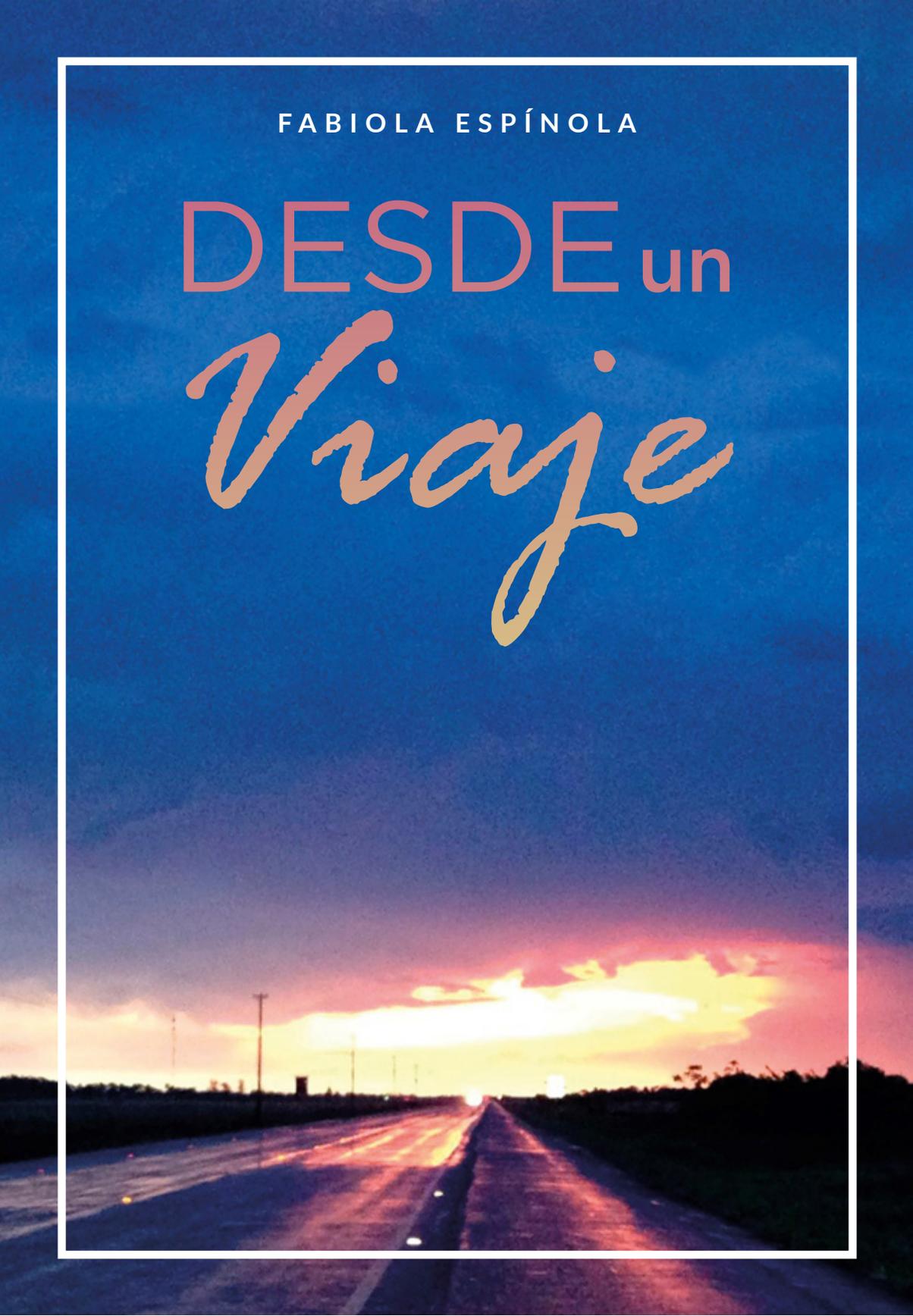


FABIOLA ESPÍNOLA

DESDE un
Viaje



Desde un Viaje
Fabiola Espínola

Edición: Marta Vázquez Piatti
Corrección: Angélica Saucedo
Diseño: Palenque Estudio Gráfico
Fotos propiedad de la autora

ISBN: 978-99967-0-982-1

MVP Producciones | 0981 445 442
Asunción, Paraguay. 2020

GRATITUD

¡Agradezco por tanto bien recibido!
Y aunque un solo libro no me alcanzaría para describir todo lo buena que ha sido la vida conmigo en todos los aspectos, escribo esta obra para compartir un poco de lo mucho que he recibido.

INTRODUCCIÓN

En más de una ocasión habremos escuchado decir que todos los hechos que nos ocurren y las circunstancias que se presentan en la vida tienen un por qué o un aprendizaje.

Mi viaje a la colonia Volendam coincide con este proverbio. Hoy, a casi tres años de esa experiencia, me siento inspirada para continuar escribiendo sobre algunas impresiones que ese mismo día dejé plasmadas una hoja de Word, postergadas hasta ahora.

En estos días de pandemia, pude ver un montón de empresas y emprendimientos, tanto de amigos como de desconocidos, cerrarse. Me genera un gran dolor en el alma, incluso sin conocer a esas personas sufro como más sus pérdidas; y es que también me conecta y me recuerda a tanto camino transitado a lo largo de mi vida como emprendedora.

Pero, a la par de observar el cierre de muchos negocios, también veo florecer otros tantos, y disfruto muchísimo eso, porque puedo comprobar la capacidad del ser humano de readaptarse, reinventarse y, sobre todo, ese deseo de seguir soñando y viviendo sus sueños.

Una noche recibí el siguiente mensaje de una seguidora de mi página que decía lo siguiente:

“Hola Fabiola, así como un día cerraste una etapa en tu vida y empezaste a dar nuevos pasos, de la misma manera cerré una etapa en mi vida, renuncié a mi lugar de trabajo donde estuve por 10 años, de allí solo traje conmigo todos los momentos que me hicieron sentir feliz y satisfecha, me proyecto ser una fisioterapeuta independiente laboralmente y con muchas ilusiones emprendo este caminar.

No nos conocemos personalmente pero formas parte del pilar que me sostiene y me guía. Te admiro por tu fortaleza, delicadeza y seguridad que nos trasmitís en los mensajes que vas levantando en las redes. Gracias por tu ayuda aunque no nos conozcamos.”

Fue así que nació en mí el deseo de ayudar de alguna manera a otras personas. No puedo hacerlo como inversionista y en dinero, ya que aún no cuento con tal recurso. Pero sí dispongo de estas letras, de mis ganas de escribir, de comunicar y transmitir mis experiencias y aprendizajes a los demás. Recordé el viaje a colonia Volendam y dije: Este es el momento, es hora de que salga a luz para que cumpla su cometido.

Y aquí está este libro, que dispuse sea gratuito como retribución, de alguna manera, a una parte de todo lo que la vida me dio, tanto en recursos como en experiencias. En esta época de mucha desolación, como decía San Ignacio, sería lindo recibir un poco de consolación para seguir con el camino de la confianza, para continuar creyendo en los emprendimientos y en la vida misma.



