

Director: Mauricio Sosa

ALMA América

Madrid, Año 2 - N° 20 / Diciembre 2022

La voz de los iberoamericanos en el mundo



ÚLTIMAS PUBLICACIONES



¡Argentina Campeón!

¡Feliz Navidad y Año Nuevo 2023!



❖ Sofía Alvarado Cortés
Hacia un paisaje de lo posible

❖ Mabel Padilla
Conectar tu pasión a tu propósito es saludable

❖ Nevber San Martín Herrera
Navidad vacada





BROOKLYN
BARBER SHOP



Nuestros Servicios:

- ❖ Manicura y pedicura con diseño
- ❖ Peluquería
- ❖ Barbería
- ❖ Extensiones de Pestañas
- ❖ Perfilado y diseño de Cejas
- ❖ Masajes Corporales, Reductores y Relajantes
- ❖ Micropigmentación
- ❖ Tratamientos Faciales
- ❖ Aumento de Labio con Hialurócino
- ❖ PIERCING
(Acero esterilización e higiene)

OFERTA: Piercing a 15 Euros

Calle Lomas de Horcajo Nº 3

Vallecas - Madrid ☎ +34 633 04 26 11



DESCUENTO
20%



BROOKLYN
BARBER SHOP



**¡NO PIERDAS TU OPORTUNIDAD
DE APRENDER Y TRABAJAR!**

CORTE
4,99€



**INICIA UN
NUEVO
AÑO CON
PROYECTO
LABORAL**

DAMOS CLASES:

- ❖ Barbería (Diseño y Barba)
- ❖ Manicure y Pedicure
(Con Diseño, lo más innovador)

**¡LLAMA AHORA
E INFORMATE
DE NUESTROS
PAQUETES!**

☎ +34 633 04 26 11





Instituto Cultural Iberoamericano

Comité Ejecutivo

Victoria Mendoza Silva
Cristian Fernández
Juan Melecio Quiroz Garrido
Alma América Contreras

Presidente

José Antonio Contreras
presidencia@institutoculturaliberoamericano.es

Director Regional Para Sudamérica

Claudio Roberto Valerio
editorlatam@institutoculturaliberoamericano.es

Directora Regional Para Centroamérica

Clara Sánchez
editorcentam@institutoculturaliberoamericano.es

Directora Regional Para Norteamérica

Lorena Alejandro Hernández
editormortam@institutoculturaliberoamericano.es

Directora Regional Para Europa

Alma América Contreras
editoreuropa@institutoculturaliberoamericano.es



Director

Mauricio Sosa
almaamerica@institutoculturaliberoamericano.es

Jefe de Redacción

Matilde Chanagá Gallardo

Colaboradores:

- Rangel Palafox
- Francisco Alejandro Calderón Cortés
- Nebver San Martín Herrera
- Gloria P. Tabares M.
- Tonantzin Ramírez Pérez
- Jesús Zarazúa Rangel
- Yessika María Rengifo Castillo
- Gabriela Ladrón de Guevara
- Abraham Pizarro
- Tania Jiménez Acevedo
- Nicolás Schamne
- Hernán Narbona Véliz
- Manuel Montilla
- Nelson Villacís
- Lic. Itai Hernández Rivera
- Gabriel Suárez Jaimes
- Jackeline Barriga Nava
- Alexánder Buitrago Bolívar
- Diego Vásquez Rivero
- Aída López Sosa
- Karry
- Juan Melecio Quiroz Garrido
- Claudio Valerio

Alma América es una marca registrada en la Oficina Española de Patentes y Marcas con el N° 2.989.586-9

Edición y Diseño Digital: carlosmora28@gmail.com

Todos Los Derechos Reservados

No está permitida la reimpresión de ninguna parte de esta revista, ni tampoco su reproducción, ni utilización sin permiso anticipado y por escrito, de los editores. Alma América, es una publicación mensual del Instituto Cultural Iberoamericano. Informa sobre temas sociales con un enfoque en cultura, arte y poética iberoamericana. La revista no se solidariza necesariamente con las opiniones de sus colaboradores.

Depósito Legal: M-786-2021



Guadalupe Aurora Ynfante
(Zimapán, Hidalgo, México)

CANTO A QUERÉTARO
(Fragmento)

*Estado de Querétaro, hoy se eleva
mi canto para ti, de lo más hondo,
de quién no nació aquí, pero que lleva
tu profundo sentir muy en el fondo.
Quiero cantarte a tí, lo que es muy tuyo,
Querétaro de ayer y del presente,
hermoso estado de mi patria orgullo,
Querétaro de ayer, de hoy, de siempre.
Queréndaro de ayer, lugar de peñas,
Maxey, el mayor juego de pelota, al
conocer a ti, tu magia enseña
del devenir histórico las notas.
Querétaro de ayer, cuyo pasado
revive su recuerdo en mi memoria,
al percibir detalles de su historia,
desde el momento en que fue fundado.
Su cerro Sangremal, mudo testigo,
de singular batalla sin derrota,
que dió fin a una guerra de enemigos
Sin derramar de sangre ni una gota.
Y bajo un cielo de infinito azul,
dónde ocurrió increíble aquel milagro,
se formó ante los ojos de Santiago
el trascendente Barrio de La Cruz...*

I SONG TO QUERETARO
(Fragment)

*State of Querétaro, today it rises
my song for you, from the deepest,
whose was not born here, but who
carries
your deep feeling deep down.
I want to sing to you, what is very yours,
Querétaro of yesterday and the present,
beautiful state of my proud homeland,
Querétaro yesterday, today, forever.
Querendaro of yesterday, place of rocks,
Maxey, the greatest ballgame, meeting
you, your magic teaches
of the historical evolution of the notes.
Querétaro of yesterday, whose past
revive your memory in my memory,
perceiving details of his story,
from the moment it was founded.
Its Sangremal hill, mute witness,
of singular battle without defeat,
that ended a war of enemies
Without spilling a drop of blood.
And under a sky of infinite blue,
Where did that incredible miracle
happen?
was formed before the eyes of Santiago
the transcendent Barrio de La Cruz...*





Publica con Nosotros

EL INSTITUTO CULTURAL IBEROAMERICANO,
fiel a sus **PRINCIPIOS** solidarios y a su **INFATIGABLE**
búsqueda de la integración cultural de nuestros pueblos
HISPANOAMERICANOS, ABRE las puertas de su **SISTEMA EDITORIAL**
para aceptar **MANUSCRITOS** de todos los **POETAS** y **ESCRITORES**

que hayan participado en las diferentes antologías
“**LA PALABRA PROVOCADA**”,

de los diferentes países y de los diferentes años.
Así como, también, a todos los poetas y escritores
que sean miembros activos de los grupos poéticos

“**LA POESÍA TIENE LA PALABRA**”

Publicaremos libros de
CUENTOS, POEMAS, ENSAYOS y **TEATRO**
Editaremos las **OBRAS LITERARIAS** sin **COSTO ALGUNO**
para los poetas participantes en esta
NOVEDOSA CAMPAÑA.

Pueden enviar sus libros a nuestro
PORTAL WEB

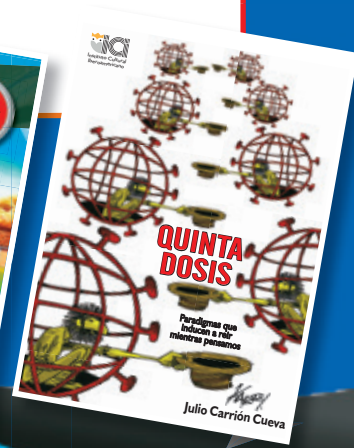
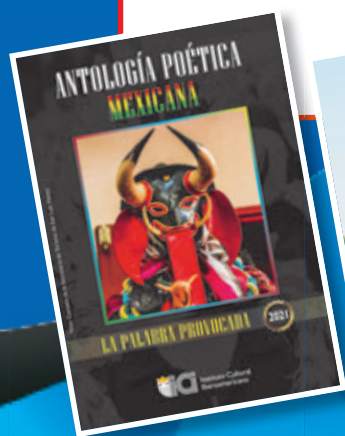
www.institutoculturaliberoamericano.es

en el apartado

PUBLICA TU LIBRO.

A través de ese espacio enviarán sus libros y dejarán los datos solicitados.
Nosotros nos pondremos en contacto con ustedes.

¡BIENVENIDOS!





Oscar Mauricio Sosa Santos
Director



Diciembre: festividades, veinte números, y consolidar un objetivo

Llegamos a la recta final del año 2022, después de una larga caminata por diferentes senderos. Siempre guiados por la escritura de nuestros colaboradores, tuvimos la oportunidad de conocer diferentes historias, acercarnos a otras culturas, y, sobre todo: **logramos entablar una comunicación, y un diálogo siempre reflexivo; en el cual, se privilegia el pensamiento, la crítica y la construcción de ideas a través de la escritura.** Desde éste espacio editorial, agradecemos a cada uno de nuestros colaboradores, y colaboradoras su participación, para lograr mes con mes, acercar nuestra revista a nuestros lectores.

