

YA NO SUFRO
Naviditis

#YANOSUFRONAVIDITIS

WWW.QUECORRALALUZ.COM

YA NO SUFRO *Naviditis*

* EL VIAJE DE LUNA *

Introducción

Me estás metiendo con calzador otro típico cuento para recuperar la chispa tan comercial de la Navidad, ¿verdad?

No van por ahí los tiros.

1- Eres libre de leerlo o no leerlo, tú decides. Pero te recomiendo que lo hagas. Es un regalo y me encanta compartirlo, pero has de leerlo por ti y para ti.

2- La chispa de la Navidad, en realidad, es algo que no me parece exclusivo de estas fechas (aunque se venda así).

Las Navidades son estas fechas tan amadas por unos y tan odiadas por otros. Comidas y reuniones familiares, compras, villancicos por todas partes, sensación de soledad para algunos, recordar a personas que ya no están, se cierra el ciclo de un año y se mira atrás para ver los logros conseguidos, lo que se ha quedado atrás... se mira hacia adelante con los nuevos propósitos... pasado, futuro, metas, propósitos, más metas, sentimientos encontrados... como un cóctel emocional...

En estas fechas nace esa "enfermedad" tan común...

... la *Naviditis*

Según un libro que leí sobre enfermedades y sus causas emocionales, todas las **enfermedades acabadas en "itis"** (gastritis, sinusitis, apendicitis...) están vinculadas con las emociones de **ira, enfado, enojo, rabia...** Así que me parece muy apropiada la palabra **"Naviditis"** para definir esa **rabia y rechazo hacia el ambiente navideño y todo el ajetreo emocional que conlleva.**

Estos sentimientos de enfado, agobio y rechazo que emergen en estas fechas, son sólo la **punta del iceberg.**

Si buceas un poco en tu mundo emocional, puedes ver que tras esa aparente rabia, hay mucho más.

- Tras el rechazo a estas fechas de "ternura social" hay un trasfondo.
- Tras la rabia por ver que los que estaban ya no están, hay un trasfondo.
- Tras el agobio por no haber alcanzado los propósitos del año, hay un trasfondo.
- Tras la tristeza por no estar disfrutando de estas fechas, hay un trasfondo.
- Tras la emoción de odio, rabia, enfado, ira hay un gran trasfondo.

El viaje de Luna es la historia de una valiente sufridora enferma de Naviditis que se adentra en su propio iceberg y ese viaje le proporciona un cambio de percepción de la realidad.

¿Te atreves a sumergirte?



YA NO SUFRO *Naviditis*

* EL VIAJE DE LUNA *

#Capítulo1. Doce de diciembre

Érase una vez, una remota aldea llamada “**Olvido**”, rodeada de montañas con un espectacular lago de agua cristalina, donde los cambios estacionales eran muy acentuados, y los habitantes de dicha aldea convivían aparentemente felices, apaciguados, sumergidos en los quehaceres cotidianos tradicionales, sin grandes sobresaltos en sus vidas, con una rutina acomodada, con sueños adormecidos, generaciones tras generaciones anestesiados por la doctrina del bienestar... Manteniendo al margen los sueños ilimitados, ese espíritu aventurero y confiado de adentrarse en lo desconocido, algo tan característico del lenguaje del corazón.

La noche del 12 de diciembre de 1998, una joven habitante de Olvido llamada “**Luna**”, preparaba la chimenea en su casa sintiendo cansancio, rabia, impotencia, incomprensión, desilusión, tristeza, enfermándose de Naviditis...

Se sentía inquieta, esa casa donde vivía no era un hogar cálido a pesar de encender con frecuencia la chimenea, el frío que se sentía en ese lugar no se esfumaba simplemente con fuego... Ese hogar era aterrador.

Era una casa de madera deteriorada, la mayoría de ventanas habían sido tapadas por paneles de madera, solamente dejó una ventana sin tapar para tener contacto con el exterior porque sentía que así estaba más protegida de las amenazas exteriores.

A Luna le habían hecho mucho daño y tenía miedo a volver a lo de atrás, los habitantes de Olvido parecían muy serenos y tranquilos pero eso era

aparentemente, tras esas máscaras, se escondían depredadores humanos dispuestos a cualquier cosa por hacer daño al prójimo, ese lugar simulaba encanto pero escondía un torbellino de envidias, utilitarismo, y desdén ocasionado por la ausencia de amor propio en los aldeanos. Así que el caparazón de Luna consistió en aislar su casa de posibles amenazas, no confiaba en ellos y evitaba tener cercanía con esa gente. Y lo más aterrador no eran esas personas que las consideraba posibles amenazas, lo que más pánico le daba era un fantasma que aparecía en su casa al anochecer.

Cada vez que aparecía ese fantasma al que había bautizado como **“El Pulpo Negro”** quería huir de él pero no había forma de esquivarlo, le perseguía a cualquier sitio y no notaba de antemano su aparición porque se presentaba ahí sin previo aviso, la dejaba paralizada, llena de miedo sin poder hacer nada. Su presencia era aterradora, y cada vez aparecía con más frecuencia. Ese fantasma no paraba de susurrarle al oído amenazas y miedos:

“Estoy aquí otra vez y no puedes hacer nada por esquivarme, no puedes huir de mi, ni siquiera lo intentes, es inútil...”

Esa gente que detestas es igual que tú... Eres un ser incompleto que necesita de otros para poder vivir, no puedes sobrevivir por tu cuenta, la gente es mala pero es igual que tú, van con caretas de bondad, solidaridad... Y sólo se aprovechan de ti pero la necesitas y ellos necesitan de ti porque en el fondo... También lo saben... Saben que no son completos y no sirven, os utilizáis los unos a los otros y os creéis que esa es la forma de quererse... Hay un desprecio común en esta aldea pero lo disfrazáis con luces de Navidad y alabanzas... ¡¡Sois todos unos hipócritas!!

Todos aquí son conformistas con sus vidas vacías y rutinarias, porque saben que no son capaces de hacer nada más... Anestesiaron su sufrimiento, dejaron de soñar... ¡Pero tú! Tú eres inconformista ¡¡y eso te va a matar!!