*Colonia Volendam,
25 de octubre del 2017*

CAPÍTULO

1

Trabajando para la consultora de mi amiga Silvia, me asignaron un viaje a una colonia de menonitas a 225 Kilómetros de Asunción. La persona encargada de darme las indicaciones no solo me dio la ubicación según el GPS, sino que también me envió por correo la siguiente descripción:

¿Cómo llegar a Volendam?

Tiempo estimado de viaje (desde Asunción): 5 horas

Ruta 3 desde Asunción hasta Santaní: 155 Km

Ruta 10 desde Santaní hasta Villa del Rosario: 93 Km

Camino de tierra desde Villa del Rosario hasta la Colonia Volendam: 25 Km (se desvía en un cartel que dice «Volendam 25 Km»). En ese punto encontrarán tres caminos: asfaltado 1, asfaltado 2 y otro de tierra (donde dice «A Volendam»), de izquierda a derecha.

Si no está lloviendo: Les conviene tomar el asfaltado 2. Ese asfaltado le lleva hasta un tinglado (a la mano derecha) donde dice «Discoteca Sayber», ahí doblar a la derecha (a partir de aquí

ya es camino de tierra) y seguir hasta una cancha que está en la esquina (una cuadra), doblar nuevamente hacia la derecha y seguir hasta un cartel que dice «Paraíso natural», doblar a la izquierda y seguir el camino principal hasta la Colonia (se cruza el puente sobre el arroyo Kuarepotí). Ya en la Colonia, al llegar a la rotonda doblar hacia la mano izquierda y seguir hasta llegar al supermercado.

En caso de lluvia: No desviar. Seguir por la ruta principal (asfaltado 1) hasta la plaza y tomar el camino de tierra a la derecha (se hace prácticamente una v). Seguir derecho hasta el cartel que dice «Paraíso natural», doblar a la izquierda y seguir el camino principal hasta la Colonia (se cruza el puente sobre el arroyo Kuarepotí). Ya en la Colonia, al llegar a la rotonda doblar hacia la mano izquierda y seguir hasta llegar al supermercado.

No sé qué reacción habrían tenido ustedes al leer esta hoja de ruta. Ahora que yo la vuelvo a leer, me causa risa, pero en ese momento, estos fueron mis pensamientos:

- Al leer: «Tiempo estimado de viaje (desde Asunción): 5 horas», pensé: ¡Es como ir a Ciudad del Este! ¡Al otro lado del país! Mi emoción zozobraba entre sorpresa e incredulidad. ¡Todo era fantástico para mí! Me encanta manejar e iría en mi auto, a hacer algo que me gusta (dar una conferencia para mujeres), además me iban a pagar. ¡Así que estaba feliz!
- Cuando leí «Camino de tierra desde Villa del Rosario hasta la Colonia Volendam: 25 Km. (se desvía en un cartel que dice “Volendam 25 Km”). En ese punto encontrarán tres caminos: asfaltado 1, asfaltado 2 y otro de tierra (donde dice “A Volendam”), de izquierda a derecha», dije: ¡Aaaah, camino de tierra! Ok, más desafiante aún se volvió para mí el viaje. Lo que yo no me imaginé es que a la madre naturaleza se le ocurriría llover justo ese día, entonces cambió todo.

Durante el camino de ida en las rutas principales, usé el GPS, pero incluso con eso, me equivoqué de camino, algo así como 100 kilómetros, hasta darme cuenta y girar de vuelta para el que efectivamente me llevaría a la colonia.

Ya tomando el tramo de arena, entré en medio de kilómetros y kilómetros de plantaciones de no recuerdo qué, casi no había casas, prácticamente no me crucé con gente a excepción de algunos que iban en un par de camionetas o motos. Era ir, ir, ir... con la confianza de salir en algún lugar donde pueda haber indicaciones a seguir.

Llegué a la colonia y busqué a la persona indicada. Después de almorzar, iniciamos la conferencia, que debía durar como dos horas, creo. Recuerdo que más o menos a la hora y media, se largó a llover y caía granizo, yo seguía tranquila porque olvidé que no volvería solamente sobre asfalto. Pero veía en los organiza-

dores una preocupación, hablaban entre sí, creí que la preocupación era por cómo volverían las personas a sus casas. Me río de vuelta al recordarlo. ¡Pero la verdadera preocupación era por mí! ¿Cómo iba a salir de ahí si seguía lloviendo?! Yo, feliz, quería seguir con la charla.

Pidieron hablar un rato conmigo y me dijeron, con cara de asustados, que dos señores me acompañarían hasta el camino. Yo, sin querer molestarlos, les respondo: Pero llegué bien, creo que podré volver a salir. Tanto los hombres como la encargada se miraron alarmados, luego, con voz preocupada, agregaron: ¡Pero llueve, licenciada! Yo, totalmente ajena a la situación, les contesto: Sí..., con un gesto que expresaba «¿y qué?». Ante esta reacción impávida, se apuraron en explicarme: Si sigue lloviendo así y si no se va ya con ellos, podría quedarse sin salir de la colonia.

Adivinen quién fue la que tenía la cara de asustada y preocupada en ese momento. Sí, yo. Rápidamente entendí todo. Fui obediente, nos tomamos unas fotos con los participantes y levanté mis cosas para emprender el viaje de regreso, guiada por los dos hombres que me acompañaron hasta cierto tramo.

*Viajar te convierte en un
narrador de historias*



*No podemos prever ciertos
factores externos, pero si elegir
nuestras reacciones ante ellos*

Cuando salimos del lugar, el cielo parecía que iba a caerse sobre nosotros. El pequeño sustito que sentí al principio fue aumentando, pero no perdía ni la calma ni la confianza en que todo iba a estar bien, como hasta ese momento.

Mis guías fueron en una camioneta y yo en mi auto. Ahora, la sensación de manejar había cambiado drásticamente, aquella calle que al venir era arena y polvo, se convirtieron en barro resbaladizo. Las condiciones externas habían cambiado y me estaban obligando a poner el doble de empeño en aquello que yo creía lo tenía controlado.

Seguía cayendo la lluvia por momentos, todo estaba nublado, nubes muy oscuras amenazaban la continuidad de precipitaciones e incluso tormentas, a juzgar por los relámpagos que se veían a lo lejos. En esas circunstancias, llamé e invoqué a cuanto santo y ángel recordaba.

Ya sé, se estarán preguntando qué tiene que ver todo esto con la vida del emprendedor. Bueno, considero que mucho. Cuando comenzamos a emprender o proyectar, usualmente, (al menos cuando ya tenemos conocimiento) prevemos un cúmulo de factores; sin embargo, existen otros que no vemos o que simplemente salen de improviso, como fueron en este viaje la lluvia y sus consecuencias (barro, peligro, invisibilidad, improvisación, otras).