El año 2022, se presentó ante nosotros con diferentes y grandes aristas por sortear. A saber: el inicio de una guerra, la continuidad de una Pandemia, una crisis económica a escala mundial, la escasez de alimentos, así como grandes cambios políticos han asechado a la humanidad; sin embargo, ésta se encuentra en constante resiliencia, y lucha para salir adelante de las adversidades que se le presentan. El último mes de éste año, nos trajo de vuelta, la celebración del mundial de fútbol, realizado en ésta ocasión en Qatar. Un evento deportivo plagado de controversia, por salir a la luz, las formas, en que han sido otorgadas las sedes de los mundiales anteriores, así como por las cifras de trabajadores fallecidos duran-



te la construcción de los estadios en Qatar, (6500 trabajadores fallecidos). Pasando al ámbito meramente deportivo, tuvimos la oportunidad de presenciar una final, en donde la selección de fútbol de Argentina, se proclamó campeón, tras derrotar en tanda de penales, a la selección de fútbol de Francia. Enhorabuena a la selección de Argentina, y a todos los argentinos por este título. Al final y parafraseando a Jorge Valdano: "El fútbol es lo más importante, de lo menos importante".

De ésta manera llegamos a nuestra vigésima edición, y última del año. Llegar a veinte ediciones, no es nada fácil, pero el contar con un grupo de trabajo tan comprometido, y profesional; facilita el trabajo y nos hace caminar hacia adelante. Agradezco a todo el equipo de Alma América, por su esfuerzo y dedicación, para llegar hasta aquí, de igual manera agradezco a mis antecesores, por todo su trabajo realizado. Aprovecho, éstas líneas, para extenderles, que uno de nuestros objetivos para el año venidero, es sumar más colaboradores a nuestra revista, y consolidarnos como una de las revistas más leídas en Iberoamérica.

Deseamos que el amor, la bondad, y la prosperidad lleguen a sus casas, y sus familias. Alma América, y su consejo editorial, desean a ustedes unas felices fiestas decembrinas, y un próspero año nuevo 2023.

¡Feliz Navidad y excelente año 2023!



Instituto Cultural
Iberoamericano



Diego Vasquez Rivero
Poeta y escritor

Bálsamos en *Sepia*

Mirando el recetario que me dieron para mi cefalea pulsátil tensional (traducción: se me parte la cabeza por pasarme de rosca con los nervios) me doy cuenta de la vertiginosa involución que ha sufrido la medicina en torno a semblantes, sintomatologías y tratamientos. Llámennla como quieran: Holística o microbiótica, ortomolecular o acupunturista, ninguna de las veinticuatro ramas de la medicina ni sus tortuosos injertos alternativos superan a la imbatible farmacopea ochentosa en detección de enfermedades, estrategias y rituales con gusto a "¡abrí bien grande esa boca o te encajo un sopapo!".

En nuestra infancia presenciábamos milagros de sanación que de haber sido registrados por el Vaticano tendrían su lugar preponderante dentro de los relatos hagiográficos. Y llegado el caso, ¿no serían nuestras abuelas unas santas veneradas aquí y allá por haber curado dolores de oído, barriga, calambres e incluso ceguera temporal? Las mías, tentativamente, podrían llamarse Santa Eva Torturadora y Santa Elda



Amenazante. Dentro de su hornacina o al borde del retablo, modelarían quizás unos amplios vestidos primaverales hasta la rodilla, delantales cuadriculados, cancanes tapa-várices y alpargatas, todo ello coronado con una radiante aureola de chapa cobriza. Pero, la incógnita permanece: ¿Cómo lo hacían? ¿Cómo lograban calmar el único llanto justificado que puede nacer de un nenito? Sólo por hoy me atreveré a develar los misterios ocultos detrás de sus manos curtidas por el amor a la familia, porque

así como San Jorge venció a un dragón y David al titánico Goliat, nuestras beatas también tenían sus propios enemigos por derrotar. Uno de los más peligrosos, despiadados y dañinos era "el aire".

¿Contractura insoportable de espalda? La Elda decía "te entró un aire". ¿Dolor de oído? Le salía un "me juego la cabeza que es el aire". Aún teniendo más contaminación en la atmósfera y menos oxígeno para respirar en estos tiempos, una mínima rafaguita de viento en los ochenta resultaba

sumamente perniciosa. Gracias a Dios, ella siempre tenía alguna mística solución bajo la manga. Para los nudos musculares, barritas de azufre. Desconozco qué duende o criatura mágica secretaba esos cilindros porosos y amarillos (o por dónde), pero realmente funcionaban. Aplicarlos era facilísimo, bastaba con amasarlos sobre la espalda hasta que campanilleen y revienten junto con la acosadora mialgia.

Para los dolores de tímpano, cucuruchos de papel. "Alcanzame El Observador

que está abajo de la mesita de luz", gritaba la Elda. "¡Todo el diario no, zonzos, una hoja nomás!". El cono formado con esa única hoja de clasificados era entonces colocado boca abajo, de punta, dentro de nuestra temerosa oreja a modo de chimenea y luego, por el extremo opuesto, se le prendía fuego. Tocaba entonces esperar el momento exacto en que surgiese desde sus entrañas una potente llamarada, cuya sorpresiva aparición suponía la prueba irrefutable de que el espíritu del Zonda se había ido (no sin antes dejar a su candente paso un reguero de pabellones, lóbulos y pelos chamuscados).

A pesar de su nocividad, el aire era poco comparado a otros males más grotescos. Como la vez que grité: "¡Abuela, me salió un huevo en el ojo!". "¡No es un huevo, mijo!", contestó ella. "Se llama orzuelo. Aguantame que te paso el anillo y se te va". La simple frotación de su anillo contra el buzo de lana, sumada al posicionamiento certero del mismo en el punto justo del párpado, resultaba ser la solución esotérica para esos cúmulos sebáceos de apariencia genital.

Otro de los enemigos nefastos con quienes tenían que vérselas eran los parásitos. Ante la posibilidad de tamaña amenaza, nuestro baluarte inmunológico no podía mostrarse indefenso. Cubriendo el flanco derecho se encontraba a veces un buen plato de leche tibia con ajo (sí, lo sé, era repulsivo); y apostado entre las almenas, dispuesto a contraatacar en cualquier momento, aguardaba el ajeno pasado por helada. Los dos servían al noble propósito de hacernos vomitar medio hígado... Quiero decir, de eliminar a esos blancos gusanetes con ínfulas de mineros estomacales. Si se trataba de un leve dolor de panza me tiraban el cuerito (eufemismo para "pellizco doloroso



y prolongado en la espalda a nivel cadera de acción terapéutica") o me decían que vaya a lo del abuelo Negrín porque él sabía curar con secreto. Todo calengo, me cruzaba a su casa y apenas estábamos sentados este chamán tomaba una cinta métrica, o en su defecto el elástico con que jugaban mis primas, y "me medía". ¡Había que ver las pantomimas con que practicaba su teatro!

Extendía la cinta desde la boca de mi estómago a la suya formando una especie de puente, luego pronunciaba mantras secretos mientras iba acercándose hacia mí, caminando (por así decirlo) con el antebrazo sobre toda la extensión hasta cubrir el tramo. La gravedad del asunto se indicaba por dónde terminaba su mano: si paraba justo en el pecho estabas bien; en el cuello, maso, maso; en la cara, medio empachado; en la frente, aproximándote al síncope; y hasta la coronilla, más te valía que hayan encargado el ataúd. Concluida

la faena sellaba su curación persignándose tres veces. En seguida, bostezaba o eructaba mis males y sinceramente, a juzgar por el olor putrefacto que despedían sus encías de fumador compulsivo, no sé quién de los dos estaba peor.

En fin, si los gérmenes no podían entrar por la boca hacia nuestros preciados chinchulines lo hacían por la nariz, usurpando cajas torácicas y congestionando gargantas. Vapores y paños calientes sobre el pecho eran la mejor solución para ese moco testarudo que no quería irse de su covacha pulmonar. ¡Qué Vic Vaporub ni Pulmosán! Mi vieja hervía agua con hojas de eucalipto en una cacerola, me acercaba el rostro a ella y erigiendo una carpa de toallas alrededor creaba así mi sauna personal. El "ma, ¿ya está?" se repetía infinitas veces hasta que la vieja se hartaba. Pensarán que soy un pesado, pero yo los quiero ver aspirando ese caldo con la cara roja tomate y

lagrimeando a lo Marimar; me faltaba cantar "costeñita soy, a mis abuelos se le incendió el jacal". Sopa de apio con caldo de gallina finalizaban la exitosa operación. Otros males no eran tan quisquillosos en relación a sus antidotos. ¿Nos cortábamos? Merthiolate. ¿Nos golpeábamos? Merthiolate. ¿Nos dolía la muela? Adivinaron, Merthiolate. En caso de no haber este elixir comparable al quijectesco bálsamo de Fierabrás en nuestra heladera (sería como que no haya arroz en China) se usaba aloe vera en todos sus formatos: infusión, ensalada, crema o gotitas.

Ahora bien, aplicada sobre la muela no era calmante, sino calvario; claro que siempre se podía optar por ir al dentista o hacer enojar a un primo para que de un piñazo te saque parte del comedor (muy efectivo, lo he comprobado). Hubo veces que me acalabró la jeta a trompadas y en esos momentos difíciles nada podía venirme mejor que varios corchos rebanados. ¿Qué tendrá que ver el queso de chanco con la velocidad? Absolutamente nada. Aunque se suponía que colocar entre los dedos del pie un corcho cortado en finas fetas apaciguaba cualquier calambre. Tales eran los poderes emanados por los objetos en la medicina de entonces.