Necesitas que otros te reconozcan para poder reconocerte tú, estás enganchada a lo externo, todo lo buscas afuera... Jajaja y encima crees que tu realidad puede ser diferente... Ilusa soñadora... Todas esas ideas van a acabar contigo, ¡¡van a ocurrirte cosas tan horribles que ni te imaginas!! ¡¡¡Tu inconformismo te va a matar!!!

¿Sientes lo que es el vacío de desaparecer? Mira, me voy a acercar a ti y sentirás lo que es ese vacío y pánico, ¡¡esto es solo una pequeña parte del sentimiento de vacío!! Es insoportable esa sensación, siéntela.... No puedes escapar de ella ni de mi.”

Estaba anocheciendo y El Pulpo Negro todavía no había llegado. Luna miraba por la única ventana que no estaba tapada y veía todas las luces navideñas que iluminaban la aldea, quedaba más de una semana para las fechas esperadas pero el ambiente navideño ya se palpaba en toda la aldea. No sabía por qué esa atmósfera "tan amorosa y mágica" le provoca rechazo y repulsión. Cogió a su fiel amigo... su diario, y empezó a "vomitar su rabia" a través de palabras:

"Olvido, 12 de diciembre de 1998.

Esta es la única forma que encuentro de ser 100% sincera, escribiéndote y contándote lo que me pasa. La gente dice que está ahí, que escucha pero no es tan fácil que te escuchen de verdad, sin querer interferir en ti, en tus ideas, en tus sentimientos, porque para comprender de verdad, primero te has de comprenderte a ti mismo y eso, en realidad, casi nadie lo hace. Envidias, culpar al otro, utilitarismo, egoísmo...

¿Por qué estas fechas me producen esta rabia? No soporto el ambiente de amor hipócrita de esta gente que solo se preocupa por su ombligo, tampoco entiendo que esta ternura simplemente tenga fecha en el calendario, ¿qué pasa con el resto del año?

¿Por qué ser generosos, bondadosos, poder compartir momentos con la gente que quieres, dar valor a lo que tienes, agradecer la vida, el amor, blablabla... ha de estar más presente en estas semanas?

*¿Qué pasa cuando te sientes de otra forma y no puedes entrar en este teatro hipócrita? ¿He de vibrar en amor porque es lo que toca en el calendario con personas que van con caretas? ¿Por qué no puedo anestesiarme como los demás y funcionar de forma automática? ¿Por qué acordarme especialmente de quienes no están en estas fechas? ¿Por qué siento que me falta algo, que soy incompleta, que **soy "media-Luna"***

Y lo que es más importante, ¿por qué no siento agradecimiento, ternura y amor? No hoy al ver luces navideñas, sino cada día.

¿A qué se debe esta rabia con las personas, con el entorno en general y con la vida?

¿Cómo puedo acabar con esta desgana y sufrimiento?"

--- (media) Luna ---

Y al acabar de escribir en su diario, media-Luna leyó lo que había escrito, todo eso le sonaba muy familiar... Y se dio cuenta de algo...
¡¿¿Cómo no se había dado cuenta antes??!

¡Esos sentimientos que expresaban sus palabras eran como las palabras del Pulpo Negro! ¡Amenazas, miedos, rabia, rencor, insatisfacción!

¡El Pulpo Negro se había ido metiendo dentro de ella, apoderándose de sus emociones y de su vida!

¡No podía permitirlo! ¡No!

¡No iba a dejar que esa cosa aterradora y oscura se adueñara de ella!

Así es como media-Luna comprendió el por qué de sus miedos, de su rabia, su rechazo, la ausencia de amor en ella, de sentirse media-Luna.

¡La culpa era del Pulpo Negro!

Y tenía que hacer algo...

Quedaba poco para que llegara la medianoche, no quería volver a escuchar al Pulpo Negro, contra más veces la fuera a visitar, más se apoderaría de ella. No podía dejar que eso pasara.

Media-Luna decidió coger "el toro por los cuernos". Miró por la única ventana con acceso al exterior y vio que no había gente en las calles, era la hora de la cena, los aldeanos estarían en sus casas, no quería encontrarse con nadie. Era el momento perfecto.

Había tomado una decisión y no iba a postergarlo. Preparó rápidamente una mochila con cosas imprescindibles, abrió la puerta de su casa y decidió comenzar un viaje, dejando atrás su hogar, huyendo del Pulpo Negro y de todos los aldeanos de Olvido en busca del amor verdadero, ese que no va impuesto por un calendario, ni por luces ni por villancicos.

No sabía hacia dónde dirigirse exactamente y solo tenía algo claro, la meta: **Hallar el amor verdadero en todo lo que la rodeaba, en cada instante y sentirse completa y plena.**

YA NO SUFRO *Naviditis*

* EL VIAJE DE LUNA *

#Capítulo2. El viaje

Había estado toda la noche en vela, alejándose lo más rápido posible de Olvido. La primera parte de su viaje fue en "autostop", a pesar del miedo a lo desconocido sentía esa adrenalina aventurera de confianza, con ganas de descubrir nuevos lugares y tenía en mente una meta muy clara.

Después de largas horas de viaje, llegó a lo que de momento, era su primer destino: una enorme ciudad llamada "**Maya**".

La procedencia de ese nombre venía de una antigua diosa. Según la leyenda, la diosa Maya provenía de ese lugar y era considerada como **la diosa de la ilusión**.

Maya era una ciudad grandiosa con muchas oportunidades. Tenía un clima subtropical, no había cambios estacionales muy acentuados sino que la mayoría del tiempo predominaba un clima primaveral.

La ciudad estaba bañada por una preciosa costa y a las afueras de Maya se podían ver unos paisajes montañosos repletos de magia. Era una ciudad tan bonita, con un entorno tan encantador que casi no parecía real, era como si fuese un lugar de otra época con aires muy bohemios.

Aunque tiempo le costó a media-Luna darse cuenta que, como el nombre indicaba, Maya no era lo que parecía ser...

Como era una ciudad llena de posibilidades, no le costó mucho tiempo encontrar un nuevo hogar y una forma de sobrevivir.