Siempre, pero siempre, aunque tengamos todo bajo control con un buen plan de negocios o estrategias, existirán factores externos que no teníamos previsto ni podemos controlar.

Para mí fue esa tormenta hace tres años; hoy es la pandemia y su cuarentena, jamás hubiéramos imaginado que nos encontraríamos en estas circunstancias. A principio del año decíamos: ¡2020, sorpréndeme! ¡Y vaya que nos sorprendió sobremanera!

Si creemos que vamos a tenerlo todo bajo riendas, como se dice, lo único que ocurrirá que nos relajaremos y terminaremos asustados, como yo cuando me dijeron que podía quedar atascada en ese lugar.

Con esa percepción, se corre el riesgo de perder tiempo y recursos; sin embargo, si somos consciente de que podrían aparecer situaciones imprevistas, la capacidad de reacción será positiva y podremos iniciar un proceso de aceptación que nos permitirá salir más rápido y de la mejor manera posible de las circunstancias adversas.

*¡Tranquilo, todo está bajo control
aunque pareciera no estarlo!*



*Recibir ayuda significa que
no estás solo, es también un
intercambio de recursos*

Aún existe mucha gente en el mundo queriendo ayudar, queriendo cuidar al otro. Los pobladores de la colonia sabían la situación a la cual estaba expuesta, querían evitarme que pase por apuros, esa era su preocupación y por ello apuraron mi salida de ese lugar y buscaron a esas dos personas para que me acompañaran hasta el tramo en que ya se volvía segura mi salida de esa zona.

Si yo seguía en mi obstinación de continuar la charla los siguientes minutos, si me plantaba firme y rechazaba el acompañamiento, tenía dos opciones: una podía ser que lograra salir del lugar, pero la otra es que no lo lograra y las cosas empeoraran. La historia pudo ser diferente.

Debemos acostumbrarnos a tomar, a recibir todo tipo de ayuda. A veces como nuevos emprendedores queremos, dentro de nuestro ego, hacerlo todo sin recibir apoyo de nadie. Cuando no permitimos ser ayudados, estamos cerrando el paso al flujo de abundancia, porque al bloquear esa posibilidad estamos diciendo al universo: ¡No necesito, no me envíes más nada!

Aprender a ser ayudado es un buen ejercicio para nuestro ego. Te lo dice alguien que lleva años aprendiendo a tomar y aceptar todo lo bueno que le quieren dar. Escucha a quienes ya pasaron ese proceso.

Aprender a ser ayudado es un buen ejercicio para el ego.



*No desvíes la
mirada del objetivo*

CAPÍTULO

4

Mientras iba manejando, hubo momentos en que la tormenta parecía impostergable y me daba la impresión de que no llegaría a salir hasta la ruta antes de que arreciara. Si bien solo eran 25 km de tierra, en esas condiciones climáticas parecían eternas. Pero me repetía por dentro: ¡Tengo que salir, tengo que salir!

Podía en una sola mirada ver el cielo gris, las nubes negras en otros lados, el largo camino cubierto con barro, la camioneta yendo delante de mí, todos mis sentidos estaban muy despiertos, en alerta, aún experimento esa sensación en mi cuerpo cuando vuelvo a recordar aquello.

Tenía mucho en qué pensar en esos minutos, pero sentía que todo mi cuerpo y mi mente estaban dispuestos a trabajar al unánime en lo que yo tenía claro como objetivo: salir del lugar.

Las circunstancias no me eran favorables, pero no perdía de vista mi deseo de salir de ese lugar antes de que el camino se volviese intransitable. No sacaba mi mirada de ese blanco.

Cuando emprendemos algo, que no siempre es un negocio o empresa, puede ser una relación, un matrimonio, un pequeño jardín... nos encontraremos, tarde o temprano, en algún tramo de ese transitar con adversidades. Estas, en vez de hacernos desfallecer, en realidad lo que buscan es que no perdamos de vista el objetivo a donde queremos llegar, a no dispersarnos ni desanimarnos.

Habrán vientos fuertes, grandes tormentas que no podremos prever, pero en esos momentos, más que nunca, miremos el objetivo, recordemos porqué estamos ahí, que nos llevó y qué nos impulsa a salir.

Más que el deseo de salir de la colonia había un anhelo mayor: volver a casa, encontrarme con mis hijos, seguir el curso de mi vida. No eran simplemente un capricho trivial, tenía motivaciones más profundas. No desistas ni por los vientos fuertes de los inconvenientes, mira un poco más allá, esa mirada hará que quieras ir hacia la meta y evitará que te dejes vencer por temor a las nubes negras que se ven amenazantes.

Si inicias algún emprendimiento sin un objetivo claro y determinante, cualquier viento fuerte puede hacerte desistir rápidamente, y quizá dejes por el camino un lindo y exitoso proyecto. Nuestra motivación debe de ser tan fuerte y vital, como las ganas de respirar de alguien que se está ahogando.

El blanco o punto de fijación no debería de ser solo dinero, no está mal que lo sea, es mejor si

se contempla también otros valores, no siempre tangibles. Es que, dentro de todo, hacer dinero a veces se torna más fácil que otras metas más trascendentes y de mayor impacto para la vida de otros.

Suele ocurrir que, a veces, emprendemos algo sin tener un motivo o un objetivo bien definido, el famoso «voy a ver o voy a probar si resulta», y al no tener un propósito mayor que renueve nuestras fuerzas todos los días, nos debilitamos antes de conquistar lo que, a lo mejor, sería un verdadero suceso.

¡Ponte metas! Metas altas, propósitos que trasciendan fronteras, tiempos, vidas.

¿Para qué vivir como gallina si hemos sido creados y destinados a volar como águilas?! Aprende a mirar la vida desde lo más alto, noble, fabuloso y fantástico, mucho más que el éxito personal.

*Lo verdaderamente importante
hacia dónde te mueves*



*Pon las manos firmes en
lo que estás haciendo.*

Al mismo tiempo que concentraba toda mi intención en salir de ese lugar, también obraba en consecuencia para lograr este objetivo: no solté ni un solo instante el volante. Recuerdo que lo sostenía fuertemente con ambas manos, no podía permitirme soltarlo un solo segundo porque si lo intentaba, sentía que mi auto perdía el control y la dirección.

En ese momento mi trabajo consistía en conducir, en poner todos mis sentidos y funciones mentales en hacerlo correctamente. La camioneta guía iba muy rápido y como también acostumbro a conducir a velocidad, intenté seguirle el paso, pero no pude, sentía que perdía el control del auto, perfectamente podía percibir cómo las ruedas se resbalaban en el barro.

Procuré entonces ir mucho más lento, pero tampoco podía porque sentía que iba quedándome estancada. Tenía que seguir, no tan rápido como la camioneta, pero tampoco muy lento. Tuve que encontrar mi propia velocidad, con la mirada puesta en mi meta y mis manos y sentidos firmes en lo que debía de hacer.