Al reflexionar sobre estos aspectos, se intuye que motivos para inquietarme ante un recetario cuya única indicación es "Amoxicilina 500 x 8 u." no me deben faltar. Me sorprende al notar que la cura, garrapateada a la ligera, no incluye aloe vera. Por las dudas, voy a pedirle a mi vecina si no me corta un gajito del cantero. En todo caso, ante falla o error en la dosis, tengo la única píldora que aprendí a amar conforme recibía aquellos memorables remedios tradicionales: un potente antivomitivo.





Mabel Padilla
Poeta y Escritora

Conectar tu pasión a tu propósito es saludable

Últimamente he venido hablando en los programas de radio de Lectura Saludable sobre el tener un propósito en la vida y la importancia de conectar la pasión al mismo.

Siempre que hablo con algunas personas me cuentan que cada día se sienten desmotivadas en todo lo que hacen y no encuentran las causas.

Ante esto como Educadora para la salud y al tener la experiencia de haber trabajado con varios grupos en los talleres decidí compartirles reflexiones sobre el tema y algunos tips.

Tuve la oportunidad de conocer distintos tipos de personas en diversas situaciones y cuando hablamos del tema desmotivación, el denominador común es el desequilibrio que hay entre lo que se quiere hacer y lo que se hace. Dicho de otra manera es como que no logran que lo que más aman hacer en la vida esté conectado con lo que están haciendo.



Por ejemplo, una persona puede amar pintar y nunca puede hacerlo, porque lo que hace todos los días es ir a una oficina y hacer otro tipo de trabajo. Esto no le permite a la persona que lo hace motivarse más, desarrollar sus capacidades y habilidades, comunicarse libremente, sentirse plena, satisfecha. Y por supuesto que esto desencadena en la disminución de su confianza en sí misma, porque no se siente capaz de alcanzar eso que tanto le gusta. No se debería estar en esa encrucijada, creo que se puede alcanzar eso que tanto les apasiona mientras se hacen otros trabajos.

Desde la educación para la salud lo principal es promover la salud de las personas y la manera más simple y directa es motivar a las personas a que realicen aquello que les apasiona y que eso se conecte a su propósito. Porque cuando las personas no pueden alcanzar sus metas, sueños y propósitos empiezan a enfermar, a quejarse más,



a protestar contra la vida. Estos son indicadores de que no están saludables, porque no ríen como antes, no se sienten bien consigo mismas, no se entusiasman y no progresan.

Algunos de los tips a tener en cuenta a la hora de querer recuperar sus ganas, ilusiones, entusiasmo y confianza personal son:

- 1) Indaga sobre cuál es realmente tu propósito, que es lo que deseas lograr en la vida y anótalo.
- 2) Identifica qué actividades realizadas durante el día son las que te dan mayor placer, te hacen sentir bien. Anótalas.
- 3) Detecta en ti mismo, cuando estás haciendo algo con mucho entusiasmo y pregúntate si podrías hacerlo más seguido.
- 4) Decide hacer o dedicarle más tiempo a

esas actividades que hagan que tu estado de ánimo se eleve y te dé mayor satisfacción.

Para lograr todo esto

se necesita tomar decisiones y tener coraje, por eso te regalo una poesía del Libro: Lectura Saludable, poesía para motivarte que fue Best Seller y está disponible en Amazon.



Coraje

*Coraje para mirar
A los ojos
Decir lo que se siente
Coraje para observar
Lo obvio.
Coraje para decir
Lo siento
Coraje para abrir
Los ojos
Aunque duela.
Coraje para irse
De lugares
Alejarse de personas
Coraje para emprender
Lo nuevo
Y desterrar lo viejo.
Coraje para tener
Ideas propias
Coraje para no engañar
Nuestras metas
Coraje para no callar
Ante una injusticia
Coraje para no
Ceder ante la
Maldad
Ni ser frío ante
La necesidad
Del otro.
Coraje para amar.
Coraje para amarse.
Coraje simplemente
CORAJE.*



Manuel E. Montilla
Escritor y Poeta

Balada para un cuerpo: Taty Hernández Durán

Muestra pictórica: Maestro Fernando Ureña Rib



Lo anota Pablo en su Canto General: "Yo no voy a morirme. Salgo ahora, en este día lleno de volcanes hacia la multitud, hacia la vida". Es que la palabra es la nomenclatura con que marcamos la senda que nos conforma y nos justifica. La poesía signa la alborada y en ella somos o creemos ser. Por ello el poeta no tiene necesidad de creer. Sabe lo que somos y nos lo oculta en un acto de amor. Es la del bardo una necesaria acción de misericordia, o tal vez una memoria que no claudica.

Taty Hernández Durán es Poeta. Por ello desciende por la piel a los meandros de la carnadura y del amor. Nos brinda cobijo de las incertidumbres y nos permite reconocernos en los límites sensoriales.

Taty Hernández Durán, poeta, narradora, abogada y articulista quisqueyana, nació en la hermosa región de Jarabacoa, República Dominicana como Emilia Hernández Durán. Esta activa gestora cultural, ha ejercido el periodismo literario a través de importantes medios de prensa. Desde el 2002 organiza el «Festival de Poesía en la Montaña», sin lugar a dudas uno de los eventos culturales más importantes y trascendentes de Latinoamérica, al que concurre una pléyade importante de destacados cultores de la palabra de nuestro continente.

Ha sido jurado de varios concursos literarios de proyección nacional y representado a su país en eventos de literatura a nivel internacional. Administra en Internet la comunidad literaria «El Patio de las Cayenas», y modera

la lista de correos «*Abecedario*», en la que confluyen autores dominicanos radicados en todo el mundo. Ha ejercido el periodismo literario a través de importantes medios de su país.

Taty Hernández Durán publicó el poemario «*Temblo de la espera*», Ediciones Hojarasca, en el 2003. En el 2005, participó como miembro del equipo que produjo, junto a los escritores Noé Zayas e Ibeth Guzmán, la antología «*Voces del Valle*», que es una selección de literatura de la Región del Cibao.

Poemas y trabajos suyos han aparecido en antologías, periódicos y revistas de su país y del extranjero: Estados Unidos, Puerto Rico, Guatemala, El Salvador, Venezuela, Nicaragua y Panamá. En su constante accionar cultural ha participado en ferias, congresos y festivales

BALADA PARA UN CUERPO: I

duerme este cuerpo
sin rastros
sin inmensidades
no le corre la sangre
tan solo el sopor de un vuelo
duerme este cuerpo
inerte como la noche
del río
evaporado
de la mañana
al mediodía
duerme este cuerpo
pareciera que se ha ido
pareciera

literarios nacionales e internacionales.

Taty Hernández Durán, es una mujer comprometida con la poesía y con una profunda filosofía de vida que le brinda sólidos principios con los cuales cimentar su labor de gestión cultural y destacar lo más sustancial de sus raíces.

La escritora puertorriqueña Belia E. Segarra Ramos opina que: «la poeta Taty Hernández Durán ha templado su verbo paulatinamente en un proceso depurador teñido por sucesiones sistémicas donde nos revela su alma como un vaso que lo contiene todo, desde un momento de hervidero enérgico y carnal hasta el pulido y rico respirar de la imaginación pausada y ardiente que disfrutamos en la mayoría de sus poemas.»

Por su labor de promoción y difusión de la poesía dominicana, y su notable aporte en la creación del «Festival de Poesía en la Montaña», ha sido reconocida y justipreciada por la Alcaldía Municipal de Jarabacoa, el Ministerio de Cultura y la Cámara de Diputados de la República Dominicana.

Hemos de destacar la enorme empatía que mantiene con Panamá, lugar donde residió un tiempo, cursó estudios, y en el cual ha cultivado grandes amistades en todo el territorio istmeño, constituyéndose en un valioso vínculo de hermandad, fraternidad e integración cultural entre nuestros pueblos.

En nuestra República de Chiriquí, su obra y persona fueron ampliamente

estimadas por el Maestro Poeta Dimas Lidio Pitty (1941–2015), quien ponderó la poesía de la quisqueyana como de amplio registro emocional y de profundo sentido vivencial y erótico. «Placer de fuego:/ con la leña encendida, / sueño en tu sueño.»

Taty Hernández Durán es una imprescindible voz literaria contemporánea, pero más allá de su enorme contribución a las letras, es una persona integral que cultiva el hermoso hábito de la fraternidad y del amor a nuestros terruños. Tal como expresa en su poema «Xiguapa»: «Es mi risa un salto de agua. / Versifica miradas / irrumpiendo el sueño / de los que no desesperan, / de los que logran / abrazarme.»



BALADA PARA UN CUERPO: III

en mi soledad de sábana
invisible
¿cubriré las emociones?
me envuelve la tela
¿se entrelazará
al influjo de las letras?
que crea un cuerpo
que vibra un cuerpo
que llora un cuerpo
si creo
si vibro
si lloro:
vivo

BALADA PARA UN CUERPO: VI

el fuego
vigilante del deseo
recorre el cuerpo
hormigas navegan
el volcán sin alientos
el fuego solidifica
esta alfombra
en el trillo que crea lava
recoge nubes en la luz
y hay riscos en la piel

Acompañamos esta nota, sobre la Poeta Taty Hernández Durán, con las obras pictóricas del gran Maestro Fernando Ureña Rib. La Romana, República Dominicana, 21 de marzo de 1951, Berlín, Alemania, 27 de diciembre de 2013.



