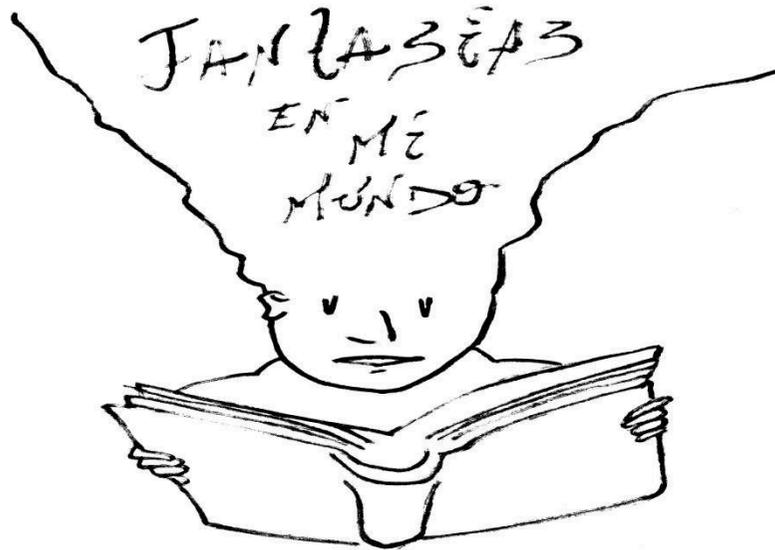


Revista

EL PODER DE LA PALABRA

2023



Mujeres en proceso de transformación y libertad, de los Talleres: Diseño Narrativo / "Ludiseñando" En los Bordes Andando (E.L.B.A.) 2023 U.31 Ezeiza

Revista "El poder de la palabra"

Hola! Queríamos presentarnos, quizá te interese. Nosotras integramos dos talleres culturales de narración dictados por Profes de la organización ELBA que se desarrollan los días lunes de 16 a 18 horas en la Sección de Educación. Te cuento que en nuestros encuentros ponemos en movimiento nuestra creatividad para la escritura. No hace falta que sepas más o menos del tema, sino que tengas ganas de compartir tus ocurrencias, entretenerte, hacerte oír y aprender, eso depende solo de vos. Te recomiendo que no te lo pierdas, es una buena oportunidad para vivir experiencias y conocerte un poco más. Si te interesa y querés conocernos, envía una audiencia a la Sección.

Gracias por tu tiempo, compañera . Te esperamos!

Jennifer Souto..

Otoño

El otoño, las hojas secas,
caen no hay más vida en ellas.
Árboles sin hojas, a la luz de las estrellas
Árboles desnudos, a la luz del tenue sol.
Tengo frío!!! Necesito abrigo.
Tengo frío!!! Busco el calor de mis niños.
Estoy congelada, como una estatua de hielo,
frío, seco, que marca mi piel.
Abril...abril tanto y nada, vacía.
El sol deja salir sus primeros rayos.
Puedo sentirlos, ya no hay frío, todo florece.
No hay recuerdos que congelan.
Los árboles vuelven a vivir, vuelven sus hojas,
se visten de gala para la ocasión.
Renaciendo día a día a la luz de las estrellas.
Renaciendo cada mañana a la luz del nuevo día.

Karina Guadagnino.

Confidente silenciosa

Cuánto tiempo te mantuve silenciosa... es que dejarte hablar me dolía, porque tenés la maldita costumbre de desnudarme y enfrentarme a mí misma con todo eso que a veces quiero mantener oculto.

Pero tengo que agradecerte porque tu presencia muchas veces es sanadora, ponés en palabras lo que mi boca no puede reproducir, eso que mi corazón quiere gritar y se desangra en el proceso; todo eso que satura mi mente, el sonido de mis pensamientos.

Gracias por las lágrimas que brotan cuando te hacés presente, porque esas lágrimas también me limpian.

Quizás no te manifiestes con palabras deslumbrantes, sino más bien racionales, pero bueno, sos parte de mí y así soy yo.

Mientras sigas aquí no me sentiré ahogada en mis propios pensamientos, porque estarás para compartirlos conmigo.

Poesía, mi compañera etérea, mi gran confidente silenciosa.

Mónica Faez

Amor

La vida en ese instante
en que el amor se hace presente.
La magia que vive en la música, el aroma, los sueños.
Aunque los latidos sean más intensos
yo sonrío y tiemblo como entre cristales
entre los abrazos y las caricias.
Quiero decir, que mi mundo sin amor
es un cajón lleno de vacíos.

Elizabeth Gutierrez

Eres parte de mí

Las idas y vueltas no fueron necesarias para descubrirte.

Fueron cuestiones que debí atravesar, para formar preguntas en tu lenguaje, tu impronta.

Entonces pienso... podré nombrarte a la vez correctamente?

Es un círculo deseado, qué, en palabras dichas, no se comprenden para el otro.

Bailas al son de un don mágico...

Navegas sin prisa alguna y te dejas acompañar sin ENAMORARTE DE NADIE,

porque ¡NO ERES DE NADIE, BELLA!

Lápiz papel y tiempo forman tu cuerpo.

