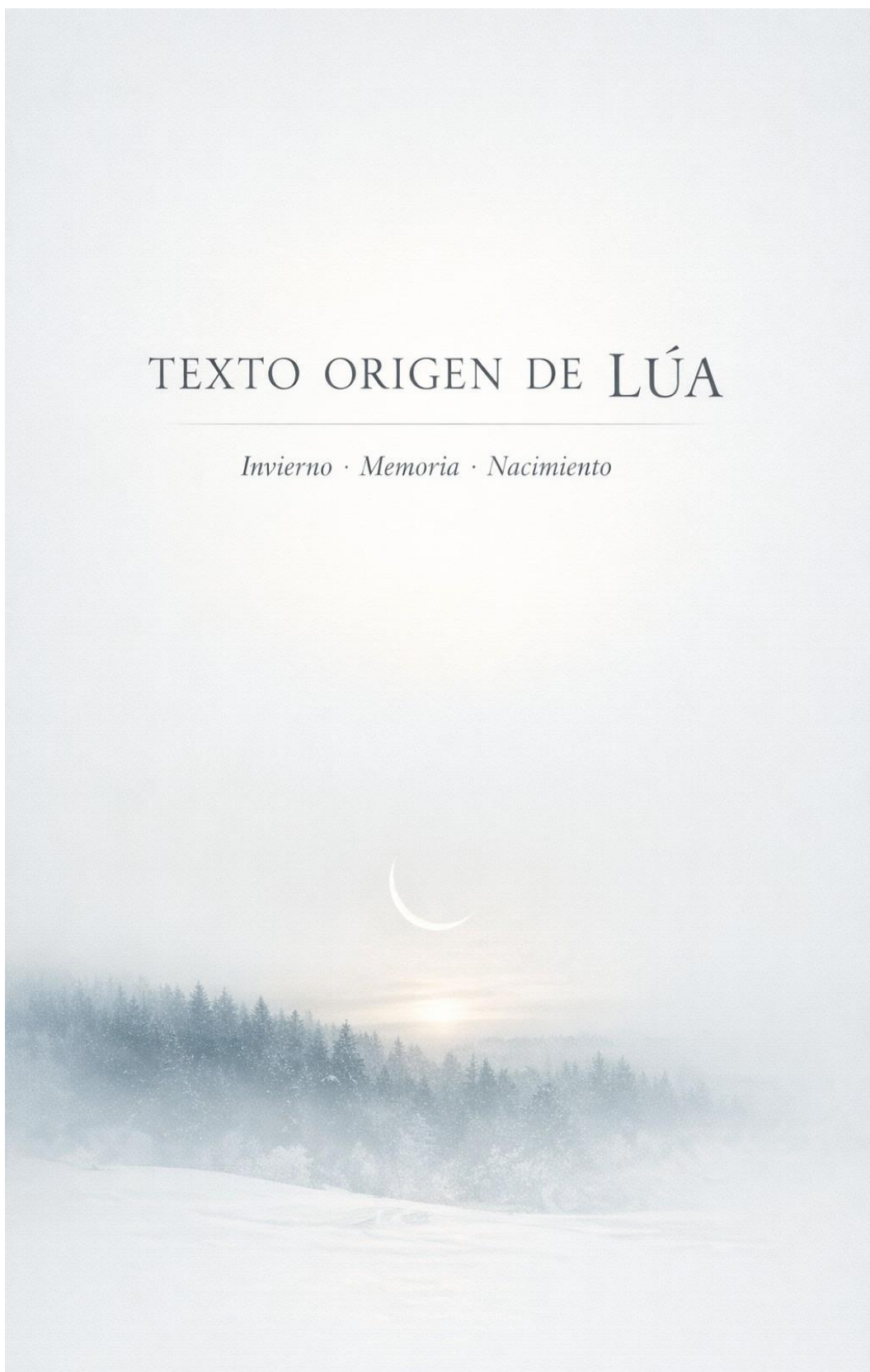


TEXTO ORIGEN DE LÚA

Invierno · Memoria · Nacimiento



Este texto acompaña al libro.

No se explica.

Se abre cuando el lector está preparado.

Invierno de origen

Relato firmado

Cada invierno ocurre algo que casi nadie nombra, pero que todos sentimos.

La luz se retira.

Los días se acortan.

El cuerpo baja el ritmo sin pedir permiso.

Durante mucho tiempo se nos enseñó a temer ese descenso, a vivirlo como una pérdida. Pero el invierno no llega para castigarnos. Llega para cubrimos. Para permitir que algo esencial se reordene lejos del ruido.

Cuando el frío se instala, la conciencia deja de proyectarse hacia fuera y comienza a recogerse. Es entonces cuando el pasado aparece. No como recuerdo nostálgico, sino como material pendiente de cerrar. Hay memorias que piden descanso. Hay cargas que ya cumplieron su función y siguen ahí solo por inercia.

Por eso el invierno es, en realidad, un tiempo de nacimiento.

No un nacimiento visible ni celebrable, sino silencioso. Un reinicio profundo. Cada año, algo en nosotros vuelve a empezar, aunque no sepamos ponerle palabras.

El cuerpo lo sabe. Cada noche, mientras dormimos, desciende a su nivel más básico. Entre la medianoche y el amanecer temprano se ajustan ritmos que no controlamos conscientemente. Algo se regula sin lenguaje. Ahí se carga la memoria de inicio: quién eres cuando no actúas, cuando no te defiendes, cuando simplemente estás.