No dejé de realizar lo que debía: seguir manejando; por el contrario, busqué hacerlo de manera óptima, dentro lo posible en aquellas condiciones, no conocía el camino, ya no había suficiente luz, las cosas se tornaban difíciles, pero seguía con mis manos firmes en el volante. Un mínimo descuido o soltarlo podía hacer que pierda la estabilidad del auto, salir de mi objetivo y poner en peligro mi vida.

No sueltes tu volante ante el primer tirón de dirección, no relajés tus fuerzas por el solo hecho de que las cosas se vayan complicando y poniendo difíciles, muchas grandes y buenas ideas quedaron estancadas por el miedo.

Nunca olvido lo que me contestó una persona cuando dije que me iba a retirar: «¿En el primer inconveniente ya te vas a ir?». Fue un baldazo de agua fría que me permitió darme cuenta de que mi niña interna estaba asustada y quería huir; era cierto, en la primera dificultad, inconscientemente, ya quería huir. Nada se construye de la noche a la mañana, todo requiere un tiempo y

mucha fuerza, no dejar de hacer lo que nos corresponde para lograr los objetivos tarde o temprano. Así que no relajés tus manos, ¡sigue trabajando por tus sueños!

«A Dios rogando y con el mazo dando» dice un refrán, como una invitación para que acompañemos la fe con la obra. No desistas, busca las formas y maneras de no soltar tu proyecto, adaptate, reinventate, pero sigue, quizás un poco más adelante encuentres mejores condiciones.

En estos días de pandemia, cada vez que salía, me ponía a observar las diversas adaptaciones que fueron haciendo varias empresas con el afán de seguir en el mercado. Algunas usaban sus mismos recursos, pero cambiaron de rubro; otras, que antes brindaban varios servicios, se enfocaron en uno solo, por ejemplo.

Todo esto me recordó mi época de kinesióloga. Con Luis, empezamos un pequeño consultorio, pero luego de 6 años nos aventuramos a mudarnos a una casa con diversas habitaciones en donde pudimos habilitar varias especialidades, incluso en verano teníamos natación ya que la casa disponía de una pileta.

Aunque los números no eran muy alentadores, seguimos confiados en que la situación iba a mejorar. Sin embargo, la enfermedad y posterior muerte de Luis truncó ese proyecto. Procuré seguir, pero el alto costo era un obstáculo infranqueable. Volví a trabajar solamente yo dentro del consultorio, luego de haber tenido a un montón de profesionales a mi cargo.

En absoluto fue un retroceso para mi vida, sabía que aquello era temporal, que en cualquier momento cambiaría de manera propicia. Y efectivamente mejoró, pero en otra dirección, ya que

después de haber discernido mi nuevo propósito de vida, decidí cambiar de profesión y ejercer la psicología. Me desempeño en este servicio hace ya cuatro años.

Puedes cambiar las formas o los modos, pero no cambies tus objetivos más profundos, aquellos que se alinean con tu propósito de vida, con tus deseos más profundos, hazte cargo de ellos y sigue poniendo manos a la obra, no importa si debes de empezar de nuevo como lo tuve que hacer yo. No me quedé quieta, hice todo lo que estaba a mi alcance para conquistar nuevos pacientes-clientes, construí día a día mi marca personal, y no dejé de trabajar para seguir con mi propósito: tocar vidas con mi vida. Antes, como kinesióloga, tocaba cuerpos; hoy como psicóloga, ¡toco almas!

Que no pase un solo día sin que hayas hecho algo por llegar a tu objetivo, por mínimo que sea, como una llamada, una búsqueda de información, un posteo en las redes, otros detalles.

*Pon las manos en el lugar correcto,
luego mantente firme*



*Seguir pisadas
ajenas*

Mientras iba detrás de la camioneta guía, se me ocurrió seguir sus pisadas, es decir, las huellas de sus ruedas. Los hombres que me guiaban iban del lado derecho y yo, no sé por qué, iba bordeando el lado izquierdo. Cuando decidí seguir el rastro de la camioneta, tuve que pasarme al otro lado y continué un cierto tramo, pero luego me di cuenta que los trazos que iba dejando eran más resbaladizos que la tierra del lado donde yo iba anteriormente. Entonces volví a mi sendero, aunque esa maniobra era súper desagradable, ya que apenas al ir moviendo el volante el auto perdía el equilibrio. Requería de mayor control para ir cruzando de vuelta.

Aproveché que nadie venía por ese carril y seguí manejando, trazando mi propio camino según el terreno que me tocaba. Había intentado seguir las pisadas ajenas porque creía que sería más fácil para mí, pero tuve que volver a hacer mi propio camino.

Algo similar ocurre en los emprendimientos: a veces como estrategia buscamos hacer lo que otros ya hicieron, intentamos replicar o aprender de las experiencias o surcos que los demás dejaron. En programación neurolingüística, se habla del recurso del modelado, consiste en tomar lo que el otro hizo de exitoso y hacerlo igual, con la intención de obtener los mismos resultados. Ciertamente, en algunos casos resulta una herramienta poderosa, pero en este tramo o experiencia solo me sirvió para darme cuenta de que hacerlo a mi modo resultaba mejor y más seguro que seguir las pisadas o huellas ya hechas.

Es de sabios aprender de los demás, en más de una vez me evité problemas posteriores al aprender de las experiencias ajenas que había escuchado o leído. Es bueno tener una actitud de aprendiz constantemente. Con la humildad y el permiso que nos damos para transitar en pisadas ajenas podemos, más de una vez, aventajar nuestros pasos o darnos cuenta de que estamos en el camino correcto. En mi caso, me sirvió para comprender que me convenía más seguir por el otro borde del camino, que no estaba mal lo que venía haciendo, eso ya era mi ganancia.

Una premisa de la mirada sistémica dice que debemos de honrar a quienes llegaron primero, honrar el camino que ya otros transitaron, esto genera equilibrio en el sistema, nos permite valorar lo poco o mucho que ya otros quizás hayan conquistado, y ocupar el lugar que nos corresponde.

Es muy común en los emprendimientos familiares que los padres inicien el proyecto y más adelante los hijos crecen y se incorporan en el ambiente laboral, pero no quieren reconocer el esfuerzo ajeno y desmeritan lo ya hecho por sus antecesores. Sin embargo, sería bueno que agachen la cabeza y reconozcan que sin el esfuerzo de los anteriores no se tendría las bases que hoy hacen a la empresa o emprendimiento actual. No perder de vista esta premisa nos ahorrará también un montón de pérdidas en todos los sentidos: económico, energético, vincular, emocional, otros.

El leer las experiencias o biografías de personas exitosas me ayudó mucho en cada emprendimiento que tuve en mi vida. No solo por el hecho de que esas personas han pasado y

vivido lo mismo que yo, dándome esperanza para seguir, sino por que podía encontrar un montón de nuevos recursos o estrategias que, si bien no eran de mi rubro, de igual manera me ayudaron a adaptarlos a los míos.

