

PACIENCIA

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 te corre?

↻ mis metas

↻ La muerte

↻ El tiempo, la idea que tengo en mi cabeza de cuándo debería hacer qué

↻ La sensación de quedarme sin tiempo, de llegar tarde a algo que ni siquiera se qué es.

↻ **Yo misma**

me corre la propia presión que ejerzo sobre mí misma para alcanzar todo lo que sueño. Tengo la convicción de que puedo lograr lo que me proponga si laburo y maduro en el proceso, pero me cuesta entender que precisamente lo bueno lleva tiempo. Me corre la sensación de que todo se puede acabar mañana y no quiero irme sin haberle entregado al mundo lo que siento que tengo para dar. Ahora que entendí a qué quiero dedicarme, el reto es aceptar que seguramente no luzca exactamente como creo que debe lucir.

↻ El tiempo. El sentir que nunca es suficiente.

↻ La insatisfacción.
La exigencia.
El cuerpo y su tiempo biológico.
El miedo.
La idea de estar tarde.
Estructuras heredadas.

↻ Mis propias expectativas de dónde tendría que estar y todo lo que debería haber vivido a esta edad. Me corre la constante comparación con los de mi alrededor y el sentimiento de que me estoy quedando atrás en una carrera que solo yo pareciera estar corriendo. Me apura la presión de ser el ejemplo del que mi familia tanto alardea cuando habla con sus conocidos. Me corre la incertidumbre de no saber si lo que estoy haciendo hoy va a valer la pena mañana.

⇨ **Quizas la comparción que hago entre lo que hacin mis padres anteriormente, versus lo que yo deberia estar haciendo, como el parecerme a mi familia y su fortaleza el no querer decepcionar**

- ⇨
- La necesidad de crear un espacio propio en el que pueda armar y desarmar a mi antojo, sin tener que rendirle cuentas a nadie.
 - El paso del tiempo respecto de cuán poco me queda para compartir con mis padres, teniendo en cuenta su edad y mi lejanía.
 - El vértigo de pensar que cada decisión que tomo deja de lado una torre de vidas que no voy a poder vivir.
-

⇨ Los años. Tengo 43 años y siento que pude haber hecho más de lo que hice.
El tiempo pasa y mi reflexión es que hago yo con él mientras mi vida transcurre. Por eso, con 43 años he decidido comenzar (por 5ta vez) una carrera, y poner foco en lo que históricamente me gustó y a lo que no le he dedicado nada de tiempo que es escribir.

¿Dónde te frenás a descansar?

⇨ cuando pasa algo lindo en el presente que me saca de proyectar a futuro

⇨ obligada después de quemarme

⇨ Cuando no puedo más, me cuesta parar sin que haya un motivo válido para hacerlo, siempre digo que debería ser suficiente tener la posibilidad de descansar, sin un plan en mente, pero casi nunca logro hacerlo

⇨ En la música. En el cine. En el silencio. En una charla con mis amigas. En lo que veo por la ventanilla cuando voy y vengo de trabajar.

⇨ Descanso en las sorpresas y los cambios inusitados que me obligan a frenar y recalculer. Descanso en espacios domésticos y sus tareas mundanas, repetitivas y algo zen (porque nadie me obliga a hacerlas, claro).
Descanso en todas esas microactividades que disfruto y no me enriquecen a nivel personal ni profesional.

⇨ Descanso en las actividades pequeñas del día a día que no tienen un fin distinto de sí mismas.
En las conversaciones profundas con la gente que quiero.
Descanso en los momentos de seguridad.
Descanso en lo simple, en la sencillez.
Descanso en la escritura, en la musica. En la cocina.
En la copa de vino conmigo. En las flores. En el sol.

⇨ **Cuando mi salud me frena, o cuando mi ansiedad aparece y todo me sobrepasa**

⇨ En el humo de un cigarro a contra luz, mirando el mundo tras el lente de una cámara, sentada frente a quien toca un instrumento, inhalando el olor de una flor, en los principios de los libros...

⇨ En las mañanas en donde no me apuro a salir de la cama para compartir el tiempo con mi gato. En cada noche en la que paso horas en la cocina preparando la cena, entre musica y copas de vino. El momento en el que me siento en el sillón, me tapo con la frazada que me tejió mi madre y paso tiempo junto a mi familia. En las charlas de 5 horas con mis amigos. En la escritura, en las series y en las películas. En la lectura antes de dormir.

⇨ No suelo frenar, hay circunstancias que me obligan a hacerlo. Cuando se pone en juego mi salud, mi ansiedad aparece con más fuerza de la habitual sé que es momento de descansar. No suelo permitírmelo mucho porque me inunda la culpa de no estar haciendo nada, de no estar trabajando por aquello que tanto anhelo. Quizás sin darme cuenta descanso en los momentos donde canto como si lo hiciera bien, cuando estoy mirando una serie o una película que me atrapa de tal manera que no me permite pensar en otra cosa. Descanso leyendo historias que me transportan a otro mundo y me sacan del mío aunque sea por un rato.

⇨ Me cuesta el descanso, porque siento que es tiempo improductivo. Hace un par de meses me frenó una lesión. Me había exigido con el entrenamiento, dedicando muchos de mis días y de mi energía, descuidando otros espacios igualmente importante. O más. Me frenó el NO disfrute. Hoy puedo decir que me freno a descansar cuando salgo a correr o entrenar en casa SIEMPRE QUE HAYA DISFRUTE, y de vez en cuando, cuando miro una película. En el encuentro con amigas, y en el encuentro conmigo misma. En estos espacios, descanso.

¿Qué te espera del otro lado de la prisa?

⇨ poder ver y disfrutar toodo lo que ya hay, que es mucho pero la mayoría del tiempo me olvido

⇨ La nada, y eso me da pánico

⇨ Realmente no sé, ¿qué pasaría si alcanzo esa meta, qué hay después? No lo sé, espero que la calma

↻ saborear el tiempo, que se va más rápido de lo que parece. Estar presente. Vivir el ahora, el único espacio temporal sobre el cual tenemos real control.

↻ El placer y la tranquilidad de mirar atrás y saber que hice todo lo que pude. Todo lo que quise en la medida de lo posible. Saber que a mi manera, viví.

↻ **Del otro lado de la prisa me espera lo que yo deseo hacer realmente, el hacer lo que me gusto de forma intencionada**

↻ Una mente en paz con lo que hay.
Presencia.
Disfrute.
Calma.
Darme cuenta que no debía estar apurada.

↻ La tranquilidad que me otorga el paso del tiempo según lo dicte las estaciones.
El entretenimiento que me concede la creación de mi entorno para habitar mi casa y los espacios que deseo compartir con otros.
El disfrute del aprendizaje constante.
La gratitud de lo creado.
La felicidad del compartirlo.

↻ No sé. Temo que sea la nada misma. Me da pánico la incertidumbre de no saber si del otro lado de la prisa me espera eso que tanto busqué. Deseo que me encuentre la calma, la tranquilidad de saber que hice todo lo que pude por lograr aquello por lo que tanto sacrifiqué.

↻ Me espera el descanso; el encuentro conmigo misma. El conocerme y descubrir.
La prisa es un modo de evitación, y creo que por eso muchas veces me lleno de actividades, encuentros sociales, etc etc para evitar el encuentro conmigo misma...porque el encuentro conmigo misma da miedo.

