

Revista

Co.incidir 31

Septiembre 2016



Palabras e imágenes donde se encarnan sentires amistosos, deseos de diálogo entre quienes, transitando por caminos sociales, por puentes interpersonales, por búsquedas interiores, por los rigores de la ciencia, por desfiladeros filosóficos, por los horizontes espirituales, por senderos metafísicos, por jardines poéticos, por el compromiso con el juego de los niños... van anhelando y construyendo una cultura de paz, de justicia, de armonía con la naturaleza, de relevancias del sentido.

Edición General

Luis Weinstein

Edición final, diseño y diagramación

María Alicia Pino (Malicia)

Comité Editorial

Alemania

Karlsruhé

Sergio Quintana

Argentina

Buenos Aires

Alberto Valente

Elena de la Aldea,

Formosa

Julio Monsalvo

La Plata

Daniela Anich

Rosario

Jesica Lorenzán

Quilmes

Carlos Crosa

Villa Ángela

Matías Andrés Cepeda

Australia

Sarita Gálvez, Melbourne

Bryan Phillips, Melbourne

Bolivia

Cochabamba

Vivian Camacho

La Paz

Juan Carlos Etcheverry

Brasil

Cruz Alto

Janete Schubert

Chile

Ancud

Katia Velásquez

Cartagena

Millaray Arnal

Constitución

Genoveva de la O

Isla Negra

Alfred Asis

José Enrique Cayuela

La Serena

Carlos Calvo

Silvia López de Maturana

Las Cruces

Jean Jacques Pierre Paul

María Teresa Quintino

Mirencu Pinto

Olmué

Andrea Markovitz

Aguita Santelices

Pucón

Iris leal

Punta de Tralca

Antonio Vergara

Mónica Rodríguez

Punta Arenas

Ángeles Estévez

Claudia Bahamonde

María Alejandra Vidal

Quillota

Carlos Cortés

Gabriel Villalobos

Paola Pardo

Paola Pizarro

Sylvana Sandoval

Verónica Garay

Rancagua

Catherine Fieldhouse

Mireya Machi

Rocas Santo Domingo

Carmen Gloria Rojas

Santiago

Adriana Beale

Alejandro Illanes

André Fassler

Anita Isla

Berta García

Brigitte Aubel

Camila Troncoso

Carmen Ibarra

Cecilia González

Cecilia Montero

Claudio Sepúlveda

Consuelo Riedel

Danae García

David Órdenes

Eduardo Acevedo

Eduardo Yentzen

Eliana Corona

Germán Díaz

Jorge Flores

Jorgelina Martín

Judith Rees

Luis Weinstein

María Alicia Pino

María Teresa Pozzoli

Marina Zolotoochin

Margarita Espinoza

Margarita Ovalle

Nicole Vásquez

Pablo Porcel

Patricia Arias

Patricio Alarcón

Raúl Martínez

Rodrigo Sepúlveda

Reinaldo Bustos

Sebastián Claro

Sofía Orellana

Vicente Ortiz

Talagante

Mónica Gavilán

Valparaíso

Jorge Osorio

Eduardo Vergara

Patricio Donaire

Viña del Mar

Ety Hernández

Nelson Arellano

Ecuador

Cuenca

Kléver Calle

España

Barcelona

Leonardo Cayuela

Marcelo Valente

Guatemala

Ciudad de Guatemala

Juan Francisco Serrano

México

Guadalajara

Carolina Rizo

Uruguay

Ángeles Núñez, Montevideo

Venezuela

Isabel Cristina Villarte, Caracas

Vietnám

Ciudad Hochiminh

Claudio Schuftan

Redes y agrupaciones Co.incidentes

Un abrazo a algunas agrupaciones amigas Saludamos
con mucha amistad y alegría a:

Las Revistas

Insomnio, Monde Diplomatique, Occidente, Polis,
Mensaje, Aquí Las Cruces, Iniciativa Laicista, la Revista
de Educación de Adultos y Procesos Formativos de la
Universidad de Playa Ancha, la Publicación Periódica
Reportaje a la Cultura Contemporánea de Oscar
Román y Silvio Roncone, las publicaciones virtuales
Algarrobo al de Mar, Ambos, Una temporada en Isla
Negra, Manual Ediciones, Primeros Pasos, Ediciones
Lolita y Eutopía

¡A completar!

Las Editoriales

Lom, Cuarto Propio, Ril, Tralcamahuida, Caballo de Mar, Ambos, Una temporada en Isla Negra, Manual Ediciones, Primeros Pasos, Ediciones Lolita, Eutopía, Ediciones Co.incidir

¡A completar!

Las agrupaciones

Agrupación Cultural de Las Cruces, las múltiples iniciativas Alegrémicas, La Municipalidad y diversos grupos de trabajo de Quillota, El Proyecto Aurora, la Casa Museo Pablo Neruda de Isla Negra, la Casa Museo La Sebastiana, Valparaíso, La fundación Vicente Huidobro de Cartagena, el Centro Huara de medicinas integrativas, Centro Índigo, Corporación Arte y Ecología, El Canelo de Nos, Instituto del Bienestar, Las Coincidencias, Los Azules, Artesanos de la Plaza Eladio Sobrino de Isla Negra, Chile Inteligente, Centro de Estudios para la Calidad de Vida, Cons-pirando, Departamento de Cultura del Colegio Médico de Rancagua, el Departamento de Cultura del Colegio Médico de Santiago, el Instituto del

Pensamiento Complejo, Líderes Culturales,
Poetas del Mundo, Grupo Sueños (de médicos
poetas), Universidad de Chile, Universidad de
Valparaíso, Usach, Yohanan (Centro de Medicina
Antroposófica), La Nave Imaginaria de Isla Negra.
Grupo La Runfla, Grupo Matices, Grupo Educación
para el Desarrollo Humano, Grupo Desarrollo Espiritual,
de Pucón, Grupo Paranormales, Programa
Hermandad Literaria, Comunidad terapéutica de
Peñalolén, Centro Arqué, Centro Tremonhue, Taller
Literario de Adulto Mayor La Mampara, Academia de
Estudios e Investigación Complexus Edgar Morín.
AEICEM Proyecto de agrupación de médicos
escritores latinoamericanos. Amistad Esquina de
Pocuro con República de Cuba de Santiago, Grupo
de Gerontología del Hospital Piñero de Buenos Aires.
La Caleta y sus redes. Municipalidad de El Quisco,
Municipalidad de Recoleta, Municipalidad de
Quillota, Centro de Apoyo Integral para Personas con
Limitación Visual de Quillota (CEALIVI), Taller Literario
con Malicia. Centro de Estudios Jaime Galté.

¡A completar!

¡Ayúdanos a completar, a ampliar la red de Co.incidir!

Envíanos tus redes co.incidentes, nombres de grupos, revistas, agrupaciones, centros, etc. Tenemos que propagar la gran red co.incidir por todo el mundo, propagar la gran co.incidencia de co.incidir en ver un mundo más azul.



<https://www.youtube.com/watch?v=oZEiivy6quk>

COINCIDIR

(Autor: Fernando Delgadillo)

Soy vecino de este mundo por un rato
y hoy coincide que también tú estás aquí
coincidencias tan extrañas de la vida
tantos siglos, tantos mundos, tanto espacio... y coincidir
Si navego con la mente en los espacios
o si quiero a mis ancestros retornar
agobiado me detengo y no imagino
tantos siglos, tantos mundos, tanto espacio... y coincidir
Si en la noche me entretengo en las estrellas
y capturo la que empieza a florecer
la sostengo entre las manos más me alarma
tantos siglos, tantos mundos, tanto espacio... y coincidir
Si la vida se sostiene por instantes
y un instante es el momentos de existir
si tu vida es otro instante.. no comprendo
tantos siglos, tantos mundos, tanto espacio... y coincidir

Pinturas

En esta edición, la obra de Felicia Olin



Artista norteamericana, nacida en Mayo de 1977. Licenciada en Bellas Artes - Pintura 1999 de la Universidad del Estado de Illinois. Ha recibido innumerables becas y premios. Según sus propias palabras, su trabajo se centra en capturar el espíritu de la belleza atemporal, la búsqueda de una calidad etérea. “Tengo un amor por la pintura de figuras que son a menudo muy quietas y en silencio, introspectiva y emocional. Otro aspecto de mis figuras son mujeres y cómo se relacionan con la naturaleza”.

<https://www.youtube.com/watch?v=5vsR7gAix9c&index=3&list=PL2FB85C79C34D11D0>

Índice

Juan Francisco Serrano..... 20

Saludo Inicial

Verónica Garay..... 24

¿Dónde están mis cosas?

Juan Francisco Serrano..... 29

Mal con ellos

Juan Carlos Etcheverry..... 32

Julio

Malvina Álvarez 40

Añoranzas

María Alejandra Vidal Bracho..... 45

Cuando las ventanas hablen

Nelson Arellano..... 48

El tiempo y la salud mental, archivos y sincronías.

André Barré..... 52

Frío de Lobos

Verónica Garay..... 54

Regreso a la realidad subjetiva del tiempo en Quillota y sus alrededores

Jesica Lorenzón 58

Buen Vivir

Romina Corradini..... 66

Rompecabezas en el espacio 1

Luis Weinstein..... 67

Sección: La Plaza del Desarrollo Personal, el Cambio Cultural y la Dimensión Poética de la Vida.

Julio Monsalvo..... 77

Sección: El Rincón de la Alegremia

Saludo Inicial

Juan Francisco Serrano, desde Guatemala



¡LIBERTAD!

