas todos los días con el fin de tratar de evitar seguir perdiendo más líquido amniótico.

Me realizaron un nuevo examen en otro hospital y a pesar del cordón enredado en el cuello del niño se veía claramente que la sangre sí podía pasar suficientemente a su cuerpecito; sin embargo, se temía que no fuera así, con el alimento, puesto que su peso era muy poco. Además, en cualquier momento, podría tener algún movimiento que le oprimiera el cuello con el cordón y se ahorcara.

La posibilidad que se estaba presentando era terrible. Se pensó en que era factible que murieran los dos niños. La nena tenía mayor peso, pero no alcanzaba lo suficiente como para sobrevivir en caso de que naciera en ese tiempo. Si lo hacía, las probabilidades de que fuera con serios problemas de salud, eran muy altas.

El niño estaba en mayor desventaja, puesto que pesaba mucho menos aún.

En ese momento los pequeños apenas iban a cumplir cinco meses de embarazo, sin embargo, según comentó un médico, siendo un embarazo gemelar, cinco meses equivalen solamente a cuatro de una gestación normal.

De ahí en adelante me pasaba muchas horas dentro del jacuzzi, todas las que podía. Me costaba mucho trabajo entrar y salir de ahí porque el estómago era cada vez más voluminoso y cada día me era más difícil moverme.

Dentro del susto, la angustia y todo lo malo que experimentaba física y emocionalmente en esos momentos, algo que disfrutaba muchísimo era ver cómo se movían dentro de mí en el momento en que el agua cubría casi por completo el vientre. Se veía rarísima la oscilación que se creaba, parecía una verdadera danza, en donde primero se movía uno levantándose y eso hacía que se empujara el otro hacia abajo, para después impulsarse hacia la superficie al levantarse también, mientras el otro descendía. Era como si mi piel fuera un oleaje; mi estómago se elevaba cadenciosamente de un lado a otro y yo me maravillaba al ver la vida dentro de mí manifestándose, haciéndose visible, palpable, presente. Ese ha sido un espectáculo maravilloso, una experiencia divina, lo digo literalmente, divina e inolvidable.

De pronto empecé a hincharme más y más.

Fueron días muy agotadores. Los doctores no veían con buenos ojos lo que estaba pasando.

El ginecólogo había dicho que la meta debería ser llegar a las 35 semanas de embarazo, por lo menos. Objetivo que parecía cada vez más difícil de alcanzar.

Lloré mucho y por instantes me sentía desesperada. Pasé sola muchas noches difíciles, muchos días, muchos momentos de angustia.

Y... ¿si un niño nacía mal? Y... ¿si los dos tenían problemas? Y... ¿si no lograba salvar a ninguno?

Me atormentaba pensar que yo había luchado, buscado, insistido mucho por todo esto, y que lo que sucediera era responsabilidad exclusivamente mía.

Al mismo tiempo recordaba mi propósito de no transmitir adrenalina, angustia, malas vibraciones a los nenes y me calmaba pensando que algo sobrehumano, celestial, me ayudaría, ya que si había podido llegar hasta ahí, por algo sería.

Seguía hinchándome e hinchándome cada día de manera alarmante. Para colmo, según los síntomas, pensé que me había dado una gripa fuertísima.

Estaba totalmente congestionada, con calentura, casi no podía respirar, me dolía muchísimo la garganta y se me había cerrado casi por completo, me sentía peligrosamente mal.

Pensé que en unos días se me pasarían las molestias pero no fue así.

Lloraba, lloraba sin desearlo. Las lágrimas brotaban solas de mis ojos.

Al día siguiente amanecí tan mal, que me atreví de buscar al doctor en su casa; no lo encontré y un colega suyo me recetó algunos medicamentos para la gripa, que no me sirvieron de nada, al menos yo no sentía ninguna mejora. Por el contrario, cada instante me sentía más y más enferma.

Dentro de todo lo que había investigado sobre embarazos gemelares, había leído un libro que decía que cualquier cosa que no pareciera normal, cualquier síntoma extraño, cualquier sensación fuera de lo común, no se dudara en acudir de inmediato a un hospital.

Insistí al día siguiente que era un domingo en buscar a mi médico y por fin lo encontré.

"¿Doctor, cuántas pacientes se le han muerto de embarazo?", le pregunté.

"No me eche la sal Graciela, hasta ahora ninguna", respondió asustado.

"Pues creo que seré la primera", le dije. "Creo que estoy grave".

El doctor me recetó más medicamentos, y me dio otras instrucciones.

Mentiría si digo que me tranquilicé o que sentí mejoría.