Msc. Lic. Jackeline Barriga Nava Ph.D
 Psicóloga, escritora, investigadora educativa, poeta

El Arte En la Salud Mental

El arte es una actividad que el ser humano recrea con una finalidad estética de un aspecto de la realidad, sentimiento o imaginación valiéndose de sus percepciones; es decir de los sentidos, por ejemplo: la imagen como es la pintura o la escultura; el sonido como es la música; la palabra como es la poesía, el teatro, la declamación; asimismo

el cine, fotografía, danza, comic y otros. Presenta una fuente creativa, técnica, estética y expresiva.

Según UNICEF en Bolivia 8 de cada 10 adolescentes sufre o a sufrido depresión y en el mundo la depresión es la causa de muerte más alta, además conlleva otras enfermedades tanto mentales como físicas como enfermedades cardiovasculares, diabetes, acciden-



tes cerebrovasculares, alzhéimer, riesgo de osteoporosis y suicidios; sin embargo, un salvavidas muy efectivo puede ser el arte.

El arte tiene beneficios para la salud (mediante la participación activa o pasiva) en cinco amplias categorías de artes: artes escénicas (música, danza, canto, teatro, cine);

artes visuales (artesanía, diseño, pintura, fotografía); literatura (escritura, lectura, asistencia a festivales literarios); cultura (visitas a museos, galerías, conciertos, teatro) y artes en línea (animaciones, artes digitales, etc.), no solo es distractivo o una pérdida de tiempo como muchos califican, el arte tiene relación con





la salud integral, se ha comprobado que escuchar música ayuda a controlar el nivel de glucosa en la sangre, hacer música mejora el sistema inmunitario y la gestión del estrés, bailar proporciona beneficios en la psicomotricidad fina y gruesa, la pintura o la escultura ayudan en los estados depresivos, la escritura como la poesía, cuento ayuda a controlar estrés y a desarrollar habilidades cognitivas; asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS), muestran las maneras en que las artes pueden abordar problemas de salud insidiosos o complejos como la diabetes, obesidad y la mala salud mental.

El Colegio de Psicólogos de Bolivia maneja un lema bastante interesante que resume lo dicho y dice: "no puede haber salud física sin salud mental".

Otro aporte importante se encuentra en los niños cuando los padres les leen historias antes de dormir tienen un tiempo de sueño más largo y mejor concentración en la escuela; también se destacan los beneficios del teatro en adolescentes para la expresión oral y no verbal y mejora de la autoestima.

En la historia de la

humanidad tuvo aportes también muy importantes por su alto contenido creativo como sucedió en los años de la Gran Guerra (1914-1918), hubieron 20 millones de soldados sobrevivientes, muy pocos estaban libres de poseer huellas de la guerra, 16 % presentaban lesiones fáciles que aparte de no poder ver, comer, beber de manera adecuada, tenían un aspecto desagradable y eran rechazados, pero apareció la escultora Anna Coleman Ladd, esposa del cirujano Harold Gillies, quien cambió la vida de muchos hombres realizando moldes de yeso, los cuales se convirtieron



en mascarillas protésicas que a final sirvieron como prótesis en latón, ésta se pintaba al color de la tez, se incluía colocación de cabello, cejas, barba y por último se colocaba el sistema de fijación con una cuerda para amarrar

en la nuca, o unos lentes para asentar la máscara a las orejas, los soldados no podían comer ni beber con la máscara puesta, pero les sirvió para reincorporarse a la sociedad y verse otra vez humanos.

En total, Anna Coleman Ladd realizó 185 máscaras hasta 1919, una artista que pavimentó el desarrollo de las prótesis estéticas modernas, también hay que resaltar que la música, baile, escritura como el diario de Ana Frank entre otros no faltó en ningún momento, incluso en la misma pandemia COVID-19 se puede relatar muchos hechos relacionados al arte y salud mental. En la actualidad dentro la psicología el arte es considerado un instrumento para la educación, desarrollo de habilidades y terapias como la musicoterapia, arteterapia, risoterapia, psicopoesía, la pintura y escritura como terapia que se lleva a hospitales, centros de discapacitados, asilos, centros infantiles y otros.

El arte y la salud mental aportan a la salud integral del ser humano, si bien el arte es subjetivo, no obstante se aplica en la vida del ser humano para satisfacer sus necesidades y es parte de la ciencia.





Matilde Chanagá Gallardo
Poeta colombiana

Lo realmente *Valioso*

Más allá de un asunto político o mediático el tema del cuidado de nuestra casa en común debe ser prioridad por encima de los intereses económicos de las naciones, es urgente buscar alternativas energéticas amigables con el medio ambiente, de lo contrario caminamos cada día más rápido hacia la extinción de nuestra especie; sería apenas justo si cambiamos nuestra visión de lo que es realmente importante y que se midiera el progreso de las naciones por la riqueza y diversidad de recursos naturales entender entonces por ejemplo que es más valiosa el agua que el oro, ¿qué tal si te dijeran que vales lo que pesas en agua, no en oro? Parece tonto, pero se puede vivir sin oro, sin agua ni un día; por tanto desde mi punto de vista, cuando haya en la humanidad un despertar de conciencia tal vez la hegemonía y la geopolítica, se definirá por los países que tengan más recursos hídricos, paramos y selvas,



no los que tengan las armas de más alcance, más energías fósiles o bombas nucleares.

En mi caso, les confieso que mis sueños de prosperidad han cambiado a medida que tengo más edad y me doy cuenta de la gravedad de la contaminación y deforestación y sus alcances en la afectación del clima; en mi país Colombia el cambio climático se manifiesta en lluvias to-



rrenciales que inundan las zonas bajas y derrumban las montañas. Según informes del DANE el 2022 es la temporada lluviosa más extensa y fuerte de la historia del país dejando una cifra alarmante de pérdidas materiales, muertos y heridos superior a años anteriores; por tanto si antes soñaba con tener un auto, hoy sueño con tener un terreno para producir alimento y plantar árboles, ya que otra consecuencia de este fenómeno es la escasez de comida; por otro lado ni pensar en joyas hechas de oro o piedras preciosas, ahora soy consciente de lo que hay detrás de la producción de estas: afectación a la tierra, uso de químicos tóxicos, explotación laboral e incluso trabajo infantil, también trata de personas que son utilizadas en la prostitución en zonas de minería, sin contar con la contaminación de los ríos que en ocasiones la minería ilegal ha llegado incluso a desviar su cauce; se han desatado verdaderas guerras por el dominio de las minas y su relación con grupos armados legales e ilegales lo mismo

con narcotráfico y lavado de activos.

Respecto al tema del cambio climático en el mundo: es preocupante que el alto nivel del mar se aceleró considerablemente en los últimos años, según el último informe de la Organización Meteorológica Mundial lejos de disminuir, las causas y las consecuencias provocadas por el cambio climático no dejan de crecer a causa del deshielo por la producción excesiva de CO₂.

La preocupación desde antes del 2020 de António Guterres, Secretario General de la ONU, está avalada por los datos de este último informe elaborado por la Organización Meteorológica

Mundial (OMM)

Un reporte apunta a que entre los años 2014 y 2019 se registró el período de mayor temperatura de la historia y hasta mayo o junio del 2022 ha superado la medida de entre 1850 a 1900. Esto es debido a las crecientes emisiones de carbono: la cantidad de gas que ingresó a la atmósfera entre 2015 y 2019 aumentó en un 20% en comparación con los cinco años anteriores.

Un llamado a la conciencia hacen los científicos y ciudadanos de todo el mundo, en especial los jóvenes y niños que actúan con gran madurez y responsabilidad haciendo un llamado a través de sus

manifestaciones a los líderes del mundo a favor de la naturaleza, por Colombia el niño ambientalista Francisco Vera recientemente nombrado por la ONU como asesor infantil del comité de derechos del niño, el ha seguido la línea activista de la adolescente sueca Greta Thunberg que se ha convertido en la voz más visible de una juventud preocupada por los efectos del cambio climático en todo el mundo.

Aunque los causantes de producir gases de efecto invernadero niegan la realidad expuesta por los ambientalistas y científicos; la verdad es que más allá de las cifras expuestas por las organizaciones, en los últimos años se ha hecho tangible el fenómeno del cambio climático manifestado en desastres naturales como huracanes, sequías que llevan a incendios forestales, exceso de lluvias y avance del océano sobre las costas, selvas como el Amazonas sufre deforestación por parte de empresas madereras sin que los gobiernos hagan nada, al final quienes sufren las consecuencias son los más inocente y pobres del planeta.



*Sin propósito, sin debate,
por abrumadora mayoría.*



Nebver San Martín Herrera
Artista Plástico, Humorista Gráfico,
Editor y Atrevido Escritor.

Navidad vacada

No cabe un alfiler de cordura en este hormiguero rojiverde. La cacofonía del trueque satura la fiesta monetaria de la multiplicación cannabis. Nadie puede parar este desborde febril de herejías enlatadas. El cuco Herodes se hamaca tras la mascarada de los villancicos de caramelo.

