

MERCEDES CICCOCIOPO



# Memorias de una Centaurio

*El viaje de una mujer hacia su libertad*



Muños de Vento



Ciccociopo, Mercedes

Memorias de una centauro : el viaje de una  
mujer hacia su libertad / Mercedes Ciccociopo.

- 1ª ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires :

Muiños de Vento, 2021.

Libro digital, EPUB

Archivo Digital: descarga y online

ISBN 978-987-48266-0-2

1. Narrativa Argentina. 2. Crónica de Viajes.

3. Meditación. I. Título.

CDD A863

© 2021, Mercedes Ciccociopo

Todos los derechos reservados

Publicado por Muiños de Vento Editorial

Soldado de la Independencia 864, Capital Federal, Buenos Aires, Argentina

***@muinosdevento***

***muinosdeventoeditorial@gmail.com***

**Diseño de Cubierta:** Jimena Guida para Muiños de Vento

**Edición:** Adela Sánchez Avelino y Tamara Herraiz

Edición en formato digital: septiembre 2021

ISBN 978-987-48266-0-2

Conversión a formato digital: Libresque

No se permite la reproducción total o parcial, el almacenamiento o alquiler, la transmisión o la transformación de este libro, en cualquier forma o por cualquier medio, sea electrónico o mecánico,

mediante fotocopias, digitalización u otros métodos, sin el permiso previo y escrito del editor. Su infracción es penada por las leyes 11.723 y 25.446 de la República Argentina.

Mercedes Ciccociopo

***Memorias de una centauro***

*El viaje de una mujer hacia su libertad*



Muiños de Vento

## ***Agradecimientos***

*Gracias:*

*A mi mamá y mi papá quienes, a pesar de haber demorado en percibirlo, hoy puedo decir que nos criaron a mis hermanos y a mí con mucha libertad. A mis sobrinas, que me ayudaron a descubrir lo que es el amor. A todas las personas que me acompañaron y acompañan durante este camino que es la vida. Gracias por ser mis mejores espejos.*

## ***PRÓLOGO***

Y un día me decidí a escribir, y un día empecé a escribir. Y ese día es hoy, 04 de septiembre de 2016. Es domingo, llueve en Buenos Aires, y hace mucho frío, demasiado para mí, demasiado frío para el caballo que necesita sentir el sol en su piel, estar con poca ropa y en libertad. Y entonces pienso en hibernar, y googleo, qué es hibernar, y encuentro algunas definiciones:

*La hibernación consiste en un sueño largo, profundo y con despertar muy lento. El metabolismo se reduce para mantener la respiración y poco más.*

En invierno necesito dormir más, necesito meterme para adentro, mis movimientos son lentos, me cuesta salir de noche. Tiendo a hacer solo las cosas que considero básicas. Me levanto, voy a trabajar, veo a mis amigas, a mi familia, cada tanto salgo un poco, duermo, y descanso mucho. Siento temor a acostumbrarme a esto. Tengo miedo de que lo que hago signifique no vivir esos momentos con la intensidad que se merecen. Tal vez ese sea el caballo en mi cabeza que piensa que, si no está galopando, yendo para adelante, entonces no está viviendo.

Y por otro lado pienso, sí es vivir: dormir, descansar, reflexionar, mirarse, forma parte de vivir también. Para mí es acopiar energía para lo que viene. Pero bueno, como dije antes, todo esto está en revisión. Yo estoy en revisión.

En la definición anterior encontré algo muy interesante:

*El metabolismo se reduce para mantener la respiración y poco más.*

Lo repito en mi cabeza. Eso también es vivir.

*La hibernación es la capacidad que tienen ciertos animales, lo cual les permite conservar su energía durante el invierno. No todos los animales emplean el mismo método para hibernar.*

Y no todas las personas somos iguales. Hay quienes adoran el invierno. Yo lo considero un paso necesario para llegar al verano. En otra época de mi vida solía decir que “el invierno es una estación que hay que pasar”. Como si no quisiera vivirla y aprovecharla. Hoy pienso distinto. Lo creo necesario. Estoy aprovechando para conectarme conmigo. Y también para descansar. Porque esa conexión insume mucha energía.