Capítulo 18

Entre su vida y mi muerte

AMOR EN LIBERTAD

Para Daniela y Julián

*Qué mejor amor puede existir
que el que nace del fondo de las entrañas,
en el que se ofrendan los sueños, la carne y la vida.*

*Qué mejor amor puede crearse,
que el que se riega y se abriga,
con la propia piel y con la misma sangre.*

*Qué mejor amor puedo brindarte,
que el que se forja con la repetición cadenciosa
de todos mis días y todos mis instantes.*

*Estás inmerso en mí, amor,
impregnando en mis sentidos,
entremezclado en cada pensamiento,
implícito, en cada acción y en cada intento.*

*Estás sujeto a mí, amor,
pero sólo hasta que cumpla el cometido,
de haberte mostrado el juego de la vida,
para que traces y escojas tu ruta y tu sendero.*

*Qué mejor amor puedo otorgarte,
amor,
que el que te ubica a ti en primer término,
supeditándome a mí en el esfuerzo
de dejarte en libertad,
de alzar tu propio vuelo.*

Graciela Ríos

Al día siguiente volví a llamarle al médico. Contestó su asistente y le dije: "Dile por favor al doctor que ayer no me le morí, pero que hoy no le prometo nada. Dile que me siento muy enferma"

A los quince minutos me devolvieron la llamada del consultorio y me dijeron: "Dice el doctor que la espera en una hora en el hospital, que usted nunca se ha quejado sin motivo y si ha llamado dos veces, es mejor poner atención y ver qué es lo que está pasando".

Se sospechaba una toxemia.

A la hora indicada llegué al hospital y ya no pude salir de él por mucho, mucho tiempo.

Me hicieron todas las pruebas imaginables. En una de tantas creí que me estaban haciendo un estudio del corazón ya que ponían la máquina justo en medio de mi pecho. Cuando pregunté me dijeron que lo que estaban revisando era el hígado.

¿El hígado en ese lugar?, dije.

Respondieron que sí, que los gemelos estaban empujando todos los órganos hacia arriba del pecho. Ahí descubrí que lo que yo creía que era la cabeza de uno de ellos saliendo por las costillas en la parte de atrás superior de mi torso, en realidad era uno de mis riñones.

Llegó el doctor por la tarde y me dijo que me tenía malas noticias. Estaba padeciendo una enfermedad llamada pre-eclampsia, que es una intoxicación debida al embarazo, lo que ocasiona un rechazo del cuerpo.

Pero que además era una pre-eclampsia atípica (como todo en mi vida, pensé yo) y que por lo mismo, era mucho más riesgosa que cualquiera.

En esos momentos la hinchazón era impresionante, la boca, la nariz, todo el cuerpo, en especial los pies y la garganta, que estaba casi cerrada al grado de no poder tragar. Se veían en el espejo solo dos tenues rayitas en el fondo de la misma. Además, me encontraron un soplo en el pulmón izquierdo, la presión baja era altísima, tenía azúcar en la sangre y las plaquetas tan disminuídas por lo que la sangre no podía coagular, estaba además anémica, entre otras cosas...

El médico señaló que había tres o cuatro riesgos importantes que podían sucederme: un rompimiento hepático, un infarto, una embolia cerebral o una hemorragia interna silenciosa.

Así que, según sentenciaron, la situación era grave, bastante grave, pero podría serlo aún más.

La solución, única, consistía en suspender el embarazo, sin gran posibilidad de lograr que sobreviviera alguno de los dos niños.

El varón pesaba en ese entonces 1 kilo 200 gramos, la niña apenas si llegaba a 1 kilo 800.

Aunque han sobrevivido niños con menor peso al nacer, en este caso era algo que se contemplaba difícil.

Según me explicó el médico, el niño había estado haciendo más esfuerzo para tomar el alimento y por lo mismo, era posible que sus órganos estuvieran más maduros, pero su peso, sin embargo, y el poco tiempo de gestación que tenía, hacían poco probable esperar algo bueno.

En cambio comentó, aunque la beba tenía más peso, por haber estado recibiendo alimento sin esfuerzo, era posible que sus órganos no estuvieran lo suficientemente maduros, sobre todo los pulmones, como para resistir un alumbramiento tan prematuro. No llegaba siquiera a las 30 semanas de gestación.

La cardióloga que me tuvo bajo su cuidado me sugirió el aborto inmediato. Es un aborto quirúrgico, legal, necesario, me dijo.

"Es que no quiero perderlos", le respondí. Me contestó: "es que no te queremos perder a ti".

