

**TRABAJO ANUAL 2025
A LA DAMA GRAN MAESTRE
ANA CRISTINA FLOR**



**TABLA 123 de SOLITARIOS
de MENDOZA**

GRUPO DE DAMAS

María Cristina Hidalgo

Patricia Memoli

Marta Manino

Beatriz Bru

Nélida Isabel Granval

Tema:

LIBRO PARA MI NIETA



Compartiendo las enseñanzas 2025 con una nieta

Mi querida nieta, te quiero contar que yo transito un camino espiritual que se llama Cafh, donde la Renuncia es uno de sus pilares..

Me gustaría contarte sobre ella.

Parece una palabra difícil, y suena a resignación, a dejar cosas, ideas...pero está lejos de ello.

Es una invitación a ir abriendo nuestro corazón y nuestro interior para repensarnos con más libertad.

Es un trabajo continuo, paso a paso donde uno va descubriendo una faceta hoy, otra mañana y así se va construyendo la interioridad.

Lo irás viendo a través de este pequeño presente que te doy con mucho cariño

1.- LA MISIÓN DE CAFH

Mi querida nieta, existe una leyenda muy hermosa que cuenta que existe una civilización en un planeta donde se libra una lucha permanente entre el bien y el mal, ese planeta podría ser nuestra tierra.

Esa lucha no es entre guerreros, ni espadachines, ni con bombas entre bandos.

Es mucho más trascendente, es un trabajo personal de cada uno de las personas de ese planeta.

¿Sabes cómo se llama ese trabajo?

Renuncia



Es una pequeña transformación en el interior de cada persona.

Le ocurre al gusanito que se queda quietecito por unos días, y en ese tiempo se va transformando, y a los pocos días van desplegándose unas alas hermosas, a las que

no hay que tocar (si lo hiciéramos se corta el proceso), así de ese capullo sale una bella mariposa.

De esta forma cada persona va trabajando sobre sí misma dejando sus negatividades, sus prejuicios, intentando ser un poquito mejor para sí mismo y para los demás, cumpliendo así su misión en la vida, para nosotros: la Misión de Cafh!

2.- LA RENUNCIA



Hola mi querida nieta.

Hoy retomamos nuestra conversación sobre la renuncia; es muy bonita, y sobre todo es una herramienta de ayuda en la vida.

Te cuento que generalmente y por mucho tiempo esta palabra ha estado asociada a valores negativos, o a privaciones, o culpas. Pues no, no se trata de eso.

La renuncia es más bien, NO aferrarse a ideas que nos mantengan amargados o amarrados al pasado que no nos permitan vivir en el presente.

La Renuncia **libera**, es ver la vida con una mirada sabia, disfrutar de los momentos felices, y cuando hay momentos difíciles verlos de la mejor manera para saber cómo afrontarlos, con conciencia plena.

3.- LA RENUNCIA COMO PROCESO

Hola linda, ¿Recuerdas el caleidoscopio con el que jugábamos, que yo te había regalado cuando fuimos al circo? ¿Qué cada vez que lo mirabas se formaba una figura geométrica diferente?



Bueno en la vida, cada día es como si miraras el caleidoscopio, cada día es una nueva experiencia. Todo cambia permanentemente.

La renuncia de la que te vengo hablando es una Ley, es misteriosa y nos invita permanentemente a conocernos a nosotros mismos, y te preguntarás

¿Cómo abu?

Pues te diré mi querida, que todos, cada uno de nosotros estamos cambiando constantemente, tanto en nuestro exterior como en nuestro interior.

Para ver ese cambio interior es necesario observarnos, si fuese posible escribir como es el estado de ánimo que sentimos a lo largo del día, de la semana, sin juzgarnos, ni calificarnos para darnos cuenta que nos está pasando, como son nuestras emociones.

¿Quieres intentarlo?

¡Sé que poquito a poco te irá ayudando a conocerte!



4.- EL OBSERVADOR

Buen día mi querida Nietita.

Hoy lo que quiero conversar contigo es un poquito más difícil: es descubrir ¿quién eres?, ¿quienes somos?

Es salimos un poco del rol que representamos sin darnos cuenta:

Como hija, madre, nieta, hermana, sobrina, amiga

Yo como abuela, madre, tía, amiga...



Vamos por la vida con esos roles, a veces nos los asignaron, queriendo o no, diciéndonos sos bueno o malo, gorda o flaca, cariñosa o, insegura, miedosa, impaciente, o cualquier otro calificativo.