En tu travesía sin fin, aunque no estés, atraviesas un mundo lejano, cotidiano.

Te necesito en mi pulso, porque lograste desnudar mi ser.

TÚ... PRINCESA

HECHA POESÍA

Paula Argañaraz

Corazón

Tú sí que has soportado lo insoportable.

Tan herido, roto en mil pedazos y te vuelves a curar tu mismo.

Hoy te pido perdón y me perdono a mí, por ser tan testaruda.

Pero la razón nunca puede con el corazón, al menos en mí.

Pero te prometo que muy pronto, no sé si el tiempo curará todas tus heridas, pero con todas mis fuerzas te protegeré, para que tengas la paz que nunca tuviste, y te pondré una coraza para que jamás puedan herirte.

Porque sin ti no existo, no vivo, no respiro...tu eres lo que me distingue del resto, mi gran tesoro...mi valiente corazón...

Karina Guadagnino.

El corazón

El corazón se rompe en mil pedazos

y sigue latiendo lentamente

busca caricias, se mueve al ritmo de la danza

sonríe, tiembla y susurra... suspira.

Quien sea el culpable de mi tristeza

saldrá débilmente como un espectro.

Mi corazón lejos de ti sufre y grita

Como forma de expresión

donde late al ritmo de mi sonrisa.

Se agita si corro,

Si me río, late fuertemente de felicidad,

late lentamente, cuando lloro.

Él es mi compañero de aventuras.

Él que siempre está conmigo,

mi fiel amigo marcando

los pasos de la vida.

Elizabeth Gutiérrez.

Dentro de mí hay.

Gladys siente tanta tristeza y dolor dentro de su corazón de estar encerrada y perdiendo los días que pasan y no disfrutar la alegría de estar con sus nietas y familia. Hay momentos que se sienta a llorar y de esa manera suelta todo el dolor que siente. Pero a pesar de todo ella tiene un corazón grande, es compañera, si puede ayudar, ayuda. También siente que cuando esté libre pasará momentos alegres con su familia. Ahora solo quedan los recuerdos que lleva dentro de su corazón. Está feliz de que va a ser abuela de nuevo, nunca pierde la esperanza de estar con su familia. Todo esto que le está pasando es para reflexionar, en este encierro hay cosas buenas y malas, pero tiene que llevarse y aprender de las cosas buenas, no de las malas, solo pidiendo a Dios que en algún momento salga de este encierro. Ella se ama, se quiere y trata de pasar los días trabajando, estudiando en talleres, así se le hacen más cortos y menos pensativos.

Te amo, Gladys

Gladys Bermúdez..

Mirar para adentro

Paula: Ella es en un mañana
en cincuenta años o en tres vidas
la misma...
Va surfeando y resiste, así en la
naturaleza de la ola, no la
derriban.
Su vida va en períodos, el nivel de
energía que carga tiende a ser
como una marioneta...
ríe, llora, se enoja, se deprime
tiene miedos.
Son bendiciones que interfieren en su
camino, eso hace que se active el
centro de su corazón.
Aunque pierda o gane muchas
veces...destila pasión.
Cierra sus ojos de ratos, y es ahí
donde sueña con colores.
Su humildad nunca pelea con nadie.
Busca siempre ese cariño perdido
como una niña...
entusiasta hasta el borde de la locura
tantea la suerte.
La adrenalina le da magia
a su cuerpo.
Cerrando esto
TIENDE A SER UNA EX-CARCELERA
SIN SUFRIMIENTO.
FIN.

Paula Argañaráz

Patria

Me preguntaron ¿Qué es para vos la patria?... y esa palabra me pone la piel de gallina,
porque mi patria es mucho más que un pedazo de tierra, en el sur de un continente,
mucho más que el dibujo en un mapa.

Mi patria son mis raíces, mis abuelos, tradiciones, costumbres, sueños, anhelos, familia,
paisajes y aromas.

Representa lucha incansable de quienes soñaron con la libertad.

Lucha incansable... sí estaremos acostumbrados a eso ¿no?

Mi patria es el lugar que elijo, mi patria es el orgullo que siento cuando pienso en el poder
de resiliencia que tenemos todos los que la habitamos y es que estamos tan
acostumbrados a caer y ponernos de pié nuevamente...

Mi patria sos vos, que compartir conmigo, esta sensación de sentir como se infla el pecho
al son del himno.

Mi patria sos vos que te emocionás cuando ves el color del cielo en la bandera.

Pero principalmente mi patria sos vos, que al igual que yo, despertás todos los días
esperando habitar en este país que elegiste, anhelando una justicia "justa", libertad sin
prejuicios, trabajos que dignifiquen, gobiernos sin grietas, compasión, solidaridad sin
discriminación y aceptación sin racismo.

Sí después de todo compartimos este suelo, compartimos la historia. Hagamos de nuestra
patria el lugar que soñamos, entre todos podemos lograrlo.

Mónica Fauez

"Patria mía"

Doce meses tiene un año, 365 días...

En 51 años, cuántos meses, minutos, segundos, he vivido.

El mate, el asado, mis costumbres. Algunas ajenas, otras no tanto.

Familia, amigos, conocidos, tanta gente en mi vida.

