

"LA VERDADERA BELLEZA IRRADIA DESDE DENTRO"

Entrevista a Myriam Peña Sanchez-Garrido

EL INICIO:

SOBRE MYRIAM...

Myriam es muy natural. Todo en ella lo es. Tiene una sonrisa que le desborda la comisura de los labios.

Hay una energía que emana de su mirada, de su soltura al hablar, de la completa convicción en cada palabra que sale de su boca, y te atraviesa sin dejarte indiferente.

Cuando Myriam tenía 22 años le diagnosticaron el **Virus del Papiloma Humano (VPH)** y un posible cáncer de cuello de útero que se desarrollaría en un futuro. Desde aquel momento, sin saberlo, "con toda mi frustración, mi culpa, mi vergüenza, se abrió una gran puerta para mí", cuenta Myriam en su web.

A partir de esta experiencia comenzó a transitar un nuevo camino y se encontró con un círculo de mujeres que justamente trabajaba la sexualidad femenina, dirigido por Carmen Enguita. Con la confianza que esta referente le inspiraba, Myriam se entregó a la experiencia y eso la llevó a confiar en su fuerza interior como mujer.

"Desde entonces ha sido todo un descubrir, porque la energía sexual según los taoístas es la energía de vida y la energía de vida es inmensa, es oceánica, es infinita."



MAIME: Antes de contraer el VPH, ¿tenías conocimiento de todo este mundo espiritual? ¿Sentías curiosidad? ¿Cómo eras?

Myriam:

Pues mira, la verdad es que yo no tenía ni idea de que existía una conexión entre la sexualidad y la espiritualidad. Eso antiguamente era así, se llegaba a la espiritualidad a través de la sexualidad pero claro, lo que a mí me llegó como adolescente - ahora tengo 30 años -no era nada semejante. Pero dentro de mí había algo como un anhelo.



”

YO SIEMPRE ME PREGUNTABA SOBRE EL SEXO: ¿YA ESTÁ? ¿Y ESTO ES TODO?

“

Bueno, está bien pero tampoco es para tanto... (jaja) Entonces cuando yo tenía 18 años, mi padre me quiso regalar un libro antes del verano porque a mí siempre me ha gustado mucho leer y me acuerdo que me llevó a una librería y me dijo: "bueno, coge el que quieras". Y yo cogí un libro de Silvia de Béjar que se llama "Tu sexo es tuyo". Aluciné con ese libro.

Se transformó como en mi biblia. Fue algo increíble. Lo leía, y lo releía y me ayudó mucho para quitarme muchos tabús, muchos miedos que tenemos y yo ahí me abrí de alguna forma. Luego fue gracioso porque me empecé a encontrar con algunas amigas que también lo leían e hicimos como un clan entre nosotras.



MAIME: ¿Qué es la Escuela de Mujeres (EDM)?

Myriam:

Es un espacio donde nos encontramos entre nosotras. Es exclusivamente para mujeres no porque tenga nada en contra de los hombres sino porque veo que cuando las mujeres nos encontramos entre nosotras se da un apoyo, una complicidad, una hermandad, que nos ayuda en nuestra evolución como mujeres aquí en la tierra. Entonces a través de la EDM lo que pretendo es que amplifiquemos la mirada social respecto a la sexualidad y podamos ir más allá.



DESDE LA EDM PRETENDO AMPLIAR ESA MIRADA SOBRE LA SEXUALIDAD FEMENINA Y QUE LA MUJER PUEDA PENSAR Y CREAR SU PROPIA VIDA A PARTIR DEL ENCUENTRO CON ESA FUERZA VITAL INTERNA QUE LA LLEVA A ESTAR VIVA.



MAIME: ¿Cómo describirías la mirada que tiene la sociedad hacia la sexualidad de la mujer?

Myriam: Se nos ha enseñado que la sexualidad en las mujeres es algo que tiene que ver con el otro. Es un encuentro que tiene con otro que puede ser una pareja, un rollo... bueno, lo que sea. Pero es muy limitado.

Si mi sexualidad sólo sucede en base al otro entonces estoy limitada.



MAIME: ¿Cómo ha sido tu experiencia como mujer al descubrir esa fuerza vital?

Myriam:

Yo cuando realmente contacté con esta energía sexual desde este prisma mucho más amplio, salí propulsada. Luego tienes tus ciclos, tus cosas, pero algo dentro mío se acrecentó. Fue como un poder, una fuerza vital como mujer que desde ese momento me acompaña en mi día a día.