Hoy en día, existen miles de maneras de seguir pisadas de otros, con el avance de la tecnología, que nos permite acceder no solo a libros de papel como antes, sino a otros recursos digitales, como audiolibros, postcats, películas, series, de personas que ya han conquistado lo que nosotros todavía seguimos en proceso de hacerlo.

Seguir a personas que ya llegaron al éxito que nosotros queremos alcanzar e ir observando qué y cómo hicieron para lograrlo, es una buena estrategia. Más adelante, quizás puedas pagarte una asesoría con alguno de ellos y aprender así cada vez más de sus secretos.

*Es de sabios aprender
de los demás*

SER MUJER, ROL QUE
TRANSCIENDE!!!



Confía en ti

Si yo no confiara en mí misma, hubiera seguido solamente las pisadas de la camioneta y no volvería a pasarme del otro lado. Claro que tenía miedo, no estoy diciendo que no, pero estaba más confiada en mí misma, en mi propia capacidad y en lo que mi intuición me iba diciendo.

Suelo leer una frase en los posts de las redes, con una imagen de un ave puesta sobre la rama dice: «¿Porqué el ave no teme posarse sobre las ramas? Porque tiene su confianza en sí misma y no en la fuerza de la rama».

Aunque no hayamos transitado esos caminos adversos, de igual manera debemos poner nuestra confianza en nosotros mismos. Nadie mejor que nosotros, con la intuición, para ir descubriendo por dónde será mejor transitar y qué acciones debemos realizar para sortear los obstáculos que nos toquen para que nuestro emprendiendo sea un éxito.

No deberíamos comenzar ningún emprendimiento si no hemos aprendido a tener la certeza plena de que podremos llevar a buen término lo que empezamos.

Si no tengo confianza en mí mismo, mejor sería empezar haciendo procesos personales que me lleven a corregir mi autoestima, autovaloración o autorrespeto, para luego encarar un proyecto con confianza. Es muy diferente el espíritu empresarial de alguien que confía en sí mismo que el de alguien que empieza algo dudando, desde un «*voy a probar nomás a ver si me sale*» y que, en el fondo, en realidad, no confía en sus propias habilidades para seguir hasta la meta. Hago que resulte o resulte debería de ser la consigna.

A propósito, me viene a la memoria cuando mi esposo Luis y yo éramos kinesiólogos recién recibidos. Yo siempre tuve un espíritu emprendedor e inquieto, y lo convencí para montar nuestro propio consultorio, nos sentamos a estimar los números, buscando tener bajo control todo para poder emprender tranquilos.

En esa época, él trabajaba para otra persona y yo también. Decidimos que yo renunciaría y me haría cargo del consultorio, el sueldo que yo percibía por el ser-

vicio que brindaba en un centro de rehabilitación comunitario del interior, una vez por semana, sería destinado al pago del alquiler; el sueldo de Luis, para cubrir el crédito que tomaríamos para comprar los aparatos y los gastos de nuestro hijo mayor, que cuando eso tenía dos años.

Con el corazón optimista, confiábamos que los pacientes irían apareciendo y con ellos también más recursos económicos para seguir con el emprendimiento. Todo parecía perfecto. Abrimos el consultorio en diciembre y a fin de mes me cancelaron el contrato en aquel centro de rehabilitación comunitario, cuyo ingreso habíamos estipulado para cubrir el gasto del alquiler. Respiramos profundo con Luis y dijimos: De algún lado vamos a cubrir. Al cabo de unos días, su jefe se enteró que habíamos montado nuestro propio consultorio y lo desvinculó del suyo.

Allí estábamos, recién casados, un hijo, un local que pagar, una deuda por los aparatos adquiridos que debíamos cubrir y sin ni un solo efectivo en nuestras manos. Habíamos puesto toda nuestra confianza en lo externo, en los demás, y no teníamos previsto estos aspectos del viaje que surgieron apenas iniciada la marcha.

En vez de quedarnos enojados o frustrados contra otros, decidimos poner nuestra confianza en nosotros mismos, en Dios, en nuestras capacidades y fuerzas. Fue lo mejor que pudimos haber hecho. Al poco tiempo ya nos fuimos dando a conocer con nuestro trabajo y ya los médicos comenzaron a remitirnos los pacientes de manera constante. Fue el inicio de un gran sueño que luego fue creciendo y ampliándose en personas que trabajaban para nosotros y en los servicios que fuimos montando, basándonos en nuestra autoconfianza.

Tienes permitido cansarte, querer tirar la toalla, pero nunca, pero nunca dejes de confiar en ti mismo, la confianza en ti te abrirá muchas puertas, y te dará la fuerza para seguir cuando las pruebas vayan apareciendo.

Más de una vez tuve miedo, dudé, creí que no podría contra las adversidades, pero incluso con las pocas fuerzas que me quedaban seguí confiando en que yo lo iba a lograr, que esa dificultad solo me estaba haciendo más fuerte y me estaba preparando para desarrollarme más y mejor en diversas áreas de mi vida.

Estaba convencida que antes de llegar a la meta debía de demostrar que era apta y merecía alcanzarla.

Como en este viaje, también en más de una ocasión no lograba ver la salida, la solución, parecía que estaba encerrada en medio de tantas tormentas de deudas que debía de pagar y gastos que cubrir. Sin embargo, seguía confiando en mí misma, en mi creatividad, en autogestión y, efectivamente, ellas me iban conduciendo al camino correcto.

En 1 corintios 10:13 San Pablo dice: «Ustedes no han pasado por ninguna prueba que no sea humanamente soportable. Y pueden ustedes confiar en Dios, que no los dejará sufrir pruebas más duras de lo que pueden soportar. Por el contrario, cuando llegue la prueba, Dios les dará también la manera de salir de ella, para que puedan soportarla. Sabiendo que Dios no nos puede faltar y que no nos cargará con alguna carga mayor a la que pudiéramos llevar».

Siempre tuvimos en cuenta este texto bíblico con Luis en aquellos días difíciles, lo asumimos como un aviso y también como una promesa de auxilio. Y, realmente siempre encontramos ese auxilio que venía de diversos lados y personas.

Los años posteriores a la muerte de Luis fueron muy, pero muy duros. A veces no quería ni despertar porque parecía que no iba a poder con lo que ese día traía consigo. Le decía a Dios: ¡Ya no puedo más, ya basta, por favor, ya es suficiente! Pero su misericordia se hacía nueva cada mañana como decía el salmista David y cada amanecer esa autoconfianza y mi fe se renovaban nuevamente para un nuevo tramo.

¡Confía en ti mismo! Dentro de ti está toda la fuerza y el potencial que te ayudarán a llegar a tu objetivo.

Puedes más de lo que crees



La intuición guía el camino



CAPÍTULO

8

Yo creo que la intuición es la voz que viene del alma. No me pregunten donde está el alma porque tampoco sé. Solo me gusta sentirla abrazándome, y quedándome en ese precioso estado álmico.