Su nueva casa estaba cerca del mar, cada mañana los rayos de sol entraban por su balcón con ese olor salado, todo parecía de ensueño, era un destino ideal.

Poco después de llegar a Maya, media-Luna conoció a un grupo de personas muy amables y hospitalarias en una representación teatral. Habían coincidido otras veces como público en ese mismo lugar, pero hasta ese momento, no habían tenido ocasión de entablar conversación.

Invitaron a media-Luna a tomar unas copas con ellos, ese grupo de gente eran amigos de algunos organizadores de la obra teatral que habían visto. Al terminar la función, esos organizadores se unieron a ellos. Pasaron una tarde divertida, hablaron de teatro, de anécdotas pasadas y de sueños por cumplir. Media-Luna escuchaba todas las historias con mucha atención, se sentía maravillada por las historias que explicaba esa gente, sentía que estaba rodeada de personas aventureras con mucho que aportar.

Gracias a ese grupo de amigos, media-Luna pudo encontrar hospedaje y oficio, se alojó en la que bautizaría **“La casa de la playa”** donde convivía con Ulises y Greta (una pareja que conoció ese día en aquel encuentro fortuito), ambos muy cercanos y acogedores. Y a través de ellos, consiguió un oficio para una compañía teatral como ayudante multi-tarea (desde preparar cafés a ayudar en escenografía).

Así es como encontró su nuevo hogar y lejos quedó El Pulpo Negro y su vida en Olvido. Ahora tenía por delante un nuevo horizonte lleno de aventuras y oportunidades.

Pasaron las semanas, meses y años, en concreto pasaron diez años, y esas personas, ese entorno, esa vida... iba dejando de ser espectacular.

Ese asombro inicial por lo desconocido que le hacía ver las cosas de forma fascinante, fue perdiendo la magia. Lo desconocido pasó a ser conocido, y lo conocido no era tan magnífico porque con el paso del tiempo, las personas no eran lo que a primera vista aparentaban. La ciudad, las oportunidades, el ambiente en general, tampoco lo era.

Media-Luna conoció a mucha gente durante esos años, personas de todos sitios, muy diferentes entre sí, ella seguía buscando incesantemente la forma de tener despierta "la falsa llama del amor verdadero" pero las cosas no eran de color de rosa. Había peleas, envidias, se daba cuenta de que mucha de esa gente, también era hipócrita y se usaban entre ellos, la usaban a ella y se dejaba usar. Pero media-Luna no quería volver a lo de antes, quería deshacerse de todos esos pensamientos, quería envolver la realidad de nuevo, porque no podía volver a tener ese miedo y desasosiego que tuvo en Olvido. Así que buscó todas las formas posibles de mantener "la falsa llama del amor verdadero" encendida... O más bien "la llama de la ilusión"...

No quería volver a sentirse incompleta, era media-Luna pero no era consciente de ello, pensaba que ese viaje le había proporcionado libertad, amor verdadero y plenitud. Se negaba a reconocer que solo era una ilusión y en el fondo de ella el torbellino seguía latente.

Algunas noches sentía inquietud y tenía la misma sensación que en el pasado, cuando iba a visitarla El Pulpo Negro. Le aterraba tanto que volviera a visitarla que se ponía a hacer muchas cosas, a tener el tiempo ocupado, lejos de su habitación de la casa de la playa para que El Pulpo Negro no pudiera encontrarla.

Al estar siempre tan servicial y dispuesta a dar a cualquier persona para huir de ese vértigo aterrador, algunas personas se aprovecharon de su "buena voluntad y hospitalidad" y media-Luna lo permitió sin darse cuenta por miedo a que si decía "no", se quedaría sola y aparecería de nuevo El Pulpo Negro.

Con el tiempo, se había esclavizado, se había "vendido" a la gente para no tener tiempo a solas y la mayoría de las personas se habían acostumbrado a recibir siempre algo de media-Luna.

"Media-Luna has de estar disponible siempre porque es el rol que has adquirido y si no puedes estar o no quieres, estás fallando a la gente por las expectativas que hemos depositado en ti. Media-Luna eres buena cuando me das lo que necesito y eres mala cuando no lo haces... Si no me das lo que necesito (y estoy acostumbrado a que me des) te aparto de mi vida pero te quiero, ¿eh? Eres tú quien no me quiere porque no me das lo que quiero..."

Esa creencia y rol perseguía a media-Luna. Había emprendido un viaje para ser completa, aventurera, independiente, buscando el amor verdadero en cada instante para dejar atrás el utilitarismo, la hipocresía, la protección ante la gente depredadora, huyendo del Pulpo Negro, y de ser una esclava de su antigua casa que la protegía del exterior amenazante, pasó a convertirse en una nueva esclava del mundo exterior, de esa gente aparentemente tan solidaria que en realidad, la utilizaba y ella lo permitía por miedo a volverse a ver como en el pasado. ¡Qué paradójico! **¡De esclava interior a esclava exterior!**

¡No podía ser!

¡Otra vez le perseguía lo mismo de lo que huyó!

¿Qué es lo que no hizo bien?

Tenía que irse a algún sitio, no podía volver a suceder lo mismo. La decisión estaba tomada.

Era el momento de irse otra vez. Su tiempo en Maya había finalizado, a pesar de que había aprendido muchas cosas en esa ciudad, había conocido a mucha gente allí y se llevaba un montón de experiencias magníficas en su recuerdo, ya no tenía sentido estar allí porque Maya ya no le proporcionaba lo que años atrás sí le dio.

Se había convertido en un sitio sin magia, ya no brillaba como cuando llegó allí, ese mundo teatral que la arropó esos años le enseñó una gran lección: **Maya era realmente una gran obra de teatro y como su nombre decía, cuando se apagaban las luces y caían las máscaras, todo era una ilusión.**

¿Próximo destino?

La isla "**Pele**".

¿Pero encontró en Pelé lo que buscaba ansiosamente?

Lo que descubrió en esa isla fue una enorme sorpresa, pero no exactamente el tipo de sorpresa que esperaba...

YA NO SUFRO *Naviditis*

* EL VIAJE DE LUNA *

#Capítulo3. Hola, ¿Estás sola?

