

¿Realmente mereces lo que deseas?

Maca Moya H



Capítulo 1

¿REALMENTE MERECE LO QUE DESEAS?

Existe esas típicas frases "mereces todo lo que deseas", o "lo que desea el universo confabulará para que se logre". Creo que son erradas y ahora escribiré por qué.

Crecimos con paradigmas que nos hicieron creer que el mundo fue hecho para el ser humano, los animales y plantas son hechos para "los consentidos de Dios". Si haces cosas buenas, todo eso se devuelve y todo lo que desees se cumplirá. Pero no.

Muchas veces deseamos cosas porque creemos que, al tenerlas, nos transformaremos en lo que siempre hemos querido ser, los demás nos verán de esa manera que queremos ser vistos y nos sentiremos diferente. Queremos desear, para sentirnos satisfechos con el sentido que le estamos dando a nuestras vidas. Porque como "los consentidos de Dios", se creó la idea de tenemos el derecho a tenerlo todo.

Puedes desear algo y preguntarte ¿Merezco esto?. Cuando la validación es la base de tu deseo, ese deseo no lo mereces.

Voy a dar un ejemplo de mi vida, donde mi di cuenta que esperé por tanto año algo porque en realidad nunca me sentía merecedora de recibirlo. Luego, de un tiempo entendí que el respeto que le damos a nuestro deseo es lo que nos hace merecedores de él.

Practico yoga desde mis 19 años, en ese entonces 8 años atrás, nadie hablaba de yoga casi no existían fotos en las redes sociales de gente mostrando sus poses ni nada similar. Llegué al yoga, porque necesitaba algo que me hiciera bien, algo diferente a ir a una disco, tomar piscola y bailar. En mi primera clase de Kundalini yoga, entendí que esto era algo diferente, algo que hoy entiendo como un: "volver a casa". Durante 8 años, practiqué con muchos maestros de diferentes centros y cuando encontraba un/una profe que me gustaba me quedaba con él/ella. Admiraba, como mis profes podían cerrar sus ojos y entrar en su profundidad, como podían hablar de la vida y compartir palabras de reflexión que siempre conectaban con mis experiencias, como cuando esa palabra precisa llegan en el momento indicado. Al pasar los años, viví dos momentos de "cambio de piel", esos que te hacen renovarte, romper patrones y creencias. El yoga me ayudo a sanar, aún recuerdo como sentía la impotencia al no poder mantener una pose y algo dentro de mi entendía que esa impotencia venía de otro lado, muchas veces lloraba durante una clase o al terminarla, otras veces estaba en un estado de paz interna que es muy diferente a solo "estar relajado". Siempre supe que quizás en algún momento debía pasar a otro nivel y profundizar en mi

práctica con el instructorado. Para los que no saben, en Kundalini yoga, puedes hacer el instructorado solo para profundizar, ya que tienes que hacer 40 días de meditación en varias ocasiones y practicar a las 5 am, entre otros. Sin embargo, sabía que dentro de mí, aún no lo merecía. Aún necesitaba tener una conexión más profunda de mi luz/sombra, para enseñarles a otros a identificarlas a través del yoga.

Cuando el yoga se puso de moda y comencé a ver como muchas personas subían fotos de sus poses, me generaba incomodidad, la cual me cuestioné a mi misma que me pasaba con eso. ¿Cómo puedes tomarte una foto con los pies en la cabeza?, ¿Acaso durante tu practica no cierras tus ojos para conectarte?, ¿enserio pudiste estar pendiente del teléfono? . Me preguntaba ¿Hay algo que esas personas tienen y que yo no, que me genera esa incomodidad? O ¿Hay algo que esas personas tiene y yo tengo y no quiero aceptarlo?. Mi mente es veloz y esas preguntas me las hago siempre cuando alguien me cae mal o cuando me molesta algo de alguien, es increíblemente sanador y liberador, pero de una importante confrontación contigo mismx.

Mi única respuesta era que quizás, yo no había tenido el suficiente valor para tomar el instructorado y sentir que podía enseñar algo a otros, algo que llevo haciendo hace 8 años. Y me quedé con eso, falta de seguridad, temas de autoestima y dándole respuestas con situaciones de mi infancia, etc. Pero luego, la vida comenzó a moverse y a responder a esas preguntas.

Primero escuche a mi maestra, decir dos frases que me ayudaron a entender: "cada persona llega al nivel que necesita en su práctica de yoga", "la transformación no se ve afuera, se ve en tu interior". Y comprendí, que hay personas que viven el yoga desde la superación física, otros desde el compartirlo, etc. Cada unx, lo experimenta según lo que necesitan, no puedo determinar que esa conexión debe ser igual que a la mía. Quizás hay personas que sí, utilizan la "espiritualidad" para sentirse mejor con ellos mismos frente a otros, es decir para su validación, en esta sociedad antropocéntrica caer en eso es fácil. Pero también, pueden haber algunxs que si quieren compartir su practica desde el amor y las ganas de inspirar lo que a ellxs lxs inspirx.

Merecer lo que deseas, es fundamental. Quizás por un tiempo pensé que me faltaba confianza en mí misma, para tomar le decisión de ser instructora. Pero luego entendí, que, en esa pequeña inseguridad, se encuentra la humildad hacía algo que respetas con tu corazón y en ese momento existe un merecimiento mutuo entre ese deseo y tú.

Cuestionemos nuestros deseos, no seamos como las antiguas generaciones que tuvieron que vivir bajo este paradigma de metas para la vida perfecta. Nuestros padres, desearon estudiar, casarse, tener hijos, comprar una casa. Quizás muchas personas, nunca se cuestionaron eso y

por eso, tenemos muchos divorcios, tenemos niños con problemas emocionales y adultos con falta de identidad. Porque nunca se cuestionaron si ese deseo era propio o en base a una validación externa. Todo eso es más trabajo, conlleva sentirte incomodo, mirarte a ti mismo desde afuera, ver tus miedos, tus traumas, tus debilidades, incluso darte cuenta que quizás tu autoestima no es tan buena como pensabas. Pero enserio, el poder mirarte desde afuera, observar tus deseos y cuestionarlos, te va a liberar. Te va a reconectar contigo, vas a trascender desde tu verdad.

Valídate desde tu corazón, desde quien eras antes y quien has logrado ser ahora. Valídate desde la compasión, desde las relaciones complejas a las relaciones evolutivas que atraes hoy en día. Tu eres la única persona que puede entender lo que ha vivido y eres mucho más de lo que los otros podrían validarte por lo que eres. Incluso si ellos te aplaudieran y felicitarán, eres mucho más que todas esas opiniones. Eres la transición de un alma por muchas vidas, que ha buscado evolucionar y tú eres el/la unicx que va a poder sentirlo, nadie más.

Valídate desde tu alma y desea lo que mereces, entrena tu mente para identificar tus deseos, conectarlos con tu alma y vivirlos desde tu verdad, sin necesidades detrás. Cuando eso sucede, el universo entero confabula para que ellos se hagan realidad, del contrario una lluvia de contradicciones y dificultades te harán regresar a ti, aunque te cueste.