Ese olor al café en las mañanas, las tostadas con manteca.

Desde niña me erizaba la piel cantar "Aurora" todos los días cuando iba a la escuela.

En los actos patrios...la "Marcha de San Lorenzo", y nuestro "Himno Nacional" recorre mi sangre, me emociona hasta el día de hoy.

Soy Argentina con orgullo, éste es mi lugar en el mundo, mi vida, mis raíces.

Por ello repito, a viva voz..."¡Oh, juremos con gloria morir!"...Patria mía.

Karina Guadagnino.

El corazón

El corazón se rompe en mil pedazos

y sigue latiendo lentamente

busca caricias, se mueve al ritmo de la danza

sonríe, tiembla y susurra, suspira.

Quien sea el culpable de mi tristeza
saldrá débilmente como un espectro.

Mi corazón lejos de ti, grita

late al ritmo de mi sonrisa.

late lentamente cuando lloro.

Él es mi compañero de aventuras.

Él, que siempre está conmigo,

mi fiel amigo marcando, los pasos de la vida.

Elizabeth Gutiérrez.

Cansada del todo ritmo...

Miro en el reflejo

un cuadro enano que se ríe...

SIN EXPRESIÓN, con miedos pide a
¡GRITOS! volar mis extremidades.

Se esconden, aparecen detrás de mí;
muevo la mueca...

¡Y no paran de aparecer, objetos y mitos

VIVOS!!!

Sin destino, sin nombre "EN ÉSTO ME PIERDO".

Las persianas se vencen, como éstas rejas oxidadas.

Prendo un cigarro a mi SANTO, que está
ENCANTADO CON OTRAS VOCES.

Se fuman en pitadas, cargando ansias
con los puños quebrados...

Y MIS DEDOS BLANCOS

SIN UN AMANECER, BUSCANDO
ESO QUE SIGUE OCULTO.

Y ...

DESCONOZCO.

Paula Argañaráz

Amor

La vida en ese instante

en que el amor se hace presente.

La magia que vive en la música, el aroma, los sueños.

Aunque los latidos sean más intensos

yo sonrío y tiemblo como entre cristales

entre los abrazos y las caricias.

Quiero decir, que mi mundo sin amor

es un cajón lleno de vacíos.

Elizabeth Gutierrez

Nuestra...

Tiembla ella, sutil como agua de oro
va pintando ilusiones, gritos, añoranzas, costumbres tan nuestras.
Al escucharnos suspira... porque busca amor del Pueblo Argentino.
En las mismas hojas secas, caen lágrimas
por decisiones que no son acertadas.
Pero sus ojos el revés del cielo nos levanta
y esa es la tierra que deseamos, con aliento de unión.
Aspiramos entonces a la gloria.
Y así poder soñar de nuevo
con la fe de un mañana.
Argentina te Quiero!

Paula Argañaraz

"Tu partida"

Temo que mis ojos me delaten, todavía no entiendo tu partida.
Los días interminables, aquí donde todo es gris,
sobreviviendo en un mar de soledad.
Los recuerdos no me permiten olvidarte.
Trato de esconder mis sentimientos,
pero mis ojos lo dicen todo, te necesito.
No quiero quererte, pero te quiero.
Quiero olvidar, pero no olvido.
Tu sombra me sigue y tu ausencia me duele.
Anhelo estar libre...
No solo de éstos muros que me encierran,
también de los recuerdos, la nostalgia, el dolor.
Todo pasa por mi cuerpo y mi mente como un torbellino.
Y me digo: "Sólo trata de sobrevivir".

Karina Guadagnino.

Cobarde

¿Es costumbre? O...me acostumbro a tener éstas
manchas pálidas.
No de pintura, sino todas hechas a
mano!!!
Torpe miseria de la razón
Querer comprender lo que no se comprende.
¡IDIOTA, FEA, TROLA, INSERVIBLE, MAL NACIDA!!!
Así...me levanto escuchando el saludo
de las mañanas.
Sonrío igual con la boca hinchada
¡se me olvidó que era la última vez
que lo haría!
Vivo con la bestia al lado...
La cobardía está en sus gestos, por su
propia violencia, alteró mi mundo
a puñetazos.
Pero todo cambió...¡y te digo! Que si la
justicia te encierra, entenderás que
cruel que es que te pinten la cara
con las manos
sin merecerlo...
Conocerás el muro de los lamentos, recostado
en cenizas...
¡Yo sepulté!
Hasta la nada...
Y los sueños que pudieron
haber sido.

Paula Argañarás

Tu única opción

Ocurrió lo que jamás había pensado... y “el Destino” “Dios” “El Universo” (o como quieras llamarlo) me puso en un lugar donde no quedaba otra... Tenía que Ser Fuerte.

Fuerte para sobrevivir en un mundo diferente ¡muy diferente!, donde el tiempo no pasa, donde el aire te ahoga y te das cuenta que no vas al infierno cuando morís, sino cuando estás rejas se cierran detrás de tuyo.

Y en un instante tus pulmones se llenan de humo, tu alma de tristeza, tu corazón de enojo, tus noches de insomnio y tus ojos de lágrimas.