La respuesta fue un **no**. Una negativa definitiva, rotunda, no negociable.

Hablé con mi ginecólogo; en él confiaba plenamente. Le expliqué que mi vida no tendría sentido sin los gemelos, que yo había decidido este camino y que estaba dispuesta a enfrentar lo que fuese necesario. Me expuso que podía morir, que la situación era delicada. Le respondí que no importaba, que si sucedía, por lo menos sería luchando por lo que deseaba, por lo que quería y en lo que creía, hasta el último de mis alientos.

El doctor recalcó que no podía prometerme nada porque su obligación era salvar vidas, pero que nos iríamos "día por día", dando margen a que los niños se desarrollaran lo más posible, y según como se presentaran las cosas, se tomaría alguna decisión más adelante.

A partir de ahí no me dejaron salir del hospital.

Me inyectaban cortisona tres veces al día con la intención de sobre estimular el desarrollo y fortalecer los pulmones de los bebés. Los efectos que me producían era, entre otros, una verborrea impresionante.

En una de las noches, el doctor, su colaboradora y su asistente fueron a visitarme. Me entregaron un regalo que me encantó: Un orangután vestido en traje brillante de gala que cantaba y bailaba: ¡la bamba!. El doctor puso unos ojos de incredulidad cuando lo vio, que me dio la impresión de que él no participó en la selección del regalo. A mí me fascinó.

Se me hizo un detalle muy lindo, una demostración de afecto que no tendría por qué haberse dado, si en realidad, era una cliente, una paciente más.

Desde que entré al hospital no había dormido más de tres horas cada día. En ese entonces ya tenía las manos negras (no hablo en sentido figurado, sino literal) de la cantidad de piquetes que había recibido y por las venas que se me habían reventado. Estaba irreconocible de lo hinchada, cuando alguien llegaba y me veía la cara o veía mis pies, se impactaba terriblemente. Mi peso llegaba casi a 100 kilogramos, ya para entonces empezó a dificultárseme levantarme, batallaba hasta para ir al baño, para bañarme, para dar unos pasos.

Aún a pesar de lo enferma que estaba, de la cara de preocupación con la que llegaban a visitarme diariamente amigos y doctores, y de que ya empezaba a hartarme del hospital, de su olor, sus paredes de color verde y de la rutina que éste trae consigo, yo me sentía tranquila, en paz.

Creo que pocas veces mi alma se había encontrado tan serena como en esos momentos, en esos días.

Era como una sensación de haber cumplido. De estar haciendo lo correcto.

No tenía miedo a la muerte, a mi muerte, y en el fondo tenía esperanza de que todo saliera bien.

Un día le pregunté al doctor que cómo para qué fecha calculaba él que sería el nacimiento de los nenes, porque quería saber cómo redactar las boletas de "agradecimiento" que se ofrecen a quienes van a visitar a los recién nacidos.

Su respuesta me dejó helada: "No ponga fecha Graciela, no ponga tampoco nombres, no sabemos si los niños se van a salvar".

Ese día caminé como pude por el pasillo del hospital hasta llegar a los cuneros en donde exhiben a los bebés que acaban de nacer.

No puede evitar romper en llanto.

Vi a una familia llena de júbilo, arremolinada frente a la vitrina intentando adivinar a quién se parecía el recién llegado. Le hacían cariños y le balbucían; exclamaban con algarabía lo hermoso que se veía, según ellos, intentando sonreír y lo sano que se encontraba.

Me preguntaba por qué no era posible que yo tuviera una experiencia de vida "normal", "tradicional"... como los otros.

Sabía que mi situación sería diferente porque, para empezar, los niños míos ya estaban predestinados por su bajo peso, a ingresar a cuidados intensivos y no a un cunero como los demás.

Pedí permiso de que mi ex terapeuta me acompañara durante el parto. Me parecía que ella tenía carácter como para "obligarme" a mantenerme emocionalmente estable en caso de que algo se complicara. El jefe de turno lo negó, argumentando que mi caso era muy delicado y que se podía presentar una situación de emergencia o desagradable. Le respondí

que, o me daba autorización o me cambiaba de hospital. Incrédulo, pero sorprendido por mi actitud, no tuvo más remedio que aceptar.

Cada día dudaba menos de la existencia de un Dios, pero me alejaba más del Dios caricatura e infantil, al que hemos creado basándose en nuestras semejanzas y limitaciones; ese que a la mayoría nos enseñaron de niños. No creo que Él "*mande*" cosas buenas o malas tan sólo por "*hacer su voluntad*". Era como si cada día pudiese comprender más a ese Dios adulto, inmenso, universal, magnánimo, como si cada día pudiera ver un "más allá", mucho más lejos, más interminable, más infinito y de más sabiduría, y sintiéndome cada vez más cerca de Él o de su paz.

