

Revista

Co.incidir 51

Mayo 2018



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.



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

COINCIDIR

Intérprete: Fernando Delgadillo

Autores: Alberto Escobar y Raúl Rodríguez

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 momento de existir
si tu vida es otro instante... no comprendo
tantos siglos, tantos mundos, tanto espacio... y coincidir.

Pinturas

En esta edición, las pinturas de Edmund Dulac



(Octubre de 1882 - 25 de Mayo de 1953). Fue un renombrado ilustrador británico, destacado por plasmar la naturaleza mediante la creación de ilustraciones para libros, sellos, revistas y billetes. Dulac perteneció a la llamada Edad de Oro de la Ilustración, una etapa ubicada especialmente en la primera parte del siglo XX. Sus obras se caracterizan por un trazo delicado y por un refinado cromatismo. Se destaca la creación de temas para el libro *La Tempestad*, de William Shakespeare que contó con unas cuarenta páginas ilustradas en color; *Las Mil y una Noches*, algunos poemas de Edgar Allan Poe, *La Bella Durmiente* y otras historias creadas por Hans Christian Andersen.

<https://www.youtube.com/watch?v=6wgvPe4WG8>

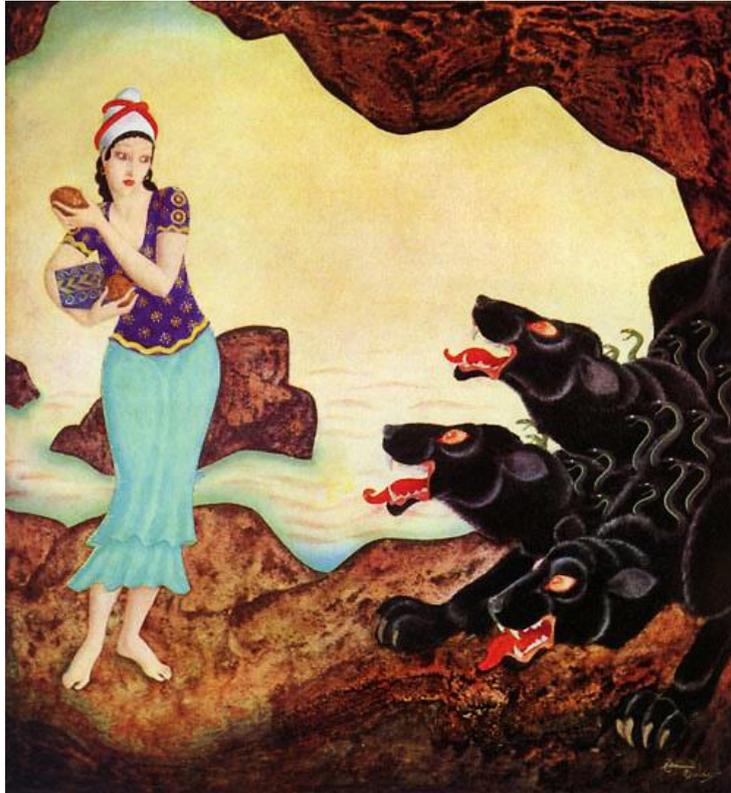
Índice

Luis Weinstein	6
Saludo Inicial	
Carlos Crosa	10
Poemas	
Juan Carlos Etcheverry	14
Ella	
Victoria Deelmar	21
Más allá del olvido	
Julio Monsalvo	23
No estoy solo	
María Alejandra Vidal Bracho	26
La Belleza de la Porcelana	
André Barré	30
Revolucionarios	
Angeles Estévez	34
Holograma de Paz	
Adriana Beale	40
Soledad y Felicidad	

Matías Andrés Cepeda Monsalvo	59
Mariposas en vuelo	
María Alicia Pino	61
Ediciones Co.incidir:	
El Principito, la principita, el aviador y la salud en el país de las posibilidades. Luis Weinstein	
Luis Weinstein	66
La Plaza de la Amistosofía	
Julio Monsalvo	73
El Rincón de la Alegremia	

Saludo Inicial

Luis Weinstein



EL CORAJE DE ASUMIR CRÍTICAMENTE LA NORMOSIS Y OPTAR POR LA MILITANCIA EN LA VIDA Y EN LA ESPERANZA

Normosis, término con que el psicólogo Pierre Weil designó toda una realidad que los espíritus críticos comprometidos con el desarrollo humano han señalado desde siempre.

Palabra con que puede identificarse a nuestra crisis de civilización, en que coexiste, junto a un increíble avance científico



técnico, algo propio de la ciencia ficción proyectado a la realidad cotidiana, la evidencia de un malestar generalizado, un “malestar en la cultura”, en la cotidianidad, en las vivencias más personales, más íntimas y más de largo alcance, más poéticas, más existenciales, más espirituales.

Normosis, la discordancia entre lo considerado “normal”, adecuado, lo vigente en lo “normativo” y lo “sano”, lo correspondiente a la expresión de las potencialidades humanas.

Normosis: El desarrollo humano sin una orientación, antropológica, sin la consideración sobre los que es lo humano, su pertenencia y su complejidad.

Normosis: de la pobreza económica y la pobreza espiritual, la instrumentalización de los seres

humanos, su cosificación, su explotación, la marginación y la persecución de los diferentes, de los extranjeros, de lo que piensan y sueñan distinto a lo establecido.

Normosis: el patriarcado y el mercantilismo.

Normosis; el antropocentrismo y la mirada instrumental a la naturaleza.

Normosis, un desarrollo humano que no se funda en lo que somos, en nuestras grandes dicotomías, como la de la autonomía pertenencia, la de la certidumbre incertidumbre y la necesidad de una visión integradora.

Normosis, patología de nuestra forma de vivir, del tipo de desarrollo vigente, de la cultura; imposible de separar de los grandes temas de la salud, de la educación, del quehacer social, ecológico, poético, existencial, espiritual...

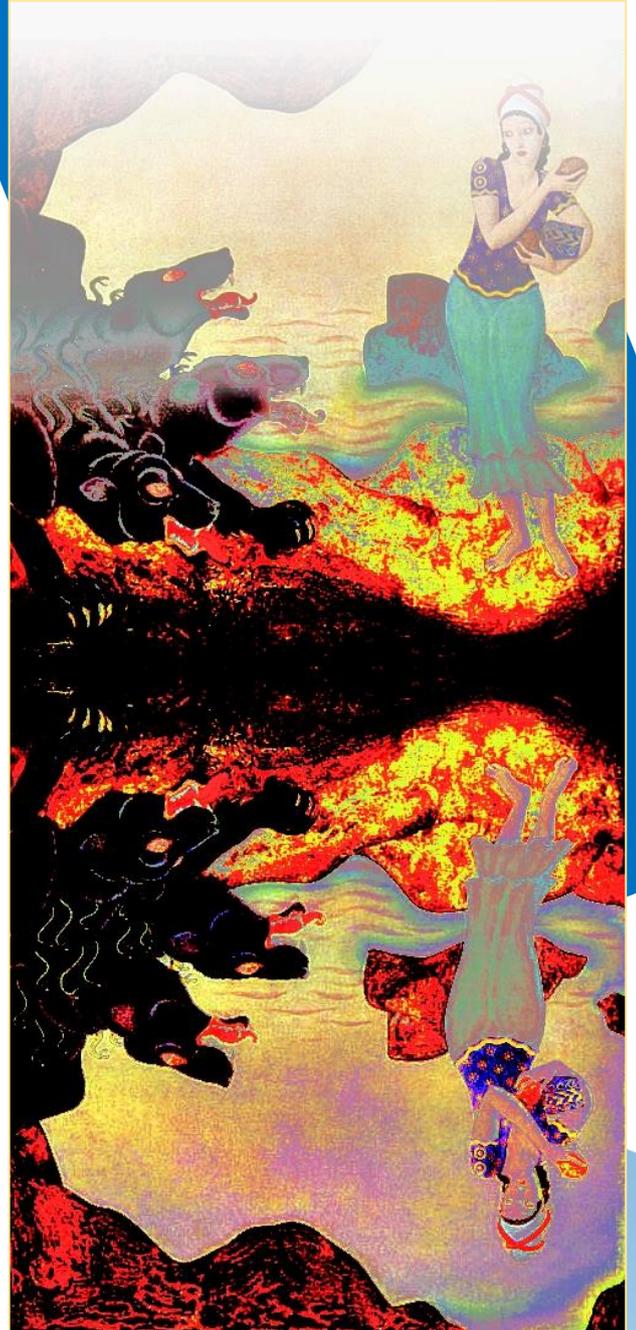


Normosis: La pérdida del asombro, la relegación del amor por parte de la competencia. El predominio del hacer y el tener sobre el ser.

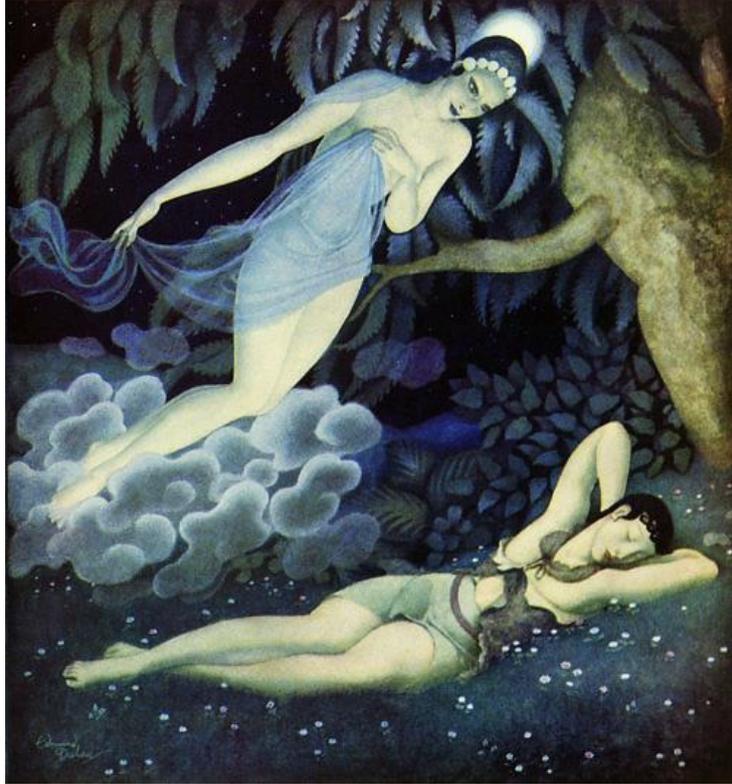
Frente a ello, la necesidad de encuentro y cooperación de los grandes referentes que van hacia el cambio cultural: sociales y espirituales; científicos y poetas, artesanos y pensadores...

La búsqueda de coincidencia entre el desarrollo personal y el cambio cultural, entre el cambio local y la mirada universal.