*“Ser libre no es sólo deshacerse de las cadenas de uno,
Sino vivir de una forma que respete y mejore la libertad de los
demás” Nelson Mandela*

El quince de septiembre, los guatemaltecos celebramos el día de la Independencia de nuestra amada patria, mientras que el dieciocho de este mismo mes lo hacen nuestros hermanos

chilenos; pese a que en Guatemala nos encontramos sufriendo una de las peores crisis de violencia y la situación económica y política no vislumbra mejoras, los *Chapines* no hemos perdido la esperanza de liberarnos de esas cadenas que una vez más pretenden estancarnos y Guatemala se levante como lo hizo para el terremoto del 76 cuando trabajando unidos, “hombro con hombro” y dejando fuera nuestras diferencias, sacamos adelante al país; de esa época quedó grabado el slogan: *“Estamos heridos, pero no de muerte”*.

La historia de independencia de nuestros países de América Latina tiene mucha semejanza entre sí, luchando contra el Conquistador en desigualdad de condiciones, pero luego de lograda, nos hemos visto nuevamente amenazados en diferentes etapas de la vida de nación por situaciones y por personajes que han querido esclavizar al pueblo, aunque esta vez de otras maneras, ya sea mediante el engaño, el miedo, la persecución y la tortura, o más sutilmente, mediante el acaparamiento y la racionalización de productos básicos porque piensan que destruyendo el cuerpo destruirán nuestras ideas y nuestros ideales.





Pero no se piense que la esclavitud es solamente física ni solamente por razones políticas; también existen otros tipos, como la esclavitud del consumismo, de “las marcas”, de la tecnología (celulares), del dinero, de los vicios y aunque sus grilletes no dejan marcadas las muñecas de las manos dejarán su marca en el alma y en la vida.

Nuestros pueblos lograron su independencia luchando y si nosotros queremos obtener nuestra verdadera Libertad, entonces también deberemos luchar, ahora no como lo hicieron los próceres y héroes de nuestros países sino mediante nuestro esfuerzo por cambiar esas ataduras que no nos

dejan vivir a pleno nuestra vida; porque la Libertad es algo mucho más profundo que lo que estamos acostumbrados a ver en la televisión, el cine o leer en las novelas y los libros.

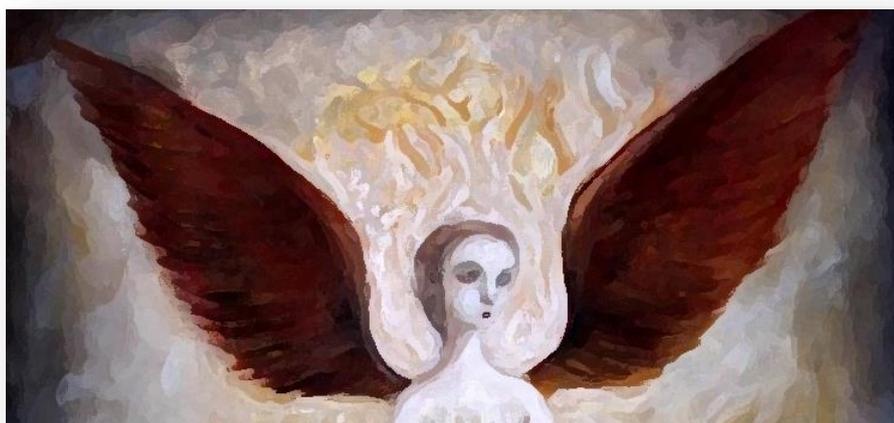
Libertad significa separarnos de lo que en estos momentos nos ata y nos obliga a vivir de la manera que no queremos o que

no somos. Libertad significa tener el criterio de tomar la mejor decisión para cambiar el rumbo de mi vida para bien, Libertad significa vivir de acuerdo a mis principios sin pasar sobre los de los demás, Libertad también es poder volar con nuestra imaginación para crear, cerrar nuestros ojos y soñar para luego plasmar en un cuadro, en una canción o en unos versos lo que creemos y sentimos. Libertad significa incluso, como dice *Mahatma Gandhi*, cometer errores y aprender de ellos.

Nuestros pueblos ya lograron su independencia y su libertad, nosotros entonces deberemos buscarla interiorizando y haciendo los cambios necesarios que luego se verán reflejados en nuestro actuar, en nuestro diario vivir, porque si deseamos que nuestro entorno se transforme, debemos empezar por nosotros mismos.

Septiembre, mes de la Independencia, de la Libertad para nuestros amados pueblos y si todavía hay grilletes que nos tienen esclavizados de algún modo, éste sea el punto de partida para iniciar el camino a la verdadera Libertad para cada uno de nosotros.

¡Feliz Cumpleaños Guatemala y Chile! Y que Dios nos Bendiga hoy y siempre.



Verónica Garay

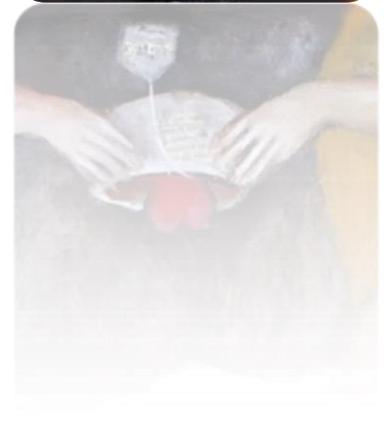


¿DONDE ESTAN MIS COSAS?

Cada cierto tiempo una voz chillona se encargaba de romper la cáscara de armonía de ese lugar, con una pregunta inquisidora dirigida a todos y a nadie, con tono acusador despertando las sospechas de cada uno de los que a diario laboraban por un sueldo. Si bien es cierto el hurto esta vez había dejado la secuela de dejar a entrever el perfil de un ser medianamente malévolo, ya

que en vez de sustraer la totalidad del dinero de una cartera de la mujer, había tenido el gesto de dejar intacta la otra mitad, lo que la ponía muy desconcertada, pues un verdadero ladrón habría arrasado con todo. Eso dio pie para que el resto comentara acerca de las diversas motivaciones para un robo. Se me ocurrió pensar en quien apenas llega a fin de mes y mirando que no haya nadie alrededor, al ver asomarse la punta del billete por la gran cartera abierta, se tiente, mientras su dueña va por un helado y aprovechando el descuido, toma lo que cree es suyo por derecho, y así nadie le diría nada. Total ya estaban acostumbrados a que se perdieran los cubiertos, tazones y de un cuanto hay.

Si bien dolía menos lo de la pérdida diaria de esas pequeñas cosas, como los utensilios para beber y comer, se consideraba algo muy grave, por lo tanto el chillido era el mismo y venía siempre del mismo lugar. El resto ya acostumbrados a escuchar su quejido matinal, le restaban importancia por su propio bien, al ataque de histeria para no afectar más el estado psíquico de aquellos, que se sumaba al burnout y a otras dolencias de esos sitios. No faltaba el defensor de





una y otra causa, por un lado los intachables, de quienes no se podía sospechar, por otro los altamente sospechosos, pero a los que jamás se podía mirar a la cara con duda por el riesgo de sufrir sus represalias y los del lado de la sombra, que habitualmente eran puestos en la mira de la avergonzante acusación pública, y que incluso en alguna ocasión hizo que llamaran a los mismos detectives tras la pérdida del instrumento detector de mentiras, que había desaparecido de un día para otro. Jamás apareció el detector, pero les sirvió de escarmiento a la mayoría para no portar objetos altamente valiosos o dinero, para no sufrir su pérdida. Al parecer ahora más que los instrumentos, era el dinero mismo acumulado y tan difícil de juntar, lo que daba una sensación más visceral de lo que escaseaba en demasía. Podía haber ricas tortas y sandwichitos de palta, pero nada consolaba no tener los billetes donde debían estar. Y allí empezaban a solidarizar más unos con otros, quienes sentían más en lo inmediato su partida.

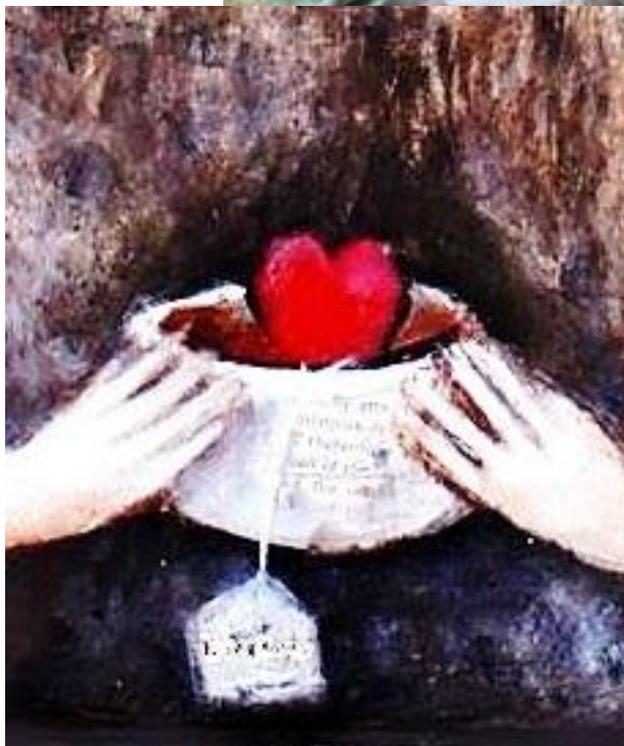
Los más viejos callábamos de vergüenza ajena, o de saber por la experiencia de años, que lo que así desaparecía, jamás de nuevo volvía a aparecer. Era interesante ese momento del climax de la

desconfianza pues en él, necesariamente reaparecían los vínculos significativos manifestándose con comentarios laterales del tipo: “Esto no puede ser”, “Sin duda es uno de nosotros”, “No sean tan exagerada, no te hace bien”, “Tampoco hay que andar con plata a la vista”, “Yo vi que en ese momento solo estaba presente X, Y y Z”, y las otras miradas que sin decir nada se miraban como diciendo, “Ya estamos de nuevo con éstas”, “si a mí me pasara no lo contaría, que mal gusto”, “Hay gente a la que el dinero le duele demasiado”.