La intuición hizo que me volviera a mi lado del camino en aquel viaje. Me indujo a pensar que estaría mejor del otro lado y así fue.

Con el paso de los años aprendí a dejar de ser tan racional y estructurada para pasar a ser más sensitiva e intuitiva. La intuición es una bella dama que se deja ver y sentir a medida que confiamos en ella. Si no confiamos, casi ni aparece, ni hace escuchar su voz, pero cuando la reconocemos y valoramos su presencia, se hace cada vez más presente en nuestras vidas y emprendimientos.

No estoy diciendo con esto que todo nuestro proyecto debe basarse en la intuición y no en la planificación o estructuración de sistemas, lo que explico es que si poseemos dicho recurso interno debemos aprovecharlo, aprender a escucharlo, porque nos evitaríamos también un montón de errores e inconvenientes posteriores.

Probablemente, en varias ocasiones nos hemos dicho: ¡¿Porqué no escuché ese presentimiento, porqué no oí mi voz interior, porqué no hice caso a mi corazón, por qué...? Razón y sentir deben de estar en equilibrio, la intuición es tan importante como el razonamiento.

La intuición es como una cuenta que está vinculada o enlazada al ser; la mente lo está al ego, al razonamiento, y no está mal, solo que debe de ser en una medida equilibrada.

Si aún no sabes escuchar a la intuición, cierra tus ojos, escucha a tu cuerpo, tu cuerpo te guiará al camino o decisión correcta. Cuántas veces nos hacen alguna invitación y, aunque mentalmente queremos ir, nuestro cuerpo se resiste, y no por cansancio, sino como un aviso de que puede pasar algo, o que no es la persona indicada, una inversión adecuada, etc. Es nuestra intuición que por medio de esas sensaciones físicas nos va alertando.

Sin embargo, puede ocurrir también lo contrario. Cuando la intuición nos muestra el camino adecuado para que todo resulte más fácil, se siente una energía que nos lleva a esa persona, a esa decisión, a ese plan que estamos pensando, nos motiva a la acción.

Todas las personas necesitamos escuchar a la intuición, y con mayor razón cuando estamos iniciando proyectos o emprendimientos, necesitamos sentir si esa nueva idea puede tener chances o no, si esa publicidad pegará o no en las personas, si esa persona que quiero contratar es agradable o solo destila densidad.

Luego de que Luis murió, me puse a escribir, como ya muchos lo saben. Tenía dos libros editados, la gente comenzaba a llamarme

para tener sesiones de coaching o psicoterapia. En un principio, me resistía a atender psicología, pero luego, ante la insistencia de las personas, comencé a abrirme a esa posibilidad, comencé a intuir que había algo mayor ante la suma de hechos, lo que las personas decían, la escritura que resurgía en mi vida luego de muchos años sin darme cuenta, las charlas para ayudar a las personas, y cierta apatía que comenzaba a sentir hacia la atención kinesiológica, fueron piezas que despertaban en mí la intuición de que un nuevo camino con otras posibilidades se abrían a la vista.

Me llevó unos meses discernir lo que sentía, lo que quería, lo que pensaba y lo que intuía que sería mi nuevo emprendimiento: las charlas de desarrollo personal y la atención ya no al cuerpo como antes sino al alma de las personas.

Así suena como muy fácil y mágico, pero nada más alejado de la verdad, fue un proceso muy humano y movilizador, mucha incertidumbre, miedos, dejar 13 años de una carrera en la que ya tenía cierto reconocimiento y trayectoria para empezar todo de nuevo por el solo hecho de intuir que ya mi ciclo ahí se había terminado y se vislumbraba otro nuevo.

Ya tenía casi 38 años y, ahora que lo recuerdo de nuevo, mi miedo no era a emprender de nuevo, mi mayor temor era generarles dolor a mis padres con esta decisión de dejar una carrera, en la que ellos habían puesto todos sus sacrificios, para empezar otra.

Mis pobres padres aprendieron a aceptar que su hija es un poco (o mucho) diferente, y cuando les comenté que cerraría el consultorio, no les sorprendió mucho la noticia. Y es que todos llevamos adentro a nuestra niña asustada buscando la aprobación de los demás. Hoy puedo ver esto como una película y eso me genera mucha gratitud por todo lo que la vida me permitió sanar y hacer por mí misma.

Pasaron cuatro años de esa decisión, ahora me encuentro escribiendo en mi habitación desde donde me detengo un rato y miro en la ventana el verde del pasto, el azul del cielo y mientras escucho el trinar de los pájaros, puedo afirmar: ¡Hice lo correcto! Gracias a esa voz incesante de mi intuición que no paró de pedirme que siguiera los latidos de mi corazón en ese momento.

¡No subestimes la voz de esa bella y grata dama, la intuición! Acostúmbrate a su presencia y estará contigo en los momentos decisivos de tu vida.

Escucha tu intuición



Disfruta del paisaje

No sé cuánto tiempo me llevó salir de aquel camino que parecía interminable. Cuando por fin logré alcanzar una zona más céntrica, incluso antes de volver a la ruta asfáltica y con la tremenda lluvia que se vino, me sentí aliviada, ya estaba en un tramo más tranquilo y seguro. Me quedé otros 10 minutos para que amainara la lluvia y luego me puse de vuelta camino a casa.

Podía sentir cómo la tensión del cuerpo iba disminuyendo, y la calma volvía a hacerse presente. ¡Qué viaje este!, decía para mis adentros mientras seguía lloviendo sobre mí, pero, a medida que avanzaba hacia el oeste, podía ver el maravilloso atardecer que se iba formando.

Todo emprender es aprender a viajar, y con ello el desafío de aprender a disfrutar el viaje. A veces nos pasa que solo miramos el objetivo, la llegada, el hecho de lograr las metas y no nos detenemos a mirar a los costados, no reparamos en lo que llevamos transitando o dejando a nuestro paso, y ahí está la verdadera ganancia de aprendizaje, en seguir conectados con lo que va ocurriendo, tanto lo bueno como lo aparentemente malo, sin perder nuestro foco pero, a la vez, sin perdernos en el foco.

Mi temperamento colérico me llevó muchos años de mi vida a moverme en base a metas y objetivos, creo que todo lo que fui logrando de kinesióloga lo hice desde esa dinámica, en muchas ocasiones con mucho enojo y frustraciones porque quería llegar a toda costa, a mi manera y tiempo. Acumulé mucha rabia contra muchos aspectos de la vida, de los sistemas, de las personas. Si hubiera tenido la sabiduría de quien soy hoy, hubiera disfrutado más de ese proceso con mayor calma y habría degustado más de cada trecho del viaje con sus pequeños logros. Pero hoy soy lo que soy justamente gracias a esos tramos y las maneras en que para bien o mal los fui caminando.

