

Voces Internas y Tsunamis

Micha Espinosa

Siempre me han dicho que debo escuchar a mi voz interna. Mi madre me dijo, “Si te sientes insegura en tomar cierto camino, da media vuelta y toma la dirección opuesta. Nunca sabrás que te esperaría en el otro lado de ese camino, pero si llegaste a salvo a casa tomando el otro camino... que importa. Mi entrenamiento en teatro me dijo, “mantente abierta y presta atención a los impulsos que te motivan.” Mi entrenamiento en Yoga me dijo, “Deja a tu intuición guiarte y esta dispuesta a seguir la guía sin miedo y convicción.” Creo firmemente que estas son las razones por las cuales sigo viva. Actualmente las estadísticas demuestran 285,293 muertes y miles de desaparecidos. En Tailandia, 5393 muertos y 3,007 desaparecidos. Estos números son alarmantes.

Comencé mi viaje en Asia con un recorrido de tres semanas en Nepal explorando las mejores rutas en la región del Monte Everest durante el invierno. Dormimos en casas de té donde la temperatura en los cuartos era menos cuatro. Nuestra agua se congelaba en nuestras mochilas mientras viajábamos de un lugar a otro. Definitivamente esta no era mi idea de unas vacaciones. Estaba extremadamente cansada y todo mi cuerpo dolía. Entre mis placeres durante la expedición en el Monte Everest estaban constantes mareos debido a la altitud lo cual provocaba que tuviéramos que bajar, descansar y perder tiempo. ¡Finalmente, la gota que derramo el vaso fue cuando el único baño era uno hoyo en el suelo al lado de los yaks! Sin mencionar que la temperatura era menos, menos, menos grados centígrados. Mi esposo, quien florece en expediciones y aventura se encontraba sano, robusto y fresco como una lechuga, mientras yo nunca había estado en peor condición. Las vistas eran hermosas y aprendí mucho acerca de la respiración a una altitud de 18,500 pies. Cuando el aire es delgado, debes utilizar los músculos de la espalda, y dormir sentado es mejor que dormir acostado.

Navidad en la isla Phi Phi en Tailandia (La isla en la cual la película “La Playa” fue filmada) fue mi salvación, se sintió también bañarme nuevamente en el sol. Quería un masaje tailandés para mi cuerpo adolorido y deseaba descansar en la playa con mi coctel tropical. Rápidamente nos hicimos amigos de tres mujeres australianas quienes rentaron la cabaña al lado de la nuestra, un joven de México y Víctor de Londres. Buceamos, nadamos, cenamos y nos bronceamos. La vida era dulce y sabrosa.

Día de boxeo fue hermoso y era dedicado a pescar. Excepto, de repente tuve un mal presentimiento que no tenía lógica, el cual me decía que teníamos que irnos de la isla Phi Phi lo mas pronto posible. Mi esposo, el pescador protestó, pero eventualmente pude persuadirlo. Invitamos a nuestros amigos a acompañarnos, pero solo Víctor se nos unió. Ni si quiera sabíamos a donde nos dirigiáramos. Teníamos un día planeado al siguiente día para bucear en Phuket, pero de nuevo mi voz interna dijo, “¡No vayas!” Los transbordadores departieron a las 9am, uno hacia Phuket y otro hacia Krabi. Krabi no estaba en el camino hacia nuestro destino, es

más, se encontraba a una hora y cuarenta y cinco minutos mas lejos, pero de nuevo mi instinto me dijo que deberíamos de pasar el día escalando y no debíamos de ir a Phuket hasta mas tarde o al siguiente día.

Llegamos hacia el muelle a tiempo y departimos a tiempo. Esto era extremadamente raro, puesto que los transbordadores en Tailandia siempre están atrasados en horario, departir a tiempo fue un mini milagro en sí. Llegamos al puerto de Krabi alrededor de las 10:05 am y nos encontrábamos desembarcando cuando de repente la gente comenzó a entrar en pánico. “Tsunami, Tsunami,” miramos detrás del bote y miramos una línea blanca a lo largo del horizonte; la gente en el bote comenzó a empujarse una a otra. Niños llorando y golpes de equipaje. No me detuve a mirar la ola; seguí moviéndome hacia delante donde se encontraba el edificio.

Dentro del edificio se escuchaban murmullos de un terremoto y nunca podre olvidar el terror en los ojos de la gente tailandés. Inmediatamente tomamos un taxi y nos dirigimos hacia el centro. No había señal de radio o televisión, pero hasta ese momento nada había sucedido.

Le pedimos a nuestro taxista que nos llevara a la playa donde se puede escalar. ¿Quizás ocurrió un accidente? Cuando nos acercábamos a la playa, miramos patrullas y turistas vagando sin rumbo. Hora actual, 10:25 am. El Tsunami llego a la costa a las 10:15am mientras mi esposo y yo nos encontrábamos en el taxi.

De repente el mundo parecía detenerse.

Encontramos un hotel en una colina alrededor de diez minutos de la playa, escalamos hacia la azotea y esperamos a que de nuevo llegara otra ola. Nunca llego. El bello día fue rápidamente cubierto por heridas y morenotes de los sobrevivientes y la gente desaparecida en nuestro hotel. Mas tarde, un grupo de nosotros se armo de valor y decidió dirigirse hacia la playa. Una vez ahí, miramos la policía sacando cuerpos del agua. Había botes en arboles y vidrio en todas partes, y el mar; tranquilo como el hielo.

La tragedia del desastre no nos golpeó hasta varios días después cuando descubrimos que nuestros nuevos amigos quienes decidieron quedarse a bucear y broncearse en la isla Phi Phi no sobrevivieron. Y que el transbordador que se dirigía hacia Phuket fue tomado por la marea dejando cero sobrevivientes.

Mirando atrás, me doy cuenta de lo increíblemente afortunados que fuimos. No puedo evitar preguntarme si fue simplemente suerte, o guía divina. “Porque nosotros?” Probablemente nunca sabre las respuestas, pero lo importante es que volvimos a casa sanos y salvos.

Cuando volví a clase, le pedí a mis estudiantes que se acostaran en el suelo, que analizaran sus cuerpos, que prestaran atención a sus instintos e impulsos y que empujaran su respiración y por lo tanto sus cuerpos. Observando a mis estudiantes, estas palabras obtuvieron un nuevo significado para mí. Mientras observo la fuerza vital de mis alumnos moverse, mientras les ayudo a experimentar vibración, recuerdo como de momento a momento realmente es la vida.

Siempre he pensado que mi entrenamiento en teatro a sido mas que simple entrenamiento; se convirtió en una manera de vivir mi vida. Es estar dispuesto a tomar riesgos, escuchar a tus instintos y estar listo para moverte!