Después del mal rato colectivo, venía el reordenamiento tras el consabido llamado a lugar del representante simbólico del padre, la percepción de que aquí no habría privilegios ni miramientos para nadie que anduviera descuidando sus cosas, y el observar con cierto dejo de persecución a uno que otro que parecía por alguna extraña razón más amenazante, el consabido aprovechamiento del río revuelto que trae la desconfianza y el refrán aquel de que “si son así de ladrones lo mío es un moco”. Sin embargo todos sabían que de un modo u otro volverían a escuchar quejas, por esas cositas que quedaron por allí o por acá y las risitas complacientes, junto con otras de hiena y la mayoría tendientes a que se hiciera sordo el oído para lo importante y en cambio de nuevo las cosas en su ausencia eran la huella de lo que ya nunca más estaría en su lugar. Como



sea el poder junto con los vínculos, se reajustaban y armaban cada vez desde lo colectivo, con esa sensación de imposibilidad de retorno a las confianzas perdidas, con un típico personaje portavoz, que se creía con el derecho de anunciar por los pasillos, lo que era su puntuación de la realidad y la necesidad de perdonar todas las faltas de los demás, porque sólo en el perdón se encontraría la paz.



Juan Francisco Serrano



MAL CON ELLOS

El portazo fue lo último que escuché cuando se marchó; pero no me importa; total, ahora soy libre y podré hacer lo que me venga en gana, creo que de todo este relajo, yo salí ganando. Era un imbécil, se creía muy macho, muy inteligente, muy guapo, muy... pero en realidad no era nada más que un ordinario, un cualquiera, iletrado, macho, pero de la cabeza.



Sí, la decepción comenzó la misma noche en que tuve la estúpida idea de aceptarle que sería su mujer, sin saber que al poco tiempo sería además su sirvienta, su cocinera, su jardinera y hasta su madre. No cabe duda que en este mundo hay dos tipos de gente: las pendejas como yo y los abusivos, como el animal ese del Joaquín; pero gracias a Dios hay justicia Divina y uno no tiene que esperar a que se muera el cabrón para saber que se irá al mismísimo infierno una vez que salió de aquí.

Ya entendí que la culpa la tuve yo, si desde el primer día que me puso la mano encima lo hubiera mandado al carajo. No tenía por qué haberle aguantado nada. Bien me lo dijeron mi mami y la tía Perlita, que ese hombre era un rufián y lo único que buscaba conmigo era quedarse con la casa y ¡Cabal! Empezó a cambiar cuando supo que la casa no estaba a mi nombre. Cuando me enteré de que tenía su *querida*, ese mismo día lo hubiera sacado a sartenazos de la casa, pero le creí cuando se me hincó *chillando* en la cocina jurándome que la dejaría porque yo era la única mujer en su vida... ¡Que bruta!



Pensándolo bien, ahora que ya no está el infeliz, creo que me va a ir mejor; y pensar que hasta tenía que pedirle permiso para salir un ratito con los nenes, ¡Y eso que era con mi dinero!... ¿Que se creía? ahora que se largó, ya no voy a tener qué lavarle todas sus porquerías, ni levantarme a las 3 de la mañana para arreglarle su lonchera, o plancharle sus camisas, remendarle los calcetines, pegarle botones. Voy a tener toda la cama para mí solita y las 4 almohadas para tejer recostada. Ya no voy a tener que levantarme temprano hasta los sábados a lavar el carro porque se lo llevó el muy

desgraciado. Lo único que me tiene con pendiente es... ¿qué voy a hacer pa'l gasto?, ¿con qué pago el colegio de los patojos?, ¿Y qué voy a hacer con sus *chuchos*?, van a estar aullando todo el día. ¿Y qué voy a hacer cuando tenga ganas...? ¡Estúpido!, se largó... ¡Por qué... Si él era mi único amor!

Juan Carlos Etcheverry Cristi

Poeta chileno que reside en La Paz, Bolivia. Embajador/Editor de la Revista Coincidir en Bolivia.

Juan Carlos Etcheverry Cristi (1963). Su aproximación a la poesía se inicia en el taller literario “Espacio” entre los años 1989 – 1991 en Santiago, Sociedad de Escritores de Chile. Publica su primer libro de poesía “Registro, Confites y Papelitos” (1994) en la editorial Mosquitos Editores (Santiago, Chile). Publica su segundo libro “Caída Libre” (2000) en la editorial Plural Editores (La Paz, Bolivia). Actualmente sigue escribiendo y estos son trabajos inéditos que serán parte de su tercer libro.

JULIO

El viento se filtra
por los huecos
que la vida te deja
y con ello el frío
que te cala
profundo.

Si bien no nieva
como en el otro





hemisferio,
la luna coquetea contigo
haciéndote guiños
para aminorar
la pena
de los que dejas
de ver
de un segundo a otro.

Miras entonces
detenidamente al cielo
y preguntas
dónde está Dios
en estas latitudes.

El destino surge
como un felino
que se agazapa

como aferrándose
a la última proeza,
la más fiera de todas.

Los amigos,
los conocidos





se desvanecen
como sombras
que pudieran “guiarte”
por el camino
que irremediablemente
iremos
porque así se ha pactado
en otra historia
en otra instancia
que llamamos “vida”.

Estás al filo de todo,
el transitar es frágil
e incierto
cuando las causas
han sido expuestas
de este modo.

Son momentos
donde se pone a prueba
la templanza
y las convicciones;
muchos pierden el rumbo
muchos logran cruzar el
río,

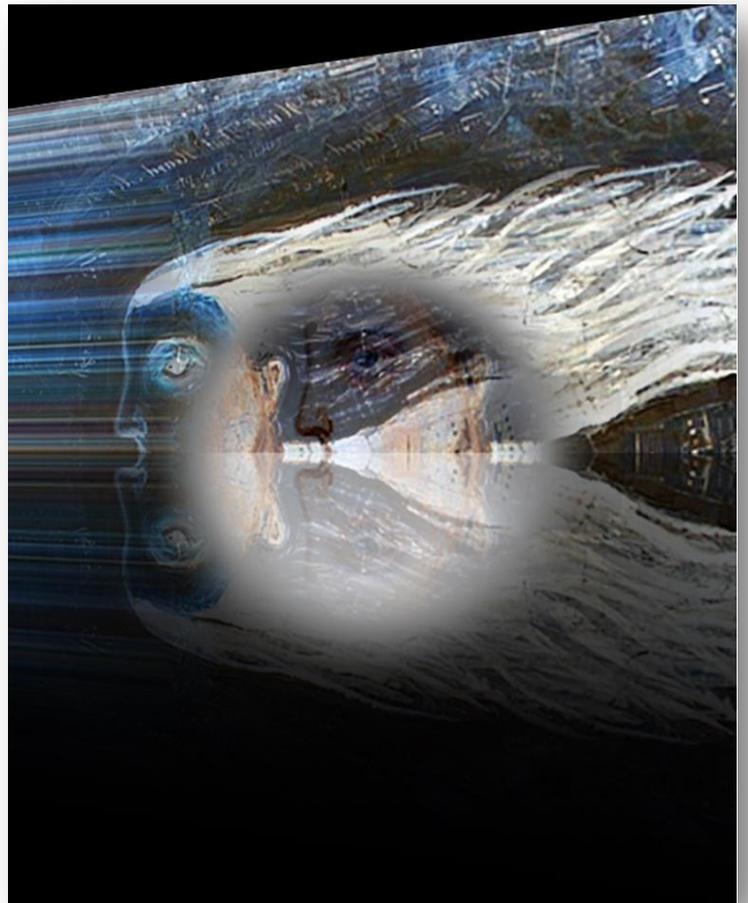
este es el momento
en el que sabes
de qué estás hecho.

Buen fruto para el poeta
que esculpe la palabra:
te aferras al verbo
como si fuera
una llave mágica
que abrirá la puerta
al edén.

La soledad y tú
y un enorme deseo
de vomitar tus sentires
de ver más allá
y alcanzar el vergel.

Quisieras dar marcha atrás
y regresar a ser un niño,
correr lo más aprisa
y lanzarte a los brazos
de mamá.

Aquella institución que no





pregunta
que te acoge
y perdona
al peor de todos
o al más querido.
La madre
siempre es un buen
refugio
donde anclarse
por siempre.

Pero incluso ella
es un holograma hoy
es una proyección de
mi mente
es mi propio invento
para seguir
y montarme en el gran
río
que me llevará
a mar abierto.

El mes de julio me trae
estas sensaciones
múltiples

de no ser de acá
ni
de ningún lugar.

Es prudente buscar
en lo más profundo de uno
hasta encontrar el timón
y reencauzar
aquellos pasos perdidos
los que
ni huellas quedan.

Hasta el desierto más seco
hasta el sol más candente
tienen un fin
que a veces esta vida
no tiene sentido
alguno.

Quisiera creer
que la vida
tiene más de un propósito
pese a los destierros
desesperanzadores
pese a lo agreste.





Es mi decisión,
llegar donde me he trazado
ir.

Aprovecharé
estos vientos fuertes
y surcaré
hasta donde mi imaginación
me lo permita
sin premisas
ni exclusas
nadie más que yo
montado en una cometa.

Mientras más alto, mejor.

Prefiero caer
sin sentir
dolor
y sin conciencia.