Pero la pregunta clave que debemos hacernos es

¿Quién soy en realidad?

¿Cuál es mi esencia?

Sí mi amor. ¡Esa es la clave!

¿Cuál de todos esos personajes que me han colgado soy?, quizás, y lo más seguro no soy ninguno de ellos.



Descubro cuál es mi energía interior, la que está más allá de todas esas capas que nos han puesto, o nos hemos impuesto.

Para ello hay una sola manera, ubícate como un observador externo, mírate, ¡descubre quién eres!

5.- 6.- LAS IDEALIZACIONES, LA AUSENCIA DE LÍMITES Y LA RESIGNACIÓN

Hoy te quiero contar algo: la Idealización es contraria a la renuncia.

Lo siento en mi propia piel, porque naturalmente idealizo a las personas, y muchas veces a las circunstancias.

Te cuento que tuve la experiencia de idealizar a los Caballeros Gran Maestre Jorge Waxember y José Luis Kucherahuer, asignándoles imaginariamente un rol divino, y creando en el pensamiento una atmósfera etérea y mágica alrededor de ellos. Pero, ¡convergamos son seres humanos al igual que tú y yo!

No cuesta nada idealizar, pues es una herencia cultural.

Especialmente idealizamos a las personas que vamos conociendo, y ¿me pregunto? ¿me idealizo a mí misma?



Muchas veces ponemos a las personas, o a nosotros mismos en un lugar muy especial, y eso hace que a veces nos sintamos frustrados o decepcionados.



Por eso es muy importante en primer lugar mirarse a uno mismo tal cual es; y a los demás tal cual son, más allá de su rostro.

Por otro lado no debemos confundir Renuncia con ausencia de límites y resignación, pues no es así.

LA RENUNCIA **NO** ES

- ✓ Renunciar a los derechos irrenunciables
- ✓ Ser débil, manipulable e ingenuo
- ✓ Vivir con ausencia de límites
- ✓ Tener resignación
- ✓ Darse por vencido
- ✓ Entrar en pasividad

LA RENUNCIA **ES**

- Autoconocimiento y aceptación
- Mantener valores como: Respeto, escucha profunda, trato amable
- Tener entusiasmo y automotivación
- La renuncia es fluir.