Cada quien hace lo que puede con los recursos que tiene, y en esa época de mi vida, era mi manera de hacer las cosas. Hoy trato de estar más pendiente de lo que va ocurriendo en el alrededor, en el camino de mi vida, en con quienes me encuentro, los momentos, los gestos, los

detalles de la vida. Dejé de mirar constante y obsesivamente mis metas y objetivos, no dejé de tenerlos en cuenta, sino que ya no me obsesiono con los resultados como lo hacía antes a tal punto de frustrarme si no eran lo que yo estaba esperando.

Aprendí a tomar lo que trae cada viaje, incluso las incomodidades, y transformarlo en disfrute. No siempre lo logro, mentiría si digo eso. Pero hago el intento, busco cada aprendizaje que podría venir encubierto detrás de cada rueda pinchada, de cada trayecto desviado, o de personas que terminan saliendo de mi vida, aunque yo quisiera que sigan conmigo.

Creo que ahora vivo el viaje de manera más calmada y consciente, y cuando hablo de calma me refiero a un estado interno, no precisamente a dejar de hacer lo que debo.

Recuerda, no lo olvides: ¡Disfruta del viaje! Los resultados llegarán a medida que hagas lo que debes realizar, no por tu obsesión en las metas, sino por tu pasión por ellas.

En aquellos años de mi vida, era tal mi ansiedad y mi energía desbordante, que no me detenía a contemplar nada de mi entorno. Una de las metas que me puse a mí misma era la de detenerme cada vez que algo me atraía. La fotografía cumplió una función muy importante en ese tiempo, ya que me obligué a parar para fotografiar un atardecer, algunas flores que me llamaran la atención, y de paso pausarme y darme tiempo de sentir, sacándome a mí misma del pensar y del hacer todo el tiempo.

Por favor, como un pedido especial, ¡aprende a disfrutar del viaje!

Conquistar nuestros sueños e ideales no tiene que ser con sufrimiento, debe ser con disfrute. Y disfrutar depende de cada uno; cada uno decide etiquetar el viaje como penoso o fantástico.

*La subida puede ser dura,
pero la vista en la cima
vale el esfuerzo*



*En un mismo viaje,
varios matices*

Mientras seguía mi viaje de vuelta a casa, venía como extasiada por todo lo que había vivido y experimentado; esto es para un libro, me decía. Volvía en mis adentros y percibía todo lo que ahora les estoy contando, pero no con esta forma o estructura de libro, sino en la suma de emociones, en el vaivén de las ideas, de sentires, en una ensalada de todo. Tenía claro que esta experiencia me serviría para algo, pero aún no sabía para qué.

Al venir ya en la tranquilidad de la ruta, iba contemplando cómo cada camino era diferente, nada era igual, fue una odisea cargada de magia, de un montón de factores que hacían que aun en ruta ese viaje siguiera siendo tan diferente según el camino y el tramo transitado.

Cuando vamos por el viaje de la vida con ojos de disfrute, de sorpresa, como los que tiene el niño, ningún camino es igual, aunque pasemos por miles de veces por uno.

Durante muchos años fui a enseñar en la Universidad Católica de Villarrica, ciudad muy querida

para mí, en donde sigo manteniendo muchos amigos. Una vez por semana iba a la misma hora y por el mismo camino, y cada viaje que hacía siempre terminaba sorprendiéndome por algo, nunca, pero nunca era igual.

Cada etapa en la vida de un emprendimiento o sueño es un camino diverso, puede resultar familiar en muchos tramos, como era para mí cuando viajaba a Villarrica, pero nunca un camino será igual solo por sus características, porque cada persona que lo transita es diferente. Además, con el paso del tiempo, uno ya no es el mismo, cambiamos entre una idea y otra con las nuevas interconexiones neuronales en cada pensamiento nuevo. No, no somos los mismos siempre.

Recuerdo cuando debía decidir entre quedarme en el departamento en el que vivía o mudarme a otro cerca de mis padres. A mi papá recién le habían diagnosticado Alzheimer, sabía que era bueno volver a estar más cerca de ellos por si necesitasen de mí, tener a los niños cerca también consideré que podía ayudarlo a

seguir activo. Pero en realidad, ya no quería mudarme de vuelta a pesar de que íbamos a estar mejor con los niños. Sabía lo que me había costado desapegarme de la mirada de mis padres años atrás, pensaba que sería un retroceso en mi vida.

Cuando le comenté a mi amigo Franlo que me generaba la situación, con su forma tan peculiar de decir las cosas, me retrucó: «Solo dos cosas te voy a decir Espínola: una, vos ya tenés la respuesta; dos, esas argumentaciones están basadas en una Fabiola que ya no existe, ya no sos la misma, sabrás manejar mejor todas las situaciones porque contás con otros recursos». Ese fue el fin de su comunicado.

Así vamos entendiendo que, aunque pasemos por tramos similares, los caminos son diferentes y nosotros también lo somos, por lo que simplemente nos toca disfrutar y aprender de esas diversidades y miraras como oportunidades para crecer y expandirnos no solo económicamente sino como personas, desarrollar nuestro ser, para hacer y consecuentemente, luego tener.

Cada camino transitado, tanto desde la tranquilidad como desde el desafío, nos dota de nuevas habilidades. Cuando hablo de habilidades, me refiero a las diversas áreas de la vida del emprendedor. Lo que transité en mi vida espiritual me sirvió en mi vida laboral, lo que viví en mi vida laboral, más de una vez me condujo a mi espiritualidad, por citar tan solo dos ejemplos.

Hablando de caminos, es bueno mirar también las veces en que uno cambia de decisiones o elecciones. Yo dejé la carrera de kinesiología con 13 años de experiencia para iniciar la de psicología. Si bien mucho de lo vivido como kinesióloga me ayudó para hacer más transitable el nuevo camino, igual era un trayecto nuevo y diferente.

Las personas se sorprenden, otras me hacen preguntas qué hice, cómo pude empezar de cero, por qué me animé a cambiar de una profesión a otra. Creo que me ayudó el mirar que era un cambio de camino, una nueva dirección a tomar.

A veces, dentro mismo de un emprendimiento se deben de tomar estrategias de cambios drásticos; en otros, se cambia de rubro. Por mencionar un caso, vi en estos días que algunas sucursales de Surcos, que antes de la pandemia vendían ropas, ahora habilitaron un autoservicio en el mismo local; en el segundo piso dejaron el área de ropas y abajo la venta de mercaderías para el consumo del hogar. ¡Qué jugada tan rápida y fantástica!, ponderé. La ropa no se comprará tanto como antes, pero sí o sí se tiene que comprar alimentos para vivir.

¡No pasa nada! Es solo cambiar de caminos, unos pueden ser definitivos; otros, temporales. Lo importante es entender y desarrollar la versatilidad para adaptarnos a cada uno de ellos.

La belleza es una percepción subjetiva y personal. Por lo tanto, cada camino puede llegar a ser bello según cómo lo miremos, aunque no sea el que habíamos determinado transitar en un principio.

*Aprende a transitar
distintos caminos*



*Aunque algunos colores
no te agraden, contempla
sus distintos matices*

Parece que sigo viendo aquel atardecer fantástico. ¡Me encantan los atardeceres!