Estar en paz con Dios
donde ya nada te molesta
donde miras las cosas
desde otra
perspectiva.

Por algo será que muchos
se resisten a volver...
meditas sobre todo lo que has hecho
y que vengan otros
a continuar
o destruir
lo que ya no te pertenece;
tu palabra sin duda
es amor.

Pero no debes olvidar
que has decidido aceptar
las leyes de la vida
y no puedes por mano propia
quitar
lo que la vida te ha dado.

Vientos del norte
llevadme de nuevo
a tierras bajas
porque todavía no soy de ustedes
sino -por ahora-
de la vida.



Malvina Álvarez



AÑORANZAS

¡Tierra Mía!

Intentaré revivir nuestro pasado

Aquel que juntas vivimos

Tú, extraviada en el ayer

Hoy, presente en mi recuerdo.

Escucha Cun-Cun

Te contaré lo que de ti guardé

Tu insolente verde
Tus serpenteadas líneas cordilleranas
Tus productivos valles
Tus bosques de cadenciosos follajes
Tu sinfonía de graznidos, silbidos, chistados
Tu montaña arrodillándose
Formando fértiles praderas
Lugares que al hombre
Generosamente invitaste.

En aquellos amables terrenos
Ellos levantaron sus rústicas cabañas
Adornadas de notros, copihues, nalcas.
Con delicadeza trabajaron la tierra
Abriendo suavemente las cunetas
Que recibirían las semillas
Como telón de fondo.
El coro de la naturaleza
Acompañaba el monótono
Repiquetear del azadón
Al chocar contra las piedras.

Se respetaban las estaciones del año
La siembra, la cosecha, la parición de terneros
Eran marcadas en el calendario.





Los
destellos del sol
El canto del gallo
Tocaban la campana
Iniciándose la jornada diaria.
Su término era sellado
Por el ronronear de las aguas
Los aullidos de los perros
El mugir de los terneros
El regreso al hogar.

Todo parecía apaciguarse
Pero la noche traía su propio afán
Se iniciaba la lucha brutal en el reino animal.
Entre los matorrales
Resplandecían las brillantes pupilas del puma
Agazapado el zorro olfateaba su presa
Las aves acondicionaban
Sus defensivas madrigueras.
Imperaba la preservación de la especie

¡Cun-Cun! ¡Cuántos amaneceres, anocheceres
de estaciones, días, horas
vivimos juntas!

Nunca pensé que el destino
Nos trazaría un nuevo camino.
Todo se desvaneció
En una huella, una lágrima, un adiós

Tú recuerdo me llamó
Y... aquí estoy
Entrando por el antiguo callejón.
Ya no brillan las piedrecillas del atajo
El asfalto las opacó.
Ni veo los sombreros de paja
Las cabañas son de rojos ladrillos
El sendero pavimentado...
La tierra parece agotada
Sentí el quejido del bosque
Cayendo bajo la furia
De un hacha descontrolada
Su patrón
No la conocía ni la amaba
La convirtió
En una usina sin vida.



Mi recuerdo no será nostálgico
Lo que he visto no eres tú
Me voy con otra mirada, sin pena.
Lo que fuimos perdurará
Con alegría en nuestras memorias.



María Alejandra Vidal

Bracho

Desde Punta Arenas

CUANDO LAS VENTANAS HABLEN

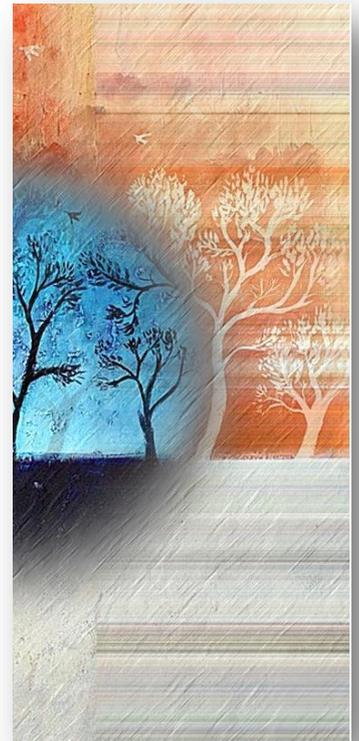
Ventanas
en estilos modernos,
antiguas o restauradas;
algunas vestidas
con cortinas elegantes
otras con sofisticadas persianas
y las más audaces desnudas
o con visillos insinuantes.
Ellas son, sin lugar a dudas,
los ángeles de una morada,
los ojos de una casa.
Siempre observando atentas,
felices en primaveras,
nostálgicas en otoños,
trémulas en inviernos y veranos,
señoriales al contemplar el júbilo
o sufriendo por una triste escena;
las ventanas, nuestras inseparables



compañeras calladas,
cuando vigilamos incansables
el pronto regreso
de una presencia amada.
En un día frío, empañadas de vapor,
pizarra lúdica para dedos vivaces,
ansiosos de plasmar dibujos,
nombres y señales;
y también para besar
con juguetones labios infantiles,
a los cristales.
En sus democráticos alféizares
canta un pajarito,
se trepa una planta,
un gato se luce
o un niño se sienta.
Un bizcocho se enfría
o se seca la ropa apurada.
Cuando la salud se aleja,
cuánta alegría
traen las ventanas;
porque atrapan la luz mágica
del Sol de la mañana
y la de las estrellas que arrullan
al final de la jornada.



El día en que todo cambie
y las ventanas hablen,
algunas llorarán por lo perdido,
otras cantarán alabanzas
y, con seguridad, todas
darán gracias,
por haber sido
sólo ventanas.



Nelson Arellano

Desde Buenos Aires



EL TIEMPO Y LA SALUD MENTAL, ARCHIVOS Y SINCRONÍAS.

La conjura de algunos olvidos de Lanús.

El vacío que ofrecen las formas del olvido no siempre tiene un mismo carácter. En el plano de la formación profesional el acaecer de la dictadura militar chilena entre 1973 y 1990 tuvo profundos efectos traumáticos y desató gruesas líneas de censura acerca de líneas de investigación y exploraciones de frontera de conocimiento en el ámbito de humanidades y ciencias sociales.

En Chile trabajos como el de Roger Loveman y Elizabeth Lira acerca de la continuidad histórica de la negación de la violencia política institucionalizada, es decir, el terrorismo de Estado que se había mantenido intermitentemente a lo largo de toda la historia republicana es sincrónico con el trabajo en Argentina acerca de *Las huellas de la memoria. Psicoanálisis y Salud Mental en la Argentina de los '60 y '70*, de Enrique Carpintero y Alejandro Vainer.

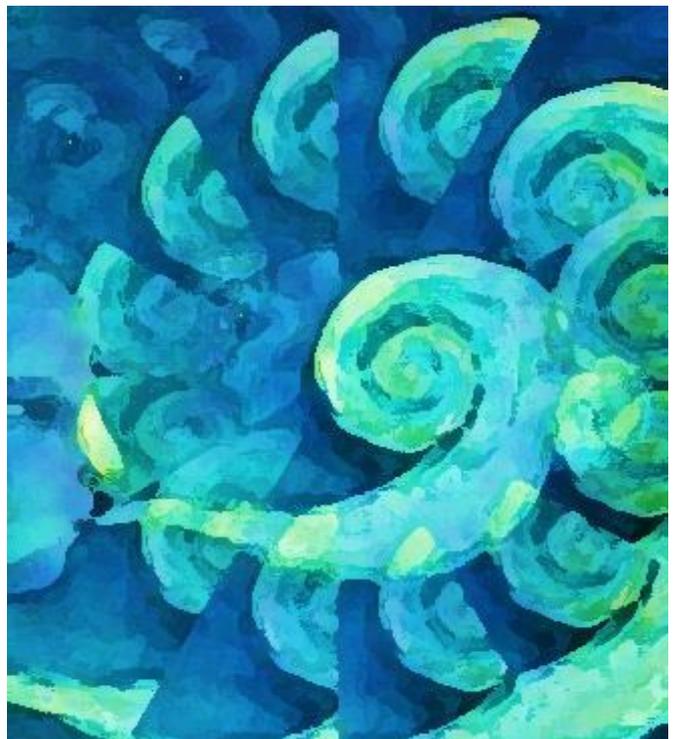


Estas sendas investigaciones favorecen la observación de los fenómenos de violencia y trauma, considerando que se encuentran conectados en varios cruces transfronterizos y no sólo hablando de las dimensiones geográficas que ofrecen las cordilleras y las pampas. También aquí ocurre un andar desde las ciencias sociales hacia las humanidades donde la psicología y la historia se conectan pero, en un sentido más amplio, se realizan los atravesos transdisciplinarios de la intervención social hacia la sabiduría popular o el conocimiento de sentido común, reivindicando su valor de existencia y diversidad.

Esta actualización del conflicto que tiende a concentrar hitos del acaecer de los acontecimientos en la creación de una narrativa que se hace cargo de los hechos silenciados por el miedo a la represión o la connivencia al castigo a los y las disidentes, debe seguir en expansión.

Y es aquí donde la coincidencia o, más bien, la sincronía, ofrece un legado que no puede no dejar de ser visto en un cierto plano esotérico: el hallazgo de una carpeta de documentos de la experiencia de Salud Mental del Hospital de Lanús en 1972 en la consulta privada de Elena de la Aldea Guerrero es, verdaderamente, una puerta en el Ministerio del tiempo (serie de Televisión Española que aborda los hechos traumáticos en la memoria del Reino de España y los miedos de perder los elementos fundamentales de la llamada alta cultura).