Empecé a convivir con otras que no conocía de ningún lado, pero al cabo de un par de días se transformaron en “mi mejor amiga”, “en mi peor enemiga”, “en mi juez” “en mi abogado”.

Aprendí a no sobresaltarme con cada reja que se golpea, a reconocer hasta el sonido que hacen las botas.

Y me adapté y empecé a naturalizar los destratos, las miradas inquisidoras. Porque en estos lugares “El deshumanizar” es moneda corriente. Entonces me decía – “Se fuerte... no te queda otra opción”.

Mis ojos se acostumbraron a ver en penumbras a que el paisaje termina en un muro, a ver el cielo cercado con alambre de púas, a ver la luna a través de un vidrio. Olvidé como olía la noche, la lluvia, el pasto... mientras me seguía repitiendo “sé fuerte”

Pero Incluso en el infierno hay superhéroes, esos que te rescatan cuándo crees que no hay salida, esos que comparten mates y largas charlas; que te hacen llorar de risa con sus anécdotas. Esos que te abrazan cuando te derrumbas porque atraviesan es infierno con vos. De todas ellas aprendí tanto...!

Y en este lugar también están los ángeles que te impulsan todos los días, esos que están del otro lado de la reja, que te abrazan con palabras con gestos, que te prestan la oreja y volvés a sentirte humanizada, los llamamos profes, maestra, ceta, requí (porque de esas también hay)

Si me preguntan ¿que me llevo y que dejo el día que este infierno se apague? :

...Me llevo en el corazón seres humanos increíbles a los que la sociedad llama “escoria” pero que fueron los que me rescataron de abajo de estos muros, por eso son mis superhéroes.

...Me llevo el recuerdo de personas increíbles que vienen a humanizar a los deshumanizados y lo hacen por amor, por vocación.

...Me llevo experiencias y aprendizajes... quizás el más grande es “el valor de los afectos y de la libertad”

¿Qué dejo? Dejo mis miedos, mis lágrimas y mis prejuicios.

Somos sobrevivientes de un sistema que no sirve. Por eso no te olvides: “sé fuerte... es tu única opción”

Mónica Faez

Desahogo

Nunca sentiste que ya no soportabas más tu vida, que querías aliviar tus heridas, amigándote con la soledad?

Nunca pensaste en que momento te adueñas de la posibilidad de tomar tus propias decisiones?

Nunca deseaste ser feliz a costa tuya en la forma, lugar y momento en que vos quieras y decidas?

Por más que lo desee y lo deseé con todas mis fuerzas, no sucede, que tengo que hacer... Según mi entorno, tengo que hacer las cosas bien.

Pero...? Quién dice el cuándo y el cómo se hacen las cosas bien? Y quién le pone nombre a cada comportamiento?

Porqué hacemos desde nuestros inicios lo que alguien más dijo que estaba bien?

Cada uno de nosotros somos la invención interior del exterior, a su gusto.

Somos la creación del mundo.

Pero hoy elijo ser yo misma, aunque sé que es imposible, porque siento, pienso y actúo de acuerdo a lo que me inculcaron desde que nací.

Quisiera poder renacer y elegir desde el principio lo que sería mejor para mí creyendo en Mis propias intuiciones, siguiendo a mi corazón.

Jennifer Souto..

Sin repetir y sin soplar

Muchas veces se puede decir
al leer poesía
ésto me identifica..
acá me encuentro...
o, parece que me habla!
Cuando nos entregamos al mágico momento
de imaginar con cada sentido
lo que el poeta entrega en cada palabra
nos adentramos en una unión platónica
que no necesita ser declarada.
Existe, perdura y satisface.
A ese sentimiento de encontrarse
en otra persona, en otro ser,
en otras sensaciones.
De saber que comparten tipos de
amores, dolores, alegrías, temores,
sonrisas, lágrimas, pasiones.
Esa amistad entre el ser y el lenguaje
que describe el gran poder de la poesía,
ese vínculo entre uno y otro.
Que serían los seres sin lenguaje...
o...que sería el lenguaje sin los seres,
que serían las musas sin la poesía
o...que serían las poesías sin los poetas?
Creo yo que...como Cupido sin flechas.

Jennifer Souto

Cansada del todo ritmo...

Miro en el reflejo
un cuadro enano que se ríe...
SIN EXPRESIÓN, con miedos pide a
¡GRITOS! volar mis extremidades.
Se esconden, aparecen detrás de mí;
muevo la mueca...
¡Y no paran de aparecer, objetos y mitos
VIVOS!!!
Sin destino, sin nombre "A ÉSTO ME PIERDO".
Las persianas se vencen, como éstas rejas oxidadas.
Prendo un cigarro a mi SANTO, que está
ENCANTADO CON OTRAS VOCES.
Se fuman en pitadas, cargando ansias
con los puños quebrados...
Y MIS DEDOS BLANCOS
SIN UN AMANECER, BUSCANDO
ESO QUE SIGUE OCULTO.
Y ...
DESCONOZCO.
FIN

