Entrevista con Esperanza Henares en Albacete Abierto (Nuestras obras)

24, mayo



Esperanza Henares es graduada en Lengua y Literatura Española, escritora, canalizadora y maestra de reiki. Su vida se puede definir desde el vínculo continuo con mujeres, con una experiencia de nueve años como profesora de danza oriental y otras terapias, y un compromiso contlnuo enfocado a la sanación y recuperación de la energía femenina. Ahora publica su libro: 'Atrévete a brillar, ejercicios para una feminidad íntegra'.

La autora responde a diversas preguntas sobre este nuevo llibro:

YA EN EL TÍTULO EL LIBRO SE PRESENTA COMO LIBRO DE EJERCICIOS. ¿POR QUÉ EJERCICIOS? ¿PUEDEN SER NECESARIOS EJERCICIOS PARA QUE UNA MUJER SEA "FEMENINA"?

No. La mujer es femenina de manera innata, por supuesto, esa es su esencia. Sin embargo diversos factores, como el condicionamiento social o la misma conciencia colectiva hacen que la feminidad esté en un estado latente-dormido. La mujer de hoy en día ha abandonado su feminidad para vivir en una "masculinidad disfrazada" que la ayude a sobrevivir en sociedad (y digo "disfrazada" porque esa masculinidad nunca puede ser auténtica), ha dejado de vivir en su cuerpo para vivir en la mente, ha olvidado la intuición para actuar desde la pura lógica. Por eso, la mujer de la actualidad necesita ser rescatada desde el lugar en el que se encuentra: el de la lógica, la reflexión. Se trata de un camino de vuelta a casa. Los ejercicios rescatan a una mujer moderna que más tarde ya no necesitará la reflexión porque habrá regresado a su centro instintivo.

¿QUÉ QUIERE DECIR EL LIBRO CON EL CONCEPTO "FEMINIDAD ÍNTEGRA"?

Se refiere a una cualidad "Yin" (femenino) respetada, sin rivalidades con el "Yang" (masculino), y con todas sus potencialidades activas (porque de hecho son las más poderosas, ellas alimentan y ordenan al "Yang"). Potencialidades como la intuición, la receptividad, la apertura a recibir, la capacidad de soltar el control ante la vida, etc.

¿CUÁL ES LA POSTURA DEL LIBRO RESPECTO AL FEMINISMO?

Considero el feminismo un movimiento de lucha externo, en el que se trata de conseguir igualdad en base a la lucha social, y esto no deja de ser una "guerra". A pesar de valorar muchos logros de este movimiento,

"Atrévete a brillar" se sitúa en una postura de espiritualidad femenina, es decir, de lucha interna (en la que considero que está realmente el poder). Si la mujer cambia su percepción interna del femenino, el mundo proyectará automáticamente la nueva percepción renacida. Y sobre todo, el libro rescata algo que debemos recordar y que el feminismo a veces olvida: la igualdad hoy en día es respetar que no somos iguales, sino complementarios. Obligarnos a ser igual que el hombre continúa siendo una esclavitud.

¿PODEMOS CONSIDERAR "ATRÉVETE A BRILLAR" COMO UN LIBRO EXCLUSIVO PARA MUJERES?

Es un libro eminentemente para mujeres sí, pero tiene varias lecturas. En varias partes del aclaro que no se trata de dicotomía mujer-hombre, sino energía femenina-masculina. Cualquier hombre lleva dentro de sí una feminidad más o menos trabajada y también es tarea suya cultivarla, así que "Atrévete a brillar" podría servir para tal fin. Además de esto, existen conceptos en el libro que atañen al crecimiento espiritual de cualquier persona, como los conflictos del ego y la revisión de creencias.

ENTONCES, ¿POR QUÉ SE ENFOCA EL LIBRO PRINCIPALMENTE A MUJERES?, ¿SE INSINÚA DE ALGUNA FORMA LA SUPERIORIDAD DE GÉNERO?

Hay una razón muy clara por la que se da mayor protagonismo a las mujeres. La razón física es evidente: el sexo femenino lleva siglos y siglos de maltrato y sufrimiento tras sus espaldas, convertido esto en una herida que sanar. Pero la razón interna es mucho más potente: la sanación de la energía o polaridad femenina lleva a la sanación automática de la masculina. Esto significa que la raíz del cambio en la sociedad está en el cambio en las mujeres. El hombre siempre ha nacido y seguirá naciendo de la mujer, así que un bebé que habite el cuerpo de una mujer que valore y ensalce lo femenino, también lo valorará de la misma forma.

LOS CAPÍTULOS ESTÁN ORDENADOS EN CORRELACIÓN CON LOS CHAKRAS EN SENTIDO ASCENDENTE, ¿CUÁL ES LA INTENCIÓN? ¿SE PUEDE TRABAJAR CON EL LIBRO EN OTRO ORDEN?

Este orden está establecido precisamente para facilitar el trabajo espiritual. Por supuesto se puede usar el libro de forma libre, usando los capítulos que más nos apetezcan cada día, pero sí que es cierto que se hace más fácil distinguir nuestros bloqueos a la hora de recibir placer o de usar la intuición (por ejemplo), si antes hemos revisado nuestra relación con la tierra y la materia.

¿CUÁL ES EL FIN DE LOS AUDIOS DE MEDITACIÓN EN EL LIBRO?

Son absolutamente complementarios. Las meditaciones comienzan a activar de modo subconsciente lo que la mujer ha trabajado mentalmente, es decir, abren el camino más rápido de vuelta a una misma.

¿SE TRATA ALGÚN TEMA TABÚ EN EL LIBRO?

Supongo que el tema más complicado es el de la sexualidad, sobre todo porque debate la sexualidad convencional enfocada en las fantasías del hombre. Pero también hay otros temas que podrían ser tabúes para las mujeres, como la tendencia a aferrarse al victimismo o a la dependencia emocional de los hombres.

ALGUNOS EJERCICIOS O REFLEXIONES DEL LIBRO PARECEN TAJANTES RESPECTO A ESE MODELO VICTIMISTA-SOBREPROTECTOR DE MUJER, ¿POR QUÉ SE HACE TANTO HINCAPIÉ EN ESTO?

El ego de la mujer tiende principalmente a manifestarse como victimismo o culpabilidad, igual que el del hombre prefiere mostrarse como ira o soberbia. Si las mujeres continuamos engañándonos con ese papel de víctima sin recordar que, en realidad, es una forma más de ego, atrayendo a nuestra vida un "verdugo": personas que nos maltraten o reprochen, situaciones que nos desvaloricen o exploten, sociedades que nos discriminen o juzguen, etc. Pongo el énfasis en esta tendencia de la mujer porque es ahí donde está oculta su llave para el cambio. Cuando la mujer pierda el miedo y deje de necesitar crear seres dependientes o inútiles alrededor suyo, es cuando comenzará su liberación.