Estos archivos han conectado con la memoria de colaboración entre profesionales de instituciones de la salud mental de Chile y Argentina a inicios de la década de 1970, cuando Luis Weinstein Crenovich realizó al menos un viaje a Buenos Aires para divulgar conocimientos acerca de la entonces reciente



corriente de la Psiquiatría Social y que propiciaría un encuentro en Chile en 1971, donde participó el equipo de Salud Mental del Hospital de Lanús.

Este dato singular abre una serie de preguntas acerca de los procesos de formación y la reinterpretación local de los planteamientos que se cultivaban en el norte global, además de generar nuevas perspectivas acerca de las formas de colaboración entre profesionales de la salud mental en el cono sur de Sudamérica.

El material de la carpeta ha sido digitalizado y se encuentra a la espera de una revisión exhaustiva que bien pudiera convertirse en un proyecto de investigación formal, metódico y cuidadoso que despeje las ardientes cenizas del olvido y que permita revalorar estas huellas de la memoria.

Buenos Aires, 4 de Agosto de 2016.



André Barré



FRIO DE LOBOS

Un coro de lobos
quebró el cristal lumínico
de la luna
sobre los pinos y sus nieves albas.

Las sombras agudas de los mismos

apuntan al sendero
que deberán recorrer
los aullantes lobos tras ese hombre.

El fuego del hogar
templa a ese ser desnudo
que sólo piensa en amar.

No habrá deshechos
de lumbre
en el oscuro invierno polar.



Verónica Garay



REGRESO A LA REALIDAD SUBJETIVA DEL TIEMPO EN QUILLOTA Y SUS ALREDEDORES

Escribir acerca de la poesía y de la vida, no es vivirla, sólo escribirla. El pensamiento no es lo mismo que la acción. Cuando escribo un poema, estoy rodeando la realidad con una intención de conocerla, sin embargo, sé muy bien que no hay nada que la reproduzca tal cual ocurrió. De allí la importancia de vivir, de no dejar pasar la experiencia en su dimensión del verdadero presente.

En afán de hacer historia dejamos registros de ella, pero en tanto lo hacemos, nos apegamos. Hubo alguna vez en que me encontré quemando algunos de mis escritos sobre vivencias muy trascendentales, y en ese mismo acto de contemplar el efecto del fuego sobre el papel y sus letras, vi esfumarse toda posibilidad de fijar esos recuerdos para una posteridad.



Ahora que regreso de Argentina, tras una breve estancia con mis hijos, puedo darme cuenta que la felicidad pasa por momentos compartidos con lazos que vamos construyendo. Lo familiar se vuelve especial, con el descubrimiento de lo que aparece como nuevo, con lo que nunca habíamos visto antes. Navegamos por un delta de un lugar llamado Tigre, donde la naturaleza se mezcla con el habitar de aquellos moradores desconocidos, pero que sin duda buscan alejarse del ruido

mundano. Sólo por un breve instante pierdo la noción temporal teniendo la sensación de regresar por otro lado y en menos tiempo misteriosamente.



Aterrizo en la dimensión de lo que está pasando y los chicos me advierten que las horas transcurrieron normalmente y según lo esperado, que sólo fue una percepción subjetiva mía. En fin, sea como sea regresamos todos en el mismo barquito y a la misma hora pese a nuestras diversas apreciaciones sobre el espacio-tiempo vivido. Tan sólo ayer retomo el tema en una charla a la que fui invitada por una amiga en Quillota, donde se tocó el tema del impacto de las ondas gravitacionales sobre la teoría de Einstein. Y vuelvo a escuchar al conferencista defender el método científico, los instrumentos de medición y la cuantificación de los fenómenos observados en el mundo de la física, y cuan distinta es la apreciación de los filósofos.

Me surgen miles de preguntas sobre el origen de las galaxias y la densidad de los agujeros negros, el atrapamiento de la luz y las formas de viajar distancias siderales a través de las ondas. A la hora del cóctel, los comensales nos agrupamos según afinidades electivas para profundizar en lo que acabamos de escuchar, y argumentamos sobre lo de este mundo y lo de los otros mundos. Se me viene a la memoria el libro de la Ciencia a la Conciencia, y lo menciono así, a la pasada, sin tener acuso de recibo. Regresamos a la merienda y lo que nos queda por probar, pues ya se acaban los pastelitos y brochetas, lo que nos hace reír y vernos como un subgrupo desordenado pero capaz de aun así sobrevivir en aras del pensamiento. No es mucho más lo que aprendí tal vez sobre la gravedad y sus ondas, sobre los agujeros negros, el tiempo y el espacio, pero quizás lo más grato fue asistir y conversar, compartir y descubrir que tanto científicos como humanistas nos movemos más o menos en los mismos planos de la existencia y podemos enriquecer nuestros descubrimientos sobre la realidad de los sueños. Más aún me sorprendí cuando alguno de los asistentes defendió con ahínco el planteamiento de que por mucho que queramos medir todo científicamente, la genialidad de escapa muchas veces de lo esperado y es generada por una fuerza interior inexplicable que es la que verdaderamente produce los cambios para la humanidad.



Jesica Lorenzón

Rosario, Argentina

1. BUEN VIVIR

Desde la propia localidad territorial, vivencia comunitaria cosmogónica filosófica, práctica que promueve esta filosofía retomada de los saberes ancestrales indígenas en el mundo.

En busca del SUMAK KAWSAY – Concepciones de salud al interior de la propuesta pedagógica de Esperanza y Alegremia, en el Programa Salud Comunitaria de la ciudad de Formosa (Proyecto de tesis de la Maestría en Salud Mental – Facultad de Trabajo Social. Universidad Nacional de Entre Ríos. Paraná – Entre Ríos. Cohorte 2014/2016).



En el año 2009, cursando la cátedra de Salud Pública en la licenciatura de Trabajo Social, conocí la propuesta de Esperanza y Alegremia... dentro del programa de Salud Comunitaria de la

ciudad de Formosa. Julio y Sandra fueron los encargados de explicar de qué se trataba. Justo ese año me encontraba haciendo la tesis de la lic, que la hicimos sobre el movimiento LAICRIMPO.

Pasaron los años, mis búsquedas se profundizaron, y comencé la Maestría en Salud Mental. La Esperanza y la Alegremia era algo que me había quedado dando vueltas desde aquella vez que escuché por primera vez el concepto. Entonces tuve la idea, una primera intuición... mi tesis de maestría tenía que ser sobre Esperanza y Alegremia. Con la misma seguridad, presenté mi propuesta de tema....en la Maestría no entendían mucho de qué se trataba, por más que lo había tratado de explicar lo más simple posible....luego me di cuenta que la esperanza y alegremia, lejos de poder definirlo y acotarlo es justamente una vivencia, que pasa por otro lado e implica otras cosas...

Ante mi sorpresa, el tema fue aceptado... ni siquiera cuestionado, porque no comprendían bien de que se trataba. El sólo hecho de pensar en una propuesta pedagógica desde un programa de salud comunitaria, ya lo habilitaba como tema. En esta búsqueda, comencé a sumergirme cada vez más en este conocimiento. Que la alegría circule por la sangre y eso sea salud, me parecía una idea de lo más revolucionaria, innovadora y potenciadora de nuevos procesos. ¿Y qué tenía que ver esto con la salud mental? Primera pregunta que me hice...pasé días pensando



en una respuesta, fue entonces cuando me comuniqué con Julio por email. Siempre con la palabra justa, Julio supo responder algo que me permitió seguir con el camino emprendido.... “no te puedo decir nada sobre la salud mental, porque para mí la salud es una sola” y ahí comprendí por donde venía el camino. Fue un cuestionamiento que me hice a nivel personal, como profesional y como persona que hace años había intentado buscar otros caminos de salud, por fuera de lo formal, occidental y medico hegemónico; me di cuenta que había mucho por hacer en este proceso personal, y como profesional me di cuenta que poder realizar mi tesis sobre maestría de una propuesta pedagógica con estos condimentos, iba a significar un gran aporte y un gran avance para pensar la salud desde otros lugares, menos conocidos, más esenciales y necesarios.



El Comienzo

Lo primero fue repasar mi concepción de salud. ¿Qué era para mí la salud? Por qué me interesaba indagar sobre la concepción de salud al interior de la Propuesta de Esperanza y Alegria. Esto me llevo a volver al concepto del modelo biocéntrico... todos somos parte, la naturaleza es el centro, y no un mero recurso del cual nos servimos. Y ¿que tenía que ver esto con la salud mental?

Luego del email de Julio, empecé a pensar en por qué era necesario hablar de una salud mental, cuando hablar solamente de salud también podía referenciar. Vivimos en un mundo fragmentado, no solamente en lo conceptual sino también en lo más concreto y real. Los vínculos, los sentimientos, las emociones, todo se encuentra fragmentado. En la era de las comunicaciones, el contacto más básico del humano, se ha cambiado por el contacto virtual, frío y despersonalizado. Comenzaba a tomar más sentido por qué todavía se hablaba de una salud mental, como si fuera distinta a la salud propiamente dicha. Con más razón me di cuenta que tenía que hablar de la alegría, de la esperanza, de las doñas que en aquella conversa allá por los años 90, le dijeron a Julio que las necesidades básicas no eran las que decía el mercado, sino que eran aquellas que estaban al alcance de todos, en el medio donde vivimos, que no tienen un precio económico, pero que si deben cuidarse para que todas las generaciones las podamos disfrutar, cuidar, celebrar. Hablaban del AIRE, el AGUA, el AMOR, la ALEGRÍA, el ABRIGO, el ARTE, el ALIMENTO...de eso se trataba...hace más de veinte años tuvimos este maravilloso legado de las doñas campesinas, este hermoso mensaje de esperanza, de



cuidado, de simpleza, y sin embargo nos cuesta tanto todavía darnos cuenta de eso.