Emprendió rápidamente el nuevo viaje ansiosa por llegar al destino. A la mañana siguiente aterrizó en "**Pele**".

Pele, al igual que Maya, tenía un nombre procedente de una antigua diosa, la llamaban "la diosa del volcán". Esa isla era volcánica y decía la leyenda que la diosa Pele apareció a la gente que habitaba ahí justo antes de que el volcán entrara en erupción, era considerada **la diosa del despertar**.

Ese sitio era precioso, era el lugar ideal. Ahí se iba a calmar esa sensación de miedo y de vacío. Ahí si iba a poder vivir plena, acallando todo ese ruido de pensamientos destructivos y aterradores. Era el lugar adecuado para hallar el amor verdadero en cada instante, sus habitantes parecían felices y plenos. Si ellos lo habían logrado, ¿por qué ella no lo iba a conseguir?

Poco después de llegar a Pele, media-Luna se estableció en una pequeña cabaña rodeada de vegetación muy próxima al mar. Los últimos años en Maya había podido ahorrar dinero así que esos primeros meses, simplemente quería disfrutar del "no hacer" y ocupar su tiempo descubriendo cada rincón de esa isla mágica, ya se encargaría de buscar un oficio más adelante.

Algo llamó su atención. Todas las noches desde que había llegado allí, había luces de colorines por todas las calles, como las luces navideñas. Eso le gustó, allí no buscaban una fecha en especial para embellecer las calles. Y supo que Pele era buena elección.

Le encantaba esa sensación de vivir rodeada de naturaleza salvaje.

Cada noche iba a caminar por la orilla del mar. En ocasiones veía grupos de gente organizando fiestas en la playa, llevaban comida y realizaban bailes tradicionales. La cultura de ese sitio tenía el ritualismo muy enraizado, las ofrendas y el agradecimiento a la naturaleza. Era una cultura de fusión: una cultura moderna o desarrollada manteniendo muy presente lo ancestral. Eso también le gustaba a media-Luna. Porque en Maya algunas veces la rutina se convertía tan urbanita, con tanto ruido y velocidad que lo ancestral y salvaje no se apreciaba, tenía que salir a las afueras, a las montañas o permanecer en su casa de la playa. Y en Olvido predominaba más lo tradicional simplemente. Así que esta era la fusión perfecta. ¡Cuánto encanto estaba descubriendo en Pele!

Una noche durante su paseo nocturno por la orilla de la playa, había una de esas cenas/fiestas/rituales con mucha gente y al acercarse por esa zona de la playa, media-Luna los observó con curiosidad. Una señora se acercó a ella y la invitó a tomar una bebida que habían preparado específicamente para esa celebración. Media-Luna accedió, se acercó al grupo de personas, le ofrecieron una comida típica, era una especie de rollito de pollo con leche de coco.

Esa señora se llamaba "Lila", era nativa de Pele y toda su familia procedía de allí, conocía muy bien la cultura pelense. Le explico a media-Luna que era un sitio en el que había un gran equilibrio entre lo natural y lo artificial. Los habitantes de esa isla vivían en armonía porque sabían respetar y honrar ambos aspectos.

Media-Luna le explicó que venía de Maya y era un sitio que le había desilusionado. Lila le preguntó:

- *Lila: "Quizás no sea de mi incumbencia esta pregunta pero... ¿Puedo saber qué te desilusionó?"*
- *Media-Luna: "Bueno... al principio todo parecía ser perfecto, el sitio, el ambiente, la gente... Esa sensación de adrenalina que da lo desconocido, pero con el paso de los años, el sitio, la gente... todo... no era lo que parecía, cuando pasó a ser conocido, todas esas cosas, tenían fallos... no era tan genial... me sentí utilizada por la gente, decepcionada con el ambiente y engañada con lo prometedoras que parecían las oportunidades en Maya."*

- *Lila: "Mira jovencita, te explicaré una cosa. Aquí mucha gente pasó por esa desilusión, yo misma lo viví muchos años atrás, y es una fase natural de la experiencia humana. ¿Sabes por qué en este lugar hay tanta gente que vive en equilibrio?"*
- *Media-Luna: "¿Porque vivís en una cultura donde se equilibra lo natural con lo artificial?"*
- *Lila: "Porque ese equilibrio natural y artificial lo alineamos dentro de nosotros, al alinearlos interiormente vivimos en armonía afuera."*
- *Media-Luna: "¿Cómo? ¿Quieres decir que lo que he vivido ha sido así porque dentro de mí no estoy alineada?"*
- *Lila: "Quiero decir que lo que ves adentro lo ves afuera. Aquí en Pele simplemente hay mucha gente que ha logrado aceptarse. La mayor lucha no es contra los demás, sino con uno mismo. Mientras luches contra ti, lo de afuera lo juzgarás, porque lo haces contigo."*
- *Media-Luna: "¿Y así de sencillo? ¿Y cómo me alinee?"*
- *Lila: "Me temo que esas respuestas has de encontrarlas tú misma en tu interior."*

Las dos seguían sentadas en la arena, en silencio, mirando las olas...

Media-Luna se quedó sin saber qué responder. Esa conversación le había movido algo, se sentía como si una verdad incómoda se hubiese caído dentro de ella.

Era tarde, Lila se levantó y le dijo:

- *Lila: "Dentro de dos semanas, se celebra en esta playa la celebración en honor a la diosa Pele, haremos una fiesta, cena, baile... Si quieres venir, es una noche muy bonita y especial..."*
- *Media-Luna: "Claro, tiene buena pinta. Aquí estaré. Gracias. Y gracias por esta conversación tan... esclarecedora."*
- *Lila: "Genial, nos vemos entonces en la celebración. Gracias a ti Luna."*

Durante esas dos semanas, media-Luna fue asimilando las palabras de Lila. Sentía que esa conversación había sido reveladora y ahora estaba asimilando

todo lo que había quedado. Tras varios días de escucharse y observarse a ella misma, pudo encontrar su propia verdad, y al fin comprendió a través de su propia experiencia, las sabias palabras de aquella mujer.

Media-Luna se dio cuenta de que “la chispa de la vida” era hallar el equilibrio dentro de ella, ¡claro! ¿cómo no se había dado cuenta antes?

