

LA GRANJA DE LA ESPERANZA

TRANSFORMANDO LAS HUELLAS DE LA VERGÜENZA



CECILIA FABRE editora

LA GRANJA DE LA ESPERANZA

TRANSFORMANDO LAS HUELLAS DE LA VERGÜENZA

serie autoayuda

CECILIA FABRE, editora
Autoras: **ANA MARÍA CASTANEDO, ESTHER ROCHA,**
MIRIAM SHALKOW, LETICIA TAYABAS
Y SALLY WITEM BERG

LA GRANJA DE LA ESPERANZA

TRANSFORMANDO LAS HUELLAS DE LA VERGÜENZA



ALOM EDITORES

2ª reimpresión, noviembre 2011, Ciudad de México.

1ª reimpresión 2006, Ciudad de México.

1ª edición 2003, Ciudad de México.

D.R. © Ana María Castanedo, Cecilia Fabre, Esther Rocha,
Miriam Shalkow, Leticia Tayabas y Sally Witem Berg.

dibujos del interior y portada: José Paradisi Rangel.

diseño de la colección: Carmen Ramírez H.

corrección de estilo: Mercedes Rocha Gutiérrez

Todos los derechos reservados

D.R. © Alom Editores, S.A. de C.V.

José Ma. Velasco 72-402

Tels.: 8500-6161, 8500-6767

alom@grupocem.edu.mx

www.grupocem.edu.mx

ISBN 968-6513-45-0

Queda rigurosamente prohibida, sin autorización de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas por las Leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía el tratamiento informático, así como la distribución de ejemplares de la misma mediante alquiler o préstamo públicos.

Impreso en la Ciudad de México



Nuestro logotipo es un glifo del Calendario Sagrado Maya o Tzolkin.

Se llama CIMI, el *Enlazador de Mundos* y representa un puente. Es también el glifo del cambio. Queremos enlazar la Ciencia y la Espiritualidad, la Investigación y el Trabajo Clínico, los distintos tipos de Medicinas y técnicas de Sanación, el Conocimiento y el Servicio, La Razón, el Cuerpo y la Emoción, el Afuera y el Adentro, sirviendo de puente entre el pasado, el presente y el futuro de las personas que nos consultan, sirviendo de enlace entre las personas, familias y grupos que llegan a nosotros.

Al adoptar como Logo este símbolo sagrado, formalmente nos ofrecemos como canales para realizar, desde nuestro lugar y en la medida que nos corresponda, este enlace, trabajando como un equipo que colabora, participa y crece en conjunto.

“En el juego, y sólo en él, pueden el niño o el adulto crear y usar toda la personalidad, y el individuo descubre su persona sólo cuando se muestra creador”.

D.W. Winnicott

AGRADECIMIENTOS

A Ceci

Con profundo cariño y agradecimiento por habernos proporcionado este espacio lúdico de estudio y creatividad. Tus enseñanzas, dulzura y entusiasmo, así como tu convicción, hicieron que este trabajo fuera posible.

Al equipo

Desde hace varios años descubrimos el enorme disfrute del trabajo en este grupo, que nos ha permitido aprender, crecer y superarnos, tanto personal como profesionalmente, en un clima de afecto y amistad; compartiendo intereses y enriqueciéndonos a través de las diferencias. Gracias por los momentos compartidos, las risas, los juegos y los momentos difíciles en los que cada una ha aportado tantas cosas valiosas.

A José Paradisi Rangel

Por tu generosa colaboración en la realización de las ilustraciones de este libro. Tu talento y disposición fueron de gran ayuda.

A Tere

Tu ejemplo e interés nos acompañaron, tu asesoría en el proceso de publicación fue invaluable. ¡GRACIAS!

A nuestros núcleos de vergüenza, que nos han llevado a concientizarnos de su existencia y a buscar herramientas para ser mejores.

Ana María Castanedo
Esther Rocha
Miriam Shalkow
Leticia Tayabas
Sally Witem Berg

Quiero agradecerle a la VIDA que me ha dado la oportunidad de crecer y aprender en ella, de estar aquí para compartir con ustedes, un poquito de la mía...

Le agradezco a Rodolfo, con todo mi amor, todo su cariño, su ternura y su apoyo, siempre compartiendo conmigo cada momento de mi vida.