En el invierno los días son más cortos y las noches más largas. Aunque en los países cercanos a la línea del ecuador la situación es distinta. En vez de invierno o verano ellos tienen sus temporadas marcadas por las

lluvias más o menos intensas, y otros fenómenos meteorológicos. En todos los casos, se podría decir que siempre hay una temporada que nos lleva a meternos adentro, a descansar.

La naturaleza es perfecta. El problema es que nosotros nos hemos distanciado de ella. Nos cuesta entender que tal vez la necesidad de dormir, de descansar y de estar en casa que sentimos en invierno (o en las temporadas de lluvia), no es más que una manera diferente de estar conectados con la naturaleza.

El caballo también necesita descansar. En la naturaleza los caballos son presas de los depredadores y por ello tienen fuertes instintos de huida y defensa. Su primera reacción ante una amenaza es asustarse y huir, pero también son capaces de defenderse cuando no pueden escapar o cuando se amenaza a sus crías. Suelen ser curiosos, y cuando se asustan suelen investigar un instante sobre la causa de su miedo y no siempre huyen al descubrir que hay peligro.

Acá estoy yo. Busco averiguar la causa de mis miedos, trato de enfrentarlos y no huir más para así poder correr en libertad, ya no tanto como un caballo, sino como una centauro.

Acá estoy yo entonces, en la lucha entre los bajos instintos y el comportamiento civilizado de la humanidad.



Con la palabra civilizado se me escapa una sonrisa, varias sonrisas. ¿Qué es civilizado? Dependerá de a quién se le pregunte. Una interpretación nos dice que los centauros son seres salvajes, sin leyes ni hospitalidad, esclavos de las pasiones animales.

Muchas leyendas sobre ellos sostienen que son criaturas muy inconstantes, que miran con frecuencia al cielo para determinar sus destinos.

Cuántas veces he mirado al cielo pidiendo algo y no sabía que. En definitiva, estaba pidiéndole que decida por mí. Hasta que llegó Saturno. El calmó al centauro. Saturno me sacudió y dijo: “Hacete cargo. Nadie va a decidir por vos. Las decisiones son tuyas. Para saber qué decidir, el primer paso es mirarte, conocerte de forma profunda, alinear tus pensamientos con tus acciones. Empoderarte.”

Odié a Saturno, lo odié con todas mis fuerzas. Lo culpé de mis angustias, de mi soledad, de mis desequilibrios emocionales. Por momentos siento que no lo supe aprovechar todo lo que debía. Suele pasar eso de que “cualquiera tiempo pasado fue mejor”. Nos arrepentimos de aquellas cosas que no hicimos. Por ese motivo solemos tener nostalgias.

Acá estoy yo entonces, escribiendo Memorias de una Centauro, con algo de autobiográfico y algo de ficción; aceptando los grises y las dicotomías de la vida. Sin otro objetivo más que vivir y contarlo.



*La  
Mudanza*



Juana estaba en su nueva casa pensando. Se sentía trabada. No lograba darse cuenta qué quería, se enredaba en sus propios pensamientos y ahí cuando no encontraba salida, se decía para sí que debía fluir, dejarse llevar. No pensar tanto. ¿Serían los pájaros devastadores del centauro que la perseguían? Los dolores de cabeza volvían constantemente y le hacían pensar que eran producto de su mente que no paraba de pensar. No encontraba su lugar. Leía y pensaba. Pero no había claridad en sus pensamientos.

Era la primera vez que Juana dejaba su ciudad de origen (Buenos Aires) para instalarse en una ciudad que, aunque en el mismo país, no dejaba de ser diferente, hasta en la forma de hablar. Así era Córdoba, o la “República de Córdoba”, como tal vez hubieran preferido llamarla sus habitantes. Salir de su lugar de origen, al menos por un tiempo, era algo que siempre había deseado; en realidad habría deseado más todavía instalarse en otro país, pero aun así sentía el cambio como algo positivo. Esta mudanza de ciudad se había debido a su trabajo.