El pobre Niño se encoje a lo lejos, retraído en su miseria; con su estrella de trigo; con su incendio que se apaga en sus ojos de miel; con su ramita de olivo entre los pañales de bienaventuranzas; con su mohín de cuatro clavos sobre la frentecita eterna; con sus campanas de paja en la gruta de luz; con sus palomas desplumadas bajo la noche Visa...

Hay un consenso ciego, denso, grotescamente automático; facturado por el motor de la gran máquina del mercado, arrojando sus larvas en aceite de olivo sobre el seso social de tecnopor, con la paciencia y perversión de un verdugo mandarín; contundente como el cianuro. No hay escapatoria para la presa: el hambre y eficacia del



predador cierran el círculo devastador del maldito artificio.

El santo dueño del santo es tragado por el

cepo Papa Noel. Se chamusca en la pira del mercado la última sombra del cordero. No hay tregua en el vértigo de los tragamo-

nedas. El carnaval de las moscas se apiña sobre el moribundo Niño-Dios; nadie repara en la tragedia del eco; nadie percibe el garabato suicida. Hay una curva siniestra en la boca del cuerno, como un maldito presagio que asoma triunfante los dientes.

La Noche Buena es muy buena para la noche de brujas. La pandilla de arlequines retoza en la ronda canalla cerca de la cuna. Juegan a ser justos. Hacen piruetas en el circo de las burlas. Croan los sapos bajo la luna del burdel. Una boca de luz roja eructa a los clientes de la gran pendejada. La indecencia se acicala en el peaje del decoro: la cosmética mentira es un verbo simétrico, saltimbanqui, que almidona la manga boba del populacho cómplice.

Entonces juegan a vacarse y en esa vaquería asoman los cuernos desleales. La metáfora cobra vida y punta en cada frente impía y el vaquerío se convierte en una pira comisaria de fantoches dueños de su índice inodoro. Se suman y restan las uñas y los dientes y el resultado solo multiplica



la gran división. El poder solo ha mutado su estado reptil de una escena a otra: su talento camaleón se readapta para el nuevo montaje de la gran farsa.

Algo inevitable nos muerde en la garganta con sus caninos de certeza: la celosía del yo se deshace en el nosotros; la tribuna es tragada por la gravedad de la arena, pese a nuestro ombligo instinto de pertrecharnos fuera del cerco. El balazo es a quemarropa: ¡nos merecemos esa granja; es más, somos en la granja! El ticket de esa tragicomedia no vaca nuestra evidencia de adictos contumaces.

En la densidad del aquelarre nocturno se atisban los lunares de luz que hacen la exorcista excepción: ¡el milagro constante de quienes hacen la diferencia! Ellos son los que se hincan ante el amor inevitable, a sabiendas o no, ellos son quienes heredarán el relevo de la luz al fondo del túnel; los que ha-



rán posible el milagro de los días terceros, de las tierras prometidas pese a las tormentas de arena y a los abigeos del camino.

La noche de Belén cre-

pita como un pergamino azul estrujado en el fondo de un tacho, con su letra de amor sin menoscabos, con sus peces y panes bajo el verbo, con su fuego

prometido sin metáforas. Crepita la palabra en la oquedad de cada nombre y el verbo se hace sopló en el cuenco de la arcilla hecha losa y el cerámico adornado respira sobre su traje de marioneta ilustre y entonces piensa y luego existe y luego tiene para ser teniendo y teniendo para ser y el Niño arinconado que revive sobre los árboles sintéticos, sobre los panetones que nunca llegarán a ser simplemente panes, sobre todos los pavos expiatorios y horneados, sobre los huevos honestamente pascuales, sobre las guirnaldas kilométricas, sobre los ejecutivos de cuentas y obesos papanoeles, sobre las cordilleras de juguetes y sobre tantísimos regalos, sobre los bolsillos ahuecados y la neurosis colectiva; el Niño moribundo se levanta con sus migajas de misericordia en las manitas, se acerca y nos mira con indulgencia infinita.

¡Acaso no estemos del todo perdidos!



Hernán Narbona Véliz

Escritor, Poeta, Periodista Independiente

Oda a lo inútil

Entrampado en los materialismos el ser humano va perdiendo su espiritualidad, aquello que lo hace semejante al Creador, a la esencia del ser. Desde que nace lo encarrilan las camisas de fuerza de un modelo lleno de sofismas. Su paso hacia el ser es constreñido por la prisa, al aprendizaje de aquello que le sirva, aquello que sea funcional a una necesidad imperativa de logros cuantificables.

¿Qué quieres ser cuando grande? Los niños dirían, en su candidez e inocencia, que quieren jugar con otros niños, que quieren ser felices. Pero, el mundo adulto ha asimilado la felicidad a la tenencia de objetos, a la posesión ilimitada, a la carrera salvaje tras vellocinos de oro, sin mirar al costado, tratando de ascender individualmente, dejando de sentir y disfrutar del camino. Desde el jardín de infantes aparece lo utilitario, aquello tangible, que sirva, la caja de útiles. La sociedad mediática segmenta has-



ta el infinito, moldeando gustos, distribuyendo a nivel planetario aquello que no se necesita, reeditando silabarios con absurdos retoques para que todos los tengan que comprar de nuevo.

El consumismo, el elitismo, el sentido aspiracional y la pseudo pertenencia a lo banal y superfluo, invocan, adoran lo útil, descartan aquello que no sirva a los propósitos de éxito. Así, la caja de útiles se expande. Ya no basta con la cajita de lápices de colores, un compás, una regla, goma de borrar y lápiz grafito. Hoy se necesita estar en

vanguardia, usar las marcas, el último celular, el más bacán video juego, el metaverso.

El hombre, inseguro de sí mismo, busca en lo utilitario las certezas, la exactitud, lo mensurable, el dinero. Y, en ese ejercicio, deja fuera los sueños, la cábala, el albur, la cofradía, la utopía rebelde y tozuda, que crece entreverada como enredadera de los primeros veranos. El pragmatismo salvaje, que viste lo utilitario, es avasallante, los afectos resultan inútiles si no conducen a los intereses priorizados. Lo útil tiene precio, se transa, es la

apología consumista de lo aplicable, es la racionalidad acomodaticia de eunucos genuflexos, sometidos al amo que los usa, autodidactas del servilismo, todo vale, con tal de llegar a tenerlo todo.

La genial fuga de la sinrazón, de tejedoras de mosaicos etéreos, el halo inasible e incorruptible de los sueños, se rescatan en la palabra espontánea de los trabajadores de las letras, que no colapsan en lo políticamente correcto. Desde allí mi rebeldía.

Vivan las cosas que mantuvieron su esencia gratuita, viva el cantar madrugador de los chin-



coles, del gallo heroico que, guardado en los cerrros, me despierta antes que suenen la alarmas de los celulares. Vengan sonrientes los libros de cuentos, los refranes y las oraciones inusitadas que brotan en los temblores, que salgan a trotar los manifiestos y las cartas públicas, exigiendo simples petitorios de borrachos, atados de promesas inválidas y en desuso.

Nadie cree en lo inútil y los marginales escritores encumbramos lo inimaginable, mientras los genuflexos lucran con las migajas de sus amos, depredan sin asco, le sacan provecho al prójimo, un mero descartable más, si no sirve, que se friegue y a otra cosa, mariposa.

El hombre desvaría buscándole utilidad a las cosas, habla de ponerlas en valor, hacerlas rentables, lucrar hasta el hartazgo, mientras olvida el gozo de simplemente verlas, bienes comunes, engalanar tus nostalgias, los paisajes del canal de Panamá, el valero de plaza Garibaldi, el mate burilado de El Salvador, las mujeres negras bajo quitasoles de colores en Belice, las mujeres guaraníes bailando con bo-

tellas verdes sobre sus cabezas, en Asunción, las gordas hermosas de Bahía, el tango gratuito de Lavalle y Florida, las postales arrumbadas de paisajes olvidados. Testimonios inútiles, libros dedicados, un saludo amigo entre manchas de vino en un libro querido,

tal vez el resabio de un amor perdido, episodios que te embriagaron, que aún te remecen el alma. Viva la Poesía, vivan mis inútiles versos, mis enamoramientos instantáneos, mis fenomenales pérdidas de tiempo sobre el peral de mi quinta.

Pertenezco a la cohor-

te marginal de los poetas. Frente al pragmatismo, declaro: la creación es una vertiente de libertad y los poetas, en términos transversales, debemos mantener la condición de independencia, combatiendo lo fatuo, lo burdo, el feísmo, el negacionismo cobarde, el culto a lo utilitario, para no convertirnos en artilugios del poder, en objetos manipulables, en entes funcionales con un precio en la frente.

No podemos ser útiles a las estrategias de los poderosos y por eso planteamos la apología de lo universal, de lo sencillo, de los bienes comunes, esos espacios colectivos, hasta donde la codicia no llega. Defender la colaboración y la gratuidad es defender la libertad como aire vital del trabajo de los trabajadores del arte. Nadie podrá impedir que seamos un persistente e irreverente motor de sueños y utopías; nadie podrá impedir que elijamos el aire y la vida, soberanos en nuestros reinos de armonía, sin aceptar que los poderosos mercantilizan o acallen nuestras voces libertarias. La inútil Poesía es ineludible.



