

Veintiséis por dos más uno

A Carmen Salamanca en su 53 cumpleaños.

Te escucho respirar profundamente, enamorada de la vida,
creando con tu cuerpo una media luna zigzagueante que recorre tus
palabras,
círculos imposibles que ennoblecen tu mirada en cada contorsión.

Llegada la incomodidad, con los pies sobre la tierra,
la fortaleza de tus piernas sostiene el peso de tus veinticuatro vértebras
concebidas en la verticalidad silenciosa de un misterio.

Águila que reposa en las altas cumbres, luz en tus caderas abiertas al
futuro.

Fortalece tu concentración, postra sobre tus rodillas un pasado
desconocido, el silencio de los años.

Haz un arco, puente de algunos restos, de algún equilibrio ya nada
inestable.

Deja que la sangre circule sin el peso de la historia, que tus deseos fluyan,
que se renueven tus venas con pensamientos nuevos para los próximos
años.

Abre tus piernas y estira cada prejuicio,
la desconsolada nostalgia se pierde en cada respiración.

Tres lados forman la figura de tu cuerpo,
flexible acorde abriendo tus caderas, siempre hay un trabajo por hacer.

Limpia tu memoria, deja que tus órganos vitales funcionen sin los límites
de las frases

que, sin verdad alguna, atormentan el ritmo saludable.

Árbol de erguida postura, deja caer alguna semilla, algún rastro de tu paso
sobre la tierra.

Alguien se alimentará de tu savia en siglos venideros.

Deja que tu mente equilibre tus articulaciones,
y con tan sólo un punto de tu mirada puesto en el espejo,
mira más allá de lo que ves, no te conformes con el sentimiento de tus ojos.

Savasana, y deja que tu piel, que cada una de tus células
se nutran de la madre tierra, mientras contemplas la infinitud de una
mancha en el infinito.

Suéltalos, libérate de los aromas detenidos, elimina de ti la podredumbre.

Date otra oportunidad te quedan dos tiempos,
escapa de una melodía auxiliada por el espasmo y elimina las cadenas de tu
cárcel. Continúa.

Disfrázate de cobra o de langosta, aprende que lo imposible también tiene su valor.

Estira, estira y en cada respiración, libérate un poco del miedo y otro poco de ti. Vuela.

Expande tu alma mientras el arco de la vida se propaga, salvajemente, por el balanceo de tus pasos en este mundo.

Savasana, savasana, savasana.

Contempla las mil figuras que el reflejo del porvenir inscribe en el hueco de tu columna,

abraza tus codos y junta tus rodillas, para que la extensión de tu abdomen grite por el amor.

Y por si fuera necesario, emite alguno de los ruidos inconfesables de la longeva tortuga.

Sigue tu camino con lentitud.

Llegarás, a lomos del camello, a la prolongación de tus propias escápulas, para que la huida deje de ser el fin.

Salta, salta pero sin moverte, deja que tu corazón contraiga su fuerza, solo entonces el salto será, cada vez, un poquito más alto.

Sigue estirando, la verdad ha de alargarse hacia la punta de tus dedos.

Toca las profundas aguas antes de sumergirte en una fusión permanente con tu interior.

Retuerce cualquier motivo de llanto y crece, aprovecha el saber de tu cuerpo y crece,

desnuda tu alma y crece...

Hemos llegado, la puerta al mundo se abre, estás preparada,

incorpora el fuego a tu respiración y desintoxica tu mente, sal y conquista,

con lo aprendido, cualquier dimensión de lo humano.

Magdalena Salamanca