El camino al desarrollo de la Internacional de la Esperanza y la Multiversidad sin Fronteras, con lo poético dialogando con lo prosaico, la biodanza nutriendo todas las edades, la salud integral entrando a ser el valor central, acompañado por la alegría y la amistosofía, apuntando a la primacía del sentido.



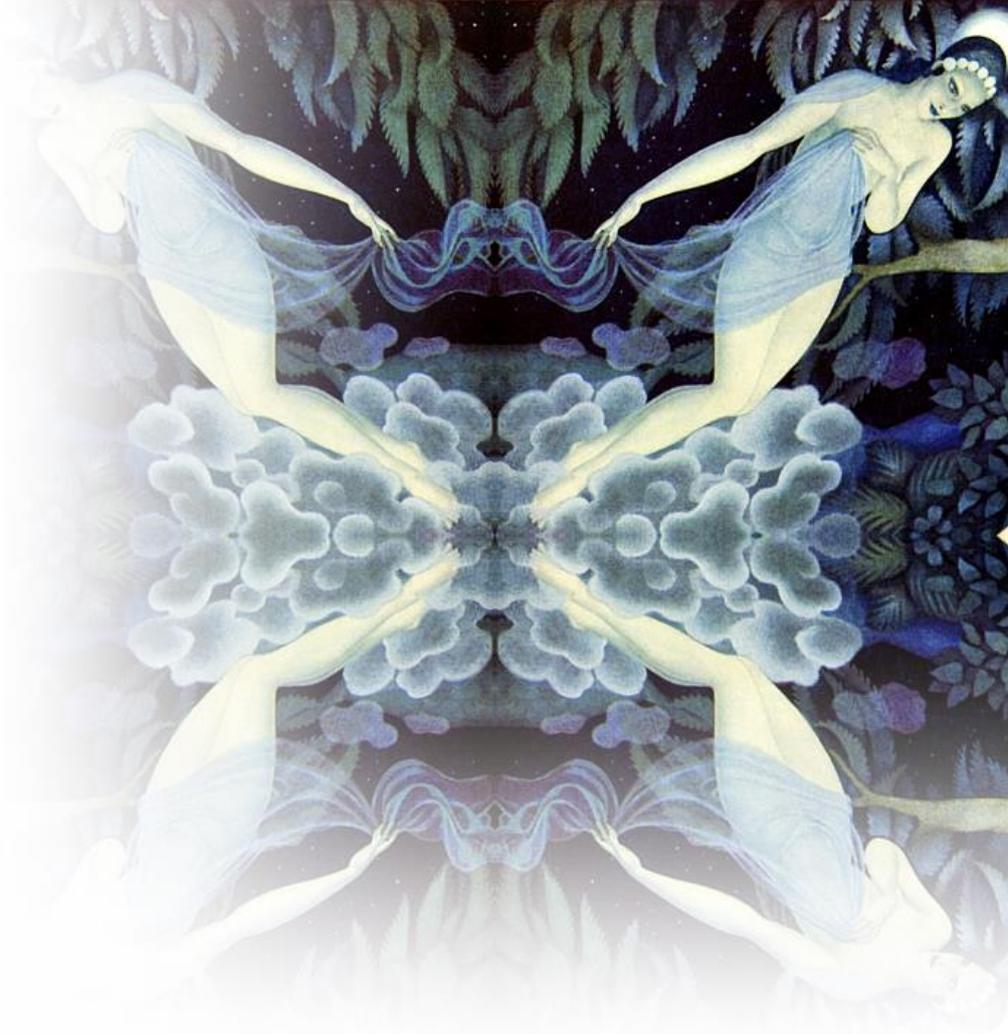
Carlos Crosa



NOCTURNO

Este calmo instante
del bienestar del sueño
es calma ilusoria
en la que hormiguea
o late escabrosa
la realidad.

Convivo con ella
desde el ímpetu de mis ansias
entre andariveles de silencio.



Pasado y futuro
espacio originario
epifanía insinuada
tal vez nunca alcanzada
signo indescifrable
mas no por eso no designado.

Espacio de mudez
cual oscura y estancada agua
donde algo fermenta

y así, sucesivamente,
otro vuelo ascensional.

OCTAVO "A"

El cielo oscureció aquel mediodía
soltando relámpagos y truenos
con viso apocalíptico.

La tormenta veraniega
sin embargo,
cual perro que ladra sin morder,
aulló una garúa fina
cuyo remedo de neblina
categoría de horizonte esquivo
y serranías
le dio a la urbe.

En la ilusoria visión
el alumbrado público
sugirió el abrigo nocturno
en hogares de laderas

El chapón de un aire acondicionado
remedó techos de zinc.

Tipeó sobre él
la lluvia,
mi historia...

Y ya no dolió
ese minuto de menos
en mi cuadrante.



VUELTA

Emprendo una vuelta
Una vuelta juventud adentro

Puedo reconstruir ámbitos
Recuperar rostros,
Voces,
Sonidos

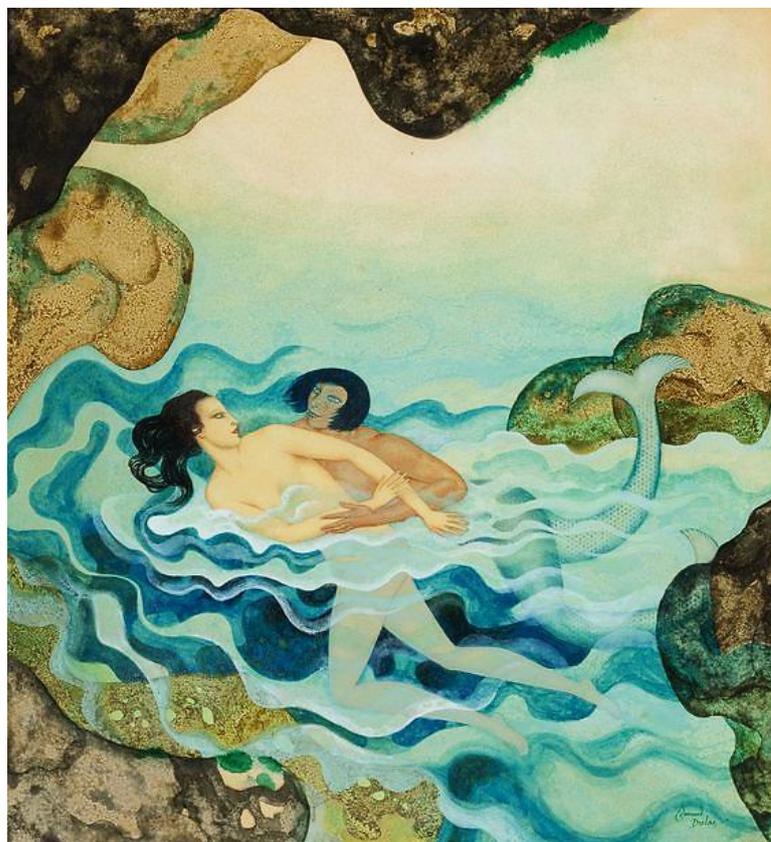
Impregnar los sentidos
Con el olor
De aquel respirado aire,

Tan indeleble
Como dolorosamente innominable.



Juan Carlos Etcheverry Cristi

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



ELLA

Describir(te)

me tomaría

muchas leguas submarinas

me tomaría

sin duda

parte de esta vida

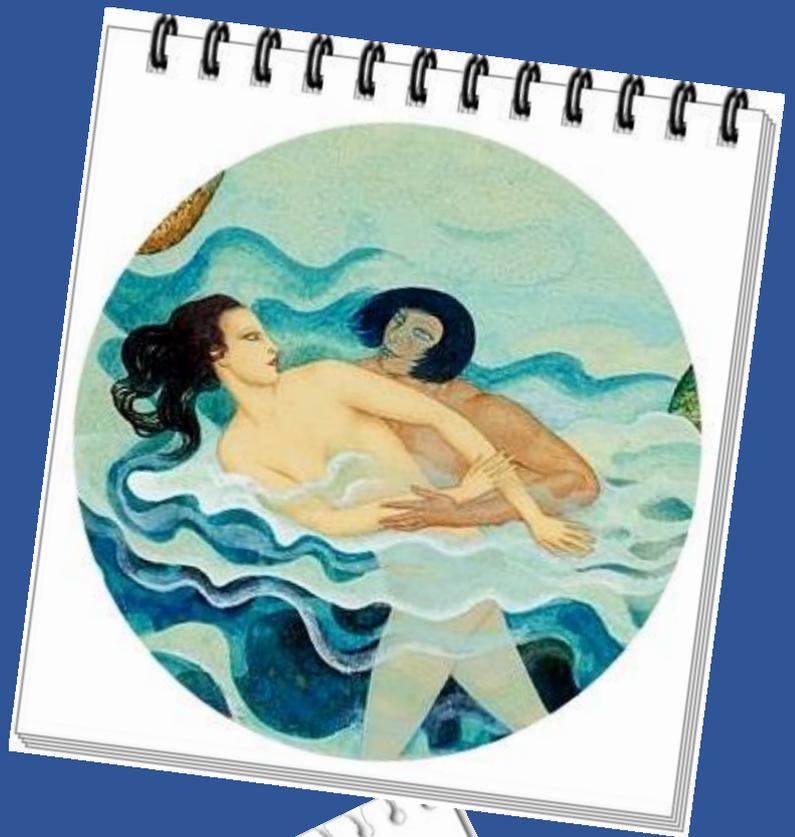
y la otra

que el destino nos permitiera
recorrer.

Ella dice ser retratada
por el propio Chagall
y desear ser amada
como Klimt
lo hubiese hecho.

Seguramente nos cubriremos
con ese manto dorado
de mosaicos bizantinos
donde ahora son mis manos
que te detienen
y esos tus ojos
que se funden con *la*
mar
como el efecto que provoca la marea
que viene y va
como el amor
que nos profesamos
de tiempo en tiempo.

Ahí estás paralizada
esperando





y recordando
cada instante
mientras el reloj
pasa entre nuestras vidas
un sinfín de episodios
inconexos.

No podemos menos
que echarnos a llorar
sin explicación alguna
tanto así
como un torrente de emociones encontradas
que brotan como ríos embravecidos
sin cauce-destino.

Ella sabe
como despertar(me) ese torrente de sensaciones díscolas
donde la imaginación se limita
y dolor sale a la vez
tan a flor de piel
que no es algo que se sienta en el plexo solar
sino en el alma.



Producto de estas emociones
y de cosas del corazón
recuerdo verme saliendo
con las maletas vacías
sin mirar atrás
dejando una vida
hace mucho, mucho tiempo atrás.

Un exilio “voluntario” que ha durado más de la cuenta
como la agonía misma
como las cosas
que te hace bien
y mal.



Es que ella
representa la patria
la mar
el reencuentro
el cielo
y el blanco
donde finalmente
descansaré.