Desde su mudanza Juana no tuvo el tiempo suficiente para reflexionar. No lo tuvo o no se lo dio, es probable que fuera

una mezcla de ambos. No es fácil darse el tiempo para conectarse con uno mismo, cuesta llegar a la profundidad de los sentimientos y de las emociones. Hay tantas distracciones, en especial en estos días donde vivimos conectados con todo y con todos, excepto con nosotros mismos.

Juana no podía escapar a esos planes, a sus ambiciones, a pensar en todo momento en qué hacer, qué haría después, de qué trabajaría, dónde viviría, con quién estaría, si querría estar en pareja o no, si desearía tener hijos o no. Tantos pensamientos la alejaban de su sentir. Le indicaban inclusive que no sabía sentir. Ella creía eso. Pero algo crecía sin parar. Era la necesidad de enfrentarse a sus miedos para salir adelante. Cada vez estaba más convencida que sus temores eran conectarse con sus emociones.

En una charla con un chico que estaba conociendo a través del trabajo, él le contó que en una época tenía terror a las alturas, mucho miedo a volar. Sin embargo, hizo un curso de piloto de avión, y se recibió. Esa anécdota quedó resonando en la cabeza de Juana. Inclusive llegó a decirle a él que esos miedos le parecían manejables, referidos a algo práctico y objetivo. Si fuera pánico a las alturas, a los ascensores, al agua, etc. Los veía más simples de solucionar, de enfrentar, de atravesar y superar. Porque sus temores eran otros más profundos. Nada del exterior le



daba miedo, sus fobias aparecían cuando iba a su interior. Así se lo había hecho notar una terapeuta.

Atravesar, pareciera que de eso se trataba la vida. De atravesar barreras. Recordó la película (y el libro) que más la marcó en su etapa adulta. “Comer, rezar, amar”. La había visto varios años antes, en un momento distinto de su vida. Sin embargo, aún hoy, esa película le marcaba que tenía asuntos no resueltos, que le faltaba perdonarse en muchos aspectos. Por eso cada vez que la veía la sensibilizaba al punto de hacerla llorar. Tenía trabas emocionales. Y hacía tiempo que venía pensando que ahí estaban sus miedos. En las emociones, en enfrentarse con esas emociones. Sus miedos venían de su interior.

¿Cómo superarlo entonces? Es más simple un temor como *“tengo miedo a volar”*. O sea, es más fácil de superar: *“voy, me tomo un avión, me esfuerzo a hacerlo, lo hago, lo atravieso, lo supero”*.

¿Pero qué quería decir el miedo a las emociones? ¿O a conectarse con sus emociones? ¿Qué emociones? ¿Para una cabeza tan concreta y práctica como la de Juana, lo veía tan subjetivo, no podía ponerle título, no podía ponerlo en palabras: emociones, ¿qué son las emociones? ¿Qué quiere decir inmadurez emocional? Si ni siquiera sabía su significado, cómo podría hacer para enfrentarlo, atravesarlo y superarlo.

Mientras pensaba en eso, con su cabeza analítica y práctica, conectó el *wifi* de su computadora, y simplemente googleó emoción: *“Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante”*.

No le convencía para nada la definición. Siguió buscando...

*“Las emociones son reacciones que todos experimentamos: alegría, tristeza, miedo, ira. Son conocidas por todos nosotros, pero no por ello dejan de tener complejidad. Aunque todos hemos sentido la ansiedad o el nerviosismo, no todos somos conscientes de que un mal manejo de estas emociones puede acarrear un bloqueo o incluso la enfermedad”*.

Ahí se acercaba un poco más a su comprensión. Tal vez lo que fallaba era la conexión con sus emociones. Juana estaba muy acostumbrada a ignorarlas. A tapar y avanzar. Sentía que esa era la única forma en la cual podía progresar en la vida. Porque eso la había llevado hasta donde estaba y lo había hecho caminando siempre para adelante.