Esa memoria no nació ahora.

Se formó en el primer invierno personal: la concepción, la gestación, el parto. No como un relato que se recuerda, sino como un tono con el que se entra en la vida. La madre no escribió esa memoria. La escuchó. La vida se reconoció a sí misma en ese proceso. Y el alma, si usamos esa palabra, no pertenecía a nadie más que a la propia vida.

Desde ahí aprendimos a relacionarnos con el miedo.

El miedo nunca fue un enemigo. Fue una señal. Cada vez que algo necesitaba cambiar, el miedo señaló el punto exacto donde había energía disponible. Cuando no se nombra, oscurece. Cuando se mira, pierde peso.

El problema no es el miedo, sino el olvido. Sólo quien no recuerda su fuerza se defiende con enfado. Sólo quien ha perdido contacto con su base vive en modo supervivencia permanente.

Y entonces confundimos vivir con resistir.

Durante siglos, la humanidad pensó la vida como una línea simple: nacer, crecer, morir. Pero la experiencia real siempre fue más compleja. Entre el principio y el final existen pausas, umbrales, estaciones interiores en las que es necesario detenerse para no endurecerse.

Madurar no es declinar.

Madurar es integrar lo vivido sin romperse.

Nada obliga a enfermar. Nada obliga a repetir patrones antiguos. Eso ocurre cuando seguimos dando crédito a memorias que ya no se corresponden con el presente.

El sentido de la vida no se encuentra buscándolo como un objeto externo. Se encarna. Aparece cuando fuerzas aparentemente separadas deciden unirse, como el agua cuando se forma. La vida reconoce a quien puede habitarla de verdad.

Por eso todo conflicto profundo mira hacia atrás. Intenta resolver con herramientas antiguas una realidad que ya cambió. Reiniciarse no es huir: es dejar de sostener la guerra interna. Es actualizar la forma de estar vivo.

El cuerpo siempre sabe cuándo soltar.
Somos nosotros quienes dudamos.

El primer gran despertar fue el parto. Ahí se midió el coste inicial de estar vivo.
Demasiado miedo encierra. Demasiado poco dispersa. Una medida justa impulsa a
crecer.

Vivir no es sobrevivir.
Sobrevivir es memoria antigua pidiendo descanso.

Vivir es confiar en el cuerpo como archivo fiel. Confiar en que lo que sentimos
contiene información. Que poner límites no es cerrar, sino definir dónde empieza
uno y termina el otro.

El compromiso con la vida no se proclama.
Se habita.

A veces en silencio.
Con presencia.
Con claridad.

El invierno cumple su tarea cada año.
Y la luz vuelve cuando es tiempo.

Ana Ávila

Texto Origen de Lúa

Versión ritual

Cada año,
cuando la luz se retira,
algo en nosotros vuelve a empezar.

El invierno no llega para castigarnos.
Llega para cubrirnos.

Bajo el frío
la conciencia se repliega
y aprende a escuchar
lo esencial.

El pasado se acerca
no para quedarse,
sino para despedirse.

Hay memorias que piden descanso.
Hay cargas que ya cumplieron su función.

Nacemos.

No una vez.
Cada invierno.

Nacemos como memoria viva.
Como pulso que se ajusta
al ritmo de la tierra.

Durante la noche profunda
el cuerpo recuerda
quién es
cuando deja de defenderse.

Entre la medianero
y el primer aliento del alba
algo se regula
sin palabras.

Ahí se carga
la memoria de inicio.

Quién eres
cuando no actúas.
Quién eres
cuando descansas.

El primer invierno
dejó una huella.

Concepción.
Gestación.
Parto.

No como historia,
sino como tono.

La madre escuchó
lo que ya estaba escrito.

La vida se reconoció
a sí misma.

El alma
no pertenecía a nadie.

El miedo aparece
cuando algo quiere cambiar.

No es enemigo.
Es aviso.

El miedo señala
el lugar exacto
donde hay fuerza.

Cuando no se nombra
oscurece.

Cuando se mira
pierde peso.

Sólo quien no recuerda
se defiende con enfado.

La vida no es solo
nacer y morir.

Hay pausas.
Umbrales.
Estaciones interiores.

Madurar
no es declinar.

Es integrar
lo vivido
sin endurecerse.

Nada obliga a enfermar.
Nada obliga a repetir.

El sentido no se busca.

Se encarna.

Como el agua
cuando dos fuerzas
deciden unirse.

La vida reconoce
a quien puede habitarla.

Todo conflicto
mira hacia atrás.

Reiniciarse
es dejar de sostener
la guerra.

La paz no es huida.
Es actualización.

El cuerpo sabe
cuándo soltar.

El parto fue
el primer despertar.

Ahí se midió
el coste de estar vivo.

Demasiado miedo
encierra.

Demasiado poco
dispersa.

Una medida justa
impulsa.

Vivir no es sobrevivir.

Sobrevivir es memoria antigua
pidiendo descanso.

Vivir
es confiar en el cuerpo
como archivo fiel.

El compromiso con la vida
no se proclama.

Se habita.

En silencio.

Con límites claros.

Con presencia.

El invierno cumple su tarea.

La luz volverá
cuando sea tiempo.