Y fui viendo todo un poco más claro...después de todo, cualquier camino saludable, siempre va en busca de lo mismo...el SUMAK KAWSAY...el buen vivir, el vivir bien, el vivir en armonía, esa gran enseñanza de nuestros pueblos originarios, se convirtió para mí en un gran descubrimiento a nivel personal y profesional.

¿Por qué la propuesta de Esperanza y Alegremia en Formosa?

Elegir como lugar de referencia la ciudad de Formosa, no fue tarea fácil, ya que es una provincia que queda muy alejada de donde yo vivo y esto significaba que mi trabajo de campo iba a tener que ser allí, por lo cual significaba un traslado importante.

La realidad es que la propuesta por lo menos dentro de Argentina, comienza su recorrido en esta ciudad, dentro de un Programa de Salud Comunitaria, que tiene la particularidad de ser el único en el país con esas características. Además, me pareció interesante poder ir a la fuente de donde nació la propuesta, rescatar todo lo relativo al contexto geográfico que permitió que emergiera en ese lugar, y también buscar las diferencias con el



contexto en el cual yo nací, porque además de ser un trabajo de tesis, es para mí un proceso de aprendizaje muy significativo.

Formosa es una provincia relativamente joven, que ha pasado por diferentes momentos a nivel histórico que han ido

retrasando la conformación de un estado como tal, y que además tiene la característica de ser una provincia que limita con Paraguay. La diversidad a nivel socio-cultural, a mi modo de ver es muy grande, y aún sobreviven dentro del territorio formoseño una serie de pueblos originarios, que siguen resistiendo el olvido y el desamparo, viviendo en comunidades, lamentablemente en condiciones poco dignas y con la falta de muchos recursos, pero ahí están. Resistiendo y continúan haciendo historia. Y esta característica de que aún existan comunidades originarias constituidas como tales, es algo que para mí fue determinante al momento de pensar en mi tesis, ya que mi supuesto, es que el contexto socio-demográfico-cultural que existe en Formosa, es lo que permite (entre otros elementos), el que se desarrollen propuestas como la de Esperanza y Alegremia, que reivindican

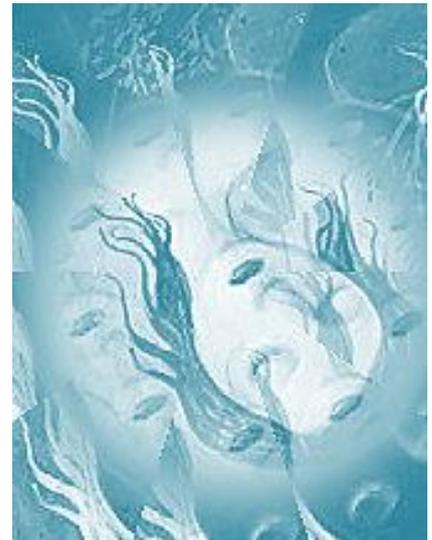
los saberes comunitarios, ancestrales, la trasmisión de los mismos, el valor y sobre todo, el considerar que todos tenemos algo que enseñar y aprender.

Más allá de los conocimientos adquiridos en el sistema educativo, hay un conocimiento que vive en cada uno, y que son este tipo de experiencias comunitarias, los canales por los cuales se pueden desarrollar y compartir.



En busca del SUMAK KAWSAY...

De esta manera, un día leyendo sobre el Buen Vivir, decidí que el título de mi tesis sería ese... en Busca del SUMAK KAWSAY...porque todo camino se encuentra, es una búsqueda y la vida es un camino, que va cambiando, pero hay que seguirlo igual.



Si con este proyecto de tesis, puedo llegar a generar la pregunta en quien la lea, es un logro para mí. Que puedan preguntarse, cuestionarse, animarse a pensar diferente, encontrar que lo saludable está en lo simple, en lo más accesible, en un abrazo, en el encuentro con el otro, en el compartir, que la vida



después de todo es eso. Nos han hecho creer que salud es la antítesis de la enfermedad. Que sólo se encuentra en un consultorio médico, que hay unos pocos que saben y el resto deben atenerse a ese conocimiento. Que hay una sola ciencia, y que todo conocimiento que esté por fuera no es válido. Que los medicamentos sanan más que las miradas o las palabras. Que uno se sana y se salva solo...y así podría continuar una lista de todas las creencias, que fui desaprendiendo en mi camino.

El poder compartir hoy con ustedes estas líneas, estos sentipensares, me hacen creer en la hermandad, en que hay muchos del otro lado que se sentirán identificados, o no, pero que por lo menos pude compartir con todos algo de mí.

Creo en una salud. En un mundo saludable, donde vivamos todos en armonía. Pero armonía no significa quietud o no conflicto, al contrario, armonía como proceso.

Y sigo aquí en mi camino del SUMAK KAWSAY, y nos encontraremos seguramente en algún punto.

Abrazos cargados de alegremia. Jesi.

Romina Corradini

ROMPECABEZAS EN EL ESPACIO I

Mientras más corriges más te
deshidratas como manzanas al sol
sobre las escaleras,
voy mirando la lluvia de plumas que
cae sobre la acera.

Ato los cordones de mis zapatos
incompletos en este infierno que es
el invierno.

Quizás estoy durmiendo.

Todos están locos, pero se
distinguen unos pocos.

El corazón dice que en la amnesia
hay paz,
no pobreza.

Dos puntos de vista, chocan entre sí,
chocan entre sí los autos y la gente grita.

El miedo se hace blasfemia en el punto medio.



Luis Weinstein



Nacieron en Septiembre, el día:

3, de 1929, Enrique Lihn

PORQUE ESCRIBÍ

Ahora que quizás, en un año de calma,
piense: la poesía me sirvió para esto:
no pude ser feliz, ello me fue negado,
pero escribí.

Escribí: fui la víctima
de la mendicidad y el orgullo mezclados
y ajusticié también a unos pocos lectores;
tendía la mano en puertas que nunca, nunca he visto;
una muchacha cayó, en otro mundo, a mis pies.

Pero escribí: tuve esta rara certeza,
la ilusión de tener el mundo entre las manos
-¡qué ilusión más perfecta! como un cristo
barroco

con toda su crueldad innecesaria-.

Escribí, mi escritura fue como la maleza
de flores ácidas pero flores en fin,
el pan de cada día de las tierras eriazas:
una caparazón de espinas y raíces.

De la vida tomé todas estas palabras
como un niño oropel, guijarros junto al río:
las cosas de una magia, perfectamente inútiles
pero que siempre vuelven a renovar su
encanto.

La especie de locura con que vuela un
anciano

detrás de las palomas imitándolas
me fue dada en lugar de servir para algo.

Me condené escribiendo a que todos dudaran
de mi existencia real



(días de mi escritura, solar del extranjero).

Todos los que sirvieron y los que fueron servidos

digo que pasarán porque escribí

y hacerlo significa trabajar con la muerte

codo a codo, robarle unos cuantos secretos.

En su origen el río es una veta de agua

-allí, por un momento, siquiera, en esa altura-

luego, al final, un mar que nadie ve

de los que están braceándose la vida.

Porque escribí fui un odio vergonzante,

pero el mar forma parte de mi escritura misma:

línea de la rompiente en que un verso se espuma

yo puedo reiterar la poesía.

Estuve enfermo, sin lugar a dudas

y no sólo de insomnio,

también de ideas fijas que me hicieron leer

con obscena atención a unos cuantos psicólogos,

pero escribí y el crimen fue menor,

lo pagué verso a verso hasta escribirlo,

porque de la palabra que se ajusta al abismo

surge un poco de oscura inteligencia

y a esa luz muchos monstruos no son ajusticiados.

Porque escribí no estuve en casa del verdugo

ni me dejé llevar por el amor a Dios

ni acepté que los hombres fueran dioses

ni me hice desear como escribiente
ni la pobreza me pareció atroz
ni el poder una cosa deseable
ni me lavé ni me ensucié las manos
ni fueron vírgenes mis mejores amigas
ni tuve como amigo a un fariseo
ni a pesar de la cólera
quise desbaratar a mi enemigo.
Pero escribí y me muero por mi cuenta,
porque escribí porque escribí estoy vivo.



5, de 1914, Nicanor Parra

Señoras y señores:

Yo voy a hacer una sola pregunta:

¿Somos hijos del sol o de la tierra?

Porque si somos tierra solamente

No veo para qué

continuamos filmando la película:

Pido que se levante la sesión



9, de 1928, León Tolstoi

"¿Qué es la guerra? ¿Qué se necesita para tener éxito en las operaciones militares? ¿Cuáles son las costumbres de la sociedad militar? La finalidad de la guerra es el homicidio; sus instrumentos, el espionaje, la traición, la ruina de los habitantes, el saqueo y el robo para aprovisionar al ejército, el engaño y la mentira, llamadas astucias militares; las costumbres de la clases militar son la disciplina, el ocio, la ignorancia, la crueldad, el libertinaje y la borrachera, es decir, la falta de libertad. A pesar de todo esto, esa clase superior es respetada por todos. Todos los reyes, excepto el de China, llevan el uniforme militar y se conceden las mayores recompensas al que ha matado más gente... Los soldados se reúnen como, por ejemplo, sucederá mañana, para matarse unos a otros. Se matarán y se mutilarán decenas de miles de hombres y, después, se celebrarán misas de acción de gracias porque se ha



exterminado a mucha gente (cuyo número se suele exagerar), y se proclamará la victoria creyendo que cuantos más hombres se ha matado, mayor es el mérito."

LA CAMISA DEL HOMBRE FELIZ

"Un zar, hallándose enfermo, dijo: ¡Daré la mitad de mi reino a quien me cure!