Desde que supe que estaba embarazada comencé a ahorrar para comprarme una cámara de video; resolví que quería tener recuerdo de todo lo que fuera sucediendo, así que me propuse tomar una película en la que pudiera mostrarle a mis hijos, cómo era mi mundo antes de que ellos llegaran. Tomé escenas de mi casa, mi cuarto, mi oficina, de mis amistades.

Grabé también algunas partes de las clases de psicoprofilaxis que tanto había disfrutado, hice tomas de la rutina de baile, de relajación, e incluso, de cuando visitamos el hospital para que nos diéramos una idea de cómo era una sala de partos.

El video concluyó haciendo un recorrido por la habitación que había ocupado ya por semanas, encerrada ahí, cuidada por los especialistas para que todo saliera bien, para que se intentara un resultado favorable.

La última toma la hice frente al espejo, me levanté la blusa del pijama y les dije: "hijos, vengan a mis brazos, porque en mi panza, ya no caben". Y era cierto, el estómago estaba impresionantemente voluminoso.

Ese día el doctor había hablado conmigo, se sentó frente a mi cama y se puso serio. "Doctor, lo veo preocupado" le dije. Me respondió: "Estoy muy preocupado Graciela". Le pregunté: ¿Por mí? Y me contestó: "Sí, por usted. Para que tenga una idea de cómo me siento, de todos mis pacientes, es usted la que más me preocupa". "Bueno, le dije, esa es una buena señal". Me miró incrédulo. "Así podré estar segura de que me pondrá una atención especial y que todo saldrá bien", agregué.

Dijo estar muy nervioso y que presentía que ya había llegado el tiempo límite. Que no quería pasar otra noche más de angustia como las que había tenido y que algo le decía que ya había llegado el momento de intentarlo. Que él confiaba en que los dos niños ya se hubieran desarrollado más durante esos días y que estuvieran en mejores condiciones para sobrevivir.

Accepté.

No había más alternativa. Confiaba en él.

Esa noche, 24 de marzo de 1999, escribí lo siguiente:

Mañana por fin se cierra un ciclo... largo, doloroso, pero también lleno de expectativas e ilusiones, de momentos emocionantes, de espíritu renovador...

Mañana al fin comienza una nueva vida para mí. Es como si hubiese estado sentada en la butaca de un teatro durante largo tiempo, oyendo planes míos y ajenos, visualizando personajes, describiendo esquemas y prototipos. Sin embargo, nada de eso podía cristalizar en algo real, solamente eran sueños y quimeras, angustias y desesperanzas, todo envuelto en imágenes mentales y en sensaciones físicas, que aunque intensas, no culminaban en nada preciso y material.

Mañana es el gran día...

El gran día en dónde finalmente, se abrirá el telón que mostrará la silueta definida del escenario que dibuja y desdibuja mi futuro, y no sólo del mío, sino también, el de aquel que le corresponderá a dos pequeños más, que tendrán que aprender, desde el mismo instante de recibir la luz, a luchar y pelear por permanecer y sobrevivir en esta vida... "

Capítulo 19

¡Bienvenidos a la vida!

DANIELA Y JULIÁN:

*Yo voy a ser su primer vehículo de transporte y como tal,
estaré siempre a su servicio, pero me mantendré invariablemente callada;
por eso quiero aprovechar la voz que por esta única ocasión me han prestado,
para hacerles saber que son ustedes dos niños muy afortunados.*

*Nacieron gracias a la voluntad inquebrantable de una mujer sensible, valiosa y sobre todo
valiente,
que comenzó a quererlos desde que sólo estaban en su mente como una posible y deseada
realidad;
que cuando ¡por fin! ocuparon su vientre,
ofrendó por ustedes su salud y hasta enfrentó la muerte y ahora,
que ya llegaron al mundo y van a recorrer un largo trecho junto a ella,
sabe y acepta que ha perdido su antigua libertad, quizá para siempre.*

*A pesar de que todas las condiciones para su existencia eran inciertas y difíciles,
un prodigio de amor, de ciencia y de tesón,
logró regalarles el mundo,
un mundo completamente nuevo, como un libro aún por escribir,
con todo su potencial y su misterio,
un mundo donde todo es futuro.
¡Aprovéchenlo! de ustedes depende que toda esta ardua experiencia haya valido la pena.*

*Yo por lo pronto, los estoy esperando con ternura.
Su carriola.
Bertha Alicia Cantú*

El 25 de marzo de 1999, día en que nacieron mis gemelos, recibí este mensaje de quién había sido mi terapeuta: "*Ser madre no es lo único que da sentido en nuestra vida pero es una de las cosas que más nos permite crecer y trascender*". Afortunadamente le permitieron acompañarme durante el parto.