El punto es que eso también la había llevado a desconectarse de sus sentimientos. A no cuidarse y a poner demasiado énfasis en los otros, en las situaciones externas y poco en su interior.

Era hora de cambiar. Era hora de hacer efectiva esa mudanza. Era hora de darse los tiempos que necesitaba. Era hora de conectarse con sus emociones. Buscaría ayuda para hacerlo.

Empezó entonces por la culpa. ¿Cuál era la culpa que sentía? Estaba atrapada entre el SER y el DEBER SER. Pero su confusión tal vez era sentir que eso le estaba pasando recién ahora. Cuando en realidad, esa trampa venía de mucho tiempo atrás. Se había criado, y había pasado casi toda su vida, en el DEBER SER. Y lo hizo tan profundo, tan suyo, que se olvidó de SER. Entonces, a partir de ahí, todo fue DEBER, todo fue pensar, y casi nada sentir. Hasta su sexualidad adolescente la vivió en el deber y en el pensar. Cuando sus hormonas comenzaron a revolucionarse, cuando su sexualidad comenzó a despertar, simplemente la reprimió. La experimentaba en absoluta soledad, y con un alto sentimiento de culpa. A medida que fue creciendo, fue liberando algo de lo que le pasaba, pero siempre de una manera tal que sentía culpa por lo que había hecho.

¿Dónde estaban sus emociones? Sentada en el sillón de su nueva casa de Córdoba, un domingo a la noche, mientras en la tele estaban pasando **Valentine's Day** se puso a reflexionar con el coraje que le daba el vino que estaba bebiendo e intentó conectar con las emociones de su adolescencia.

Excitación y culpa estaban ligadas. La culpa no desaparecía. La sensación de estar haciendo cosas incorrectas por más que su cabeza indicara que no tenía nada de malo, que estaba experimentando.

¿Y eso no era lo que estaba haciendo ahora también? Pero su cuerpo pedía otra cosa. Y ahora, a los 38 años era mucho más consciente de eso. Mucho más consciente de las necesidades de su cuerpo. Era real que por momentos necesitaba tener sexo. ¿Eso le restaba valor como mujer? Tal vez no, el tema era a qué costo lo hacía. Con quién lo hacía. Y aceptar que tenía deseo, experimentarlo y soltarlo, sin juzgarse, sin limitarse, sin culparse o castigarse después. Aceptar que formaba parte de una búsqueda interior.

Cuando empezó aquel año 2017 Juana solo pidió: FLUIR. Sin embargo, a mitad de año sintió que necesitaba algo más: CONEXIÓN con sus emociones y sentimientos.

Juana soñaba con eso. Soñaba con sentir tanta paz en su corazón, con ser tan consciente de sus emociones y de sus sentimientos en todo momento, que todo lo que veía hacia adelante era luz. Sentía que su corazón latía fuerte cada vez que conectaba con eso. Ese era el camino, y ella brillaba.

No quería que nada nunca más la desconectara de ese estado. ¿Cómo hacer para lograr que durara? Lo sentía muchas veces cuando bailaba, viajaba, y lo sentía cuando

escribía. Se dejaba llevar, por momentos se olvidaba de su cabeza y fluía lo que estaba en su corazón.

Su cuerpo comenzaba a sentirse liviano, su cabeza dejaba de doler, su piel sentía una especie de cosquilleo, como si su alma saliera de adentro de su cuerpo y a la vez la rodeaba toda. Si alguien pudiera verla, sentía como si fuera un cuerpo de luz blanca, muy intensa en el centro y que por fuera de su piel se esfumaba y se fundía en el resto del paisaje. En el sillón de su nueva casa, en este nuevo lugar que todavía no terminaba de sentir suyo. Pero que sin embargo cada vez que volvía le daba la sensación de hogar, la sensación de pertenencia. El lugar donde podía ser y donde podía reflexionar. Su refugio. La búsqueda recién había empezado.





*La  
Incertidumbre*



Un poco más de un año había pasado desde la mudanza de Juana. Desde el cambio de casa, de ciudad, una variación física que representaba mucho más que eso, en algún punto ella sentía que era un nuevo camino. O la puerta hacia un nuevo camino.

