

Prólogo

Estas líneas las escribí después de cerca de cuarenta años como terapeuta y maestra. Al mirar para atrás, me doy cuenta de que en mi vida son constantes los momentos en que todo parece acomodarse a nuevas circunstancias; estos son para mí períodos de cambios y de una enorme creatividad. Me contemplo a mí misma dentro de un mundo que todavía no conozco y veo las cosas desde perspectivas diferentes. El poema *Yo soy...* nació en uno de esos momentos.

Escribí este poema un martes por la tarde, a principios de la primavera, en Palo Alto, California. Era una tarde fresca y un sol tenue entraba por la ventana abierta. La brisa

movía ligeramente las cortinas y un juego de luz y sombras revoloteaba por la habitación. María, una quinceañera atractiva e impulsiva, compartía este momento conmigo. María y yo habíamos llegado a conocernos bien después de tres años de tratarnos. Era una persona que se desesperaba por encontrar un camino entre las penalidades y malos ratos que se suelen vivir dentro de una familia en proceso de desintegración —una situación que muchos hemos aprendido a conocer. En una ocasión, antes de que terminara de contarme un incidente doloroso con su madre, me miró con ojos de desolación y me preguntó: “Y bien, en definitiva ¿qué es la vida? ¿Cómo hay que vivirla para sentirse bien?” Su pregunta me conmovió profundamente.

Las palabras de María no me eran extrañas. Yo misma las había pronunciado una infinidad de veces, y una infinidad de veces, también, las había oído en labios de otros. Apreciaba enormemente a esta muchacha y

sentía su dolor. Quería ayudarla. Si lograba que ella encontrara por sí misma alguna forma de contestar a cuestiones tan humanas e importantes, quizá podría darle a conocer un camino mejor. María, sin embargo, necesitaba ayuda. El poema *Yo soy...* fue mi respuesta.

Han pasado quince años desde que lo escribí. Tanto para María como para mí, nos sirvió para incursionar y encontrar nuevos horizontes; nuevas posibilidades para lo que habría de venir.

Durante esos quince años mucha gente leyó el poema. No tardaron en pedirme copias para regalárselo a familiares y amigos. El paso natural a seguir fue publicarlo.