Tal como el ginecólogo lo tenía previsto, me pasaron al quirófano a las 8:00 en punto de la mañana.

Vi a todos los doctores, los especialistas, el anesthesiólogo, las enfermeras, a todo el personal de apoyo dentro de la sala de operaciones. Alcancé a contar poco más de 15 personas ahí dentro, todos listos, todos a la expectativa de lo que ahí sucedería.

Me habían amarrado ambos brazos de cada lado, me sentía como si estuviera crucificada.

De pronto el procedimiento de cesárea comenzó.

Me anestesiaron y casi de inmediato me hicieron una incisión en el estómago. Los niños debían nacer ya. Me quejé de dolor. El anesthesiólogo no me creyó que tenía aún percepción de dolor, pero por mis quejas y por la descripción de mis sensaciones, no le quedó otro remedio que aumentar la dosis de la anestesia.

A las 8:15 en punto oí al doctor decir: "*primero las damas*".

Después le comenté a la psicóloga: "Usted no vino aquí nada más de espectadora, tome las tijeras y corte el cordón umbilical".

La vi levantarse del banco que le habían asignado, nerviosa, emocionada, tomando las tijeras que le entregaba el doctor... en unos segundos más, escuché el llanto de un recién nacido.

Era Daniela... lloraba y yo oía un gran bullicio en la sala.

Se la llevaron a limpiar, a medir su escala de Apgar.

En unos instantes me la acercaron al lado derecho de mi cuerpo. Como tenía la mano atada con unos lienzos, sólo podía tocarla con uno de mis dedos en su sien. La sentí calentita, recuerdo haber dicho: "parece un bollito, un panecito recién salido del horno".

El anesthesiólogo y la cardióloga se compadecieron de mí y me desataron el brazo y la mano derecha. Pude tocarla con casi toda mi mano, era una sensación indescriptible, suave, tierna, tibia. Se veía hinchada, como si estuviera haciendo un gran esfuerzo por estar ahí.

El doctor dijo de nuevo: "Ahora el varón". Vi que Josefina se levantó de nuevo para cortar el cordón umbilical de Julián. "Son las 8:16 minutos", asentó el doctor.

Comenté que no oía su llanto y empecé a sentirme angustiada: "¿Y Julián?!, ¡No oigo a Julián! ¿Qué pasa con él? ¡No lo oigo!, les decía.

"¿No oyes un sonido parecido a un graznido?" "Ese es Julián, ¡escúchalo!", dijo alguien.

Puse atención y efectivamente, se oía un llanto ronco, fuerte. Era mi hijo, mi Julián que lloraba en un tono grave.

Un rato después lo acercaron también a mi mano derecha. Al igual que Daniela se sentía tibio y se veía hinchado.

La jefa de enfermeras dijo: "La felicito Graciela, ha tenido usted dos hijos hermosos".

"Bueno, ¿hermosos?, ¿hermosos?...", dije.

Todos en el quirófano empezaron a reír.

La realidad era que las criaturas se veían agotadas, hinchadas.

Se parecían tanto entre ellos. Me llamó la atención la naricita de ambos; me pareció que tenían mucho pelo, se les veía muy oscuro. Me gustó su temperatura tibia que me dio calidez, confort.

Me llené de una emoción por la que me brotaban las lágrimas sin proponérmelo, sin esfuerzo; como si fuera un hilito de agua que surgía de un manantial de felicidad que mi alma no podía contener más. Era el líquido que emanaba para sellar, como en un bautismo, la posibilidad de una nueva vida para mí, además de las que mis gemelos emprenderían a partir de esos minutos.

De ahí en adelante sólo oía ruidos, barullo; percibía movimiento, ajeteo.

Al rato abrí los ojos y me encontré en una sala distinta con una enfermera y Juanita, la cardióloga, que cuidaban de mí.

Tenía una hemorragia profusa que alarmó a todos. Al final, afortunadamente se controló.

Transcurridas un par de horas salí de cuidados especiales. Eso sí, fue necesario transfundir varios litros de sangre. Mis hermanos varones y algunas amigas me donaron de la suya.