Les agradezco a mis tres hijos, Rodolfo, Ana Ceci y Aranzazu, que han sido mi inspiración para escribir este libro, a través de compartirme su manera fácil y hermosa de vivir la vida, de aprovechar cada experiencia, cada momento, siempre aprendiendo, en su recorrido por la vida, creciendo. Gracias por su eterna sonrisa y su amor.

También le agradezco a mi mamá todo su cariño, su apoyo y sus enseñanzas, que me permiten disfrutar la vida, y a mi papá que siempre me invitó a crear soñando. Gracias a los dos.

Quisiera agradecer especialmente a mis cinco colegas y amigas, Ana, Esther, Lety, Miriam y Sally, por creer en mis ideas y animarse a construir junto conmigo este maravilloso sueño, “escribir un cuento terapéutico hipnótico” que sirva a todas las personas chicos y grandes, a todo aquel que quiera estar mejor en la vida. Siempre con gran entusiasmo y entrega escribiendo una y otra vez, construyendo y reconstruyendo ideas... pensamientos... vivencias... emociones...

Les agradezco cada línea, cada párrafo, de cada cuento, que conforman la historia de *La Granja de La Esperanza*.

Gracias por animarse a construir conmigo este sueño.

Cecilia Fabre R.

ÍNDICE

Prólogo	
Prefacio	
Introducción	
Granja La Esperanza, relatos de Domi	
Lanita, es más que bonita	
Beto, descubre tus habilidades	
Tomás, saca la pata	
Ramón se aliviana	
Julián, a secas	
Regino, es real	
Los hermanos Pollo encuentran apoyo	
Pe-perico	
Mica, no se limita	
Paco, se pone abusado	
Apéndice. ¿Cómo está estructurado este libro?.....	

PRÓLOGO

La Granja de La Esperanza es un libro de cuentos terapéuticos, para niños y adultos, un libro de Psicoterapia ericksoniana mexicana. Aparentemente muy sencillo, pero construido, tejido a través de una compleja red de intervenciones, patrones de lenguaje y niveles de significados.

La Psicoterapia ericksoniana se llama así en honor a Milton H. Erickson, psiquiatra estadounidense que se considera el padre de lo que actualmente se conoce como psicoterapias breves.

Él proponía que “la terapia es parte de la vida”, que “el problema es que la gente tenga que ir a terapia y la solución, que deje de ir a terapia lo más pronto posible”. *La Granja de La Esperanza*, como todos los libros de la serie de autoayuda de Alom Editores, tiene como Misión llevar la terapia a la vida de cada lector, lectora, para que no tenga que ir a terapia o, si va, que sea lo más corta posible.

Este libro es, probablemente, el primero en su género en español. Existen libros que son, por ejemplo, una recopilación de cuentos terapéuticos como *Mi voz irá contigo*, *Cuentos didácticos de Milton H. Erickson*, de Sidney Rosen, pero estos cuentos no están escritos o presentados para que el lector trabaje con él mismo. Existen otros libros, que sí tienen como objetivo producir cambios en el lector, como los de la serie de *Caldo de pollo para el alma*. Sin embargo, lo que *La Granja de La Esperanza* nos aporta de diferente es que está escrito con técnicas de sugestión ericksonianas e incluye ejercicios que Domi, la perrita protagonista del libro, hace a los habitantes de la granja y al lector, cuando los lee.

Es para mí un honor prologar este libro. Lo hago con mucho orgullo y mucho cariño. Cecilia Fabre, además de ser mi hija y la directora del Instituto Milton H. Erickson de Cuernavaca, formó parte del primer grupo de alumnos, a los que empecé a enseñar estas técnicas en 1987. En este grupo participaban también: Iris Corzo, Elizabeth Méndez, Jorge Abia, Juan Antonio de la Mora, Ethel Grajeda, entre otros. Tres de ellos: Jorge, Juan Antonio y Cecilia, dirigen actualmente institutos ericksonianos. Iris ha sido

maestra de muchos terapeutas, primero colaborando conmigo y ahora por su cuenta.

Las autoras: Ana Castanedo, Esther Rocha, Miriam Shalkow, Leticia Tayabas y Sally Witem Berg, además de ser terapeutas familiares, son alumnas del Instituto Milton H. Erickson de Cuernavaca, es decir, parte de la tercera generación de ericksonianos mexicanos y ¡ya están haciendo una aportación tan importante como es un libro de autoayuda, terapéutico!