Recuerdo inventado (Restricción de carácter oulipiana propuesta desde Latinoamérica) a partir de información suministrada por el Centro Gabo



Carlos Alberto Villegas Uribe
Escritor, artista, gestor y periodista cultural

Uno de los discutidores de Aureliano Babilonia...

Entre el paisaje cultural cafetero colombiano (1ª entrega)

Cómo lo referencia el Centro Gabo: Los cuatro discutidores: así llamaba el narrador de Cien años de soledad a los amigos de Aureliano Babilonia que se reunían en la librería del sabio catalán a despotricar sobre literatura, filosofía e historia. Sus nombres eran Álvaro, Germán, Alfonso y Gabriel, y se considera-



ban los lectores más ávidos de Macondo. Llegaban a la librería a las seis, siempre con un tema de conversación que continuaban en los burdeles del pueblo, especialmente en "la casa de las muchachitas que se acostaban por hambre".

Cuando Gabriel García Márquez creó estos personajes estaba pensando, sin duda, en sus mejores amigos de Barranquilla: Álvaro Cepeda Samudio, Germán Vargas

y Alfonso Fuenmayor. Junto con Ramón Vinyes y José Félix Fuenmayor conformaron la tropa más destacada de la intelectualidad caribe a mediados del siglo anterior, un sexteto selecto que acabó ganándose el apodo de Grupo de Barranquilla.

Gabo los conoció en septiembre de 1948 durante un viaje a Barranquilla. Habló primero con Germán Vargas y Álvaro Cepeda Samudio, colegas



de El Nacional, y estos le presentaron a Alfonso Fuenmayor, periodista en ese entonces de El Heraldo. "Teníamos tantas cosas en común que se decía de mala leche que éramos hijos de un mismo padre", comenta García Márquez en *Vivir para contarla*. "Estábamos señalados y nos querían poco en ciertos medios por nuestra independencia, nuestras vocaciones irresistibles, una determinación creativa que se abría paso a codazos y una timidez que cada uno resolvía a su manera y no siempre con fortuna".

Como el grupo de Cien años de soledad, este otro grupo de la vida real se reunía en diversas librerías y cafés alrededor de sus maestros: el dramaturgo catalán Ramón Vinyes y el novelista José Félix Fuenmayor. Por lo general sus debates encarnizados también terminaban en los burdeles de la ciudad

Uno de ellos Germán

Vargas, un locutor que cazaba talentos evocó a Gabo en el paisaje cultural cafetero cómo lo refiere este recuerdo inventado.

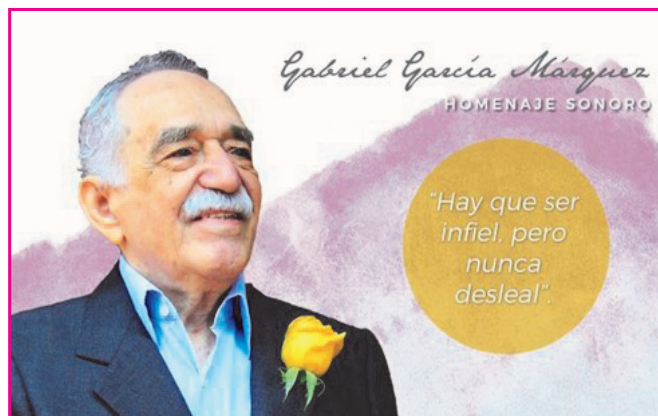
Para el período de Gabo en Barranquilla, Germán Vargas era columnista vespertino de El Nacional, donde ejercía el periodismo y la crítica literaria. García Márquez le dedicó el relato "El desconocido", publicado en El Heraldo el 20 de mayo de 1950. En sus memorias, *Vivir para contarla*, el premio nobel de literatura colombiano lo describe así:

Fue uno de los mejores locutores de radio y sin duda el más culto en aquellos buenos tiempos de oficios nuevos, y un ejemplo difícil del reportero natural que me habría gustado ser. Rubio y de huesos duros, y ojos de un azul peligroso, nunca fue posible entender en qué tiempo estaba al minuto en todo lo que era digno de ser leído. No cejó un instante en su obsesión temprana de descubrir valores literarios ocultos en rincones remotos de la Provincia olvidada para exponerlos a la luz pública. Fue una

suerte que nunca aprendiera a conducir en aquella cofradía de distraídos, pues teníamos el temor de que no resistiera la tentación de leer manejando.

Recuerdo inventado:

Los aromas legendarios de los tamales de Doña Graciela estimularon las papilas del jurado del concurso nacional de cuento breve convocado por la revista *Termita*. Germán Vargas Cantillo, entre ellos. Había sido invitado por sus codirectores el poeta samario Javier Moscarella y el profesor uníquindiano Álvaro Nieto. Con su característica generosidad el escritor y periodista, integrante del Grupo de Barranquilla, había reseñado la revista *Termita* en varias de sus columnas en El Heraldo. Mientras almorzábamos nos compartía anécdotas sobre Gabo. **Continuará**



¿Qué testimonio dar? El naufragio es así.
Salvador Elizondo



Sofía Alvarado Cortés
Escritora, Poeta, Docente y viajera

Hacia un paisaje de lo posible¹

Intento hacer una disección del recuerdo, dividirlo en partes más o menos profundas, irme por su estructura como yendo hacia una exploración interior de lo vivido, de lo vívido.

Quisiera aclarar, en un principio, que todo lo aquí dicho es personal. Habitar la ficción es parte de mi cotidiano, me veo a mí misma como la creadora de recuerdos, de realidades, imágenes, mundos en los que participo con personajes accidentales que miran al abismo de sí mismos.

Me pregunto qué de toda esta invención coincide o no con los otros, la memoria como la recreación de una consciencia en que me habito. ¿En qué punto nuestras invenciones convergen?, ¿cuál es el vértice de este polígono? Lo decía Borges, soy una alucinación colectiva.

No hay nadie para constatarlo. Estoy yo, yo y mi cuerpo, yo y mis palabras, yo y la idea que me he hecho de este largo viaje por el sureste mexicano.

Viajar también es político, se viaja con el cuerpo, se viaja con todo lo que somos y hemos sido. Se viaja así, en solitario, mirando hacia adentro, adentro, muy adentro. Es una cueva con ecos, viajar es la caverna de Platón. La voz que lanzas al aire y te regresa igual, la misma sombra, sin otras vibraciones, plana o agitada. La voz se nos cae



cuando nos nombramos, se nos queda prendida de los árboles o se va entre las cascadas y los ríos.

Viajar es destejer la red, deshilar, desenhebrar la herida, vislumbrar el horror del mundo. Hasta en nuestras ficciones más lejanas encontramos que la realidad es un hueco que nos entra por los ojos.

Pero viajar también es perseguir, como Nerval, una imagen. Muy similar a la

teorización que hace Pascal Quignard en *La imagen que nos falta sobre la pintura*, "la imagen pertenece al mundo de lo vivo; vive antes del fin; señala indicios; vaga en la potencia pre-motriz de la acción.

Un paisaje es también, para alguien que penetra en él (...) algo más que una representación, antes de todo lo que acaece, hacia donde correremos a vivir. Un empuje, una floración, un deseo".

El tiempo, dice Quignard, se encuentra en lo vivo, en el momento en que la experiencia y el instante se miran cara a cara. Así, teorizar el viaje es una narración hacia el pasado, pero la acción de viajar es ese tiempo vivo en que buscamos la imagen que nos falta. Buscamos, ante todo, mirar; corremos empujados hacia la imagen, deseamos lo que vibra, lo que late, lo extraordinario.

Aquí, por supuesto, regreso al origen del viaje. Tal vez mi concepción nómada ha sido toda la vida mirar como miré una vez algún poema, alguna luz que se prendió de mi ropa y me incendió:

Al final, la mejor manera de viajar es sentir. Sentirlo todo de todas las maneras.

Sentirlo todo excesivamente, porque todas las cosas son en verdad excesivas y toda la realidad es un exceso, una violencia, una alucinación extraordinariamente nítida que vivimos todos en común con la furia de las almas, el centro hacia donde tienden las extrañas fuerzas centrífugas que son las psiques humanas en su conjunto de sentidos.

En este recuerdo que ahora habito, miro a través de la tela de la memoria, me miro a mí misma traspasada de violencias y es que "el horror es, sobre todo, un espectáculo-el espectáculo más extremo del poder", nos dice Cristina Rivera Garza en *Dolerse*.



Cuando viajamos nos topamos de frente con el espectáculo del mundo, con el poder en su dominio, como rey y amo del universo, del sistema. Afuera todo se ve magnificado, todo es gigante o diminuto. Lo terrible es una hipérbole; la belleza es la selva que no te cabe en la mirada.

He tenido primera fila en el espectáculo del poder. Habitar un cuerpo que viaja es sentarse a mirarlo. Lo vi en las voces de las mujeres, de todas ellas. Han leído bien, y sino, lo reescribo, de TODAS las mujeres que conocí en el sureste mexicano. Mujeres que se encerraron con miedo por días en el cuarto de una casa, con el ojo morado; niñas sacudidas por los golpes; mujeres sobrevivientes, mujeres traspuestas por el dolor de la anulación; mujeres calladas, con la voz hacia adentro, en un mutismo de piedra.

Lo escuché también de los hombres, escuché el poder a través de las palabras, el sometimiento, la exposición, la ridiculización. Miré dentro al rey, al dueño del poder.