Después de un rato de estar en el cuarto, llegó mi doctor y me dijo: "La felicito señora, ha dado a luz un varón y una niña muy lindos. Se encuentran con buena salud, los dos salieron muy bien en el estudio de Apgar. Aún así tendrán que permanecer en cuidados intensivos durante unos días. La niña pesó 2 kilos 450 gramos, el niño pesó 1 kilo 850 gramos. Ambos se encuentran en excelentes condiciones, pero estarán bajo vigilancia porque su peso es muy bajo, y lo será aún más en unas cuantas horas. Habrá que ver cómo evolucionan".

Yo me sentí feliz, indescriptiblemente llena de paz. Los dos niños bien, normales, sin que padecieran alguna enfermedad complicada.

La pediatra comentó que Julián tenía la piel como si no hubiese terminado de formarse, que si él se frotara con sus muñecas, era posible que se la abriera y sangrara.

El ginecólogo me advirtió que los bebés estaban delicados por su bajo peso, que era factible que con algún estornudo inclusive, pudieran provocarse un derrame cerebral.

Los niños nacieron bien, pequeñitos, pero sanos, completos, sin complicaciones y con una esencia fuerte para aferrarse a la vida.

No obstante, no quisiera que mis hijos vinieran a este mundo a luchar, a emprender una carrera sin fin, sin sentido, ni a conquistar títulos, ni lugares sociales, ni a comprobarle a nadie su valor, ni a demostrar nada, ni siquiera a ellos mismos.

La única misión de ellos es ser felices, y si en el cumplimiento de esta responsabilidad tienen que luchar y esforzarse, entonces sí, adelante...

Lloré cuando los vi en cuidados intensivos conectados a tantos aparatos y con tantos cables. Me dolía mirarlos llenos de sondas, parches, alambres, sin el calor de mi cuerpo, sin poder abrazarlos. Cinco días permaneció ahí Daniela, 17 días estuvo Julián.

Qué difícil fue, ahora que lo recuerdo me doy cuenta de lo fuerte que fui.

No me di por vencida, nunca tomé una actitud de derrota. Aunque me asaltaban muchos temores, y a ratos la angustia podría inundarme, en el fondo nunca creí que algo malo les sucedería. No sentí miedo a mi muerte ni un solo instante, aún así, no fue una experiencia fácil, sino muy por el contrario.

Que los recién nacidos tuvieran una larga estancia en el hospital, me daba la oportunidad de hacerme a la idea de mis nuevas responsabilidades y también de recuperarme físicamente. Estaba agotada, lo estuve por meses aún después de que todo ya había pasado.

Me sentía débil, cansada, voluminosa y aún con severas molestias en el bajo vientre.

Iba y venía constantemente de mi habitación a cuidados intensivos, no me cansaba de verlos, de visitarlos, de tomarles video.

A partir de ahí, me dediqué de tiempo completo a iniciar otra función increíble de mi cuerpo: la producción de leche para alimentarlos y fortalecerlos.

Estaba cansada del hospital y de los sinsabores, asustada con la cantidad de cosas pendientes por hacer y llena de expectación y temor por la llegada de Daniela a casa, cinco días después de su nacimiento. Y diecisiete días más tarde, nerviosísima, por el arribo de Julián.

Una vez junto a mí, amamantarlos consumía un promedio de 16 a 18 horas diarias de mi tiempo.

Fue así cotidianamente, durante medio año de mi vida. Pero apenas si me era suficiente para observarlos cada día, para mirar sus rostros, delinearlos en mi mente, grabarlos en mi corazón; para hacerlos parte de mi alma, conocerlos, reconocerlos como únicos, maravillosos, especiales. Apenas las 24 horas del día para satisfacer mi necesidad de sentir su piel tersa, suave, mi necesidad de llenarlos de besos y cubrirlos de amor y de ternura.

Qué niños tan hermosos, qué creación más perfecta, qué maravilloso y misterioso regalo le había arrebatado al destino. ¡Qué decisión tan acertada!

Así, con todo mi ser lleno de satisfacción y plenitud, bajo este estado de asombro y fascinación, empezó la actividad que más me ha retado y gratificado en mi vida: el maternaje.

*"En un pedacito de luna pongo polvito de estrellas,
unas gotitas de mar y otro poquito de sol,
mezclo ternura y paciencia
para anidar nuestro amor".*

Graciela Ríos

Capítulo 20

Milagro de amor

Milagro de amor

Estoy o me siento, no puedo precisarlo, en una cuenta regresiva...

al final de ella...

o...

en el amanecer de un nuevo conteo.