La Granja de La Esperanza, transformando las huellas de la vergüenza, es una aportación que se une a los esfuerzos de muchos ericksonianos latinoamericanos para construir una psicoterapia ericksoniana, adaptada a nuestra cultura y a nuestras tradiciones.

Estoy segura de que ayudará a muchas personas a transformar las huellas de su vergüenza y a vivir disfrutando la vida, con paz interior.

Teresa Robles,
Centro Ericksoniano de México, A.C.
29 de marzo del 2003

PREFACIO

La Granja de La Esperanza, al estar escrita en forma de cuento, permite que tanto adultos como niños se conecten con vivencias pasadas de una manera segura y protegida, permite poner a distancia los problemas, mientras de manera cercana se resuelven.

El hecho de que los personajes sean animales pone a una distancia aún más cómoda a los problemas, permitiendo mayor claridad y manejo de la situación por parte del lector, evitando dolor, tensión o angustia.

Los cuentos abren la puerta a una comprensión diferente de los problemas y por lo tanto, abren opciones. Las dificultades diarias se vuelven problemas por falta de opciones. *La Granja de La Esperanza* te ayuda a encontrar y mirar otras opciones.

Los terapeutas ericksonianos buscamos abrir puertas, caminos más saludables, conociendo y reconociendo nuestros recursos, aprendiendo a utilizarlos y encontrando caminos útiles, más sencillos de lo que pensábamos, y a partir de esto vivir la solución del problema. Esta solución puede simplemente ser mirarlo desde otra perspectiva y utilizarlo como oportunidad para crecer. Todo esto, por supuesto, dentro de un marco hipnótico porque es una manera segura y más cómoda de contactar con nuestras emociones y con nuestras experiencias de vida.

Nos parece importante destacar que con la hipnosis ericksoniana se busca influir o cambiar el mundo interno de las vivencias y de los símbolos para cambiar la visión de la realidad y las interacciones.

El leer un cuento ya es de por sí hipnótico, porque nos invita a imaginar y a meternos en la escena e incluso vivirla.

Cuando leemos un cuento interesante, comenzamos a imaginar todo lo que está sucediendo ahí, miramos el entorno, a los personajes, podemos incluso imaginar los colores, los olores del lugar en el que se está desarrollando. Cada quien imagina y mira según sus recuerdos, sus aprendizajes, sus vivencias. Si además el cuento se adapta a las necesidades de cada lector y

permite que cada quien descubra y aprenda lo que es importante para él en ese momento, es mucho mejor. Y mejor aún si este cuento nos permite mirar desde otra perspectiva una misma situación, permitiendo un cambio de visión y por lo tanto una más saludable adaptación y mejor relación con el entorno.

El imaginar es estar en un estado amplificado de conciencia, o en un estado hipnótico natural; por esto, es que, el libro nos permite entrar en un estado de trance de forma espontánea y natural. Que aprovechamos sugerir cambios terapéuticos saludables.

Los seres humanos vivimos muchos de estos momentos de trance de manera natural a lo largo del día, alternamos diferentes estados de conciencia. Vulgarmente diríamos que soñamos despiertos.

Sabemos que los sueños son reparadores, que el inconsciente los hace emerger con el objetivo de acomodar nuestras emociones. Mientras estamos imaginando, abriendo la puerta al inconsciente, de manera protegida, *La Granja de La Esperanza* nos brinda la oportunidad de contactar con nuestras emociones y acomodarlas saludablemente, con una serie de sugerencias indirectas que nos acompañan, protegiéndonos en el camino de ir acomodando nuestras vivencias, asegurando que lleguemos a buen puerto.

Todas las sugerencias saltan a la vista del lector, las sugerencias que se dan, son claras y precisas, tanto para nuestro inconsciente como para nuestro consciente, es decir, podemos verlas con toda claridad, incluso podemos leerlas de corrido en un texto, mientras el inconsciente se conecta con el sentido y la emoción implícita en ellas.

En este libro no hay nada oculto, ni subliminal, cada sugestión está señalada con un cambio de letra, ya sean cursivas, cursivas subrayadas o incluso algunas palabras tienen un mayor tamaño para distinguir alguna sugestión entremezclada dentro de otra.