Había luchado siempre contra lo de afuera: la gente, los sitios, cuando alguien no le daba lo que quería y no cumplía la expectativa que ella misma había creado en torno a esa persona! ¡Y no sólo con las personas! Esto también era aplicable a los objetos, a los sitios, a los oficios... ¡Era aplicable a todo!

¡Eso era un gran descubrimiento! **Siempre había pensado que la responsabilidad estaba fuera de ella, y ella era una víctima y más bien, era una víctima sí... pero de su propia ilusión...**

Entonces el problema no estaba en las cosas, en las ciudades, en la gente... en todo lo exterior sino en ella misma... al no ser capaz de hallar su propio equilibrio... ¿Y cómo lo hacía? ¿Por qué no estaba alineada?

Si afuera veía utilitarismo, hipocresía, desilusión, rechazo, y sentía que lo de afuera era algo que la dañaba y necesitaba protegerse, entonces... ¿Eso significaba que ella utilizaba a los demás, era hipócrita, tenía muchas expectativas con todo (de ahí la desilusión) y se rechazaba a ella misma?

Pero entonces... ¿Todas las palabras que le decía El Pulpo Negro eran verdad? ¿El Pulpo Negro simplemente le había avisado y ella huyó de él para no escuchar aquellas sensaciones y palabras aterradoras?

- *No, todo esto no tiene sentido, ¿cómo voy a ser así? ¿por qué tendría yo que utilizar a la gente, ser hipócrita, sentir rechazo hacia mi misma, etc?* - Pensó Media-Luna.
- *¡Me voy a preparar para la fiesta y listo! Voy a dejar de pensar en todo esto, lo dejo para más tarde...* - Y así es como cerró su propio diálogo interno. El posponer es un buen amigo de mantener la llama de la ilusión.

Era el día de la celebración a la diosa Pele, media-Luna había acudido a la playa donde había estado semanas atrás con Lila. Había mucha gente, estaba

atardeciendo, había hogueras con personas bailando alrededor, algunos tocando instrumentos de percusión y otros preparaban barbacoas. Media-Luna buscó a Lila, vio que estaba sentada en la arena cerca de una de las hogueras. Se saludaron, Media-Luna conoció a otros pelenses que estaban en la celebración. Había un ambiente muy alegre y festivo, aquella gente parecía estar alineada porque la mayoría tenía expresión de felicidad en su rostro, pero no de esa felicidad artificial con grandes sonrisas que por dentro esconden tempestades, sino esa expresión de felicidad natural que sale sin forzar y es característica de los niños.

Estuvieron cenando, bailando, haciendo rituales alrededor del fuego, había gente que daba las gracias a la diosa y a la naturaleza por concederles un lugar tan especial donde vivir, o por las personas que aparecían en sus vidas, o por sentirse plenos o simplemente por existir. A Media-Luna le llamaba la atención como algo tan simple les hacía sentir tan llenos. Nunca se había planteado dar las gracias por existir, siempre le faltaba algo en su vida o cuando valoraba algo, **se enfocaba más en lo que tenía, pero no en lo que era y mucho menos valorar su existencia simplemente por el hecho de estar ahí, en ese instante.**

Unas horas después, Media-Luna estaba acostada en la arena, la gente seguía con los bailes, otros estaban al lado de ella charlando, otros se bañaban en el mar... Ella se cubrió con un pareo, ahí recostada y rodeada de esa atmósfera sintió después de mucho tiempo, paz.

Poco después, media-Luna estaba sola, la gente de la playa había desaparecido...

– *¿¿Qué ha pasado aquí?! ¿¿Dónde están todos?! ¿¿Qué broma es ésta?! ¡¡Hola, ¿Estoy sola?!!* - gritaba media-Luna.

Justo en ese momento, apareció delante de ella una mujer hermosa y misteriosa, con una larga melena negra, llevaba un vestido-pareo anudado en el cuello, nunca antes la había visto en Pele, se acordaría de ella, tenía un aspecto muy peculiar. Esa mujer le dijo:

- *Mujer misteriosa: "Presta atención."*
- *Media-Luna: "¿Cómo? ¿Atención a qué? ¿Dónde está la gente?"*
- *Mujer misteriosa: "Esto es algo entre tú y yo, no necesitas a otra gente. Presta atención a todo lo que la vida te dice. Llevas demasiado tiempo sin reaccionar."*
- *Media-Luna: "¿Quién eres? ¿Por qué me dices esto?"*
- *Mujer misteriosa: "Me conocen como "la diosa de los volcanes", Pele, al igual que el nombre de esta isla. Aparezco en las personas cuando han dejado de estar en un sueño profundo, cuando están levemente dormidas, impulsando su despertar."*
- *Media-Luna: "No me puedo creer que esté pasando esto. ¿Estoy alucinando? No he bebido apenas... Esto es una broma, ¿no? ¿Estoy loca? ¿Qué quieres de mí?"*
- *Pele: "Toda esa incredulidad viene de tus pensamientos, cuando algo se escapa de lo lógico, no le hagas caso... Preguntabas cómo la gente de aquí podía estar alineada. Estoy aquí para ayudarte. ¿Quieres que te ayude?"*
- *Media-Luna: "Uffff! No me puedo creer esto... No sé qué decir. ¿Ayuda? Claro que necesito ayuda pero... ¿Cómo me vas a ayudar?"*
- *Pele: "Tan solo cierra los ojos y confía en mi."*
- *Media-Luna: "Claro, ¡tan normal! La gente ha desaparecido, aparece aquí una misteriosa diosa que quiere que cierre los ojos y confíe en ella, así sin más..."*
- *Pele: "Es tu oportunidad, tú decides, no has de hacer nada más."*
- *Media-Luna: "¡Esto es surrealista!... Tienes suerte de haber topado con una persona buscadora que se deja adentrar en las aventuras desconocidas... Bueno va Luna... ¿Qué más puedes perder? - Se dice a ella misma... Venga va, cierro los ojos y me dejo llevar..."*
- *Pele: Adelante.*

Media-Luna oía una voz de fondo que le decía - *"Despierta, jovencita, casi está amaneciendo"*- ¿Qué había pasado? ¿Dónde estaba?