Paula Argañaráz

La puerta del universo

Abro la puerta, veo el universo
como se simplifica
el tiempo que pasa.
las estrellas que giran
y brillan dando luz,
el sol que calienta la Tierra.
La verdad que siento
que vuelvo al principio,
me siento más allá del mundo
cerca de Venus, Marte, Júpiter.
Sigo dando vueltas.
llego al espiral de la Tierra,
con vientos y magia
no puedo creerlo
Ahora sí toco el cielo con las manos
Y llego al diseño del trasmundo

Elizabeth Gutiérrez

No aguanto otro tanto

En mis pensamientos, sin destrucción total...
algo me detiene "EL SENTIDO COMÚN"
que lo tengo OBLIGADO, para la
buena vista del mundo, la malicia, las
sinceras, mi FAMILIA, que son contadas
con pocos dedos CORTADOS.
Se me estruje el cerebro y corazón, por partes
que ni siquiera puedo unirlos, como
rompecabezas distintos.
Soy tan estúpida, pero así me hicieron,
así sin pedirlo DIOS MÍO, me dañaron
mi ser en todo SENTIDO.
No sé si soy confusa o si estoy enloqueciendo...
¡Quiero dormir en el futuro donde ya
esté por ese CIELO INCIERTO!!!
Y... si del PASADO me acordara, ya estaría
MUERTA.
Si alguna vez sintiera ese AMOR que
BUSCO constantemente ¿se terminaría todo?
De a pasitos tropiezo como niña.
Quiero estar en otro CUERPO Y OTRA
PESADILLA CONVERTIDA
EN FINAL FELIZ.
SOLO ESO PIDO. FIN.

Paula Argañaráz

Una carta para mi corazón.

Hola corazón, ¿cómo estás? quisiera contarte muchas cosas que estoy pasando en estos momentos. Me siento muy triste y muy sola, pero yo sé que vos estás conmigo en cada momento de mi vida, me ayudas a superar todas las tristezas y la soledad, lo que siento en mi pecho. Y me ayudas a resistir y luchar contra la angustia, cada día me sobrepongo de a poco de lo que estoy pasando. Salgo adelante gracias a ti porque no me abandonas. "Lates" dentro de mí y por eso gracias, corazón.

Maribel Chinchay.

Cariño sincero

Cuando aún no había futuros la mezcla de ternuras, solidaridad, alegrías, tristezas vagaba entre el medio de la vida y de verso de en verso , en vida.
Fueron cómplices en muchas cosas con algunas personas y en muchas personas con alguna cosas.
Sólo así te parecía a posible respirar.
Ninguna persona te perteneció por entero.
Siempre había una LIBERTAD INESPERADA.
Porque simplemente ESTO ES ASÍ.
Sin embargo y a sus maneras fueron ENTEROS CADA DÍA, implementando lo más digno "LA EDUCACIÓN"
Ahora podríamos estar todos juntos, sin miradas AMBIGUAS,
Respetándonos las variadas REDES DE COMPLICIDAD.
Porque en realidad lo estamos...
VAMOS PARA LA MISMA DIRECCIÓN.
En un par de milenios alguien dirá que hemos compartido
HASTA SER FAMILIA.
A ustedes mis QUERIDOS
MAESTROS, queridos maestros .

Paula Argañaráz

No es para siempre.

Hoy escribo desde la tristeza. Es uno de esos días donde abrir los ojos te hace doler el alma. Porque el paisaje se repite, la rutina lastima, los sonidos alteran... entonces busco desesperadamente una razón sobrenatural que alivie tanta desazón.

..."son momentos" me repito mil veces por día.

..."ésto no es para siempre"... mil veces más.

..."tenés que buscar el lado positivo", porque "todo tiene un lado positivo"...

Esas malditas frases hechas que resuenan en mi cabeza como si eso lograra, mágicamente, engañar la mente y sanar el corazón.

Y cientos de preguntas me invaden:

¿Por qué? ¿Para qué? ¿Cómo se logra la cordura conviviendo en la locura? ¿Cómo se corrigen los errores desde el maltrato?...si el alma es etérea ¿por qué duele tanto?

No sé si alguna vez tendré las respuestas, lo cierto es que el caos transforma, enseña y fortalece.

Mi paciencia fue cultivada, mis prejuicios me enderezaron de un cachetazo, las historias de vida me mostraron el verdadero significado de las palabras supervivencia y voluntad.

Entendí que la belleza no tiene que ver con las cosas sino con las personas, las palabras, los gestos.

¿Será que al final del recorrido terminaré agradeciendo tantos aprendizajes?

"Reconstruirme y resurgir" serán los objetivos porque, como dije antes, "ésto no es para siempre".

Mónica Fauez

Punto y aparte.

Calle pero elegante.

La calle me enseñó a percibir el peligro antes incluso, para explicar el botín en mis manos.

Mis respetos, el lance se ponía más rígido que una madera.

Directamente identificaba y analizaba la vuelta...

Lo que ya guardaba tan celosamente!

¿Porqué hoy distinto de mañana?

¿Porqué hoy diferente de ayer, de la semana o año pasado?

¡Es breve, se lo explico!

A veces nos impulsa el dolor y a veces la esperanza.

Arriesgo todo, hasta lo más sagrado, ñery...

Mientras los minutos transcurren pesadamente, nos mareamos buscando la llave de la libertad, cuando es armarse de valor para dismantelar ésta prisión.