Si quieres conocer sobre la hipnosis natural consulta otros libros de esta misma editorial (ver lista al final).

Como te habrás dado cuenta, este es un libro especial

para ti, al igual que para nosotras, y ahora quizás a través de tu pensamiento racional te preguntes, ¿cómo un libro de cuentos puede transformar lo que siento?, ¿cómo se dio este proceso inconsciente?, ¿qué debo esperar a partir de ahora?, ¿va a pasar algo diferente en mi manera de vivir la vida?, ¿dejaré de sentir vergüenza?

Trataré de responder a todas tus preguntas, pero algunas respuestas las vas a ir recibiendo en tu vida diaria, así que, por ahora, sólo tienes que mantenerte con mucha atención, para disfrutar ir descubriendo, todo lo que ya, se ha transformado en ti.

Evita forzar situaciones, buscar maneras diferentes de reaccionar, sólo mantente atento, atenta, y con la disposición para descubrir hoy cómo te has renovado. Cuando menos te lo imagines, vas a descubrirte diferente, conviviendo saludablemente, con los demás, contigo mismo, contigo misma, con la vida, con tus emociones.

Tal vez sea importante para ti saber que este libro es especial, entre otras cosas, porque además de tener lindas historias, es un libro terapéutico, de trabajo personal, escrito de tal manera que te conecta con tus vivencias más íntimas guardadas en tu interior. Al ir leyéndolo, vas de la mano, en una forma segura y muy protegida, a resolver cuestiones comunes en todos los seres humanos, pero individual y personalmente vividas por ti. Vas descubriendo y trabajando aprendizajes culturales, que al irse guardando en tu interior (como aprendimos que debía ser), han hecho una maraña de emociones que nos bloquean el éxito en diferentes momentos. Esta maraña de emociones es la muy conocida y renombrada vergüenza.

¿Quién podría decir que no siente o ha sentido vergüenza por algo?, ¿a quién no lo ha paralizado o bloqueado en alguna situación?

La vergüenza se construye a partir de haber vivido situaciones de vida en donde no se nos aceptó como personas completas, se nos calificó y se nos juzgó más allá de juzgar únicamente el hecho. En ese momento asumimos que “eso” éramos porque según “las reglas” sociales, culturales o de

nuestra familia, no estábamos actuando como debíamos actuar o “siendo” como debíamos “ser”. A partir de ahí hicimos una descripción de nuestra persona y la fusionamos a nuestra identidad. Desde entonces, si nuestro actuar se sale de lo esperado en nuestro grupo social, sentimos vergüenza, y la vivimos como una humillación, tan dolorosa, tan profunda... como una sensación de estar completamente disminuido, disminuida, a poco menos que un idiota. Uno siente que quisiera desaparecer por arte de magia en ese preciso instante.

Merlen A. Fossum y Marliyn J. Mason (1989) en su libro *La vergüenza. Cómo enfrentarla y resolverla*, nos dicen que la vergüenza es la experiencia interna de ser menospreciado por el grupo social al cual pertenecemos.

Nuestro grupo social más cercano, es nuestra familia. Si pensamos de quién buscamos aprobación en edades tempranas, sería de nuestros padres. Nuestra sociedad nos diría “no sólo debes obedecer a tus padres, deberás vivir de acuerdo con la imagen que ellos esperan que tú muestres” lo cual es bastante difícil, por no decir imposible. Así que la vergüenza aparece siempre en todos, es algo con lo que hemos aprendido a vivir, desde el momento en que nos damos cuenta, de que no hemos logrado, ser, aquel que queremos que los otros crean que somos.

Por eso, el que estés leyendo, transformando y resolviendo la vergüenza en este libro, es sumamente importante. Por un lado, te estará ayudando a sentirti más libre, a reducir tu dependencia emocional. Aprenderás a juzgarte y valorarte desde tus propios ojos y esto te ayudará a reconstruir tu verdadera identidad y a fortalecerla. Quizás empieces a preguntarte, quién soy yo, qué capacidades tengo, cuáles son mis recursos internos y qué quiero. Empezarás a descubrirte diferente. Cuando logramos separar nuestros ojos de los de los demás, reconociendo nuestras fortalezas y capacidades, el autodesprecio que sentíamos por nosotros, que hasta ahora mantenía el sentimiento de vergüenza, desaparece.

