

MOVIMIENTO

Una sección para que dejes tus respuestas anónimas a las preguntas del newsletter. Si querés debatirlas en un contexto seguro, te invitamos a sumarte al taller en vivo, Terapia Creativa para Escritores. Mandanos un mail a info@todonuestro.com para sumarte o sumate a nuestra clase abierta en todonuestrots.com/claseabierta

¿Qué forma tiene tu ola ahora mismo?

↻ Tiene unos movimientos suaves, concéntricos, de espera con algo de tensión. Me muevo, tiro la piedra al agua, sus ondas encantadas me dan respuestas. Vuelvo a empezar

↻ Tuve que cambiar la idea que el avance mio era en la ola que intentaba llegar a la orilla, pero solo me rompía y finalmente me di cuenta que la manera de llegar mas adelante era ir hacia atrás, aprender a renunciar y retirarme, dejar que la marea me lleve al centro

↻ Después de años de tormentas-tsunamis-vientos huracanados, la ola es por fin uniforme y previsible. Entiendo que la forma de la ola que llega a la orilla proviene de las corrientes mar adentro, que por fin son estables. Al llegar a la orilla, entonces, mi ola crece lo suficiente para formar tubos desafiantes. Hoy conozco bien cómo abordarla para que no me tire de la tabla. Sin embargo, tengo claro que no hay dos olas iguales.

PD: Nunca se le da la espalda al mar.

↻ En este momento, mi ola no es en sí una ola sino que está compuesta de pequeñas ondulaciones que todavía van buscando la fuerza para volverse ola. Algunas llegarán a ser apenas una variación en la superficie y se quedarán mirando desde el costado, apreciando y protegiendo desde la periferia a esa ola que sí va a crecer, pero que aún no termina de tomar forma.

↻ Mi ola es un charco ahora, esta estancada en varios ambitos no es tan fluyente y ando buscando un fluir calmado en mi inicio al mar

↻ Forma de descanso, como cuando estás sobre la tabla esperando a la formación correcta para subirte con confianza antes de pararte y surfear.

↻ Mi ola se va constituyendo de a poquito, en la superficie es clara, cristalina. En el fondo está revuelta y se divisan burbujas. Al moverse la veo como en cámara lenta, creciendo, armándose. Para luego descender y perderse en la inmensidad del mar. Todo en un ciclo. Crece, llega a lo alto, se rompe, se disuelve, se vuelve a armar.

⇒ Son olas que van al compas del ruido imaginario del mar, olas regulares, predecibles, que se logran ver llegar desde lo lejos, las recibo como vienen sabiendo que puedo sumergirme y atravesarlas.

⇒ Mis olas suelen tener variadas formas. Nunca estoy surfeando una sola y menos por mucho tiempo. A veces suelen ser chiquitas y en muchas ocasiones, son gigantes. Hasta ocurre que por momentos, soy incapaz de verlas con claridad. En este momento las puedo ver: son grandes, pesadas, profundas y temerosas, aunque también hay algunas que son calmas, pacientes y tranquilas. Estoy aprendiendo a surfearlas a cada una de ellas.

⇒ Es una ola tímida, ansiosa, con energía e ideas a cuestas. Es una ola que parece que va a romper, pero termina siendo espumita.

⇒ Mi ola está adormecida. Tanto que a veces me olvido de su existencia. La olvido hasta que algo la mueve. No sé qué es ese algo, pero ese algo viene a recordarme que la ola está ahí y que tiene una herida abierta. Es tan grande la herida que quema, aunque esté en el agua. No puede sanar porque está adormecida, estoy adormecida.

¿Cómo te movés hacia eso que deseás?

⇒ **Con varios intentos y atenta hacia las señales del camino**

⇒ Escucho mucho a mi intuición y presto atención a lo que siento, trato de no ir hacia lugares a los que no quiero ir, pero soy paciente si aún no sé cómo moverme hacia lo que deseo y me tengo que detener temporalmente en otros lugares.

⇒ **Me muevo hacia lo que deseo con ferocidad, y me estoy replanteando en seguirlo haciendo de manera más suave e intencionada.**

⇒ Siempre lento y con firmeza. Últimamente sin miedo, pensando siempre en que cada paso que doy es una experimentación que me llevará a descubrir cosas nuevas, me van a dejar algo. El movimiento lento como práctica constante.

⇒ Me muevo lento. Así han sido mis ritmos siempre. Ya no me castigo por eso. No es una lentitud de aplomo ni de incertidumbre, sino más bien la lentitud de alguien que ha entendido que paso a paso se llega igual. Incluso mejor.

⇒ Con dudas, estudiosa de mis alrededores, con preguntas de qué me pierdo al dar el siguiente paso. En que me estoy metiendo? Era esto lo que deseo?

⇒ Con intensidad. No soy de puntos grises. Mis olas me las tomo como son. Mis movimientos hacia lo que verdaderamente deseo son fuertes, feroces.

⇒ Precavida, pero llena de curiosidad.

⇒ Con impulsividad, guiada por mis emociones. Mi razón se apaga cuando me muevo hacia lo que deseo.

¿Qué pasa si te animás a hacerte a un lado?

⇒ **Me transforma en observadora y trae más compasión**

⇒ En general, las cosas que deseo llegan igual, tal vez no de la forma en que las imaginé, pero llegan. A lo largo de mi vida, siempre que me hice a un lado del camino que creía que era el que me conducía a mi deseo, aparecieron nuevas perspectivas y viví experiencias que me permitieron llegar con más herramientas.

⇒ **Ahora estoy practicando en la practica de la rendición, porque los nose estan tomando protagonismo en mi obra.**

⇒ Encuentro un poco más de claridad y colecto un poco más de información, sin apuro, porque encuentro nuevas perspectivas de lo que veo delante de mi.

⇒ Cuando me hago a un lado suelo sorprenderme de mi propio poder manifestador. Cuando puedo desplazar mi energía hacia el disfrute el camino aparece solo. Sin necesidad de intervención, sólo de FE.

⇒ Se vuelve todo simple, liviano, me hago a un lado y el curso del rio continua mientras descanso en su orilla.

⇒ Siento compasión. La intensidad tiene sus cosas buenas, pero a veces, implica que uno ponga mucho de sí. Si hago el ejercicio de mirar desde afuera, como una amiga, deseo abrazarme y hacer más espacio para las calmas.

⇒ Sigo como ahora. Soy una narradora omnipresente en mi vida. Relato mi día a día, lo romantizo, sueño, me quedo un poco en el molde. Estoy hace bastante tiempo echada a un costado, mirando cómo la gente disfruta del mar. Llegó la hora de pararme y sacudirme la arena, voy a ir caminando hacia el mar y no voy a dejar que la arena

caliente me detenga. Voy a tocar el agua y, finalmente,
me zambulliré hacia lo que el destino me depare.



↩ Encuentro posibilidades que estaban escondidas. O,
más bien, que yo había escondido sin darme cuenta.