Tenemos hambre de atención, aprobación.

No hay nada escrito diciendo: TU DOLOR

ES PEOR O MEJOR QUE EL MÍO.

Esperando la moraleja de un final o CONSUELO.

Jamás agites o te inflés de pecho.

LA HUMILDAD EN LA JERGA,
NO PELEA CON NADIE...

Pa' todos los Bandidos y Bandidas.

Paula Argañaraz.

Libertad

Un anhelo...una irrealidad, mi sueño imposible. Imposible porque "libertad" es "elegir".

Elegir que hacer, que pensar, que decir, elegir ideales, elegir a donde ir.

Pero si no pude elegir donde nacer, que idioma hablar, a que cultura pertenecer...

entonces ¿de qué libertad hablamos?

Fui domesticada desde el día de mi nacimiento, y me estructuraron, me formaron, me entrenaron, y cuando quise "elegir"...fui criticada, y hasta encerrada.

Si en éste mundo nadie respeta las elecciones, nadie respeta la "libertad".

Cada elección tiene un título o un sobrenombre que deshumaniza.

Si elegís a que género pertenecer, sos "puta, puto, machona, chongo, torta, marica".

Si elegís una religión sos "chupa sirio, sos un judío de mierda" o quizás elegiste el evangelismo, entonces "sos un boludo porque en esos lugares te sacan la guita".

Si elegís una "ideología política", sos peroncho, sos gorila, sos panqueque...malditos estigmas.

Si te manifestás, te reprimen.

Si gritás, te callan.

"Libertad", casi inalcanzable.

Muchas veces me dijeron: "Pueden encerrar tu cuerpo pero no tu mente".

Pero al encerrar mi cuerpo no me permitieron volver a elegir. No puedo elegir con quien vivir o que decir. No puedo elegir a que hora comer porque hasta para usar los cubiertos tengo que pedir permiso.

Encerraron mi cuerpo, mi corazón, mi voluntad y hasta mi mente, porque mis pensamientos tampoco pueden ser libres. Todos ellos van en una sola dirección.

Paradójicamente solo puedo pensar en "libertad".

Mónica Faez

Reflexión sobre los aprendizajes.

Los momentos más difíciles de afrontar: el cambio, la pérdida...

Y afronté ese aprendizaje, en mi caso soy otra, que llevo en mi cuerpo y en mi mente las marcas de las batallas que tuve que librar.

Hay algo que no tengo y tengo algo que no tenía antes, soy otra y a la vez la misma.

Karina Guadagnino

Liberty

A la vista de todos, triste anda...

Pero eso sí ¡nunca se rinde!

Aunque todo parezca de alejarla de ese momento
y felicidad.

Su mundo está del otro lado, del otro lado
difícil de alcanzar.

Quiere verlos, para que siempre templen
su alma.

Condenada y aplastada nada espera
tal vez.

Si tuviera que gozar de privilegios
gozaría de ninguno...

Nada, ni nadie, acompañan la soledad
absoluta de su encierro.

Su ilusión la llevó a transitar un deseo
con sabor a nada.

Prende una vela, y su voz incansable
sostenida por la letra, coloca un testigo
enigmático, que murmura en mis oídos...

¡ATRAVIESA ESTOS MUROS!

LOS HUESOS, LA MUERTE!

ES TU DESEO Y EL MÍO

NO DUERMAS EN ÉL

Paula Argañaraz

Aprender.

Aprender a diferenciar entre lo bueno y lo malo. Aprender que hacer las cosas mal tiene sus consecuencias con las cuales lastimamos a los seres más queridos. Aprender que en el lugar donde vives te vas a cruzar con toda clase de gente. Aprender a amarse uno mismo para poder salir adelante. Aprendí que mis malos actos me llevaron al lugar que no quise llegar y hacer sufrir a mis seres más queridos, pero solo sé que esto no es para siempre, tengo que salir a hacer las cosas bien y disfrutar con los míos. Sí, tenemos que ser responsables de nuestros errores para así aliviar nuestra alma y saber valorar el salir adelante. Me hizo madurar el sufrimiento de mi familia por lo que estoy pasando, los golpes por las circunstancias que viví. El amor propio por nosotros mismos y hacia los demás es cuando enfrentamos nuestros problemas siendo pacientes, sabiendo entender al otro, amando al prójimo como a uno mismo, ayudando al de afuera a que sea fuerte y pueda acompañarte a ti. El significado de perdonar es tener la voluntad de no culparse a uno mismo. Sabemos que hicimos las cosas mal pero no significa sufrir con el remordimiento porque en la vida todo ser humano tiene defecto. Pero podemos salir adelante, nada es imposible para nadie.

Tany Álvarez.

Cuando desperté de ese sueño.

Una noche muy fría me sentía muy sola extrañando a mis hijos, mi nieto. Me arrodillé, le pregunté a Dios hasta cuándo voy a seguir sufriendo. Lloro sin encontrar consuelo, un abrazo de mis hijos. En la soledad de la noche de tanto llorar logro dormirme y Dios me reveló en sueños que iba a volver a mi casa con mis hijos: estábamos todos juntos de nuevo en casa, felices como éramos. Tengo una hermosa familia. Me desperté del sueño tranquila, teniendo siempre presente que todo pasará. Podrán privarme de mi libertad pero no de mis sueños.