Siento como si se iniciara una nueva ruta, como si hubiera llegado al fondo, por fin, al abismo,

a la muerte total del ser que se ha sentido acabado, decrédito, sin esperanza;

y en la mágica y tersa piel de mis pequeños, que con sus manitas me acarician;

en sus labios inocentes que me besan;

en sus miradas llenas de curiosidad y de futuro;

en sus vocecitas que todo lo repiten y todo lo pronuncian con un toque nuevo de palabra recién creada,

con un sentido distinto al que ya no escuchaban mis oídos;

en sus sonrisas de complicidad cuando comprenden un absurdo de los tantos de la vida y,

en sus pasos que cada vez más firmes, los sostienen y los impulsan a andar hacia adelante,

siento como si estuviera re-naciendo,

re-creando, pedazos destrozados de mi ser y generando otros nuevos,

como producto del momento final de un proceso de individuación,

que me ha resultado infierno doloroso.

No me siento bien, algunas veces me siento triste, sola, completamente sola y sin gustarme.

Despojada de mis aparentes seguridades y aptitudes,

de mis endeble pilares y cimientos,

que se han hecho añicos en un intento por crecer y ser mejor,

-intento que resultó una muerte paulatina de mi falso ser,

y que, parece renacer e iniciarse bajo un nuevo itinerario-,

me encuentro en la construcción, ya no reconstrucción,

-porque no hay nada que reconstruir y sí todo para edificar de nuevo-,

de algo que pudiera terminar siendo un futuro distinto y posiblemente,

menos cruel que mi entristecido y ensombrecido pasado.

Estoy de cara a mis defectos, mis miedos -ya muy pocos por cierto- y mis insatisfacciones,

*me encuentro con un poco más de fuerza y de deseo por lanzarme al alcance de aquello que me dé
la energía suficiente para ofrecerle más y mejor madre a mis hijos,
por ende, más y mejores cosas, personas, amores que los cuiden, los quieran, los protejan.
Necesito que sean felices, necesito tiempo para hacerles saber que tienen que encargarse de ello.*

*Parece que estoy al final de la cuenta regresiva de mi aniquilación,
o justo en el despunte de los albores de un nuevo conteo en la creación, innovación,
de un nuevo ser.*

*Espero que la vida, ingrata como es, no extinga mi materia ahora que,
aunque punzantemente lastimada y dolorida,
agudamente triste y sola,
tengo esperanza por comenzar, por mi misma, una nueva historia otra vez.*

*¿Cuánto durará la ilusión de una mejor alternativa?
Algunas horas tal vez, algunos días...
No lo sé.*

*Pero no quiero morir ahora que por fin parece que llego y toco el fondo del abismo en el que me
fragmentizo,
después de haber sabido que no soy, que no hay esperanza de ser,
aquello en lo que deseaba convertirme.*

*Salvo el contar con la salud y la vida de quienes amo,
ya no tengo más expectativa que lo que la existencia misma quiera regalarme.
Graciela Ríos*

Mis hijos han crecido saludablemente.

Ojalá mamá los hubiera conocido, anhelaba vivir para poder hacerlo, para amarlos y disfrutarlos. A pesar de su ausencia, algo me dice que la fuerza de su espíritu y el infinito amor con que me cubría y me fortalecía, producirán el sortilegio necesario para que entre mamá y mis gemelos, logren su propio y peculiar encuentro.

Me resulta ardua la tarea de relatar las emociones y los sentimientos extraordinarios que he acumulado a lo largo de este tiempo en que mis pequeños han sido parte de mi mundo.

Tiempo impregnado de aventura, de amor, de retos constantes, de sorpresas asombrosas.

No ha sido fácil, al contrario.

Si alguna vez lloré y sufrí con intensidad, ahora me siento plena y feliz, aunque no siempre lo parezca; aunque aún broten momentos difíciles, melancólicos, complejos por enfrentar.

Esta felicidad se ha logrado entre otras cosas, por la fresca y la seductora presencia de mis criaturas.

Amo a mis gemelos profunda e intensamente. Me resulta fascinante descubrirlos renovadamente, en el milagro de su diaria presencia.

En el camino los he visto crecer, sostener su cabeza por sí mismos, reír alegremente, observar mi rostro, mostrar curiosidad por todo, balbucear, gatear, imitar, llorar, enojarse, decir mamá, caminar, interactuar entre ellos, conversar sin tregua ni pausa, abandonar su confianza en mí...

Sin proponérselo, mis hijos me ofrecen reiteradamente algo nuevo y algo fascinante, cada día algo más y más prodigioso, más divertido, intenso y deslumbrante...