Luego del susto, en la mitad del viaje, volvía extasiada con tantos matices, de verdad era tan bello, tan mágico, delante de mí estaban los colores del atardecer y, apenas un poco a la izquierda, se unía con lo sombrío de la tormenta, incluso seguía lloviendo. Pero unos metros más adelante ya no llovía, todo era sorprendente. Recordé la historia de Moisés que iba rumbo a la tierra prometida con la gente de su pueblo y la nube encima de ellos los iba guiando.

Muchos no entienden cómo es que a mí me encanta viajar sola. Bueno, este es uno de los motivos, tener la posibilidad de contemplar diversidad de matices de todo, en silencio, perderme y volver a encontrarme en ellos.

¡Colores, sensaciones, emociones, pensamientos! Un viaje que mostraba los aspectos de la vida misma en pocas horas.

¡Que bellos matices como dulce compañía de vuelta a casa! No quería que se acabara, pero a medida que yo avanzaba, también el atardecer declinaba, y debía de comenzar otro proceso de aceptación: nada es eterno, ni lo que consideramos bueno o malo, todo es finito y debemos de vivirlo intensamente por eso mismo, porque nos puede llevar unos segundos o mucho tiempo.

Cada matiz trae consigo su esencia, sus misterios y su función en nuestra vida. ¡Qué monótona sería nuestra existencia si solo fuera de día o únicamente transcurriera la noche! No tendríamos tantos intermedios en los viajes que nos toca llevar, no solo me refiero al viaje físico, sino a todo tipo y en todo sentido: los viajes a nuestra

interioridad en medio de tantos desajustes como ocurren ahora con la pandemia, que se encargó de sacarnos de nuestra supuestas normalidades y confort; los viajes que vamos haciendo a diario, en cada decisión que tomamos; el viaje de las relaciones interpersonales; el viaje que tomamos como padres en cada etapa de la vida de nuestros hijos, y tantos otros.

Cada quien decide poner su mirada en los colores que quiere y en los matices que elige. En mi caso, podía centrar mi atención en los tonos oscuros de la tormenta, o fijar los ojos en el colorido atardecer. Ninguno era bueno ni malo, simple elección.

Como dice la canción de Arjona, «las nubes grises también forman parte del paisaje». Están para contemplarlas, no para quedarse viviendo debajo de ellas.

Disfrutar, o aprender a disfrutar de los matices de la vida del emprendedor, entender que «siempre que llovió paró», como dice la frase, que nada durará para siempre.

*Cada quien decide poner su
mirada en los colores que quiere
y en los matices que elige*



*Puedes mucho más, créelo
(eres casi casi como este to-
do terreno)*

Por último, y no por ser menos importante, está el creer. Cuando en mis textos abordo el tema de creer en la vida, en realidad quiero referirme a creer en Dios.

Como para mí respirar es Dios, reír es Dios, llorar es Dios, todo lo que siento me lleva a Él, entonces no reviste importancia en cuanto a la denominación en palabras. Sin embargo, entiendo que existen actualmente personas que por algún que otro motivo personal no creen en un ser superior con la denominación de Dios, pero sí creen en la fuerza de la vida, en la energía del universo, en el amor. Entonces, para no crear una suerte de rechazo en ellas y no quieran tomar el mensaje detrás de la palabra Dios o quieran suponer que estoy queriendo que crean en mi Dios, pues lo dejo con ese término, sencillamente creer.

Comprender que existen fuerzas fuera de las nuestras, que el espíritu se mueve y nos mueve, entender que también somos seres energéticos, aceptar que existe un algo o un Alguien (como cada uno quiera denominarlo), nos ayuda a sostenernos en aquellos momentos en que sentimos que ya no damos más, en que pareciera que ya no vemos puertas abiertas, en esos tramos donde todo se siente agobiante. Todo lo que viví y sentí, desde lo más ligero hasta lo extremadamente difícil de sobrellevar, como lo fue la muerte de Luis, todo, pero absolutamente todo lo pude vivir y lograr trascender un poco más allá de lo humano fue gracias a esa fuerza del

espíritu, sostenido por Aquel espíritu mayor que todo lo sostiene.

Ya cuando parecía que no podía más, que el tramo era un terminable (como la percepción que tuve cuando trataba de salir de la colonia Volendam), cuando debía pagar cuentas y no tenía una sola moneda para hacerlo, cuando realmente no daba más, allí empezaba la gracia, la fuerza, los milagros, la luz en el camino. De miles de matices, formas y caminos llegaban las soluciones a mi vida, de las maneras menos previstas.

Solo se necesita confiar, creer en la fuerza imparable de la vida, en lo prodigioso del amor que nos rodea. Todo es posible para quien cree dice la Biblia. Y en verdad, si crees verás tus caminos iluminarse, tus cielos abrirse y tu vida colmarse de la felicidad plena.

Nunca dejes que los malos tramos de la vida te roben la fe y la confianza.

No permitas que tu transitar sea desde el desánimo o el miedo, revístete con la fuerza de la fe y aunque no recibas los resultados que tu mente racional espera, encontrarás la paz, la calma, la enseñanza que viene detrás de cada camino que estás caminando.

¡Tú puedes más que un desempleo!

¡Tú puedes más que tus miedos!

¡Tú eres más fuerte que la pandemia!

¡Tú puedes lograr más de lo que te imaginas!

¡Tú salud es mas fuerte de lo que crees!

¡Confía en ti y en la fuerza de la vida misma!

¡Que tu viaje te sea ligero y los dulces frutos abundantes!

Fuerza y bendiciones para este tramo que estás transitando.

Con toda mi energía y amor, para ti van estas letras.

¡Cree en la vida!

Fabiola

RECUERDA

- ✓ No podemos prever ciertos factores externos pero sí, elegir nuestras reacciones ante ellos.
- ✓ Recibir ayuda no significa que has fracasado si no que no estás solo.
- ✓ No desvíes la mirada del objetivo.
- ✓ Pon las manos firmes en lo que estás haciendo
- ✓ Es de sabios aprender de los demás.
- ✓ Confía en ti
- ✓ Escucha tu intuición.
- ✓ Disfruta del paisaje.
- ✓ Aprende a transitar distintos caminos.
- ✓ En un mismo viaje, varios matices en un mismo viaje, varios matices
- ✓ Creer en la vida



Soy psicóloga, coach, conferencista, facilitadora en talleres de desarrollo personal y del ser.

Abracé la psicología luego de ejercer por 13 años la kinesiología y Fisioterapia, profesión que decidí dejar luego de la muerte de mi esposo Luis. En este tramo comencé a escribir mis libros Desde el alma, Desde un cepillo de dientes, Desde que te has ido, Desde el dolor a la felicidad y ahora Desde un viaje.

Actualmente organizo mi vida entre la profesión, escribir y ser madre de tres bellos adolescentes; Luis Enrique (17), Esteban Daniel (13) y Santiago David (12).