María Miranda.

Una carta a la niña que fui.

Mi niñez no fue tan buena, no sé qué escribirte. Solo diré que eres una niña muy fuerte y capaz de muchas cosas buenas. Estoy orgullosa de vos , porque a pesar de las cosas que pasaste no eres una mala persona. Fuiste aprendiendo a los pasos de la vida. Siendo una niña tomaste la decisión más importante para nosotros que fue ser mamá a los 14 años y no abortarlo como te pidieron porque aún eras una niña. Sin saber lo que pasaría decidiste dejar de ser niña para pasar a ser mamá de un hermoso niño que hoy en día alegra nuestros días. Estoy muy orgullosa y agradecida a vos por todo. A seguir adelante que la vida sigue.

Adriana González.

Mi lugar.

El mundo está lleno de lugares fascinantes, pero el verdadero está en donde pueda compartir mis sentimientos, mis penas, mis alegrías, mis dichas y desdichas. Por ejemplo el abrazo de mi mamá, junto a mis hermanos, donde pueda encontrar el apoyo de cerca y que me digan “todo esto pasará”.

Eva.

Mi esperanza .

Mi alma y yo. Mi alma quiere salir de este cuerpo sin vida, gritar, pero la luz oscura la calla y no le deja expresar lo mal que se siente. El cuerpo sin vida solo lucha por estar de pie, solo descansa cuando duerme y sueña con sus cuatro amores...no quiere despertar a este infierno que vive, solo le pide a su corazón que siga luchando un poco más de esta injusticia y que no pierda la esperanza de vivir que sus cuatro amores la esperan en casa sin rencor y que para ellos es la mamá perfecta...amarlos “hasta el infinito y más allá”...

Selva Mendoza.

Mis juegos

En mi vida he jugado a varios juegos con mis hermanos pero el que nunca me olvido y a la vez el que más me gustaba, era jugar a la pelea con mis hermanos Bebo y Chiruki que éramos los tres más chicos. Ese juego me marcó mucho porque uno de mis hermanos me dijo un día: tenés que aprender a defenderte ya que un día nosotros no vamos a estar y tenés que aprender a hacerlo. Y ese hermano que me lo dijo es el mismo que hoy no tengo y me falta.

Melisa Orona.

Lo que siente mi corazón.

Duele por dentro lo que siente mi corazón en estas horas. Lleno de miedo de lo que pasará en adelante, porque la familia es todo en la vida. No sé qué haría sin ella, no quiero quedarme sola nunca más, no voy a dejarles solos, voy a arriesgarlo todo porque la sangre llama a toda costa. No voy a perderlos, hijitos míos, ya no lloren. Para mí son mi vida, mi razón de vivir, pronto estaremos juntos, hijitos míos. Esto es lo que estoy pasando. Siento como un karma que estoy pagando sin saber por qué será. Duele mi corazón de tanto llorar, duele por dentro al darme cuenta que fui engañada, utilizada. Como no me di cuenta antes... (Caras vemos, corazones no sabemos)

Delia Quispe

Qué tal si ese juego...

Qué tal si ese juego hubiera sido simplemente eso: un juego. La inocencia de una niña, el respeto a un mayor muy cercano, un abrazo, un cosquilleo, esas manos temblorosas, esos ojos fijos y pervertidos, esa sonrisa placentera. Un juego que terminó siendo un invento, realmente un infierno, pero nunca un juego real de una niña sino el abuso de una inocente.

Martina Riveros

Qué pasaría si ese juego...

Qué tal si ese juego fuera diferente. Recuerdo jugar con mis nietas en una plaza, salir a los juegos donde a ellas les gustaba, al cine, salir a comer como siempre lo hacía. Pero ahora no puedo disfrutar de todo eso porque solo nos queda jugar en un penal, donde jugamos al Tutti Frutti o ellas juegan en el tobogán que hay en el sum de visita. Solo me quedan los recuerdos, estos muros que me encierran donde trato de sobrevivir.

Gladys Bermúdez.

Cuando desperté de ese sueño.

Tuve un hermoso sueño donde estaban mi mamá, mis hermanos y sobrinos. Estábamos todos juntos donde yo les besaba y acariciaba constantemente. No lo podía creer, verlos ahí... ¡Me sentía feliz! De pronto sentí que mis lágrimas caían y mi madre se acercó y acarició el pelo y me dijo: no estés triste por nosotros. Siempre vamos a estar contigo, no estás sola. Y la abracé muy fuerte, que alegría!. De pronto desperté, me di cuenta que era un sueño y me puse a llorar porque no quería despertar, porque no quería aceptar la realidad, fue cuando desperté de ese sueño.

Maribel Chinchay.

La partícula en el aire.

Danzante va por el aire, bailando con melodía del cielo. Sin preocupación recorre la pista, liviana de humanidad. No entiende de guerra, dolores, penas, abandonos, de pestes o hambre. Tampoco sé si es feliz o conoce de alegría. Ella solo baila en el aire, no le importa si la ven en su hermosura.