LA RENUNCIA es ACEPTAR EL DEVENIR y DEJAR VENIR LO QUE IGUAL VIENE, Y DEJAR IR LO QUE IGUAL SE VA

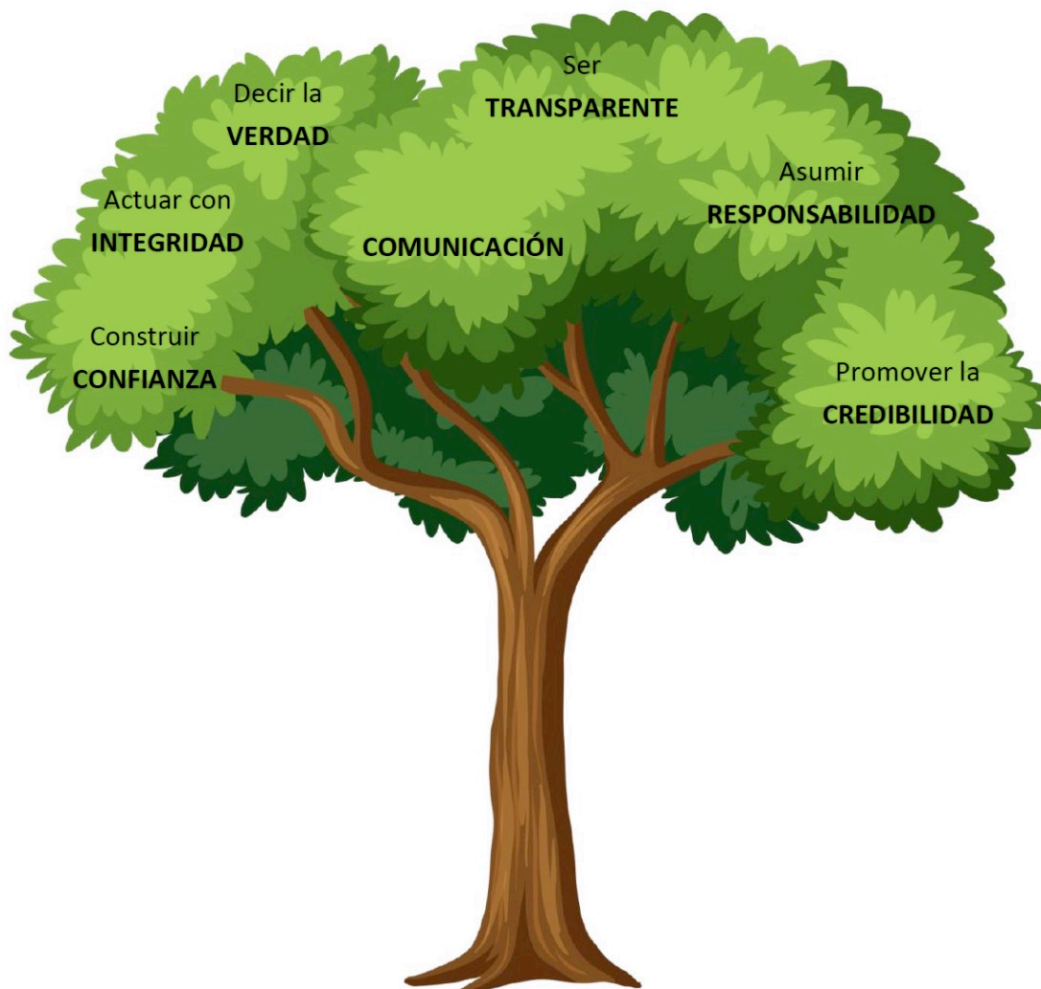


7.- LA HONESTIDAD

Hola mi linda Nieta hoy te voy a hablar de la Honestidad: Hay principios a llevar a delante, ellos son:

Una de las actitudes esenciales para vivir la Renuncia, es la

HONESTIDAD



8.- LA AUTODETERMINACIÓN

Hola mi querida niña hoy te cuento de la importancia que tiene en nuestra vida La Autodeterminación

Es importante en nuestro desarrollo, como personas. Nos empuja a tomar decisiones, elegir nuestro propio camino en la vida, teniendo en cuenta nuestros propios deseos, valores y creencias.

Se relaciona con la voluntad e implica:

- ✓ Libertad para elegir, sin coerciones ni influencias externas.
- ✓ Conciencia y reflexión sobre los propios pensamientos y sentimientos para tomar decisiones.
- ✓ Responsabilidad sobre de nuestras decisiones y acciones.

La autodeterminación es fundamental, para el desarrollo personal, la autonomía y la felicidad. Cuando se tiene la libertad de elegir y tomar decisiones puede entonces, desarrollar la Identidad, establecer metas, y objetivos y desarrollar nuestra propia confianza

Podemos decir que la autodeterminación es elegir nuestra vida con confianza, determinación y alegría, haciéndonos responsables de nosotros mismos y de nuestras elecciones.

Valoramos las metas alcanzadas, nuestro desarrollo personal, nuestra autonomía, la felicidad de mirar el camino recorrido y observar el posible futuro con responsabilidad y firmeza.

Sin autodeterminación no hay RENUNCIA.



9.- LA INTERDEPENDENCIA

Hola mi querida Nieta, seguimos con temas un poco difíciles, pero no por ello menos importantes.

Hoy trataremos sobre: La Interdependencia

La autodeterminación y la voluntad son fundamentales para tomar decisiones y elegir nuestro propio camino de Renuncia.

Sin embargo es importante ser conscientes de nuestras limitaciones y reconocer la influencia de los factores, internos y externos, para evitar caer en la trampa de la arrogancia.

La humildad, la autoconciencia y la apertura para aprender y crecer y estar abiertos, son la clave para tener una perspectiva saludable y evitar la arrogancia.

La arrogancia nos puede llevar a.

- Subestimar a los demás,
- Sobrestimar nuestras propias capacidades
- Ignorar las limitaciones y los riesgos
- Perder la conexión con la realidad y con los demás



Recordemos que la interdependencia (**dependencia recíproca**) nos conecta y nos permite tener una relación mutua entre individuos, comunidades y el universo, reconociendo que todos estamos vinculados por un tejido espiritual más amplio. Entender que las acciones, pensamientos y emociones de uno, pueden afectar a otros y al entorno.

Cultivando la comprensión y el amor hacia todos los seres, como parte de ese tejido espiritual que nos une y reconocer la responsabilidad mutua que nos lleve a la interdependencia, podemos cumplir con nuestro camino espiritual, considerando que sin Interdependencia no hay Renuncia

10.- LA ACCIÓN Y LA PARTICIPACIÓN

Hoy mi querida te hablaré de otras características de la Renuncia: de la ACCIÓN y la PARTICIPACIÓN

No debemos ser pasivos, debemos actuar en el oportuno, no perder

Hacer las cosas nos gusten y amor.