Se despertó y vio a Lila a su lado, había más gente cerca, algunos dormidos en la arena, otros recogiendo bolsas y basura de la fiesta. Aún era de noche pero no sabía cuántas horas había dormido ya que quedaba poco para el amanecer. ¿Y Pele? ¿Dónde estaba? ¿Había sido un sueño? Pero parecía tan real... Al momento recordó todo. Se sintió conmovida. Eso había sido muy potente. Había percibido el mensaje que la vida le había estado mostrando todos los años atrás. Media-Luna pidió papel y boli, necesitaba escribir todo lo que había percibido, estaba alucinando con esa revelación, alguien le dio boli y papel y se alejó un poco del grupo, necesitaba intimidad. Comenzó a escribir:

"Pele, 28 de noviembre de 2009.

Esta noche ha aparecido la diosa Pele en mi sueño.

Al fin lo he entendido todo. Siento tristeza, rabia, decepción, asombro, inocencia, sabiduría, agotamiento, miedo... todo a la vez, es inexplicable.

*Casi once años atrás comencé un viaje impulsado por la insatisfacción de mi hogar, por el miedo al Pulpo Negro, por el rechazo a los aldeanos y a la vez para conseguir un sueño y encontrar una meta. En esos años, he vivido innumerables experiencias, y todas acababan con el mismo final: **sintiéndome esclava y mendiga, víctima de un mundo cruel del que debía protegerme o huir.***

Antes de mi encuentro con Pele, ya había visto que ese mundo, el exterior era un reflejo de lo que yo era capaz de ver afuera. Si no me sentía alineada dentro, era lo que encontraba afuera. Pero no sabía qué grado de responsabilidad tenía en todo eso o cómo funcionaba esa proyección.

Pues bien, esa ayuda que recibí de Pele fue un viaje hacia dentro de mí, para poder ver de forma esclarecedora la verdad. Mi verdad, no la verdad de Pele.

Cerré los ojos y me dejé llevar. Vi como una serie de diapositivas, es algo que no sé como plasmar con palabras. Eran como diapositivas rápidas de momentos de mi vida, sensaciones en cada uno de esos momentos, como si viera mi vida como un espectador, simplemente observando... y al poder observarlas con distancia y sin juicio, he podido comprender todo.

*Vi que toda esa huida de mi fantasmagórico hogar en busca de plenitud a través de lo externo, ciertamente era un rechazo a mí misma. Buscaba afuera lo que no era capaz de darme por mí misma. El Pulpo Negro que tanto me aterraba, era mi propia sombra, mis pensamientos, creencias y miedos destructivos a los que había querido ignorar y arrinconar durante años. Vi que tenía terror a entrar dentro de mí misma, escucharme y estar sola, porque en ese espacio de soledad, temía que volvieran esas pesadillas, ese Pulpo Negro. Así que vi cómo la raíz de todo, **el miedo a la soledad**, fue el detonante de*

diez años buscando afuera por temor y desconfianza a mis propios pensamientos, a mi interior.

Me daba miedo la soledad porque en esa ausencia de los demás, lo que quedaba era yo misma con ese fantasma interno. Me daba miedo escucharme porque el mayor enemigo, estaba dentro de mí.

Di mil vueltas con metas en mente, con objetivos, buscando llenarme, depositando todo el poder de felicidad y plenitud fuera de mí. Y al final el vacío seguía latente porque **no hay absolutamente nada afuera, que pudiera darme lo que yo misma no me daba.** Esa sensación de lucha, de incesante búsqueda, sin obtener los resultados, era agotadora y desesperante. Y provocaba estar enfadada y decepcionada una y otra vez con todo lo de afuera. Querer cambiar todo lo externo para que fuera según mi propio antojo y de esa forma, me complaciera. ¿No es egoísta esto? ¿No es utilitarismo? Precisamente de egoísmo, hipocresía y utilitarismo me quejaba del afuera y mira por donde, todo eso salía de mí... y que se llame amor a eso...

Busqué desesperadamente sentir formar parte de algo, mendigué por muchos lugares buscando un cobijo... poder encontrar un verdadero hogar en el que me sintiera a salvo, pero... **¿A salvo de qué? De mí misma, de mi propio Pulpo Negro.**

Esta noche me he dado cuenta en ese "viaje por mi vida" que he visto gracias a Pele, que cada uno tiene un hogar, **su propio hogar y no pertenezco al hogar de otros,** sino que he de regresar al mío. Ese hogar del que huí por miedo a que en soledad, aparecía El Pulpo Negro, mi peor enemigo. Es momento de dejar de escapar. Ya no tiene sentido el mundo de la ilusión. **Es hora de volver al origen y confrontar la realidad. Es momento de volver a casa."**

--- (media-Luna) ---

Apenas quedaba ya gente en la playa, media-Luna se alejó para buscar un sitio donde estuviera completamente sola. Observó el amanecer, estaba aprovechando sus últimos momentos en la isla Pele, quería disfrutar al máximo hasta el último minuto. Dio las gracias a la diosa Pele por su ayuda, recordándole su verdad. Agradeció su propio camino, su vida, todas las cosas que le habían pasado, todas las personas "buenas" y "malas" que le habían reflejado tantos años sus propias sombras. De repente, todo cobró sentido. Esta vez no iba a irse apresuradamente, estaba ahí, en ese momento en Pele y quería disfrutarlo. Pero tenía muy claro que en breve, estaría de nuevo donde todo comenzó, en Olvido, dispuesta a que Olvido no fuera simplemente un recuerdo del pasado.

YA NO SUFRO *Naviditis*

* EL VIAJE DE LUNA *

#Capítulo4. El regreso al hogar

Con una sensación de nervios, miedo, curiosidad y a la vez, de alegría, media-Luna llegó una mañana invernal a su antigua aldea, Olvido. Curiosamente se fue un 12 de diciembre de 1998 y regresó un 12 de diciembre de 2009.