Pero también,
los volcanes
los sismos
y el anhelo de paz
que seguramente fue pactado
en otra vida.



Te beso y sostengo
como en uno de los cuadros de Chagall
para apaciguar tu dolor



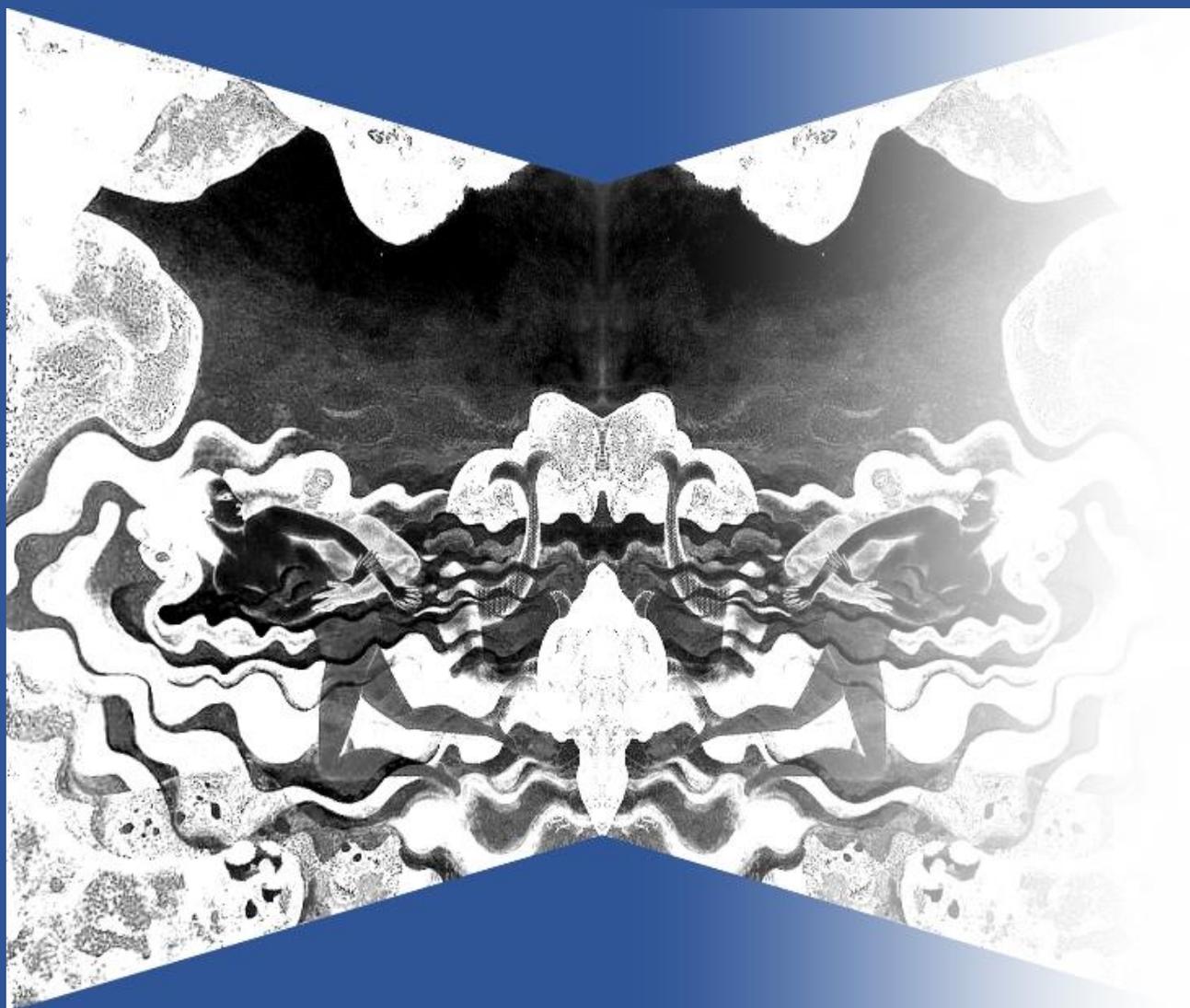
y tus noches de insomnio.
Por más que busquemos
nuestros centros –
desconcentrados;
alguna broma macabra
quien se divierte
a nuestra costa.

Que nadie diga sin
embargo
que la vida nos las han
regalado.
Todo ha sido
bajo mucha angustia
y es
lo que el destino quiso
por más que intentemos
conectar
una y otra vez.

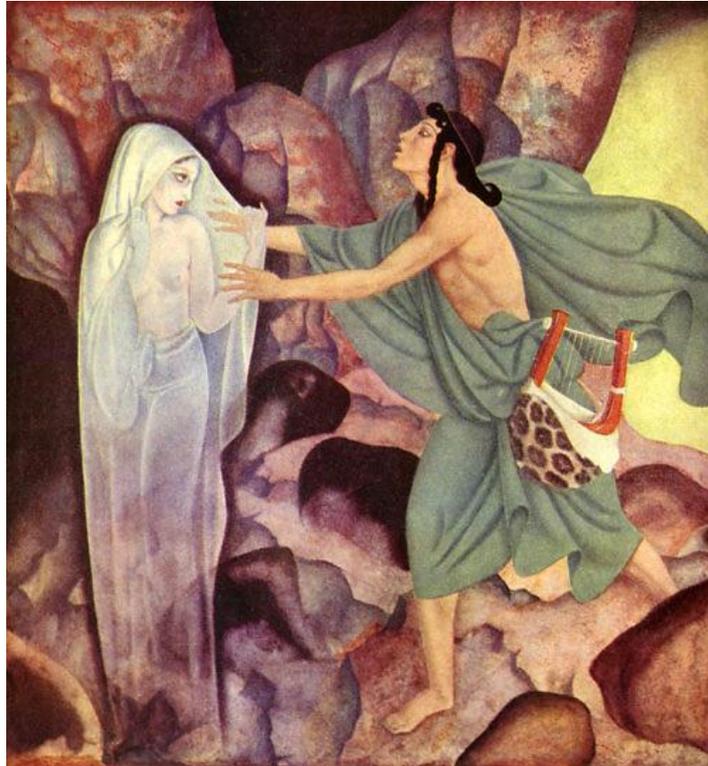
Las historias de amor
no siempre tienen un final
feliz
la belleza de la misma
es digno a destacar.

Con el aliento entrecortado
y sé, que tú sientes lo mismo
nos vamos diciendo adiós.

Hay momentos
en que debes soltar todo,
es tiempo de tomar el timón
y cada cual llegue a su propio puerto.



Victoria Deelmar



MÁS ALLÁ DEL OLVIDO

Se encontraron las caricias, se vieron fuera de lo concreto, donde el amor cruza las fronteras, celebrando se miraron se unieron con el todo para quedar unidas las almas eternamente en otro mundo libre y valiente.

Había una vez el mundo de los ocupados andaban tan ocupados que se decían por telepatía: Feliz un año sin vernos...

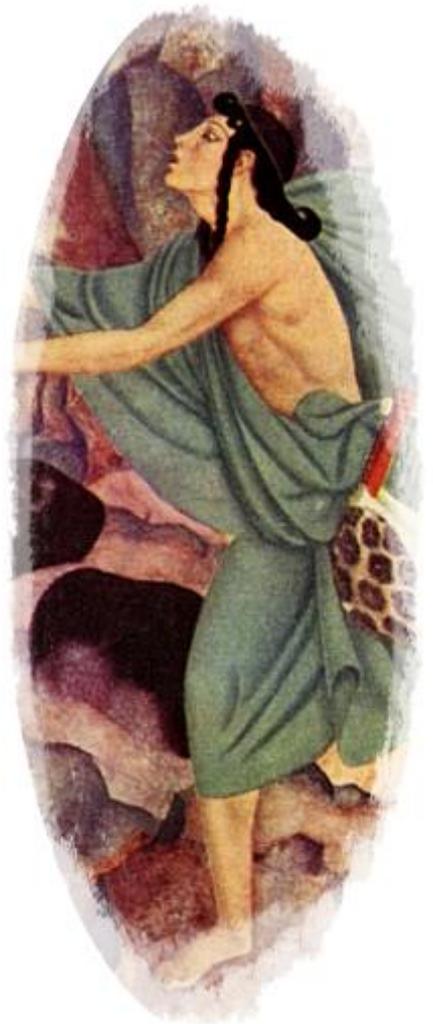
EN MI INTERIOR

Dos años de lo nuestro, un ciclo sin vernos, es como si te hubiera visto ayer, cada noche me visitas y vamos a un viaje de almas para unirnos en el mundo sin palabras.



TERNURA

Tantas amistades bellas, tantos momentos, para encontrar tu alma pura y tierna. Por sanarte me ido sanando, por ayudarte he descubierto tu alma noble. Una amistad sagrada. Cuando nos juntamos somos dos niños que juegan.



Julio Monsalvo

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



NO ESTOY SOLO

Hoy aprendí que
soy 10 a la 28 potencia de átomos
que cada año
se renuevan
el noventa y ocho por ciento!
y que cada cinco años

el cien por ciento!
que mis átomos de Carbono
fueron a la Tierra
y que vuelven a serlo
que pueden volver a mi cuerpo
o ir a otro cuerpo
o a donde sea cuerpo
de cualquier especie.