Lo vi en la calle, mientras tocaba música tradicional, lo vi reírse, lo vi correrme porque estorbaba, lo vi ignorarme, lo vi suprimirme del mundo, porque todo lo que está en el margen, no existe. No existía. Allá afuera, no existíamos, nuestra palabra, no existía, compañeras.

Respiré las violencias, cada una me desestructuró el cuerpo, me hizo regresar la mirada a todo lo que hacemos en la lucha diaria. Me hizo repensar desde abajo,

porque resulta que, cuando creí que estábamos subiendo, íbamos caminando hacia lo plano.

Recordé la lucha zapatista, recordé a mis amigas feministas, a quienes he visto llorar por la violencia del mundo, pararse firmes en las calles, levantar la voz frente a las injusticias. Recordé su fuerza, sus abrazos, su ternura radical. Recordé su poder. Recordé que nosotras también sabemos crear espectáculos, que nosotras somos poderosas, somos ruidosas, nos habitamos desde y a partir de nuestros cuerpos libres.

Pero recordar, en medio de las luces y los brillos del poder, es difícil, compañeras. Ahí es difícil inventarse, crearse, ficcionarse. La gravedad de la realidad nos jala, nos enmudece, nos cansa, nos consume, nos hunde.

Las viajeras somos aquellas que Primo Levi llamó testigos integrales, personas que han regresado vivas de su contacto con el horror y que usualmente son incapaces

de nombrar su experiencia de los hechos.

No sé si en algún momento pueda articular por completo la experiencia. Sé que ahora me desconcierta que los viajes se vean como un todo pagado, un boleto de avión en segunda clase, una fotografía con filtro de una bahía contaminada. Me desconcierta la inmensidad que hay entre quienes viajamos por las orillas y quienes ocupan la carretera completa. Me mueve la desigualdad del cuerpo, la tala de hectáreas de árboles en la selva de Quintana Roo, el desagüe en el mar de las grandes empresas hoteleras en Tulum, el comercio de niñas y mujeres en Cancún, la desaparición forzada de jóvenes en Coatzacoalcos, los feminicidios en todo el país; los niños, los jóvenes, los ancianos sumidos en la pobreza en San Cristóbal, mientras el turista extranjero mira sus calles como una pasarela de exotismo. Me desconcierta, compañeras, que miremos

a otro lado, que hagamos como si todo el país fuera un fraccionamiento con pasto y alumbrado público.

Parto de estas imágenes, de la palabra que nos nombra, de esta realidad que nos golpea los ojos, y me pregunto si seremos valientes para, no sólo mirar en primera fila, sino para ejercer todo nuestro poder, toda nuestra fuerza contra aquello que miremos. Reconfigurar la imagen desde el discurso y la acción, y de vuelta, desde la acción y el discurso. Encontrar en nosotras el escenario de una narración siempre cambiante, siempre en reescritura. Volver a inventar la realidad, recrearla hacia afuera, buscar sus vértices, sus bordes y sus márgenes. Mirarnos una y otra y otra y otra vez hasta que nuestra propia imagen nos arroje el reflejo, el sueño que dejamos inconcluso, lo vivo que tenemos dentro.

Termino parafraseando un fragmento que ha dicho antes por mí Cristina Rivera Garza:

Este texto es política. No pide conmiseración; no está sujeto al mercado de la lástima. No trata ni de tomar la voz ni de dar voz a las múltiples voces que existen por sí mismas. Al contrario. Más bien, en su afán de operar en disenso de un discurso bélico que antepone a la violencia del Estado, este texto implica al dolor, especialmente al dolor del cuerpo desentrañado, para participar de la reconfiguración de "lo visible, lo decible, lo pensable; y, por eso mismo, un paisaje nuevo de lo posible".





Jesús Zarazúa Rangel
Docente, músico y escritor

Comunidad

La Torna

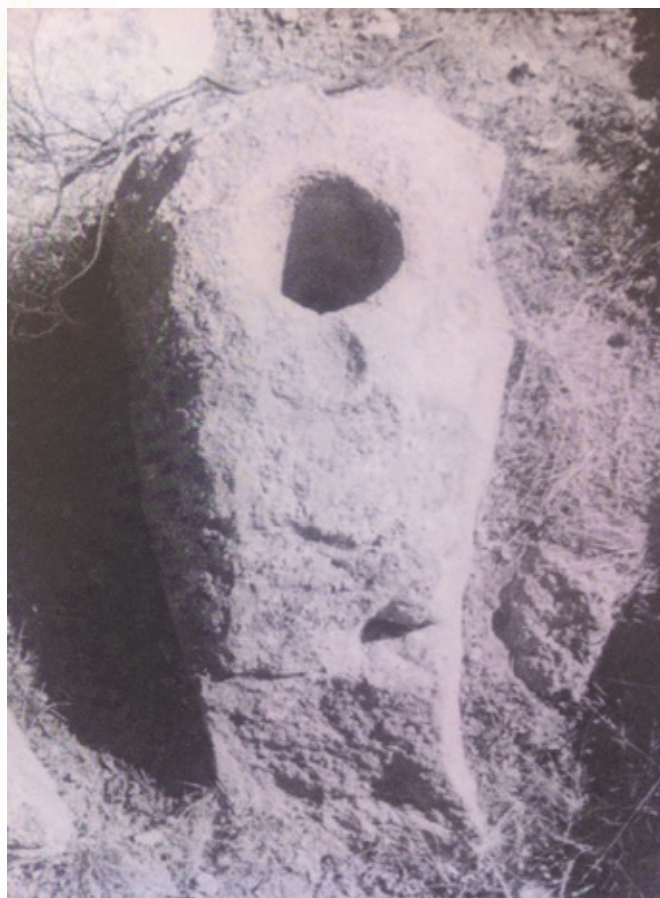
(1ª entrega)

Entrevista realizada
el 19 de agosto de 2016

Historia

Para conocer La comunidad de La Torna, platicamos con Pedro Salinas, dicha comunidad se encuentra situada en las faldas de los cerros La Tinaja y El Juego de Barras, en medio de ellos un arroyo que en tiempos de la hacienda, sirvió para abastecer de agua las tierras de La Hacienda de San Diego, hacienda que consta en la historia de San José Iturbide, fue paso del Arzobispo de México, Don Manuel Rubio y Salinas quien pernoctó en 1753, en su peregrinar a la parroquia de Xichú de Indios y que al año siguiente ordenó que se erigiera una vicaria de ayuda a dicha parroquia y que hoy en día esa parroquia es la del Señor San José en el lugar que hoy conocemos como San José Iturbide.

Los habitantes de la comunidad de La Torna, en su mayoría fueron trabajadores de la hacienda, nos platica Pedro, quien además es descendiente de los primeros habitantes del lugar y quienes fueron los que le contaron las historias que en la tarde de lluvia, guarecidos en una



cueva a las faldas del cerro El Juego de Barras escuchamos atentos y emocionados.

Una torna, son unos arcos que atraviesan el arroyo —nos comenta— esos arcos sirven para que la gente

cruce de un lado a otro, no es una sola torna, son dos una de ellas son los arcos y la otra sirvió en el tiempo de La Hacienda para desviar agua para las tierras de San Diego, además hay un acueducto, que es precisamente el que distribuía el agua a los sembradíos. Nos comenta que los primeros habitantes del lugar fueron agricultores, utilizando el acueducto.

Relatos

Respecto a la leyenda basada en el relato que aún sobrevive hasta nuestros días, Pedro Salinas nos narra, arriba en el cerro, hay un llanito, y allí está donde jugaban, en unas piedras como si fueran molcajetes, hay piedras lisas con agujeros donde jugaban "el ocho", algunas piedras marcadas con rayas. Yo he sabido que hay gente que se ha encontrado monedas porque lo han contado, aquí hay gente que viene muy seguido a buscar el dinero —nos dice—



de hecho allí están los hoyos que se hacen, yo no sé si alguien haya encontrado o no, pero siempre hay hoyos donde escarban y a un lado el tepalcate, y uno nomás dice, hígole de seguro aquí lo sacaron.

Mis abuelos buscaban, ellos escarbaban, pero ya no le siguieron por que los espantaron, cuando ya el hoyo iba muy hondo, escuchaban que se derrumbaba, eso era algunas veces, otras veces se oía que veía el bote golpeando la pared del hoyo y se hacían a un lado, pero jamás había nada, ellos oían como que echaban cadenas, en fin siempre oían ruidos, jamás supieron que fue eso, siempre les pasó eso cuando estaban escarbando. Algunos de los que han escarbado dicen que cuando se llega a profundidad, se escuchan zumbidos, y que al aluzar hacia abajo si brillaba, pero nunca le llegaron.

Pedro Salinas, insiste que todo lo que se dice del relato de los bandidos que asaltaban las carretas, fue hace ya mucho tiempo.

Sobre los relatos de brujas, Pedro nos va contando, dice que como el lugar siempre ha estado solo y lejos de donde no hay luz, y nos señala una cruz, ubicada en el cerro que se ubica enfrente al de juego de Barras y que justo en medio de los dos está el arroyo, esa cruz, nos dice, la pusieron porque las brujas se paraban allí, luego se pasaban al de Juego de Barras y así se iban de uno a otro lado. Esa cruz la pusieron porque los niños no podían dormir.