Entonces todos los sabios se reunieron y celebraron una junta para curar al zar, mas no encontraron medio alguno.

Uno de ellos, sin embargo, declaró que era posible curar al zar.

-Si sobre la tierra se encuentra un hombre un hombre feliz- dijo- quítesele la camisa y que se la ponga al zar, con lo que éste será curado.

El zar hizo buscar en su reino a un hombre feliz. Los enviados del soberano se esparcieron por todo el reino, mas no pudieron descubrir a un hombre feliz. No encontraron un hombre contento con su suerte.

El uno era rico, pero estaba enfermo; el otro gozaba de salud, pero era pobre; aquél, rico y sano, quejábase de su mujer; éste de sus hijos; todos deseaban algo.



Cierta noche, muy tarde, el hijo del zar, al pasar frente a una pobre choza, oyó que alguien exclamaba:- Gracias a Dios he trabajado y he comido bien. ¿Qué me falta?

El hijo del zar sintióse lleno de alegría; inmediatamente mandó que le llevaran la camisa de aquel hombre, a quien en cambio había de darse cuando dinero exigiera.

Los enviados presentáronse a toda prisa en la casa de aquel hombre para quitarle su camisa; pero el hombre feliz era tan pobre que no tenía camisa."

14, de 1920, Mario Benedetti

NO TE RINDAS

No te rindas, aún estas a tiempo
de alcanzar y comenzar de nuevo,
aceptar tus sombras, enterrar tus miedos,
liberar el lastre, retomar el vuelo.
No te rindas que la vida es eso,
continuar el viaje,



perseguir tus sueños,
destrabar el tiempo,
correr los escombros y destapar el cielo.

No te rindas, por favor no cedas,
aunque el frío queme,
aunque el miedo muerda,
aunque el sol se esconda y se calle el viento,
aún hay fuego en tu alma,
aún hay vida en tus sueños,
porque la vida es tuya y tuyo también el deseo,
porque lo has querido y porque te quiero.

Porque existe el vino y el
amor, es cierto,
porque no hay heridas que
no cure el tiempo,
abrir las puertas quitar los
cerrojos,
abandonar las murallas
que te protegieron.

Vivir la vida y aceptar el
reto,
recuperar la risa, ensayar el canto,



bajar la guardia y extender las manos,
desplegar las alas e intentar de nuevo,
celebrar la vida y retomar los cielos.
No te rindas por favor no cedas,
aunque el frio queme,
aunque el miedo muerda,
aunque el sol se ponga y se calle el viento,
aún hay fuego en tu alma,
aún hay vida en tus sueños,
porque cada día es un comienzo,
porque esta es la hora y el mejor momento,
porque no estás sola,
porque yo te quiero.

17, de 1580, Francisco de Quevedo

AMOR CONSTANTE MÁS ALLÁ DE LA MUERTE

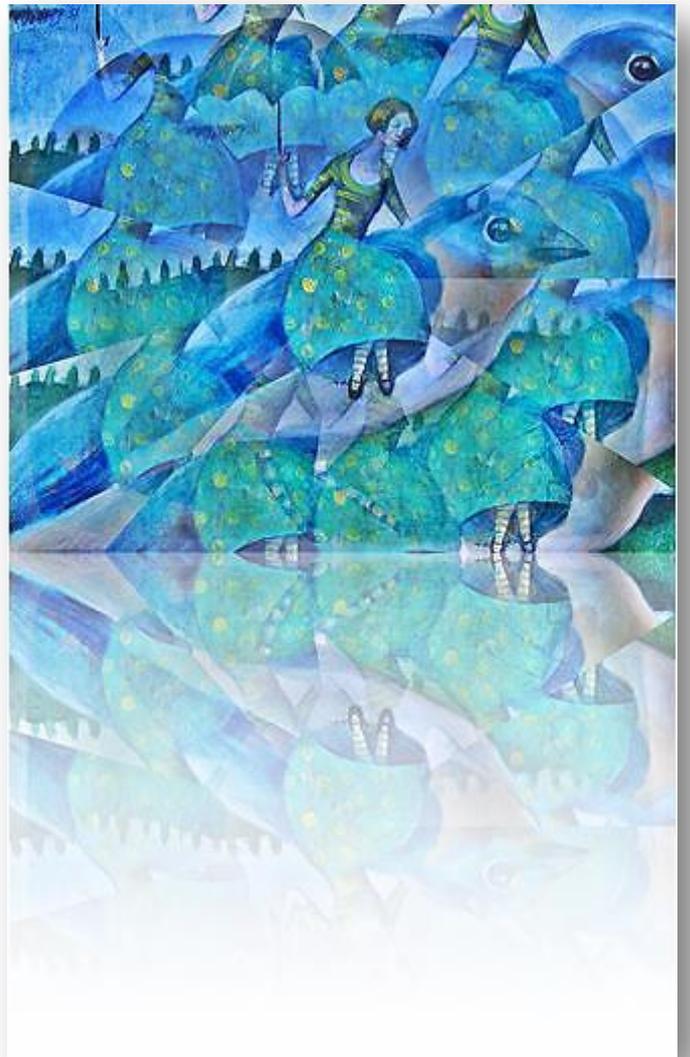
Cerrar podrá mis ojos la postrera
Sombra que me llevaré el blanco día,
Y podrá desatar esta alma mía
Hora, a su afán ansioso lisonjera;



Mas no de otra parte en la ribera
Dejará la memoria, en donde ardía:
Nadar sabe mi llama el agua fría,
Y perder el respeto a ley severa.

Alma, a quien todo un Dios prisión ha sido,
Venas, que humor a tanto fuego han dado,
Médulas, que han gloriosamente ardido,

Su cuerpo dejará, no su cuidado;
Serán ceniza, mas tendrá
sentido;
Polvo serán, mas polvo
enamorado.



Julio Monsalvo

Niño travieso, disfruta con alegría la séptima década de su giro planetario, soñando un Mundo Saludable convencido de que los Sueños Mueven la Historia



EL RINCÓN DE LA ALEGREMIA

Alegremia es una palabra nueva!! Significa “Alegría que circula por la sangre”. Dicen las mujeres campesinas que la salud tiene que ser cada vez más saludable... Y hay salud cuando hay alegría, La alegría circulando por la sangre se llama “Alegremia”

¿Y cuándo tenemos Alegremia? ¿Cuando tenemos lo esencial para vivir!! ¿Y qué es lo esencial para vivir, lo que NO puede faltar?

Esas mismas mujeres campesinas nos enseñaron que las cosas indispensables para vivir todas comienzan con la “A”: Aire, Agua, Alimento, Albergue/Abrigo, Amor, Arte y otras “A” como Aprendizaje, Amistad, Armonía...

Cuando tenemos en nuestra vida personal y con la familia y con la comunidad toda Aire limpio, Agua pura, Albergue digno, Alimento saludable, Arte para expresarnos, Amor en nuestras relaciones...tenemos salud cada vez más saludable... Tenemos alegría circulando por la sangre!!

SENTIPENSANDO LA ALEGREMIA

*Historias, sucesos, pensamientos y sentimientos
que hacen a la construcción colectiva
del concepto “Alegremia”*

Hace 20 años, en el primaveral mes de setiembre de 1996, la palabra **ALEGREMIA**.

Fue una travesura... Con esta palabra se quiso sintetizar el sentir que expresa la Sabiduría Popular: la salud es sentirse bien, estar contento, tener ganas de vivir, de trabajar, de visitar amigos...

La salud es valorada como “lo principal”. Es componente esencial de la felicidad. Hemos venido al mundo para ser felices.

La palabra tuvo y tiene magia. Contagió y contagia. Es desde su inicio una idea-fuerza que estimula la imaginación creativa.

Nos induce volver a las raíces, a recuperar el sentido de pertenencia a la Vida. Somos Aire, Agua, Alimento, Albergue, Amor, Arte...

Nos lleva a tomar consciencia de las Necesidades Vitales Indispensables. Una valiosa “medicina” para liberarnos de la consumopatía que nos induce a emplear todas nuestras energías para tener cosas.

Es una construcción colectiva que agrega nuevas A: Aprendizaje, Amistad, Armonía, Actividad física, Autonomía, Afrontamiento, Austeridad, Alma, Agradecimiento y siguen las A...

La Alegremia se enriquece con sentipensares provenientes de distintas fuentes, para darnos entusiasmos para abordar problemas y dificultades con imaginación creativa. Nos genera entusiasmos para vivir con esperanza siendo militantes de la Vida en el día a día.

Y la Alegremia se va haciendo presente en diversos ámbitos mediante reflexiones, escritos, canciones, obras de teatro, títeres, poemas, murales, programas de radio, manifestándose con una multifacética creatividad.

NOTIALEGRÉMICAS

*Noticias de hechos que suceden en alguna parte del mundo,
que sentipensamos son signos de vida de Otro Mundo Posible.*

*Un Mundo Saludable que ya está con nosotros.
Son algunos de los seguramente muchos miles y miles de eventos
que suceden en el mundo.*

En el mundo pasan cosas y pasan cosas alegrémicas.

ENCUENTRO DE SALUD POPULAR “LAICRIMPITO”

Oberá, Misiones, Argentina





En abril, en la Ciudad de Oberá, nos encontramos alrededor de 70 laicrimperas y laicrimperos de la Provincia de Misiones para compartir el 1er. Laicrimpito del año 2016. Los laicrimpitos son encuentros que permiten, desde hace muchos años, en varias provincias del país, para reencontrarnos a nivel local, para festejar, compartir lo aprendido en el Encuentro Anual y generar propuestas a nivel provincial para fortalecer-nos como red en el Movimiento Nacional de Salud Popular Laicrimpo”.