Que mis átomos de Fósforo
vienen de las Estrellas
que cada vez
que yo respiro
ingreso 10 a la 22 potencia de átomos
que en toda la Tierra
hay aire soplado
con 10 a la 44 potencia
de átomos

que respiro un átomo
de cada respiración
que flota en la Tierra

que así todos
tomamos protagonismo
en la BioDanza



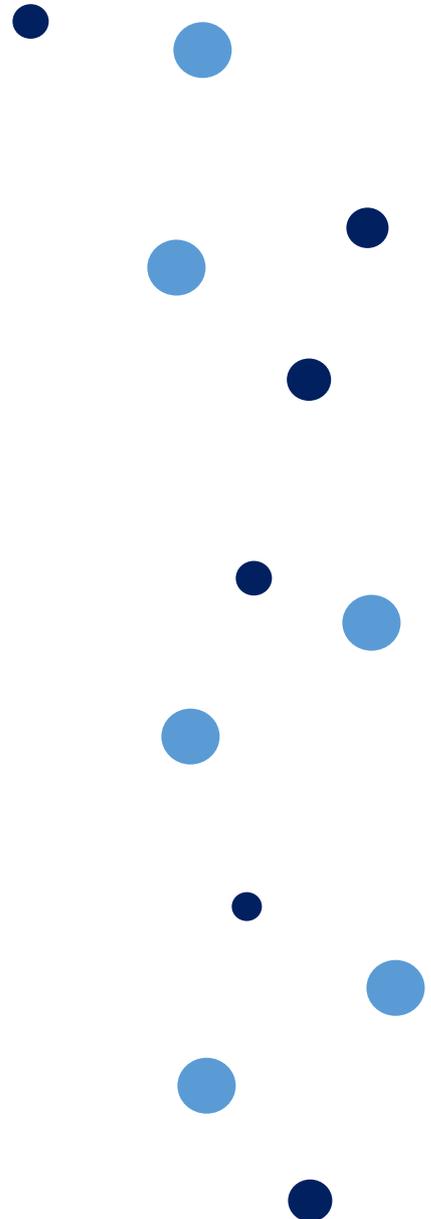
que en este
Baile de la Vida
“todo átomo que
me pertenece,
te pertenece
también a Ti”
que en esta Danza Vital



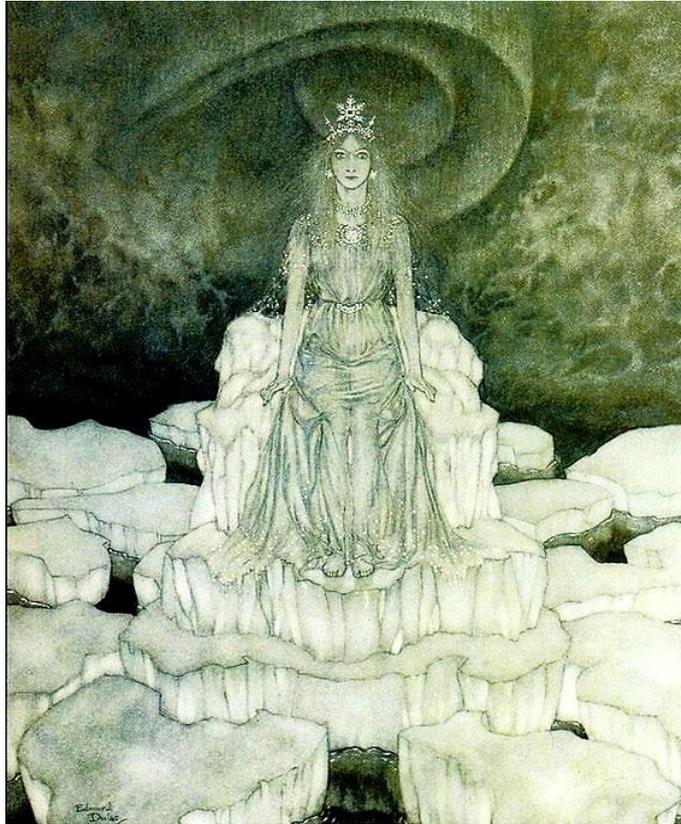
Yo soy Yo en Ti
Soy en el árbol
en el río,
en el chajá,
en el niño
en el que está
en el que ya no está
en el que estará...

Soy en la Tierra
Soy en las Estrellas
Soy en Ti

¡Sólo que
necesito tocar
a quien amo!



María Alejandra Vidal Bracho



LA BELLEZA DE LA PORCELANA

Ataviada con un largo vestido, conservo una postura muy erguida. Un chal cae, con descuido, por mi espalda y un gran sombrero protege mi cabello; de seguro, voy hacia algún lugar, yo no lo sé. Llevo un pequeño ramo de flores en la mano izquierda y, al parecer, esquivo los rayos del sol, porque mantengo los ojos cerrados y el cuello en una torsión, que indica cierto placer o disgusto, tampoco lo sé. La verdad es que me cansa esta posición,

pero se me ha encomendado vivir de este modo; y así, aquí de pie, sobre una pequeña alfombra tejida a crochet, en una delicada mesa, junto a un mullido sillón, transcurre mi vida.

No he visto el lugar en que me encuentro, ya les dije, tengo los ojos cerrados, pero sé que estoy rodeada de actividad. Cada día, escucho pasos humanos y también unos gatunos, muy suavécitos; siento ladridos de perros, distintas bocinas de autos, lluvias crepitando y el soplido del viento. Oigo voces, portadoras de noticias, que me indican que junto a mí viven personas dotadas de almas vibrantes, y enamoradas de su existencia. Yo, por mi parte, estoy consagrada a la belleza; adornar en el mundo, es mi trabajo y misión.

Como, en este invariable estado de ser, tengo mucho tiempo para pensar y reflexionar, les puedo contar que: de tanto analizar, lo que puedo percibir, he descubierto la existencia de algunos seres, que viven igual que yo, o pretenden vivir igual que yo, es decir, dedicados a la belleza. El problema es que, también he descubierto que, a veces, a estos hombres y mujeres, con el afán de cumplir con los estereotipos de hermosura imperantes, no les importa el precio a pagar. Y así, por una figura delgada, son capaces de someterse a dietas de hambre; por



conseguir músculos tonificados, hacer de un gimnasio su hogar, y para llevar atuendos de envidia, están dispuestos a quedar sin recursos o subsistir endeudados de por vida.

Yo, soy una ilusión, soy perfecta; una figura de porcelana, hechizada por su creador; no cambio, no envejeczo, no engordo ni adelgazo. No se me cae el pelo y luzco pulcra todo el tiempo, porque soy una ficción. Pero igual, aunque no lo crean, esta apariencia me cansa y ¿quieren saber algo más?, de tanto verme ya no me ven, me he vuelto invisible para mis propios dueños, sólo algún visitante me descubre y, luego, si sus visitas se vuelven frecuentes, también desaparezco para éste. Finalmente, mi destino trazado igual se desvanece.

Saben... si yo tuviera la oportunidad de vivir, en un cuerpo de carne y hueso, aprovecharía cada momento; no habría uno más valioso que otro, todos serían relevantes para mí. Disfrutaría de la

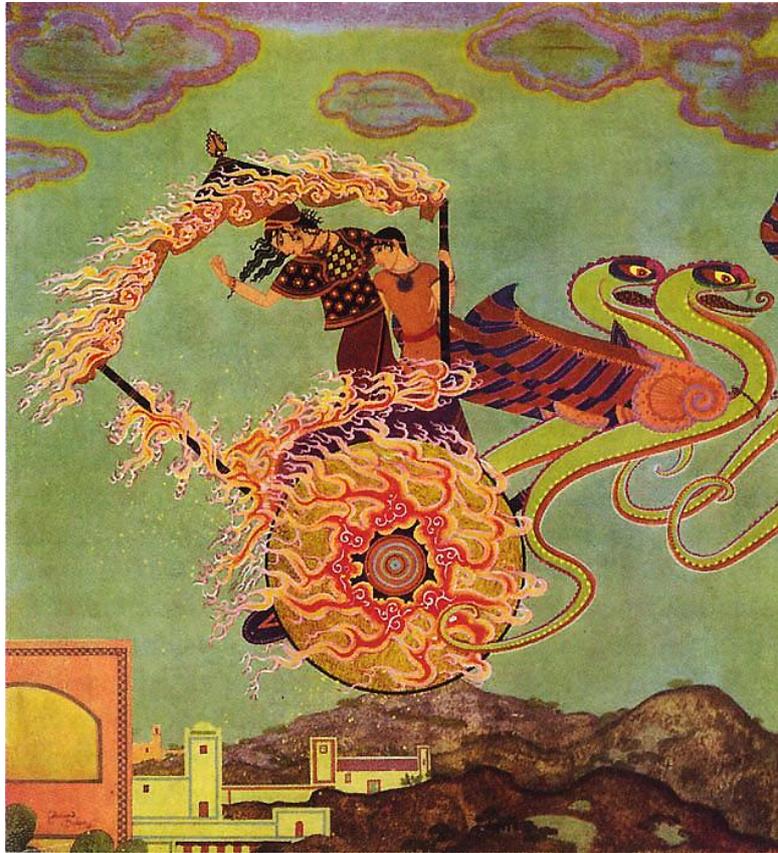




comida sabrosa, de los pasteles, los guisos y las bebidas. Contemplaría, ilusionada, los atardeceres y cada amanecer, sería una fiesta para mí. Con agrado, me despediría de estas flores, prisioneras en mi mano, dejando que se sequen, para volverse semilla y abono de otras. Regalaría mi sombrero y este chal, a quien lo pudiera necesitar; me tendería sobre el pasto para mirar las nubes pasar. Viviría sin pensar en un mañana y cuando llegara el momento del adiós, abandonaría mi cuerpo, feliz de lograr perderme en el azul del cielo, en la humedad de la tierra y en el sonido del oleaje del mar. Me iría en paz y agradecida por el privilegio de haber tenido la sublime oportunidad de experimentar la magia de la auténtica vida, correr por mis venas.

La belleza de la porcelana es fría, efímera, inútil y distante; la belleza del alma es eterna, transmutadora y creadora de importantes realidades. Por ende, es la que se debe perseguir incansablemente; tan incansablemente, que hasta en el último aliento, exista el profundo deseo de alcanzarla y atraparla, ojalá, para siempre. Se los digo yo, que sé lo que es ser sólo bella, pero lamentablemente, desprovista de un alma cultivable y serena.

André Barré (S.)



REVOLUCIONARIOS

Revolucionario soy
porque gusto lo nuevo
lo nuevo y lo diferente
avanzo pa´mejorar

Revolucionario soy
arriesgo de frente mi vida
para buscar algo mejor
aunque me cueste el pellejo.

A veces me llaman Camila,
otras José Miguel
mas siempre estoy de hermano
mostrando mi hombro fiel

Desnudo mis pechos y salto
la zanja con mi bandera
mostrando que soy la misma
revolucionaria de ayer



Salto las barricadas
que defiende el lobo fiel
y protege su patrimonio
como si fuera su piel

Soy revolucionario
arriesgo mi todo en vez
pues solidarizo con mi pueblo
sacrificado por un diez.

Sueño de día
salgo de noche
salto la valla
del enemigo que ese es
que oculta las vasijas
llenas de oro y miel.
Soy revolucionario
quiero una educación gratis
para los hijos de ellos
que de otra manera
lucirán como sus esclavos





Dejo mi sangre en las calles
cerca donde mora el dueño
de todo Banco Vecino
como si fuera d'él.