MAIME: ¿Realizas actualmente actividades con adolescentes?

Myriam: A mis talleres van chicas a partir de los 20 años. La EDM está focalizada en mujeres de más edad.

Hace un año estaba en un proyecto con unas mujeres con la idea de hacer algo para las adolescentes como un espacio desde donde se las pudiera acoger y luego mostrarles lo que hago en la EDM. La idea era mostrarles que **hay otro tipo de sexualidad que conecta el espíritu con el cuerpo y que vivirla desde ahí es otra cosa diferente a lo que nos dicen, nos venden, porque claro la sexualidad que hay fuera está muy banalizada.**

Tu pones un videoclip, y todos incluso las películas, las series, tienen una carga sexual muy grande. La idea era un poco darles ese espacio para mostrarles otra cosa y para que experimentaran, para que jugaran, y luego que ellas decidieran. Estuvimos haciendo un estudio de las y los adolescentes y nos acabamos decantando por las chicas. Yo estuve preguntando a varias mujeres para ver qué necesidades había, y para mí lo primordial es que **falta mucha autoestima.**

Falta valorarse como mujer, saber que tu eres una diosa, que tu cuerpo es un templo y que en un templo no se entra de cualquier manera. En un templo se entra con honradez, pero ¿qué pasa? Es la eterna historia, hasta que tú no te puedas mirarte a ti misma así, los hombres no te pueden vivir de esa manera. Son un espejo tuyo.

A mi me dio esa sensación, como que muchas veces las adolescentes están en una sexualidad muy masculina: estar con uno, con otro porque así soy super guay pero que en el fondo hay una carencia muy grande de tener la aprobación del otro, a veces utilizando el sexo también. O sea, que en el fondo hay un vacío muy grande.



MAIME: ¿Desde la EDM cómo se trabaja con la autoestima?

Myriam:

La EDM tiene una base muy fundamental que **es acompañar a las mujeres a que se dignifiquen y para esto hay que dignificar primero el cuerpo, entonces esto tiene mucho que ver con la sexualidad.**

En sí, claro que utilizo prácticas taoístas, respiración ovárica, el huevo de jade, pero para mí esto no es tan importante.

Hay algo previo a esto que es que tú sientas tu cuerpo digno. Que tú sientas esa reverencia por tu cuerpo tal y como es en cada una de sus fases. Entonces de lo que se trata es de habitar tu cuerpo como mujer, eso me parece super fundamental.

Porque cuando yo me habito como mujer, me reconozco y ahí puedo recuperar mi poder.

Nosotras no vamos a recuperar nuestro poder desde el intelecto. Por eso, a pesar de que yo también escribo, trabajo mucho desde la experiencia directa. Es una experiencia que como una semilla, va a quedar en ti, va a germinar y va a dar sus frutos en tu vida. Se trata de venerar al cuerpo, y reconocerlo.

MAIME: Entiendo que la clave está en la aceptación de nosotras mismas, tal cual somos. Es algo muy difícil cuando todo el tiempo nos están mostrando estereotipos de belleza imposibles de alcanzar. ¿Cómo podemos aceptar nuestro cuerpo?

Myriam: Cuando miramos nuestro cuerpo y vemos si tiene celulitis, si tiene una mancha de aquí o allá, si el culo se ha caído, si el pecho está hacia allí o hacia allá, la realidad es que todo eso es irrelevante, no es importante. Le ponemos toda la energía ahí pero **lo importante en el cuerpo de una mujer es si siente, si vibra con la vida, si hay algo vivo ahí dentro de ella, si tiene esa capacidad para sentir a través de él, si expresa, si está habitado, todo lo demás son pequeñeces que nos desvían realmente de nosotras.**

Entonces cuando trabajo con las mujeres trabajo mucho desde aquí. Trabajamos mucho con la naturaleza, conectar con los elementos, con el agua, respirando, moviendo, a veces en silencio. Entonces todas las propuestas a través de la EDM son un tanto transgresoras en el sentido de que yo lo que pido es apertura y que vayas un poco más allá. Luego tú eres libre de hacer lo que quieras. Es como ofrecerte un espacio para esa mujer orgánica, esa mujer conectada a la vida con esa mirada inocente hacia su cuerpo que no ve nada malo, que no ve nada impuro, que toda ella es digna, que se venera como tal.



MAIME: ¿Qué experiencias te han llamado poderosamente la atención de las mujeres que han pasado por la EDM?