Y ante la pregunta de que, si él ha visto alguna vez

una bruja, nos cuenta que en enero de 2016, no se acercó tanto, pero yo la alcancé a ver –nos dice– en los llanitos se veía una luz naranja, pero de pronto la luz andaba cada vez más arriba, hasta que se vio como si anduviera volando, por arriba de los cerros, luego regresó, era una luz naranja y por la parte de abajo formaba una estrella, como de color blanco. Luego pasó al cerro de enfrente, por aquí en esos días las personas de la comunidad lo comentaron, e incluso habitantes de La Venta, alguna vez comentaron que se había visto.

Pedro nos cuenta un relato que le contó su abuelo quien fue carbonero y que vivió hasta La Hacienda, lo que son las fundiciones, las fundiciones son donde se fundía metal, allí hay una chimenea muy alta para que el humo no les hiciera daño, y luego nos platica señalándonos cerro adentro, un día iba caminando al lado de arroyo, ese era su camino del diario y siempre había gente caminando, lavando, pero un día ya se le hizo tarde y muy arriba todavía encontró gente, cosa que se le hizo raro, pero pensó que se les había hecho noche, pero lo extraño, nos comenta es que había mujeres bañándose en el arroyo, él siguió su camino y después de unos pasos más, escuchó un ruido grande y vio que pasó

una mujer volando, entonces, mi abuelo me dijo, que se espantó, que ya no quiso ese día regresar, su abuelo pensó que eso que había visto y escuchado era la llorona. Hay cosas de eso. Luego nos cuenta que hay personas que la han escuchado en los arcos de abajo.

Luego nos cuenta que cuando él era niño, un 24 de diciembre, andaban jugando en uno de los llanitos que hay en dicha comunidad, cuando vieron que una bola de fuego venía bajando, ellos pensaron que era una llanta que alguien había quemado y la habían aventado, pero lo extraño es que de pronto se volvió, ellos, se fueron corriendo y le dijeron a una de sus tías, ella, salió y la vio en uno de los peñascos, entonces agarró un hilo de esos benditos que había traído del santuario y empezó a rezar la magnífica y en cada palabra hacía un nudo. Después la esa luz sólo se fue.

También nos relata una historia contada por su bisabuela, quien se levantaba a las cinco de la mañana a ordeñar una vaca y que un día, la vaca no se dejó y al siguiente otra vez, y no se dejaba, entonces vieron que en un cuerno se le paraba una luciérnaga, y siguieron queriéndola ordeñar, pero otra vez se le paraba la luciérnaga y ya no se dejaba, entonces le platicó a varias

personas, y ellas le dijeron que de seguro eso era cosa mala, y le recomendaron rezar la magnífica al revés y con un hilo bendito en cada palabra haz un nudo, entonces se previno para el otro día, con agua bendita y todo lo que le había dicho, entonces sucedió lo mismo, la luciérnaga llegó y se le paró, entonces empezó a rece y rece haciendo nudos y que de repente cayó una cocona y entonces el esposo de mi bisabuela le decía, vamos a quemarla, vamos a quemarla, vamos a traer petróleo y leña y ahorita la quemamos, se fueron y cuando regresaron ya no era una cocona, era una viejita la que estaba allí tirada y entonces les pedía que la dejaran ir, que ya no volvía y que ya no volvía, entonces la dejaron ir y pues al parecer ya no regresó. Y nos dice pues según nadie conoció a la viejita, de seguro no ha de ser de por aquí.

Luego nos cuenta que su infancia estuvo llena de hacer luminarias, de trepar los árboles, de meterse a las tinajas, cuidaban las chivas y en ocasiones se les perdían y los regañaban, y es que las chivas se iban a los peñascos. Fue una infancia muy bonita, recuerda y suspira

Ya para terminar los relatos nos dice, que se han visto diversos animales como zorrillos, coyotes, venados, gatos montes y hasta pumas, nomás que, si hay que meterse más al cerro, lo bueno es que no dejan que los maten, si no la gente ya hubiera venido de caza, es necesario cuidar esos animales que aquí viven. **Continuará...**



Oralía López Serrano
Poeta y Escritora

Voz de alerta

(ofrenda navideña)

Es por demás sabido que el hedonismo es la filosofía triunfal de nuestros tiempos inhumanos e individualistas, todas las señales lo vivifican, donde quiera está presente. Siendo ignorantes del peso del pasado del mundo, con el convivir presente tenemos ante nosotros un borroso futuro.

La mayoría de los seres humanos somos básicos, predecibles, desechables, en un sistema de inmediatez, donde el máximo orgullo es estar por encima de los demás, convencidos, agobiados en darle justificación, valor a todo aquello que no lo tiene. Confabulados con una sarta de reglas predispuestas desde antes del nacimiento, donde lo importante es la producción, la producción a cuesta de lo que sea. El consumismo, latente enfermedad mundial y pérdida total de sensibilidad y raciocinio.

Más que nunca por estos tiempos, ya ni sé si llamarles de guerra o de postguerra; por esta época...voz de alerta, gimen mis teclas, día con día el mismo discurso, casi los mismos e invariables temas. ¿Dónde he de encontrar la letra que detenga la malvada irracionalidad, la inconsciencia disimulada, crimen que deteriora, lacera a nuestra humanidad?

La expresión de la palabra se ha vuelto una esgrima entre el narcisismo ansioso por tener cada uno o cada quién la razón; en un mundo de políticas sin convicciones, donde la pobreza, la desigualdad y segregación, son taras de todas las razas y los pueblos.

Es inconcebible ese fuego malévolo que se extiende, engaña, engatusa, esa nube negra, gigantesca que oscurece el alba, que



aniquila, acuchilla la vida, de frente, sin pudor y sin decoro. Y nos quedamos quietos, sonrientes, casi todos, a recibir aplausos, los palmos por medio de señuelos, engaños, vicios, conveniencias, lucha de poderes, pero más que nada haciéndonos cada vez más indolentes e irracionales.

¿Duele sentir?, ¿duele pensar? Sí, sí que duelen, el sentir, razonar maltrecha el sueño, procurar la paz y la verdad inquietan al espíritu; sí, es más fácil y más cómodo vivir aletargado porro tras porro, cigarro tras cigarro, bebida tras bebida alcoholizada; jamás hablar en serio, pasar los días, idiotizados entre programas de la radio, de la televisión, cada maña-

na, tarde y noche; fascinados entre páginas de Facebook, fotografías de Instan Gram que por lo general denigran lo justo, bueno y razonable; hacen del dolor, de la injusticia, temas de café, de actual conocimiento, charlas amenas, ficticias, presuntuosas.

¿Cuánto tiempo más estaremos en estas condiciones que declinan la dignidad de la vida?, ¿cuánto tiempo más sobrevivirá la humanidad en el planeta?, tratando de evadir dolor, distrayendo el razonar, el sentir; entorpeciendo alegremente su desarrollo mental, su crecimiento interno.

En qué nos benefician temporadas de dizque amor y paz, buenas acciones y pensamientos, si seguimos

persistiendo después de los festejos y ceremoniales, en las mismas actitudes contrarias a lo justo y humano; nos movemos entre influencias perversas, inocencias interrumpidas, falta de abrazos, carencia de verdad y de cariño. Así, lamentablemente seguimos siendo seres arrastrando pasados poco generosos, sin luz, sin esperanza entre caminos inhóspitos y complicados.

Por más que nos neguemos a aceptarlo somos una cruzada de pensamientos distorsionados acompañando la realidad hiriente de otros corazones fríos que echan llamas de odio, rencor y egolatría; y en su generalidad, son ignorantes de que en sí mismos, encontrarán esperanza, luz radiante fuera de la razón. El amor puro que nunca muere, por más que muchos afanosamente lo menoscaben.

Al parecer mi anhelo, mi petición es un sueño, una fantasía irrealizable, que logremos cada uno de nosotros abrazar al amor sin conciencia, al amor absoluto que muestra la naturaleza, la excelstitud de la creación del organismo humano. Que fluya esa plenitud del amor y la bondad en la humanidad en cantidades desorbitantes, abundantes, a raudales y que esta navidad sea realmente: Un nacimiento de generaciones de luz y salvación de la existencia de vida en el planeta.

Así hoy mi voz, más que un deseo...es de alerta, en esa lucha constante están mis teclas, y no encuentro otra forma para suplicarles, decirles o gritárselos, sino mi forma hedonista, la única que tengo y es directa.

¡Mil bendiciones y una Feliz Navidad!



Viajera del Mundo



CON
INCRUISES
PUEDES...

VIAJAR EN CRUCERO POR MENOS
VIAJAR EN CRUCERO GRATIS
GANAR DINERO POR VIAJAR EN CRUCERO

Victoria Mendoza Silva
Firt Manager

*¿Cómo es
esto posible?*

Calle Fernando el Católico, 55 - 1 "B" 28015 Madrid

 bony175@hotmail.com  +34657665655

 viajera del mundo  viajera del mundo



jallalla



Recibimos originales para e-book

Realizamos Portada y Maquetación



info@jallalla.es

Jallalla es un Portal que recibe originales de autores iberoamericanos para realizar el proceso de edición, exclusivamente como e-book, luego de su registro correspondiente como autor.

Jallalla es una marca registrada en la Oficina Española de Patentes.

www.jallalla.es