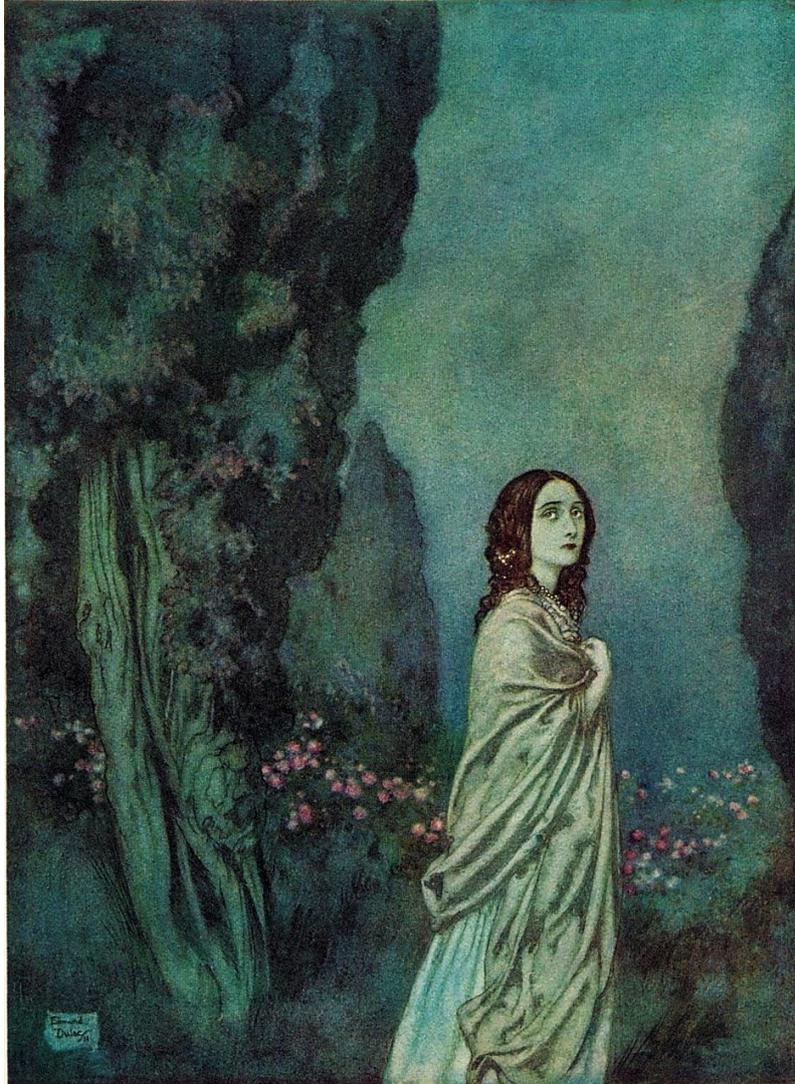


Soy valiente y revolucionario
canto mi diferencia
y pongo mi saber y vida
para que el pobre tenga
abrigo, pan y vino

Somos vates revolucionarios y
qué...



Ángeles Estévez



HOLOGRAMA DE PAZ

Cada mañana de sábado, estoy con el verde pálido y el verde obscuro, con el oliva y el intenso con el verde agua, que en su momento me cuida.

Cuida mi salud, cuida el cuerpo y el alma, cuida en el andar y en el estar, en el pensar, en el sentir, en el experimentar, nos cuida

mientras somos aunque no sepamos de él aunque no sepamos de nosotros.

A veces durante la semana voy retomando por partes un poco por aquí, otro por allá, avanzar con lo que sigue... Es un hábito en desorden constante que me devuelve la lucidez del devenir confiado en momentos en que puedo apartarme de las rutinas y deberes.

He acostumbrado a llevar el riego de esta manera, en espacios breves, o el quitar las malezas o retirar unas cuantas hojas en otoño, sólo unas cuantas, pues sus colores son en sí un despertar consciente de la época en que se acerca el reposo.

Cada momento, cada vez ya sea en esa jornada de los sábados o en los pequeños espacios entre semana, los verdes me van entregando sus remedios.

Poco hace falta decirlo, pero era yo una persona "sin remedio", para las expectativas de otros que me vieron crecer. Consideraba cruel este Mundo, me fui aislando y luego cuando intentaba hacer algo, erraba el camino tropezando en situaciones inconexas carentes de oídos y capaces de echarlos a perder todo por el ego.

Los verdes fueron transformando la mirada del mundo cruel a un mundo más pasable.

Los verdes fueron sanando mi alma y con ella el resto de mí y lo de alrededor. Entonces deje de tropezar, aunque siempre se está susceptible. Me fui acercando al entorno, aunque me resultará parecida a una bolsa de gatos. Fui juntando en la bolsa verdores de



distintas intensidades. También otros colores. Algunos amarillos y azules, pero siempre el conjunto era verde. Así fui dejando atrás eso de los gatos y se inició una nueva mirada: las situaciones como micro paisajes posibles de ser transformados. Llevaba en mi corazón todo aquello que quería cambiar y en la bolsa de verdes todo aquello que quería reciclar.

Para qué reciclar pensé un día. Sentí que ya podría soltarlo.

Lo solté en el aire y fue un momento asombroso ver cómo todo eso que llevaba y pesaba en la bolsa, podía volar liviano como las plumas.

En la bolsa de verdes iban las emociones, las iras, las cobardías, las osadías frustradas por el miedo.

Así fue como comenzó mi navegar en la matriz del mundo

En el encuentro con la humanidad y el Otro.

Fue con este apoyo, la incondicionalidad de los verdes.

Si un día estás bien u otro estás de otra forma no es un lío, ni es un gusto, ni menos es incomodidad.

No hace falta llenar vacíos con palabras vagas.



No piden nada y te dan lo que tienen: energía

Si las riegas con cuidado hacen de tu espacio una fiesta en el silencio

Si las olvidas y no alientas se van, ¡Si! Se van a otro sitio

Tú ya no estás para ellos y aunque son visiblemente inmóviles su estar en el mundo de la energía se conecta con otro sitio en el que ellos si están y alguien las riega con agua y amor.

La relación genuina con La Paz

La Conexión con la totalidad

El Amor por y con la vida

Aparece así en los hogares

Algunos verdes introducidos

Otros nativos

Pero hay algo en la comparación... ..

Es que los verdes son más felices en su propio origen. Cuidados por sus propios ancestros, y admirados por las personas originales por sus cualidades inmanentes claves de sanación.

Si ya está; y tenemos verdes introducidos no los veamos cómo intrusos los intrusos somos nosotros y ellos están felices de darnos su energía y los especiales cuidados que requieren con mayor esfuerzo y dedicación para la adaptación que nos aleja a nosotros de la posibilidad de contemplarlos libres y puros en su expresión silvestre y entrega de energía.





Los verdes son hologramas de paz te cuidan más allá del tiempo que en ellos inviertes.

Tú creías cuidarlos, pero más allá ellos te han elegido en el camino de paz.

Los verdes hologramas de paz viven allá afuera de la ciudad y están también adentro y así mismo dentro de ti dentro de mí ¡están en todas partes!

Los verdes hologramas de paz saben que si la vida fuera sólo un continuo de hacer finalidades con principio y fin, se habría terminado antes de reparar en sus misterios.

Los verdes hologramas de paz saben de ellos, saben de la continuidad, saben de esta experiencia, de la certeza cuando hemos contactado con su mundo y saben incluso que podemos sentir como propio.

Creemos, cuando les damos cuidando, estarlos ayudando. La situación es otra. Ellos son quienes nos sanan cuando hacemos el contacto mágico que nos unes a un sistema de neuronas invisibles a través de sus raíces y de las extensiones de sus ramas, como un tejido planetario.

Adriana Beale



SOLEDAD Y FELICIDAD

A veces nos preguntamos sobre la felicidad. Y a mí ¿Cuándo me llegará? O bien ¿Cuándo será mi momento?

Hoy visité a una amiga, varios años que no la veía. Estaba igual. Ella no se casó ni tuvo pareja permanente. Se dedicó a su profesión de por vida, hasta que le llegó la jubilación. Y a cuidar a su mamita hasta que falleció.

Su único hermano casado le dio dos sobrinos que ahora de adultos ya no se les merece. Uno está lejos, en Australia, ha iniciado una nueva vida. Su sobrina no se interesa por ella.



Sus amigas se han alejado, otras han muerto y así la vida la tiene tan sola.

Pero, ¿por qué a veces pienso que ella no es feliz?

Ella es muy feliz porque ha descubierto el secreto de la felicidad...

Cuando yo la conocí ya tenía sus añitos. Siempre alegre y amiga de sus amigas. Me invitaba a su casa a probar sus recetas vegetarianas que según la aprobación se iban escribiendo en recetarios de posible publicación.

Actualmente varios están en las vitrinas de librerías de Providencia donde se van vendiendo lentamente.

Su interés por las hierbas y la medicina alternativa la rodeó de mucha gente que quería aprender y su aporte ha sido importante hasta ahora.

Pero, siempre ha sido una solitaria que madura lo que aprende y de alguna manera lo entrega a los demás.

Su casa y su jardín son su templo. Todo esto unido a una fe profunda vivida de su

interioridad, creo que son parte de su secreto para la felicidad.



La felicidad es algo interno que se expresa hacia el exterior por medio de actitudes, gestos y acciones que son signos de este estado maravilloso y a veces beatífico.

La felicidad no depende de los demás, depende de nosotros mismos, de cuánto nos conocemos, nos aceptamos y nos queremos.

Así también la felicidad como estado permanente es diferente de los chispazos gloriosos que nos otorga la madre naturaleza con la perfección de sus creaciones.

Momentos sublimes en que nos acercamos a ella y la comprendemos en toda su magnificencia.

Además están los regalos que hemos recibido por añadidura. Como los hijos, los nietos, padres, hermanos y sobrinos cuando las relaciones están maduras y es posible agregarlos a la lista grandiosa de la felicidad.



Y cómo no hablar de los amigos y amigas. Seres que hemos elegido para realizar el camino y que mucho nos ayudan, nos acompañan, nos enseñan y nos alegran.

Haciendo una pequeña revisión de vida me ha impresionado la inmensa riqueza que he recibido:

Un marido querendón que me permitió ser, y que aún desde la otra tierra creo que me cuida y me protege.

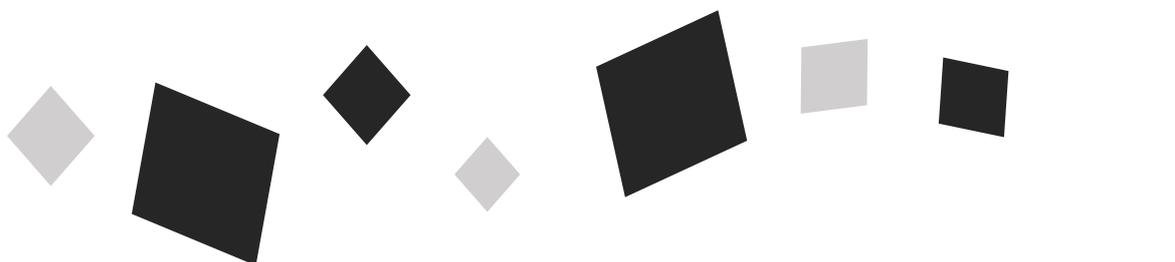
Dos hijas maravillosas y cinco nietos todos diferentes y que me hacen sentir la felicidad de ser, de existir y de prolongarme en cada uno de ellos y ellas.

Allí está la fuente de mi felicidad.