Tampoco estar pendientes sino sentirnos tranquilos por realizada, con conciencia.



sino que momento tiempo.

o no, con humor

del resultado, la tarea bien

Cuando ponemos todo nuestro ser en lo que hacemos sentimos PLENITUD y LIBERTAD.

Esto lo ponemos en práctica en los Retiros, donde uno hace el trabajo que le indican sin juzgar si le gusta o no. Porque la intención es SERVIR.

Todo lo que hacemos acertado o no, alegrías, tristezas, lo ofrendamos a la Vida...



Todo es TODOS, y cualquier logro personal es de la HUMANIDAD!

11.- LA PLENITUD A TRAVÉS DE LA RENUNCIA

Mi niña querida ya nos acercamos al final de este bello camino de la renuncia, la hemos ido desmitificando poco a poco...

La Renuncia no es SEVERIDAD, **es FLEXIBILIDAD, GENTILEZA**

La Renuncia no es FIRMEZA, es **FLUIDEZ**

La Renuncia no es DUREZA, es **DUCTILIDAD**

La renuncia no es ARIDEZ, es **FECUNDIDAD, VERDOR, EXUBERANCIA**

La RENUNCIA es AMOR y EMPATÍA.

También podemos asimilarla a un lubricante que suaviza las relaciones, que lima asperezas con los demás y con nosotros mismos.

Hay una pregunta que debemos hacernos acerca de cómo estamos viviendo el HOY

- ¿Nuestras experiencias?
- ¿Nuestras emociones?
- ¿Nuestros pensamientos?

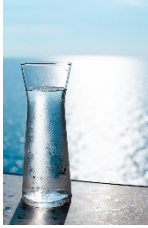
Estas respuestas nos indicarán donde estamos ubicados, y eso es importante para nuestro presente y para planificar el futuro sin aferrarnos a los resultados, siempre dejando una ventanita abierta al devenir; deslizándonos por la vida suavemente, para que ni los duros golpes (que siempre existirán), ni las grandes alegrías nos hagan desviar del camino.

Transitemos la vida

- con la flexibilidad del junco, que se dobla con el vendaval, y emerge lozano cuando éste pasa



con la maleabilidad del agua que se amolda al recipiente por donde fluye



- o con la frescura del amanecer en la playa



- o con la tibieza del otoño en las montañas



- o con el crepitar de los leños en un crudo invierno



- o con la pureza del capullo de rosa al desplegar sus pétalos en primavera



12.-LA RENUNCIA Y LA EGOENCIA

Mi querida nieta hemos llegado al final, hemos hablado mucho sobre la Renuncia. Ahora trataré de explicarte sobre la Egoencia.

Te preguntarás que significa esta palabra. Hasta no hace mucho tiempo no aparecía en el diccionario. Pero hoy la poderosa Inteligencia Artificial, que recoge información de todo el mundo la define a través de varios conceptos, ellos son:

- ✚ Ser auténtico, limitar al ego
- ✚ Trascender el egoísmo y conectarnos profundamente con los demás
- ✚ Liberarnos de la individualidad para expresarnos en la totalidad
- ✚ Identificarnos con el propósito de la acción

Pero hace ya mucho tiempo Don Santiago Bovisio, el iniciador de nuestro camino Cafh creó este término y lo definió de una forma tan sencilla y bella como lo siguiente:

EGOENCIA es EMBELLECEER LAS COSAS SIMPLES, de TODOS los DÍAS, como una CONVERSACIÓN, el ARREGLO del HOGAR, el TRABAJO PRODUCTIVO, la BUENA DISPOSICIÓN HACIA LOS DEMÁS.

Hoy la humanidad necesita de valores reales, es ahí donde entra a tallar la música de la renuncia y la egoencia, propongámonos mi linda nieta ser luciérnaga, y qué junto a muchas de ellas, seamos un pequeño polo de luz para la humanidad.

¡Abracemos esta labor con amor y alegría seamos consuelo y esperanza para el mundo!



**TABLA 123 de SOLITARIOS
de MENDOZA**

GRUPO DE DAMAS

María Cristina Hidalgo

Patricia Memoli

Marta Manino

Beatriz Bru

Nélida Isabel Granval