Buscaba su lugar en el mundo. Y durante toda su vida había pensado en buscarlo en el exterior. Pero un día la visitó Saturno, y Saturno se quedó tres años hablándole, probándola, llevándola a lugares donde no quería ser llevada. Ella, que era una centauro, que podía con todo, que iba para adelante, siempre.

Explica Liz Greene en su libro **Urano en la Carta Natal** que Saturno “tiene una forma de hacernos tomar conciencia de lo que somos por medio del descubrimiento de lo que no somos, y entonces, quizás descubra que no es tan independiente desde el punto de vista emocional como había pensado”.

La centauro se sintió de pronto desorientada, miraba a todos y los cuestionaba, se sentía inferior a ellos. Por momentos hasta sentía que iba perdiendo su fuerza animal y la aterrizzaba. Le tenía terror a la tranquilidad, no era

su hábitat. Se sentía atada, sin poder correr, sin libertad y su capacidad de reacción más instintiva de correr desbocadamente ante cada problema.

Necesitaba esos campos verdes, con ese sol radiante iluminándolos, sin caminos marcados, sin nadie que la interrumpiera, sin necesidad de enfrentar nada, saliendo de toda incomodidad o miedo. Simplemente correr. El movimiento era su instinto natural cuando se sentía ahogada. Siempre había vinculado lo femenino, el ser mujer, con sentimentalismo, melancolía, debilidad, sumisión. Al intentar conectar con eso la invadían sensaciones de encierro. Percibía su cuerpo como pegajoso, como si estuviera empantanado y hundido en el fango.

En cambio, su parte animal se encendía desde sus piernas, que pasaban directamente al galope exagerado y arrollador, dejando montañas de tierra tras sus pasos; y desde sus caderas hacia la parte superior de su cuerpo, mientras movía la cabeza sin control, en busca de aire, que le permitiera respirar y liberar todo ese fuego que bullía en su interior.

Dice Eugenio Carutti en su libro **Ascendentes en Astrología**: “La respuesta emocional espontánea de cualquier persona con abundante presencia de fuego en su carta natal es la de negar las motivaciones conscientes y confundir visión con realidad”.

Desde esta reacción natural de su configuración como centauro, ¿qué era entonces eso de meterse para adentro? ¿Qué significaba la profundidad en las emociones? Si era más simple, mucho más simple, huir hacia adelante. Con su fuerza de siempre, con sus planes A, B, C y hasta la Z que siempre tenía listos para cada situación. Métodos que había aplicado durante toda su vida para estar mejor, aunque fuera momentáneamente. Se pasaba por alto algo que también Carutti menciona en su libro: *“Para ser realmente Sagitario hay que haber recobrado y comprendido lo esencial de Escorpio. Esto equivale a que, para que Sagitario llegue realmente a ser síntesis y sabiduría -y no tan sólo idealización y teoría- tendrá que llevar la marca del dolor dentro de sí”*.





*El  
Mundo*



*“¿Quién no quiere recorrer el mundo? El sólo hecho de mencionar la palabra “mundo” me acelera el corazón. Automáticamente comienzo a sentir palpitaciones, una luz intensa que ilumina todo alrededor, y me imagino caminando, y volando, volando, y caminando, viviendo, disfrutando, sintiendo.*

*Me produce una sensación de adrenalina comprender que todo lo puedo. Sentir que no hay límites es una sensación de hambre también. Hambre entendida en el sentido de la ambición. De querer conocer más y más. De absorber experiencias como si entrasen por ósmosis. Viajar, conocer, experimentar.*

Y así fue como Juana decidió estudiar Coaching Deportivo en el Instituto de Johan Cryuff, en Ámsterdam. La modalidad de estudio cuadraba con su trabajo en Argentina, dado que eran tres semanas al año que tendría que estar en Holanda: una en febrero, otra en junio y la tercera, y última, en septiembre. O sea que no solo estudiaría algo que le gustaba, en una ciudad que le atraía, sino que además lograría experimentarla en tres temporadas distintas.