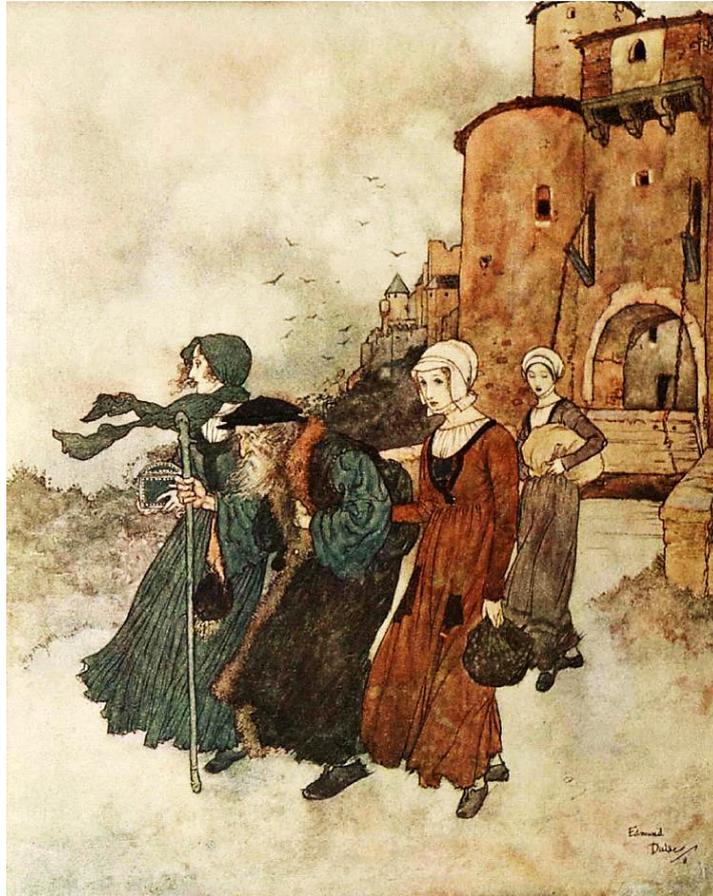
También es propicio el hecho de hacer las cosas con amor y de tratar de ayudar a todos los que me rodean.

La naturaleza, mi fiel compañera colabora ofreciéndome su radiante compañía en momentos de inspiración y de relajación.

Para mí todo y todos interesan, nada me es ajeno en este mundo que me ha tocado vivir y donde creo que soy muy feliz.



Jaime Yanes Guzmán



SALUD Y AMISTOSOFIA

“El humano sometido a la necesidad extrema es conducido hasta el límite de sus recursos, y al infortunio para todos los que transitan por este camino”.
(...) Ellos son “Los Miserables”, los parias, los desamparados.”

Los Miserables
Citado por Victor Hugo

¿Homo sapiens? “Es una buena idea, ojalá que se lleve a cabo”
Gandhi.

Citado por Luis Weinstein



<http://www.lemondediplomatique.cl/Salud-y-amistosofia-por-Jaime.html>

INTRODUCCIÓN

Nos encontramos frente a una crisis en los hospitales del Estado. Además una insuficiencia en la atención médica que nos muestra una salud no saludable. El origen de este trance que nos indica la existencia de un sistema en desequilibrio que no cumple con su objetivo de dar salud a nuestra población, tiene su base en que la política de salud que se aplica en Chile desde hace ya años, se basa aún en el paradigma cartesiano, lineal, y en la privatización del sistema de salud.

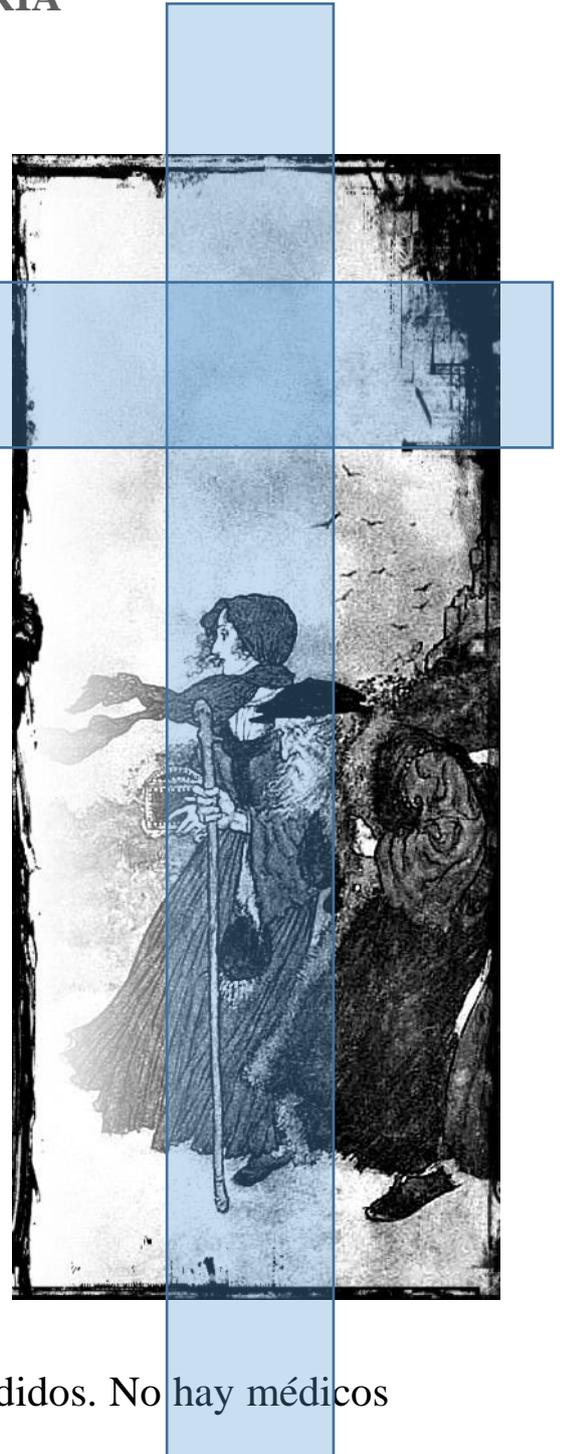
Esta situación ha desarrollado, por una parte, una formación de los facultativos que deja mucho que desear, con una visión lineal que impide ver el entorno del paciente, y que rechaza otras

perspectivas de salud de alguno de los enfermos. Y al mismo tiempo, porque no entrega los recursos suficientes para que el Estado atienda a un pueblo conformado por gente de escasos ingresos.

CRISIS HOSPITALARIA

La mayoría de los hospitales públicos en Chile, con algunas excepciones, son recintos viejos de muchísimos años de antigüedad, con habitaciones estrechas de camas muy próximas las unas a las otras. Por lo general hay falta de ventilación adecuada, casi nunca entra el sol, y los convalecientes no pasan más de un día por problemas de atención de urgencia que prácticamente se reduce a la atención de enfermos que son intervenidos quirúrgicamente y de inmediato enviados a sus casas. En tiempos de epidemia, esto se agudiza.

En las urgencias de los hospitales las horas de espera son increíblemente largas, hasta cerca de 14 horas, y además mal atendidos. No hay médicos



especialistas y urgenciólogos suficientes, o sencillamente estos no existen o están siendo reemplazados por médicos generales recién egresados.

Los profesionales debidamente preparados han sido cooptados por las clínicas privadas con mejores ingresos. Entonces las posibilidades de errores en el diagnóstico de los médicos aumentan, con daños que pueden ser hasta letales para los enfermos.

Según CIPER[i], las razones de la mala atención en estos hospitales tiene que ver con que cada vez menos médicos aceptan trabajar en las pésimas condiciones que ofrecen los servicios públicos. O porque no existe el equipamiento técnico, y si los hay, no siempre se cuenta con el personal adecuado para usarlos. Y por último, ausencia de camas clínicas para estabilizarlos y luego atenderlos.

La razón de la debilidad del sistema público en Chile[ii] se encuentra en la baja inversión que se hace en salud respecto al PIB.

En el país, el porcentaje respecto al gasto total es de sólo un 7,2 % y está bajo la inversión que hacen Cuba, Costa Rica, Brasil, Uruguay y Argentina. Y del gasto público total en salud, el sector público de Chile, según las mismas estadísticas de CIPER, sólo gasta el 47,4 %

Paras enfrentar estos problemas, los gobiernos han aumentado la deuda hospitalaria como solución política.[1] Los enfermos no

pueden dejar de atenderse, aunque la demora sean meses y en algunos casos, años. Se entregan recursos adicionales para atenderlos, sacrificando fondos de construcciones hospitalarias, debilitando aún más la histórica infraestructura precaria e insuficiente del país.

LOS PACIENTES

¿Quiénes son la mayoría de los pacientes del sistema público?

El grueso de los pacientes del sistema público es gente de muy bajos ingresos, cesantes, indigentes, hombres y mujeres en sillas de rueda o con muletas, también inmigrantes, pobres en general que el sistema privado no atiende. El salario, la comida y la habitación de estos pacientes es incierto y efímero. Sólo la atención pública de salud hace que no todo esté perdido en la vida de millones de ellos.

Algunos de estos pacientes devienen en vicios y crímenes y se transforman en miembros de familias degradadas y desamparadas. Jefes de familia sin trabajo y sin conseguir mendrugos de pan para su numerosa prole.



Esta trágica situación los sume en situaciones de miseria, destruyendo sus familias, dispersándolas sin que nada sepan unos de otros. Se transforman en presidiarios conscientes de haber cometido delitos en búsqueda del mezquino pan para él y sus hijos. ¿Qué otra actitud se puede tener cuando hay hambre? Carecen de trabajo y de pan. ¿Qué otra cosa podía hacer sino conseguirlo de todas maneras a como dé lugar? ¿No era locura su falta de trabajo? ¿No estaba castigado por la sociedad humana cuando buscaba replantear el reparto injusto de los bienes de la sociedad? Se sentía injustamente castigado con su alma dañada. Junto a otros, visitaba el hospital humillado por las cadenas y los guardias fuertemente armados que lo custodiaban. No tenía privacidad cuando era atendido por algún médico. Rechazaba las miradas de sorpresa, de preguntas o de condenas de los demás pacientes. Casi no encontraba en ninguna de ellas solidaridad, comprensión o siquiera lástima. Se sentía condenado por la mayoría del público que asistía a los hospitales transformados en jueces implacables que no entendían lo que había hecho en su búsqueda por sobrevivir.

LA SALUD ENFERMA

¿Cómo superar la crisis del sistema de salud?

Capra (2003)[iii] señala que el enfoque mecanicista de la medicina tradicional, centrada en una postura cartesiana del cuerpo humano que entendía a éste como un mecanismo de

relojería, era la base teórica de la crisis de los servicios sanitarios y de la atención médica. La superación de la crisis consiste en que el grueso de los médicos superen el paradigma cartesiano y lo reemplacen por una visión holista y ecológica de la medicina.