Semejante fortuna la mía de poder conocer su existencia y ser la única que contempló su danza en esta aislada noche fría, que no estaba inspirada en alguien más.

Ella solo supo que existía y nadie la pudo comprender.

Jennifer Souto..

Ojos

Ojos negros mirando un horizonte, sin fin
ojos llenos de tristezas y muy pocas alegrías
Imágenes, recuerdos, reflejan en un espejo gris
Dame una oportunidad, quiero decir tantas cosas
sin decir nada.
Rescátame de este abismo...
Devuélvele el color a mis días
ojos tristes... transparentes como el agua
ojos negros ...

Karina Guadagnino

La primera cosa que recuerdo.

La primera cosa que recuerdo y que quedó para siempre en mí fue saber que descubrí que la señora que yo le decía mamá no era mi madre, era mi madrastra. Por una señora llegué a conocer a mi madre y mis hermanos, donde jugaba con ellos. Pero me duró poco esa felicidad porque mi padre no quería que viviera con mi madre y me llevó con él. La convivencia con mi padre era feliz por todo lo que me compraba, los juguetes. Me acuerdo cuando era niña tenía una muñeca más grande que yo, recuerdo los cines, los juegos que jugaba con mi padre, una felicidad que no volverá más, que solo quedará en mis recuerdos.

Gladys Bermúdez.

Instrucciones para ser feliz.

Lo primero que hay que tener presente es que esta felicidad no va a depender de un objeto material o inmaterial ni de otro sujeto, sino de una decisión personal e individual en donde tomamos noción de nuestra importancia como seres únicos en esta única vida. Luego nos amamos con todo el corazón para que también se note esa felicidad cuando amamos a otro. Y por último, hay que querer ser feliz a pesar de todo lo malo que nos pueda haber atravesado. Ah! y lo esencial: no olvides sonreír al menos una vez al día por aunque sea 3 minutos, sino será un día perdido.

Jennifer Souto

Mi lugar.

El mundo está lleno de lugares fascinantes, pero el verdadero está en donde pueda compartir mis sentimientos, mis penas, mis alegrías, mis dichas y desdichas. Por ejemplo el abrazo de mi mamá, junto a mis hermanos, donde pueda encontrar el apoyo de cerca y que me digan “todo esto pasará”.

Eva.

Instrucciones para ser feliz.

Mirar la vida de otra manera, que cada tropiezo no es una caída sino levantarse y seguir a pesar de los problemas. Darle gracias al Ser Supremo todos los días por la hermosa vida que nos dió.

Disfrutar cada instante de la maravillosa vida como si fuera el último, porque estamos de pasada nomás. En este mundo la vida es una sola.

Decirles a nuestros seres queridos todo lo que sentimos.

Respirar aire libre, que estamos privadas de la libertad no pero de nuestros sueños, todo pasa en la vida.

Ser feliz sin que tengamos que opacar a nadie.

Vivir en el día a día, cantar, bailar, disfrutar cada respiro, porque es hermoso ser feliz a pesar de cada circunstancia que enfrentamos en todo momento.

Eva.

La pasión., mi pasión.

Me apasiono por lo que hago
porque lo hago con deseo
que nace con una fuerza
incomparable a cualquier otra.
Es como una pulsión interna
sin razón, solo manda
no pregunta, es atrevida.
No tiene explicación
ni estudio empírico
no se trata de capricho
sino de la emoción del sentimiento.
Es eterna y solidaria
se comparte entre todos
no discrimina a nadie ni a nada
la pasión va más allá de todo
lo imaginablemente humano.
Por eso me apasiono
porque dejo libre el ser que me compone
y el arte es uno de ellos
en su máxima expresión.
Solo basta con saber qué decir
es solo eso la pasión.

Jennifer Souto.

Instrucciones para ser feliz.

Para mí ser feliz es la convivencia con mis seres queridos y amigos de corazón. Es realizar lo que te propones en la vida. Ser feliz es el sentimiento más grato de cada persona. Feliz es el niño que comparte con otro.

Tany Álvarez

Lugar.

Me pregunto cuál es mi lugar
Está en el cielo, mar, tierra.
Voy al fondo y rescato el sonido,
percibo los ritmos.
En este lugar donde me encuentro
una constante injusticia
sobre indefensos,
hay indiferencia y silencio.
Este es el lugar que estoy viviendo,
doy un paso más allá del bien y del mal.
Busco mi lugar en mi interior fuerte
siento mi cuerpo firme,
decisiones seguras.
Mi camino marca un destino con futuro,
subir la escalera de la vida
con decisiones firmes e ideas claras
sembrando justicia, fe, humanidad.
Este es mi lugar
creadora y orgullosa de lo que soy
y al lugar al que pertenezco.

Elizabeth Gutiérrez.

Karina leyendo un poema.

Karina en su día de descanso pasó por una biblioteca,
encontró un librito de poemas.
Se sentó a leerlo y se emocionó
mucho, concentrada.
Porque despertó y quedó sorprendida
con muchos recuerdos de su niñez.
Al terminar se fue bienaventurada y en paz.

Gladys Bermúdez.