Once años después, la aldea no había cambiado mucho, por lo menos no en lo que a tradiciones se refería. El ambiente navideño seguía como de costumbre, con las luces, los villancicos... Pero esta vez, ese ambiente ya no le producía rechazo y rabia, sino que tenía una sensación de calidez, volvía a casa justo en Navidad tras un largo viaje y ya no era la media-Luna que dejó ese sitio mucho tiempo atrás. Había cambiado y gracias ese cambio de percepción interno, lo externo lo veía diferente.

La gente paraba a hablar con ella y le daba la bienvenida, ella sabía que mucha de esa gente era la misma que antes, sus vidas no habían cambiado prácticamente, ni ellos habían cambiado, pero esta vez, media-Luna no se sintió enfadada con ellos porque comprendió que de la misma forma que ella había proyectado su interior en lo de afuera, en la vida de otros por ausencia de amor propio, esos aldeanos que hacían lo mismo, tenían el derecho y la libertad de vivir en su falsa ilusión.

- ¡Guauuu! ¡Es verdad! Cuando te alineas dentro no estás en esa lucha con lo de afuera... Es cierto que al aceptarme puedo aceptar a otros... No me está molestando ya la hipocresía, rutina, utilitarismo, etc. de esta gente... Esto de aceptar es realmente efectivo... - Pensó media-Luna.

Siguió caminando por la aldea y ahí estaba, frente a su antigua casa. La casa de madera estaba medio derruida, era un lugar frío, oscuro, sin vida. Se quedó quieta mirándola. Al estar ahí, le vinieron imágenes, recuerdos, sensaciones y escalofríos de todo lo que vivió ahí dentro.

Tenía miedo de volver a entrar a ese sitio frío donde en su pasado había fantasmas... Era una casa llena de miedo, de odio, de oscuridad...

Había llegado hasta ahí y no tenía el coraje de entrar, estaba paralizada. Todo el pasado estaba ahí frente a ella y sintió de nuevo ese terror y dolor, revivió todo el sufrimiento que pasó en ese lugar. No podía entrar... Era aterrador, no podía entrar pero no podía huir...

¿Qué hacer entonces? No podía más. Se sentó y comenzó a llorar desconsoladamente, sintiendo la impotencia del sinsentido de seguir buscando y con ese miedo paralizante que le impedía dar un paso adelante.

Se sentía sola, al fin...

En ese instante, apareció una tierna mujer vestida de blanco, con cabellos largos castaños. Estaba frente a ella, desprendía serenidad y amor. Media-Luna la miró, descolocada, no la había visto antes. Y le preguntó:

- *Media-Luna: "¿Buscas a alguien? ¿Te has perdido? No me pillas en el mejor momento."*
- *Mujer tierna: "Estoy justo donde he de estar. He venido aquí para acompañarte".*
- *Media-Luna: "¿Para acompañarme? ¿Quién eres? ¿Acompañarme adónde?"*
- *Mujer tierna: "Soy Mamá-Luna, mi misión es acompañar a aquellas personas que regresan a mí."*
- *Media-Luna: "En otros momentos pensaría que estoy loca o alucinando, pero después de todo lo que he vivido, esto ya no me sorprende tanto... ¿Qué es eso de que he regresado a ti?"*
- *Mamá-Luna: "Has regresado al origen, a la unión contigo, has mirado de frente a tu tus sombras... Ahora es momento de abrazar también tu luz, tu propia Mamá-Luna, quien te nutre, te envuelve de amor verdadero. Mamá-Luna no excluye nada, abraza todas tus partes, sean oscuras o luminosas."*

- *Media-Luna: "Vaya, parece que este viaje misterioso no acaba aquí... ¿Qué he de hacer ahora? ¿Cómo vas a acompañarme?"*
- *Mamá-Luna: "Dime, ¿qué te frena y hace que no entres en tu hogar?"*
- *Media-Luna: "Me da miedo, estoy aterrada, en esta casa había fantasmas, me da miedo volver a sentirme como en el pasado. No podría soportar eso. Y no puedo volver a huir porque acabé siendo una esclava y mendiga, buscando un hogar afuera hasta que me di cuenta que mi hogar es éste, y en mi soledad lo que quedaba en esta casa era ese Pulpo Negro. Sé que este fantasma es mi propia sombra, pero... ¿Y si aún sigue adentro? ¿Cómo sé que mi sombra ya no está? ¿Cómo sé que ya no están esos pensamientos, creencias, miedos... ? Aquí cara a cara con la verdad, tengo mucho miedo, estoy aterrada... "*

Mamá-Luna la escuchaba, la entendía, la respetaba y la abrazaba envolviéndola en amor mientras media-Luna permanecía frente a la puerta llorando presa del miedo. Estuvieron un tiempo abrazadas, dejando que saliera a través del llanto todo ese miedo, culpa y dolor... Mamá-Luna simplemente la arropaba sin decir nada. Y cuando media-Luna empezó a estar en un estado de rendición, Mamá-Luna le preguntó:

- *Mamá-Luna: "¿Qué deseas encontrar en tu hogar?"*
- *Media-Luna: "Me gustaría encontrar plenitud, sentir que soy completa a pesar de lo que pase afuera, a pesar de estar sola... Me gustaría encontrar amor en todo, amor verdadero, aceptación, abundancia, libertad absoluta... "*
- *Mamá-Luna: "¿Y si te digo que todo eso es lo que vas a encontrar dentro de tu hogar?"*

Media-Luna permanecía quieta, tenía sentimientos contradictorios, por un lado incredulidad de que todo eso anhelado estuviera dentro de su viejo hogar de madera medio derruido, y a la vez, sentía misterio y curiosidad. Quieta ahí, era estar "en tierra de nadie" porque atrás ya no podía volver y sólo le quedaba dar un paso adelante y saltar al vacío... Es el momento.

Media-Luna le hace un gesto a Mamá-Luna ofreciéndole la mano para que la acompañe hasta la puerta del hogar, está decida, va a entrar, no hay otro camino posible.

Sujeta fuertemente su mano porque siente miedo a lo que va a encontrar dentro, pero a pesar del miedo, decide dar el paso.

Cierra los ojos y abre la puerta, con la otra mano aprieta fuerte la mano de Mamá-Luna. Da dos pasos. Entra. Se queda quieta unos segundos y al abrir los ojos, lo que ve allí dentro es totalmente increíble... ¿Cómo puede ser? ¡¡Es impresionante!! ¡¿Qué sitio es éste?! ¡¿Qué ha pasado?!