Es necesario aventajar lo alcanzado hasta hoy día por la medicina convencional, y tener presente ahora los fenómenos físicos, sociológicos, psicológicos, entre otros, de la sociedad contemporánea actual que condicionan la salud de los humanos en su ambiente cotidiano.

¿Cuál sería esta nueva visión holística y ecológica que caracterizaría a la medicina actual? Los sistemas de salud actual se caracterizan por tener dos tipos de interconexión: Interconexión entre mente y cuerpo, y entre organismo y medio ambiente.

La interconexión entre mente cuerpo, según este autor, supone que los facultativos intuyan la compleja interdependencia de carácter psicosomático que existe en todas las formas de tratamiento de cualquier enfermedad. En la segunda interconexión obliga a los médicos a un concienciamiento mayor que el que se tiene hasta hoy en la relación entre seres humanos, el medio ambiente y los aspectos sociales de la salud.



Estas interconexiones, según Capra (2003:179)[iv] se presentaban desde las concepciones de pautas energéticas. Así, El concepto indio de prana y el chino de ch'i se mencionaron como ejemplos de términos que hacían referencia a dichas “energías sutiles” o “energías vitales”. Y a partir de aquí, las enfermedades se entendían como consecuencias de roturas en dichas pautas energéticas. Superarlas obligaba a generar técnicas terapéuticas para influir con la mente y la meditación en movimiento en el sistema energético del cuerpo utilizando el ch'i kung y el tai ch'i. Era una forma de que los médicos pudiesen enfrentar las reacciones emocionales de los pacientes a partir de sus enfermedades, de su reacción emocional a la tensión.

Hay vínculos entre los principios del Ch'i kung y el Tai Ch'i y la salud mental. Para ello era necesario utilizar un método no convencional, cartesiano o lineal, e ir más allá de un tratamiento tradicional. Los médicos pueden trabajar estimulando la fantasía, dándole a conocer al o los pacientes, las características de su enfermedad y como se trataba tradicionalmente. Se les insinuaba que desarrollaran la capacidad de visualizar la totalidad del proceso en repetidas sesiones principalmente de Ch'i Kung, cada uno como le pareciera mejor. Es una práctica de la filosofía natural oriental, en especial china, que los terapeutas de la medicina tradicional desconocen, y en la mayoría de los casos, rechaza.



Este paradigma oriental de la forma de sanar –sin rechazar la medicina tradicional con sus fármacos tradicionales- atiende principalmente a la interrelación de todas las partes del cuerpo humano, y de éste con su entorno tanto terráqueo como cósmico. El órgano físico hay que considerarlo en su totalidad, ninguna parte por separada, sino que todas relacionadas, además sin aceptar elementos fundamentales que determinen al resto de los componentes del cuerpo humano. Había que aceptar que el funcionamiento de cada parte se debía más bien a su posición en el universo del cuerpo humano, que configuraba su comportamiento, pero además entendiendo la fluidez y cambio permanente de sus pautas habituales y metódicas.

El pensamiento oriental considera la falta de enfermedad cuando el cuerpo se mantiene en equilibrio, que implicaba que las fluctuaciones de ch'i se mantenían como energía vital circulando sin obstáculos. Si se producía la desarmonía y el desequilibrio se producía la enfermedad. Entonces sanar implicaba el retorno al equilibrio. Y este equilibrio logra el médico no tradicional asumiendo que el cuerpo humano es parte de la naturaleza y sujeto a sus influencias, donde el organismo cambia

cuando el entorno lo hace. Un sistema médico debe considerar esta situación para mantener la salud de un pueblo.

DEL HOMO HABILIS AL HOMO SAPIENS: DE AMISTOSOFIA[V] Y PACIENTES



Luis Weinstein (2016)[vi] nos señala que el milenio termina con la adoración al surgimiento de logros y desequilibrios del homo habilis, donde predomina el hacer sobre el ser. Es un ser humano que se caracteriza fundamentalmente del desarrollo de sus habilidades a través de asumir sin discusión la innovación tecnológica, haciéndose propietario que los productos de la revolución científico-tecnológica entre a los habitantes del planeta. En este marco se desarrolla la medicina tradicional y la atención de los facultativos.

El terapeuta actual es un homo habilis, es un hombre económico donde predomina el individualismo, el autoritarismo, la falta de visión ecológica, lo pobre de la apertura del ser humano a su espiritualidad, a su lugar en el cosmos. Estas características son todas expresiones, señala Weinstein, de un primate con un desarrollo parcial: capaz de salir hacia el cosmos, pero alienado con respecto a su condición, a las necesidades esenciales del más conspicuo habitante de la tierra.

El homo habilis como característica del facultativo, se manifiesta además por una tremenda inconsistencia ontológica, con una ausencia metafísica que desconocía en la práctica el estudio del ser en general y sus propiedades. Con ello negaba las preguntas existenciales, lo que Weinstein (2016) llamaba la “zozobra ontológica”. Lo instrumental era lo que caracterizaba el hacer de este médico sin capacidad de asombro.

¿Cómo superar al homo habilis y transformarse en homo sapiens, en un médico sabio?

El surgimiento del terapeuta como homo sapiens exige un “dejar de hacer”, progresando a partir de un retroceso para asumir las necesidades primarias del ser humano: la experiencia de cerca de 200 mil años de pre-historia del homo sapiens. Es un desafío que plantea conservar su esencia y particularidades como la eficiencia entre otras, pero asumiendo una visión ecológica y humanista. Es decir, no negar lo habilis del terapeuta en el hacer, pero incorporar en el médico la sapiencia en su formación que

incluya el misterios y el asombro. Pero es una sabiduría, según Weinstein, a “escala humana” que se nutre de los principios constitutivos del ser humano. En una perspectiva humanizadora y con capacidad de realizarla. Superar la incapacidad de falta de imaginación creativa del habilis, integrando, como señala Weinstein “al homo hábilis en el homo sapiens”.

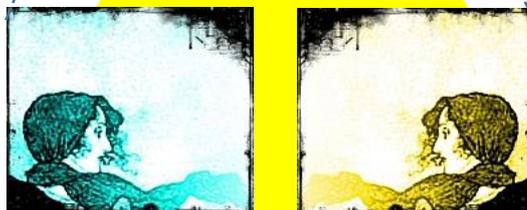
En este marco se construye, al decir de Weinstein (2013)[vii], una amistosofía que busca la salud del paciente. Es la sanidad en los marcos de un adecuado entorno, con el respeto a lo propio, a la referencia existencial de cada uno de los pacientes, con nuestras inquietudes, nuestras preguntas, con lo desconocido por conocer de lo que nos rodea. Sin ignorar los daños ecológicos que sufre el planeta, la violencia, la droga, la corrupción y otras manifestaciones de la crisis de la sociedad.

Una amistosofía en el tratamiento médico a los enfermos que se despliega aprendiendo de la complejidad de la relación salud-enfermedad, del arte de vivir. De hacerse cargo de lo humano, de nuestros misterios, de lo que somos y lo que el otro es. Ser capaces de desarrollar vínculos entre el médico y el paciente, establecer identidad con los seres que



interesa sanar, haciéndonos cargo de lo humano. Es la amistosofía del facultativo que es capaz de desarrollar intimidad con el paciente, de llegar a él, que reconociéndose como persona asume la misma situación existencial que el resto de los humanos del planeta.

Weinstein les recuerda a los médicos que siendo ellos mismo, son parte al mismo tiempo del todo. Que siendo autónomos, a través de los vínculos, forman parte de la humanidad, del ser. Weinstein (2016:71)[viii] les recuerda a los facultativos la metáfora de que... “el pétalo extendido no llega a la rosa”. Esto implica que el estudio especializado en las escuelas de medicina no puede abarcarlo todo, por más extendido que sea no llega al centro del yo, al centro del sentido de la vida, al corazón del proyecto de cada uno. Entendiendo esto, los médicos deben buscar y comprender la confusión, el caos, el desorden, la incertidumbre con que se desarrollan las dolencias de los pacientes. Se plantea entonces, que los médicos atiendan a sus pacientes en los marcos de las crisis que vive la humanidad, desarrollar una amistosofía desde el universo tal cual es, a partir de la historia del ser humano concreto que tiene adelante, de la reflexión, de todas las dimensiones de la salud integral.



CONCLUSIÓN

La superación de la crisis de la salud chilena pasa por superar el paradigma cartesiano por una visión holista y ecológica de la medicina. Tanto el sistema como los facultativos deben comprender que los pacientes deben ser atendidos no sólo examinando el funcionamiento estructural del enfermo, haciendo prevalecer lo habilis del terapeuta en el hacer, sino que fundamentalmente incorporar la sapiencia que le permita entender no sólo las manifestación externas de una dolencia, sino que el entorno donde el paciente se mueve.

El médico no puede dejar de ver al ser humano que trata desde la comprensión del ser en general y sus propiedades. Se trata de plantear una amistosofía que aprenda de la complejidad de la relación salud enfermedad de sus pacientes. De asumir su humanidad, sus misterios, sus relaciones con el entorno, sus visiones sobre su propia enfermedad, en definitiva, que desarrolle intimidad con el afectado, ser capaz de llegar a él.

Bibliografía utilizada

[i] <http://ciperchile.cl/2015/11/18/urgencias-de-hospitales-publicos-en-la-uti-dramatica-falta-de-especialistas-equipos-y-camas/>

[ii] <http://www.saludpublica.uchile.cl/noticias/113401/deuda-hospitalaria-solucion-politica>

- [iii] Capra, F. (2003). Sabiduría insólita. Barcelona: Editorial Koirós.
- [iv] Capra, F. (2003). Sabiduría insólita. Barcelona: Editorial Koirós.
- [v] Luis Weinstein: “Sofía es sabiduría, Amistosofía...encuentro de la orientación amistosa, en todos sus niveles, con la Sofía, la sabiduría, la visión de conjunto, la cosecha de la experiencia..., el pre requisito del sentido, la condición esencial para enfrentar las crisis y la actual crisis de la civilización”
- [vi] Weinstein, Luis (2016) “Entre preguntas, propuestas y regalos”. Eutopía. Selección Personal 1945-2015. Santiago de Chile.
- [vii] Weinstein, Luis (2013) “Eros, Psique y Poesía”. Ediciones Tralcamauida. Isla Negra. Chile.
- [viii] Weinstein, Luis (2016) “Entre preguntas, propuestas y regalos”. Eutopía. Selección Personal 1945-2015. Santiago de Chile

Matías Andrés Cepeda Monsalvo

MARIPOSAS EN VUELO

I

Levanta tu vuelo la magia de amar,
abre tus alas a la libertad de SER.

Será el vuelo sin tiempo,
será el tiempo sin final.

Es la libertad de una canción,
es la canción de poesía y amor.