A pesar de la intensa lluvia, desde muy temprano fueron llegando al lugar del Encuentro, el hermoso Parque de las Naciones de Oberá, grupos de laicrimperas y laicrimperos procedentes de veinte localidades de los diversos municipios.

En los Laicrimpitos, se van trabajando algunos temas ejes tomados en el Encuentro Anual.

En esta oportunidad el eje fue “Sembrando semillas para el Buen Vivir” y en este encuentro sembramos seis semillas

compartidos en los siguientes talleres: Arte-Terapia, Ecología y el Cuerpo, Plantas para la Salud, Solución Mineral Maestra, Elaboración de Repelentes Naturales contra el Dengue, y Danzas Circulares.

El primer momento comenzó con el cálido recibimiento del grupo organizador local a cada uno de las localidades presentes, con el saludo agradecido AGUYJEVETE Comunitario y con esta canción:

*“Vayan pasando, vayan pasando
Que hay laicrimpito en Obera;
Todo Misiones viene llegando,
Verdura y fruta en su bolsón.
Hay mucha vida y sabiduría,
Talleres varios vas a encontrar,
Porque la Madre Naturaleza es generosa, siempre te da.”*

Continuamos el encuentro recordando a dos hermanas Laicrimperas que ya no están con nosotros y que fueron muy importantes en el trabajo con el pueblo más sufriente de Misiones, especialmente con las mujeres y con la salud: Susana Pascuale y Rosa Borello.



Seguimos con las Danzas Circulares y con esta fuerza nos distribuimos en los diferentes talleres donde se compartieron conocimientos para compartir y multiplicar en cada uno de los Grupos Laicrimperos Locales.

Luego vimos el video del XXV Encuentro Laicrimpo Salud, realizado en Tafí del Valle en noviembre 2015 con el lema “Buscando El equilibrio en Todas las Fases de la Vida”... ¡y disfrutamos nuevamente de las vivencias!!

Alimentación Viva, un nuevo aporteal Laicrimpo. Una de las consignas del Encuentro fue que cada participante aportara algo “vivo” (frutas, verduras, semillas) para el almuerzo a la canasta.

La sorpresa fue cuando nos llamaron para almorzar.

Un grupo de laicrimperas y laicrimperos que habían participado del Taller de Alimentación Viva con el “Grupo de Terrapia” de Rio de Janeiro, y otros aprendices, nos



deleitaron con unos manjares, servidos en hojas de taia y en cuencos de palta, jugos naturales que nos dejaron totalmente sorprendidos.

En el último momento se compartieron las propuestas y la evaluación del Encuentro.

Se acordó participar en el Equipo Organizador del Encuentro Regional NEA de Agroecología para los días 12, 13 y 14 de Agosto, y de todas las acciones en el marco de los 20 años del “No a la Represa de Corpus”

Se definió el próximo el Laicrimpito para el día 3 de septiembre.

Gerardo Segovia

gerardosegovia2015@gmail.com

Marcela Bobatto

marcebobatto@gmail.com

Eldorado; Misiones, Argentina

N. de la R.:

Ver: Reseña de los Encuentros de Salud Popular “Laicrimpo” en el enlace

http://www.altalegremia.com.ar/contenidos/LAICRIMPO_-_SALUD.html

NIÑAS Y NIÑOS PLANTANDO ÁRBOLES EN EL LITORAL DE LAS ARTES Y LOS POETAS, CHILE

Día Mundial del Árbol



Muchas iniciativas de los Departamentos de Ambiente de los Municipios del Litoral y con apoyo del Comité Ambiental Comunal de El Quisco, se celebró el Día del Árbol en la Escuela “El Totoral”.



Los niños se motivaron en plantar Palmas Chilenas, que son árboles nativos.



Sandra Luz La Torre Martínez
Isla Negra, Chile
laconexiondelpoeta@gmail.com

FESTIVAL DE LA ALEGREMIA EN CUBA

En los días 25 y 26 de junio se celebró en Cuba el Festival de la Alegremia, en saludo al Día Mundial de los Bosques Tropicales.



El sábado 25, en la Quinta de los Molinos, fue dedicado a la Peña y al inicio del Festival con la A de Amor.

Nos articulamos con las Exposiciones de los Círculos de Interés de la Asociación de Técnicos Agrícolas y Forestales.





Las diferentes Escuelas Primarias expusieron sus resultados. Fue muy bello ver cómo las niñas y los niños, saben tanto de Agricultura Urbana.



El domingo 26 el ómnibus nos recogió y salimos hacia el Jardín Botánico para cumplir un apretado programa de trabajo, el cual se realizó con éxito y alegría.

Julio Martínez, Vice-Director del Jardín Botánico Nacional, fue quien inauguró el Festival.



Inició el día la A de Arte, con la visita de los presentes a la Exposición de Carteles y Obras de Arte relacionados con la Ecología. Obras de Arte de los autores Marcos Peña, Martha Pérez Viñas y Ernesto Peña, de la Isla de la Juventud.

¡¡Allí estaban todas la A de la Alegremia representadas!!

Bailamos, Por los altavoces se escuchaba la Canción Cubana de la Alegremia.

Posteriormente pasamos al Área de Árboles. En este sitio Pedro Figueras medía el campo bioenergético de las personas, antes y después de abrazar a los árboles.

Continuamos con la A de Albergue.



Seguidamente, desde el Grupo A de Alma, realizamos un Círculo de Reconexión con la Naturaleza.

Allí, entre perfumes de aceites esenciales, sonidos de tambores y caracolas y un bello mandala de flores y frutas alrededor de un árbol, más de 30 personas se redescubrieron con sus nombres de acercamiento a la Pacha Mama.

La niña más pequeña, Lucía, dijo ser una Flor... ¡todas las edades unidas....!!

Terminamos unidos saludando el Sol Central de la Galaxia.

Martha Pérez Viñas

La Habana, Cuba

martapv@infomed.sld.cu

N.de la R.: Ver la Crónica completa en el enlace:

http://www.altaalegremia.com.ar/contenidos/festival_de_la_alegremia_en_cuba.html

PINTUALEGRÉMICAS

*Los Colores de la Vida y de la Esperanza
Pinturas para la Vida,
las cuales son luces de los nuevos amaneceres
de Otro Mundo Posible que ya es.*

MURAL COLECTIVO EN LA HORMIGA - VALLE DEL GUAMUEZ - PUTUMAYO

Un proyecto de la Gobernación del Putumayo y Colombia
Transforma



Dirección y coordinación: Colectivo Cultural [Wipala Popayan](#)

ELEMENTOS TEMÁTICOS DEL MURAL

La organización. Representada en la hormiga como símbolo de organización, trabajo y solidaridad, como un buen ejemplo para la comunidad; también hace referencia a los orígenes fundacionales del pueblo puesto que en varias versiones se hace referencia a la abundancia de hormigas en la región.

Quisieron los participantes mostrarlas llevando en su camino a manera de hojas diferentes aspectos simbólicos de la región: el origen ancestral del pueblo Awá; los instrumentos musicales de los afrodescendiente; el mapa del municipio del Valle del Guamuez; simbologías del pueblo nasa; la Biblioteca Municipal representó los aspectos culturales y literarios del municipio con la revista Katharsis; no podían faltar los abundantes y deliciosos frutos de la amazonia, la riqueza petrolera y ganadera de la región. En su camino las hormigas suben por la ceiba, se convierten en hojas y luego en aves como tucanes, colibríes, guacamayas y finalmente en peces evidenciando un movimiento circular.

La biodiversidad. Los participantes plasmaron en los bocetos preliminares elementos muy significativos de la biodiversidad del Putumayo y la representaron en guadales, heliconias o wapil - en nombre en Awa -. La ceiba y por supuesto el yagé o ayahwaska y su relación con las prácticas y rituales de sanación de los pueblos ancestrales. Una montaña representa a la Pachamama y de sus cabellos brotan las aguas que se convierten luego en el río Guamuez que le dan vida al rico valle que lleva su nombre. Las aves multicolores y el tigre o jaguar hacen presencia en el mural.

Las etnias. El Valle del Guamuez está integrado por diferentes pueblos originarios: cofanes, Awás, Nasas, Embera Katio y la población mestiza y afrodescendiente que hacen un tejido estrechamente ligado entre sus múltiples y ricas raíces culturales. En el mural quedó registrada mediante rostros de perfil esta composición multiétnica constituyéndose como eje central de la pintura y en donde en un movimiento circular y envolvente se expresa la necesidad de vivir en armonía entre todos los seres que allí cohabitan: personas, plantas, animales.

Además de la diversidad étnica, todos entendimos que en el municipio Valle del Guamuez existen al menos **cuatro lenguas ancestrales**, que la comunidad desconoce porque solamente habla y escucha español. Por esta importante razón el equipo Wipala animó a las personas que representaron a estas comunidades durante la ejecución del mural a escribir algunas palabras importantes para dar a conocer esta riqueza lingüística regional:

El pueblo Awá, además de representar sus orígenes escribió en la parte inferior del dibujo en su propio idioma Inkal Awá Ishku Kanim, que significa “Gente valiente de la montaña”.

Los Nasa también incluyeron algunas palabras en nasa yuwe (lengua nasa): Kwesx Uma Kiwe, madre tierra; Yu’, agua.

El pueblo Cofan representó al Taita Drigelio Criollo e incluyeron palabras de su lengua como: Ingi Ande, nuestro territorio; U'fa A'i, yagé cofan; Thesi, jaguar, tigre.

Infelizmente no asistieron al evento representantes del **pueblo Embera Katio** que también tienen su propia lengua ancestral.