Este libro te da la oportunidad de descubrir y acomodar algunos de los aspectos que en ti han construido tu propia vergüenza. También te acompaña en tu camino de ir

descubriendo aspectos de ti mismo que habías guardado o que simplemente no reconocías. Esto te permitirá tener nuevas formas, más saludables de reaccionar ante situaciones que antes te provocaban vergüenza, y te hacían actuar inadecuadamente.

Al estar escrito por psicoterapeutas con formación en Terapia Familiar y en Psicoterapia Ericksoniana, permite que te contactes de una manera segura y protegida con tus experiencias de vida, únicamente para aprender y fortalecerte de ellas.

Nosotras, como Milton H. Erickson, creemos que todos los seres humanos tendemos a crecer y a la salud y que todos tenemos adentro los recursos necesarios para resolver cualquier situación que la vida nos presente. Esos recursos son nuestras experiencias, cada momento vivido que nos da la posibilidad de aprender algo nuevo. Tenemos además mecanismos naturales para ayudarnos a transformar las experiencias de vida en aprendizajes.

Cuando uno aprende lo que tiene que aprender en cada momento, de cualquier dificultad y este aprendizaje se convierte en una herramienta para evitar situaciones similares, o resolverlas en el futuro, apenas aparezcan.

Los seres humanos tenemos la capacidad de aprender no sólo en un nivel lógico y racional, sino también en un nivel emocional. Estos aprendizajes son importantísimos en nuestra vida diaria. Sin embargo, no siempre los podemos aprovechar porque no se nos enseña a manejar nuestras emociones de manera saludable. Este libro te acompañará mientras continúas aprendiendo de ellas.

Puesto que *La Granja de La Esperanza* te conecta con tus propios recursos y los hecha a andar, para resolver la vergüenza, te ayuda a crear nuevas herramientas, para caminar en la vida con éxito.

Para nosotras, el éxito va más allá de lo material, de lo visible. Lo que se produce en el exterior es consecuencia de lo que ya se dio en el interior. El éxito es una conquista diaria, es ir aprendiendo, es atreverse a sentir, a conocer y a vivir, implica un

aprendizaje continuo, imparable. La realidad que construimos en nuestro interior, en nuestra imaginación, se proyecta en el exterior, porque vivimos, sentimos y actuamos en función de lo que vamos construyendo en nuestro interior. Hoy te invitamos a que continúes aprendiendo, viviendo y sintiendo, a través de este libro, que te ayudará a ir construyendo realidades internas más saludables en tu Ser, realidades que automáticamente se expresarán en tu sentir y en tu actuar en tu vida diaria.

Cuando no conocemos realmente quiénes somos, utilizamos disfraces que nos ayudan a sobrevivir adaptándonos al medio ambiente. Esto, la doctora Teresa Robles lo explica muy bien en su libro *La magia de nuestros disfraces*. Aquel que no sabe bien hasta dónde llega él y en dónde empiezan los deseos y las necesidades de los demás, utiliza un disfraz, construyendo un falso Yo, o una falsa identidad. Tanto el disfraz como sus comportamientos a través de él, “le ayudan” a resolver los problemas cotidianos. La consecuencia de esta forma de actuar, es una mayor probabilidad de sentir vergüenza a través de una identidad falsa. Enfrentar esto te va a traer como consecuencia el desarrollo de una identidad sana, que en realidad es un *reencuentro* con ella, y la creación de límites claros que la protejan.

Con este libro pretendemos que tú, como otros lectores, puedan reconocer e identificar situaciones de vida que les hacían sentirse avergonzados, poco valiosos, y que los han llevado a sentirse mal consigo mismos. Pretendemos que en esas situaciones hoy descubran, la otra cara de la moneda, su valor como seres humanos, dignos de admiración, confianza y amor.

Toda experiencia de vida tiene dos caras, a veces nos limitamos a mirar sólo una, por lo general la que nos hace sentir peor, sobre todo si crecimos en una cultura del sufrimiento como virtud o como forma de ser bueno, en una familia que también, aprendió a sentir vergüenza por ser quienes eran.

