

PRÓLOGO

Soy un ama de casa muy corriente, sencilla y simple, así me describo yo, y algo dentro de mí me decía que tenía que escribir este libro.

Todo empezó como una terapia para mí, hasta que me di cuenta de que sería muy bueno que llegase esto a miles de amas de casa que se encuentran como yo, igual que yo. Tienen vidas normales, monótonas, pero no son del todo felices, y no tienen ni idea de qué hacer, sólo conformarse con el día a día, y a esperar que pasen los años.

Pues yo quiero decirle a esa mujer que está estancada en su vida, que esta triste, y no sabe el motivo, que hay solución, claro que sí. Yo la he encontrado, y estoy en el camino, por eso he escrito este libro, para que veas que puede haber magia en nuestras vidas, pero que debemos de ponernos manos a la obra, sin mirar a los lados, solo al frente, amiga mía. Quiero dejarte muy claro que la vida es algo más que limpiar, los niños, la compra, la comida, la colada... Claro que hay algo mas, estás tú, y solo tú, es hora de que empieces a preocuparte de ti, porque tú y solo tú, eres lo más valioso de tu vida,

Y no te has dado cuenta, te entiendo perfectamente, si no tienes tiempo para ti, pero ya ha llegado el momento de que llegue ese día. Empieza a reeducar tu mente, y tu vida cambiará.

Puedes creer al cien por cien en el poder de la atracción, a mí me costó creer en él, y cuando empecé a creer, mi vida empezó a cambiar. Todo esto es magia y puedes hacer de tu vida lo que tú quieras, está en tus manos, porque sólo tú eres la dueña de tu vida.

MARUJA

Maruja, si, esa soy yo, una Maruja. Mi vida es normal, bonita, tranquila, en mi casa hay muy buen rollito, como se suele decir, todo bien, y la economía justita pero no, nos falta, vamos tirando, una vida muy normalita, que se podría pedir más, nada, es imposible pedir algo mas cuando lo tengo todo en mi vida, es imposible.....

Pues, esto, no es así, mi vida es incompleta, si, incompleta ¿qué me falta?, es un sentimiento que no se puede sacar, ni contar a nadie, porque no sabría decirlo con palabras, el vacío que yo llevo dentro no se puede describir, no, no...

Pues así me siento muchísimas veces, vacía, triste, agotada, deprimida, pero no sé por qué, es una tristeza que dura algún tiempo, pero está muy a menudo en mi vida y pienso, así es la vida, así va a ser todo lo que me queda de vida, uff...

Madre mía, qué agobio me entra por el cuerpo, qué tristeza, mentiría si no dijera que tengo momentos muy felices claro que si los tengo y bastantes, en especial cuando estoy con mis hijos, y como no, el momento que te vas a comer con tu marido, los dos solos que te ponen la comida, que te recogen la mesa, que te ponen el café, que placer más placentero, tu no haces nada, que gozada, comiendo sin tener que haber hecho tú la comida, madre de Dios maravilloso. Te sabe a gloria esa comida.

Hay momentos en el día a día que son preciosos pero no se ven, con la manera de vivir que tenemos, corriendo de aquí para ya, yo

vivía estresada, entraba y salía de mi casa de cinco a diez veces al día, es increíble, terminaba el día agotada, cansadísima, y pensaba mientras estaba suspirando fuerte, de esos suspiros que te salen de lo más profundo cuando estas cansada, mañana será igual, y el otro, y el otro....

Es repetitivo, todos los días las mismas cosas, cuando dejo a mis dos soles en el colegio, voy para mi casa pensando que tardo más de una hora en recoger todo lo que hay por medio, eso para poder limpiar después un poco, y cuando llegan ellos en menos de una hora esta todo igual, y yo miro para los lados y veo que lo que he hecho hace cuatro horas vuelve a estar lo mismo, pero después tengo la gran capacidad para decirme a mi misma: Rosa tienes niños pequeños y esto es así ahora, es una etapa que pasara como todas, vívela disfrútala que pasara, y así se me pasa el malestar, son niños y tienen que jugar, y yo no soy una madre estricta, no me paro a pensar si lo hago bien o mal, me da igual yo veo a mis hijos muy felices y con eso está todo dicho.

Pues esto es una vida de Maruja, dedicada en cuerpo y alma a ellos, al Cáceres del día a día y así es. La palabra Maruja, suena un poco mal, pero es una palabra que a mí me gusta, porque, yo defino como Maruja a la persona que hace todo para otros, la comida, la casa la compra...todo repetitivo y todos los días es más que un trabajo, pero no se mira de esa manera, cuando alguien pregunta, ¿trabajas? Solemos decir que no, y lo que hacemos diariamente, ¿Qué es eso? Eso no es trabajar.... todas somos Maruja, y la que tiene un trabajo fuera de la casa, y lleva dos trabajos hacia delante es digna de admiración, si tiene ayuda, pues estupendo, pero como no tenga, hay, hay como cae en la cama cuando se acuesta, solo ella lo sabe, y si lee esto, se dará cuenta que va hacia ella, pues te mando un besazo por lo bien que lo haces, somos muchísimas las que terminamos en la cama, dando ese suspiro de agotamiento, y de felicidad por estar descansando, y pensamos mañana será otro día este ya ha terminado, buenas noches.

Y donde estoy yo, en qué lugar me encuentro, cuando llega la noche, he hecho algo para mí, para mi satisfacción personal, pues sí,

hoy, a, habido suerte un baño en la bañera relajante y no una ducha rápida, que suerte he tenido hoy.

Debería conformarme con esto, pues no, no me conformo, quiero algo mas, para mí, lo necesito, necesito algo más que la lectura, esta me empuja a algo más, y es donde estoy ahora mismo, aprendiendo, reeducando mi mente, y cambiando el chip de la cabeza, como digo yo.

Hace algún tiempo, trabajando en el almacén, una compañera de trabajo me dijo una frase, que nunca se me olvidará, Rosa, me encanta hablar contigo, en ese momento tuve una satisfacción increíble, era una compañera, pero apenas hablábamos, no coincidíamos y tenemos el círculo social un poco diferente. Suelo leer autoayuda, como Wayne Dyer, cuando vi su película EL CAMBIO, qué bonita, me quedé unos días dando muchas vueltas a las cosas, me sentí totalmente identificada con una de sus protagonistas, la gran ama de casa totalmente dedicada en cuerpo y alma a los suyos, pero a ella nadie, se sentía tan sola, no hacía nada para ella, todo para los suyos y con ese marido que no se daba cuenta de nada, y ella estaba triste, adoraba a su familia pero le faltaba algo en la vida, hasta que lo encontró, pero tuvo que dar un paso un poco duro, pero lo hizo, es preciosa, la recomiendo.

Y como no, Louise L. Hay, maravillosa esta mujer. Tiene una escritura tan fácil y cómoda de llegar dentro, es tan simple al escribir que es tan fácil leerla, me gusta.

Y Suzanne Powell, es una de mis preferidas, a ésta la sigo por internet, me encanta oírla hablar. Uno de mis sueños es llegar a tener el equilibrio que tiene esta gente, quiero conseguir el equilibrio en la vida, y por mi parte no quedará, trabajo día a día en ello.

Por eso esta compañera me decía que yo hablaba diferente, porque intentaba transmitirle un poco de lo que yo he leído. No son frases mías, son de otras personas, pero a mí me está siendo tan fácil, seguir sus consejos...

Bueno, esta mujer, madre y esposa, tomaba medicación para dormir y era más joven que yo, que horror, yo quería transmitirle eso, justamente, que era un error. Todo ese dolor que se hace a su cuerpo