Ve una casa blanca muy iluminada, con muchas ventanas, entra luz por todas ellas y genera un ambiente muy cálido. Media-Luna siente que ahí dentro hay amor, abundancia, no sabe cómo ni por qué pero percibe todo eso al ver que ese lugar ya no es su vieja casa... ¡¡¡Está entusiasmada!!!

Ve cantidad de frutas de colores encima de una mesa de madera, hay plantas por toda la casa, se ve al fondo un balcón con las puertas abiertas a un precioso jardín lleno de árboles, con mariposas revoloteando... Siente que está en un cuento. ¡¡¡Todo es mágico pero real y ella está ahí dentro percibiendo todo eso!!!

A través del jardín puede ver varios caminos que llevan a un montón de paisajes diferentes en el horizonte, un camino conduce hacia una playa, otro camino conduce hacia una montaña, otro hacia un bosque...

Mamá-Luna le dice que se abrirán diferentes posibilidades en el horizonte pero ahora es el momento de disfrutar de su hogar.

Suena música de fondo, siente celebración dentro de ella, siente una felicidad completamente natural que aparece sin buscarla. ¡Sin hacer nada! Esa felicidad que viene de percibir la verdad, **la magia que aparece tras atravesar el miedo.**

Tras atravesar el miedo percibe que su hogar en el pasado era un reflejo de su mundo interior y tras esa transformación durante años de ella misma, su hogar ahora, es diferente.

Se da cuenta que todo lo que siempre ha querido ser, como se ha querido sentir, lo que siempre ha buscado desesperadamente, está ahí, en su hogar... y el reflejo de ese hogar, es ella misma.

Tras darse cuenta de lo que es ahora ella, ya no se siente como “media-Luna”, ahora es **Luna** de nuevo, Luna llena, está completa, percibe su plenitud, no le falta nada ni le sobra nada.

Siente al fin que es perfecta tal y como es, no importan sus miedos, sus sombras, sus defectos, sus anhelos, su ternura, su dolor, su sensibilidad, su búsqueda, no importa su “mochila” de vida...

Pero de repente aparece un miedo:

- *Luna: “¿Y si entran de nuevo fantasmas como el Pulpo Negro?”*
- *Mamá-Luna: “Les ofreces ‘un plato de amor’. Solo buscan amor, ser aceptados.”*
- *Luna: “¿Y si aparecen fantasmas fuera de casa?”*
- *Mamá-Luna: “Lo mismo, ración de amor. Recuerda que esta casa es el reflejo de tu hogar interior. Donde quiera que vayas, tu hogar va contigo. Al fin has hallado tu verdad interior, lo que todos somos pero no todos recuerdan. No hay superiores o inferiores, no se es especial por recordar ésto, **TODOS SOMOS LO QUE VES AQUÍ.**”*

Luna sale al jardín y cae rendida en el suelo. Empieza a llorar, pero esta vez no de miedo, sino de puro éxtasis existencial.

Lágrimas de emoción, de plenitud, de rendición, de luz, de perfección, de sentir que no ha hallado al amor verdadero, sino que el propio amor la ha hallado a ella misma al rendirse, cuando ha dejado de buscar.

Porque ese amor, es lo que ella **ya Es por herencia natural**, desde que nació, pero no lo recordaba, no podía recordarlo. Sus propios juicios y miedos, eclipsaron esa verdad. **Sus sombras taparon su luz natural.**

En la aldea que la vio nacer, Olvido...

Luna recuerda y comprende al fin, que todo su camino recorrido, incluyendo la Naviditis que era el síntoma de un gran iceberg, su Pulpo Negro, la huida a través de sus viajes, la búsqueda atravesando el mundo de la ilusión, el despertar, confrontar al Pulpo Negro y regresar al hogar, TODO ha sido perfecto tal cual ha sido. Como un gran guión de teatro perfectamente diseñado con un final que la ha llevado al principio:

Al recuerdo de lo olvidado, a percibir la realidad.

El miedo ha sido el impulsor del recuerdo: En su soledad ha recordado no lo que tiene o lo que no tiene, sino lo que ES.

Ahora la soledad no es ausencia de los demás, sino una presencia desbordante de ella misma.

Ella es amor, pero no el amor como se había imaginado o como le habían contado, sino AMOR en esencia. Amor que abraza todo, incluso lo inaceptable.

Amor sin motivo, sin condición, sin elección, sin buscar, sin metas, sin beneficios, sin necesidad, sin deseo.

Aquel amor que era su meta hallarlo y salió a buscarlo. Y ese amor la halló a ella cuando dejó de buscarlo.

AMOR VERDADERO.

FIN.

(Y de los finales, nacen los comienzos.)

YA NO SUFRO *Naviditis*

* EL VIAJE DE LUNA *

El regalo

♥ ¡¡ Gracias por haber llegado hasta aquí !! ♥

He escrito muchas cosas de forma íntima pero no acababa dando el paso de abrirme y compartirlo. Esta vez sí.

A pesar de no ser una historia super elaborada (no soy escritora profesional), el hecho en sí de haberme lanzado a escribirlo y COMPARTIRLO, ha sido un desafío y un auto-regalo.

Ha sido un ejercicio de recordar, de reafirmar y valorar lo que de verdad importa.

Recordar hacer lo que sientes en cada momento sin que importe el error.

Recordar tomar responsabilidad de los actos y consecuencias que como creador que eres, acabas creando.

Recordar respetar el proceso y momento de cada uno, su experiencia humana y entender que lo oscuro forma parte del camino.

Recordar, recordar, recordar...

Este cuento rinde homenaje a todos aquellos villanos cotidianos que te impulsan a atravesar la oscuridad y a todos los "bastones de luz" que te acompañan en esa oscuridad. Todos maestros del ejemplo, acaban recordándote lo que eres y lo que no eres.

Muchas gracias por la lectura. Que disfrutes de las Navidades y de cada instante. ★★

Aua.

#YANOSUFRONAVIDITIS

WWW.QUECORRALALUZ.COM