Esto es, afortunadamente, tan sólo un aprendizaje, que nos hace construir una falsa identidad o una identidad a medias, pero que podemos resolver, reaprendiendo. Descubrir tus fortalezas en cada situación, reconocer que estás vivo porque

eres capaz de hacerlo y aprender y desarrollar capacidades de cada momento vivido, te ayuda a descubrierte diferente, completando tu Ser, tu verdadera identidad con todos tus aspectos.

Cuando se acumula demasiado afecto negativo (desilusión, vergüenza) en una situación de vida, ciertos acontecimientos importantes que conforman el orgullo, en el buen sentido, son bloqueados de la memoria y pueden producir una incapacidad para aprender de la experiencia. Por eso, trabajar con situaciones difíciles y limpiarlas de esos afectos negativos, nos ayudan a mirar con claridad otros aspectos de nuestra persona y nos engrandecen.

A través de reconocer tus logros en tu historia, terminas con tu sentimiento de vergüenza y rescatas tu orgullo.

Preparemos juntos un antídoto contra la vergüenza, descubriendo y mezclando en ti, una buena dotación de orgullo sano, ¿quieres?

En este momento te recomendamos, si tú quieres, comenzar a leer las historias de *La Granja de La Esperanza* (si acaso no lo has hecho) y después de hacerlo, continuar leyendo cómo se estructura este libro, en el apéndice.

Cecilia Fabre

INTRODUCCIÓN

Encontrar un libro de cuentos en esta época es realmente muy sencillo; existen librerías con espacios especiales para cuentos; pero existen pocos cuentos especiales para esos espacios.

Este es un libro muy especial, que ya tiene un espacio en nosotras y en ti que lo tienes en tus manos, que lo estás sintiendo y que comienzas a leer o a escuchar, cada palabra, cada frase, cada renglón que estoy escribiendo para ti, que eres especial aquí, tengas la edad que tengas.

Cuando lees un libro, un cuento, te transformas, aprendes cosas nuevas, creces, puedes mirar, desde otro ángulo, las situaciones, la vida; permanentemente vas aprendiendo, sigues creciendo, mientras continúas leyendo, escuchando frases, palabras, que van conectándote con tus recuerdos, con tus reflexiones, con tus sensaciones, con lo que a ti te corresponde en este momento.

¿Recuerdas algún cuento de tu infancia?

Justo ahora estoy recordando el del “Patito Feo”, ¿te acuerdas de él? Aunque te parezca curioso, ese patito, nos trajo hasta este momento, justo aquí a este libro que estás leyendo o escuchando. Nos hizo conectarnos muy adentro de nosotras y descubrir **eso que** tú vas a descubrir ahora. Ese patito, que **creía ser** un pato feo, porque eso le decían que era, ha sido un gran pato, nadie, ni él mismo sabía lo hermoso que era. **Pero...** un día... al mirarse en un espejo de agua... **¡SORPRESA!** descubrió que en realidad era un bello cisne, y se dijo: **“soy tan bello como los demás”**; en este preciso instante, sucedió **algo** mágico, que **cambió** sus sentimientos. Se vio reflejado, descubriendo quién era en realidad completo, **mientras escuchaba**, mirando, sintiendo, imaginando, en ese espejo...

...parecido al que tienes en tus manos... un espejo de papel... en el cual ya estás mirando, escuchando, buscando, recordando, imaginando quién eres en realidad, descubriendo tu riqueza, tu belleza...

Vamos, sigue adelante... sigue leyendo cómodamente, te invitamos a entrar en contacto contigo de una manera

diferente... cómoda... segura... mirando, escuchando, como hasta ahora lo estás haciendo, mientras continúas leyendo...

Así es, estás ya en la granja de La Esperanza, leyéndola, empezando a transformar las huellas de la vergüenza, creciendo... aprendiendo... saludablemente... lo que tú necesitas ahora... para descubrir tu belleza interior...

Te invitamos a pasar de página... y a que continúes... hasta donde tú quieras... cómodamente, leyendo, escuchando... cada historia... cada cuento... que Domi la perra guardiana del lugar, comparte contigo... mientras tú continúas leyendo, escuchando... imaginando... recordando... aprendiendo... disfrutando... cómodamente de esta experiencia...

Cecilia Fabre

**GRANJA LA ESPERANZA
RELATOS DE DOMI**

Miriam Shalkow