Myriam:

A mi lo que más me impresiona de las mujeres, sobretodo en los talleres de "El Tao Erótico de la Mujer", es cómo entran y cómo salen. A veces digo, tendríamos que hacer una sesión de fotos del inicio y del final porque de verdad te digo, da igual la edad que tenga la mujer, lo que haya vivido en su vida, si ha sido más para aquí, más para allá, si es alta, si es baja, si tiene un pecho o dos, si tiene útero o no, sea lo que sea, **hay algo realmente mágico que se transforma en la mujer cuando se empieza a reconocerse como tal.**

O sea cuando empieza a ver que hay una fuerza de vida que realmente empuja desde su interior y que eso está ahí y que tu cuando la miras, le dices cosas, o sea cuando le das a esa energía de vida le das lo que necesita, y la acrecentas y la cuidas, permites que esa energía emane a través de ti, y cuando eso sucede, te vuelves una mujer poderosa a todos los niveles.

Algo que me emociona mucho es cuando las mujeres empiezan a reconocer esa fuerza vital que llevan dentro y que por la sociedad está castrada cuando nos dicen:

"Salvaje sí pero un poco, no sea que te desbordes".

"Abierta sí pero hasta cierto punto".

Cuando las mujeres empiezan a percibir todo eso dentro de ellas, se quedan alucinadas, se quedan extasiadas y son mujeres que se transforman. A veces veo la transformación en sus propios cuerpos.

Hay algo ahí que se transforma y que realmente, hace bella a una mujer. Porque la verdadera belleza no es la de afuera.



LA VERDADERA BELLEZA ES LA
IRRADIACIÓN DESDE DENTRO Y
ESTO DA IGUAL LA EDAD QUE
TENHAS.

CUANDO TÚ COMO MUJER PERMITES
QUE ESA FUERZA Y ESA VIDA IRRADIE
A TRAVÉS DE TI, ERES BELLA... PERO
¡BELLÍSIMA!



Entonces a mí lo que me emociona de los talleres es que las mujeres lo integran porque lo viven en su cuerpo pero no porque se los diga yo, ni porque lo han leído ni memorizado. Es como los niños, ¿cómo aprenden los niños? Pues ellos aprenden con la experiencia.



MAIME: Además de especializarte en sexualidad, eres pedagoga y educadora y tienes experiencia trabajando con niños y niñas. ¿Qué has aprendido de esa experiencia?

Myriam:

Los niños han sido grandes maestros para mí. Sobretudo a través de las niñas pude ver que hay un momento de cambio. Cuando trabajaba como educadora yo veía a las niñas que estaban en el deseo de vivir pero **había un punto en la infancia que las niñas pasaban de estar en el deseo de vivir a estar en la aprobación del otro.**

Pasaban de estar conectadas con la vida de manera espontánea y natural, a estar conectadas a:

“Uy ¿esto le gustará o no le gustará?”

“Si hago esto me quieren y si no lo hago me castigan y no me quieren”.

Entonces aquí veo yo que se pierde fuerza como mujer, se pierde intensidad, se pierde la vida. Y esto es lo que, como mujeres, nos pasa factura.

Una cosa es estar en el deseo de vivir, otra cosa es estar en el deseo de agradar al otro. Aquí nos perdemos y la adolescencia veo que es mucho esto.

Yo recuerdo que me pasaba horas frente al espejo mirándome, pero no por mí, sino por el otro, porque para mí lo más importante en ese momento era cómo me veía el/la otro/a. Pero bueno, que no pasa nada, que todas lo hemos perdido de alguna manera y luego todas lo hemos podido recuperar.



HAY MUJERES EN LOS TALLERES QUE ME DICEN: -“AY, TU HABLAS DE UN FUEGO INTERIOR ARDIENTE Y DISPONIBLE... ¡PERO A MÍ SE ME APAGÓ!”.

Y YO LES DIGO: -“NO SE TE APAGÓ, PUEDE QUE TENGAS UN FUEGUITO PEQUEÑO PERO ESE FUEGUITO ES SUSCEPTIBLE DE PONERLE ALIMENTO Y QUE CREZCA. LA LLAMA NO SE TE HA APAGADO SINO ESTARÍAS MUERTA Y ESTARÍAS EN OTRO SITIO. SIEMPRE HAY UNA ESPERANZA”.



Entrevista realizada por Sonia A. Zoricic.

© MAIME Mujer - Todos los derechos reservados.