Aún así, algunos períodos me siento todavía deprimida, como en un túnel negro que no me permite ver la luz, pero cuando salgo al jardín y los veo jugando, riendo, sanos, aprendiendo, sorprendiéndose con cada cosa que descubren, no me queda más remedio que abrazar la vida para disfrutarlos, para gozarlos, para enseñarles el mundo.

Mis hijos son lo más maravilloso que he creado, lo mejor, lo más valioso.

Por ellos estuve dispuesta a dar la vida, por ellos aceptaría darla en cualquier instante, todavía.

Dolto, Françoise ; *Lo femenino*, Editorial Paidós, S.A., 1ª Edición, Barcelona, 2000

Branden, Nathaniel; *La psicología del amor romántico*, Editorial Paidós Ibérica, S.A., 1ª Edición México, 2000

Casado, Lluís; *La nueva pareja*, Editorial Paidós, S.A., Barcelona, 1991

Dasha, Jerezano, et. al.; *La mujer y la soledad*, Estudios de Género. Centro Universitario de Estudios de la mujer. Facultad de Filosofía y Letras UNAL, México, 1999

Field, Lynda, Element Books Ltd.; *Autoestima para la mujer*, Editorial Kairós, S.A., 1ª Edición Barcelona, 1997

Riquer, Florinda. Compiladora; *Bosquejos Identidades Femeninas*, Relaciones de Género Universidad Iberoamericana, A. C., 1ª Edición, México, 1995

Lassonde, Louise; *Los desafíos de la Demografía*, Universidad Nacional Autónoma de México Programa Universitario de Estudios de Género, Centro Regional de Investigaciones Multidisciplinarias, Fondo de Cultura Económica, 2ª Edición, México

May, Rolo; *El dilema del hombre*, Editorial Gedisa Mexicana, S.A. Segunda reimpresión, México, 1990

May, Rolo; *“El amor y Voluntad” Las fuerzas humanas que dan sentido a nuestra vidas*, Editorial Gedisa Mexicana, S. A. Primera reimpresión, México, 1987

Sullerot, Evelyne; *El hecho femenino ¿Qué es ser mujer?*, Editorial Argos Vergara, S.A., España, 1978

Szasz, Ivonne y Lerner, Susana Compiladoras; *Sexualidades de México: algunas aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales*, Programa de Salud Reproductiva y Sociedad, 1ª Edición, México, 1998

Urzúa de Ochoa , Patricia Sánchez; *Madres Solas Realidades y Soluciones*, Editorial Trillas, S.A. de C. V., 2ª Edición, México,1998

Langer, Marie; *Maternidad y Sexo*, Editorial Paidós Ibérica, S.A., Edición actualizada, México, 1992

Kolbenschlag, Madonna; *Adiós, Bella Durmiente*, Editorial Kairós, S. A. 1ª Edición, Barcelona, 1994

Supervisión editorial

Juana María Nava

Diseño y formato de interiores

Margarita Flores

Diseño de portada

Julio Herrera

Fotografías

Laura Leal

Graciela Ríos Cantú

Es licenciada en Administración de Empresas, graduada con mención honorífica por el ITESM. Titulada, con mención honorífica de la Maestría en Desarrollo Humano en la Universidad Iberoamericana. Egresada de la carrera de licenciada en Psicología, obteniendo el primer lugar de su generación.

Empresaria desde 1981, siendo socia fundadora de Assésor, bufete de consultoría en Recursos Humanos. Socia fundadora del proyecto educativo Ágape y del portal Yosexual.com.

Actualmente es directora de Marginación Rural y Urbana del Consejo de Desarrollo Social del Gobierno del Estado de Nuevo León.

Es editorialista del periódico El Norte desde 1999.

Catedrática entre otras instituciones, en la Universidad Iberoamericana y en el ITESM.

Editora de la colección de libros Piel y Corazones, que incluye *Despertares*, y *Cómo duele el amor* de Josefina Leroux.

Autora de los libros: *Cómo conseguir triunfadores para tu empresa* y *Entrevistas para elegir a tu personal*.

Hoy pone ante los ojos del público su más reciente texto: *Maternidad en Singular*.

Laura Leal

Es artista plástica dedicada a la instalación y principalmente a la fotografía y la escultura. Ha ganado importantes reconocimientos en ambas manifestaciones.

Maternidad en Singular se realiza gracias a las fotografías usadas en la portada y anteportada y que pertenecen al portafolio de la artista. Éstas han sido extraídas de la serie *Humedades*.