Estará la vida siempre a su encuentro,
vendrá envuelta con alas de amor.

Verá la estrella un brillo pasar
de un vuelo alado, cansado quizás.

¿Será la vida un vuelo fugaz?

¿Será el día un tiempo de amar?

¿Dará el vuelo más alto quizás?

Será el vuelo de alas abiertas,
la magia sembrando amor.



II

Abrí la ventana y el miedo se fue,
me dijo que afuera la oscuridad no es.

Sentí la brisa que por allí entraba
¿Será la Magia? me pregunté
y un sol entro, su calor alivió.

Abrí la ventana envuelta de amor,
mariposas danzaban,
en rondas jugaban.
Un paisaje de luces de mi ventana salía.

Abrí la ventana sintiendo la calma.
la brisa quedó y la vida fluyó..



María Alicia Pino



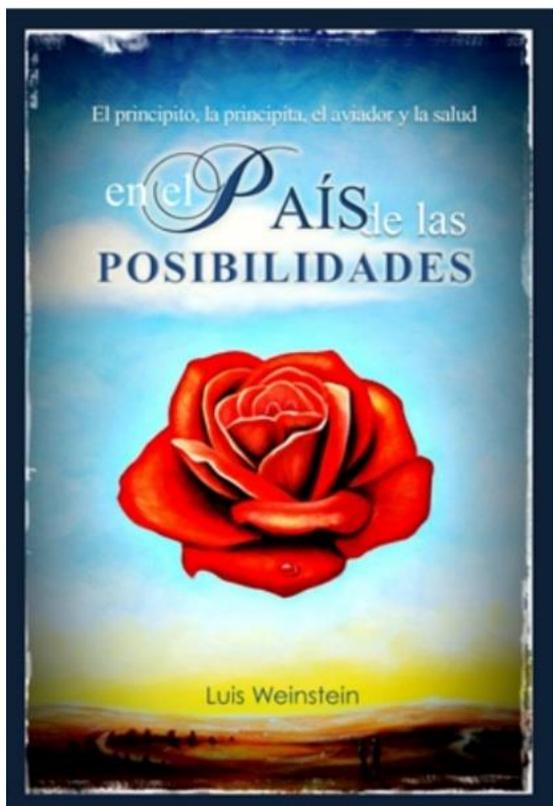
LIBRO:

EL PRINCIPITO, LA PRINCIPITA, EL AVIADOR Y LA SALUD EN EL PAÍS DE LAS POSIBILIDADES

En esta edición, nos toca co incidir con el otro libro del escritor, amigo, recontra amigo, editor general de nuestra revista, Luis Weinstein (Luchow). Él dice que se repite. A nosotros no nos importa.

La presentación del libro a cargo del educador, sicólogo, poeta y amigo azul, Patricio Alarcón Carvacho

PRÓLOGO



La palabra viva de Luis Weinstein, imprescindible y ontoentretejida, nos conduce directamente al asombro y a las aguas menos exploradas de nuestro ser profundo. En una constante resignificación y desconstrucción de todo lo hecho y pensado, nos aproxima a la valentía de la autoaceptación de la originalidad y la mutiversidad que nos son propias.

No respeta “frontera alguna”, que distancie, separe, fragmente o niegue. Nos invita a habitar espacios-tiempos míticos y atemporales, donde inevitablemente nos encontraremos con Alicia, el Principito, el zorro o el conejo rosado, frente a frente, como esperados y legítimos interlocutores. Todo ello como un pre-texto para que nos desprendamos del disfraz impuesto y del “espesor del mundo” que nos separa de nosotros mismos y de los otros, para que desde nuestra libertad, unidad, verdad, belleza y verdad originaria, emprendamos el viaje impostergable e inedelegable de iniciar en cambio en y para la vida, donde todos a la vez somos parte y todo entre-tejido, entre-nos y entre-gados.

Luis es cada uno de los personajes de su relato mágico y es igualmente mágico escuchar a Luis-Zorro decir: “Aquí hay vida, hay cultura, hay conciencia, hay capacidades de trascender...”, a



Luis-rosa afirmar:” Hay muchas maneras de viajar en el multiverso”, a Luis-boabad señalar “Destacar lo mágico, lo propio de la salud integral de muchas instancias, no implica olvidar una visión de conjunto... El nuevo sentido común necesita un sostén de evolución de las capacidades humanas, de salud, un desarrollo de

la conciencia”, o a Luis-Principito expresar: “Tenemos que pensar en la salud básica, a priori,... estructural... La salud de la situación humana”. De este modo Luis-Azul, nos descuelga de cada árbol, de cada rama y de cada hoja de este libro, la verdad madura y nutritiva; de su ecología del yo, de su amistosofía, de su anhelo de salud integral o de su paradigma azul profundo.

Estas páginas son una puerta abierta al país de las maravillas, una viaje directo al asteroide B 612, una invitación a hacer realidad integrada, coexistenciada y amada, cada uno de los IMAGINEMOS, esparcidos como faroles encendidos en verdad, poesía y esperanza.

El maravilloso misterio de estas palabras-escritas-pintadas-encontradas-regaladas, son un testimonio más, del compromiso, de un Luis persistencia, enamorado y esperanzado, con una lucha activa, permanente y reiterada, por un planeta más humano, más feliz y más saludable. Lo que convierte a este libro, en un poema de la congruencia y del compromiso ineludible y constante con la vida y con el amor.

Patricio Alarcón Carvacho
Educador, sicólogo, escritor





Amigo hermano que vives más allá de las fronteras y también quieres co.incidir publicando tu libro con nosotros; para ti hoy ha nacido *Co.incidir sin fronteras*, ediciones digitales.

Envíanos tu original y nosotros te lo devolvemos ¡listo para impresión!

Con el sello indiscutido de nuestra revista, cuidado, belleza, creatividad, detalles, podrás recibir los archivos en PDF para que los envíes a la imprenta más conveniente.

Vietnam, Australia, Argentina, Bolivia, España, Brasil, Alemania, Ecuador, Cuba, Francia, Guatemala, México, Perú, Uruguay, Venezuela, Paraguay, Zambia, Estados Unidos, allí donde tenemos nuestros embajadores, recuerda, no hay fronteras para Co.incidir.

¡Los esperamos!

Malicia (Editora)

Luis Weinstein



LA AMISTAD LÚCIDA CON LA UTOPIÍA.

Una orientación amigable, comprensiva, pero lúcida con el espíritu de utopía, la eutopía, la identificación de un proyecto, de una persona, de un medicamento, de una amistad, como infalibles, como lo ideal que sostiene la vida.

La utopía nos ronda. Expresa una necesidad imposible de satisfacer, la necesidad de absoluto.

Va un artículo mío antiguo sobre Panacea, diosa griega, en cierto modo arquetipo de lo utópico encauzado en el terreno de la

salud, visto ahora desde la perspectiva que, para algunos, la amistad es la panacea:

PANACEA, LA HERMANA SEDUCTORA DE HIGIA

(1994)



Se entiende generalmente por panacea la fantasía de un remedio universal, un medicamento capaz de enfrentar cualquier tipo de enfermedades. En un sentido más amplio, es un término que se emplea para indicar, por extensión, que algo -o alguien- está en condiciones de solucionar en forma absoluta y en todas las circunstancias, cierto tipo de problemas, o todos los problemas.

Así, por ejemplo, en algún momento se habló de la cortisona como una droga “milagrosa”, una panacea infalible para una serie de males. En la acepción más amplia, la aplicación se da, entre un sinnúmero de oportunidades, cuando, en el campo laboral, se apunta a la integración, el control adecuado, las relaciones humanas o la recreación conjunta, como resortes infalibles, panaceas frente a cualquier dificultad, por grande que sea.

Panacea es el nombre de una diosa griega. Se la ubica cerca de Esculapio, como parte del conjunto de deidades de la salud. Figura en el juramento Hipocrático: *“Juro por Apolo, médico, por Esculapio, por Higia y Panacea, y pongo por testigos a todos los dioses y diosas...”*. Sabido es que en la mitología griega se les atribuían poderes en relación a la salud a todos los dioses, empezando por Zeus, el supremo.



Atenea, la sabia, tenía, naturalmente, muchas relaciones con el ámbito de la salud y hasta, explícitamente, se la identificó con Higia. Sin embargo, el mismo juramento diferencia algunas figuras y existe un juego de funciones, de “territorios” en los que se dan los “responsables” (los trabajadores de la salud en el mundo de los dioses), que son encabezados por Apolo, el sol, la afirmación del equilibrio y el célebre educador, el bondadoso centauro Quirón; su discípulo Esculapio, la figura fundante, mítica, de la profesión

médica; Higia, antecesora de la “*Salus*” romana; Telésforo, el dios de la convalecencia; Eleitia, protectora de los nacimientos; Macaón y Polidario, hijos de Esculapio, presuntos fundadores de la cirugía y la medicina interna, respectivamente, y Panacea, la diosa que complementa a Higia, a partir de su presunta omnipotencia.

Panacea fue una diosa menor en un contexto en que todos los grandes dioses participaban de dotes y atributos concernientes a la salud, y en que Apolo y Esculapio eran los actores más relevantes en el dominio más específico de la salud-enfermedad. Sin embargo, paradójicamente, su simbología perdura y pareciera representar lo que se espera de los poderes últimos.

En la Edad Media la diosa griega fue asimilada a las búsquedas de los alquimistas, a las investigaciones en pos de los secretos de la piedra filosofal y la eterna juventud. Hubo varias plantas que fueron consideradas, en distintos momentos, como panaceas para todos los males, medicinas universales.

En nuestro propio siglo se dio un hibridaje entre este símbolo de remedio poderoso y el mundo de los visionarios y profetas, a través de una secta inglesa llamada Panacea, identificada con el legado de una mística, Jane Southcoat, que fue buscado después de su muerte como gran panacea para los males contemporáneos.

Panacea es, más allá de los datos históricos, como todo contenido mitológico, una expresión de lo que son la conciencia y las necesidades humanas. Panacea es un contenido vivencial que emerge en la dinámica de las personas y las sociedades, la

representación del gran recurso mágico, el satisfactor que no puede fallar, la fantasía que nuestras fantasías no tengan límite en el camino de su actualización.

Psicológicamente, las panaceas surgen de nuestra incapacidad de aceptar que existan necesidades que no podemos satisfacer, de nuestro deseo de contar con fórmulas simples para salir airosos de todos los problemas. Nunca abandonaremos del todo la esperanza de que no existan enfermedades incurables, de que el pasado pueda ser “sobrepasado”, que el tiempo y la muerte cambien su naturaleza opresiva, de que aparezca la persona clave para darle sentido a nuestra existencia, incluso a la existencia como un todo.

Queremos, en lo más inmediato, caminos simples, garantizados, para que cristalicen las relaciones en la forma que



orientamos nuestras expectativas, para tener seguridad total de obtener esto o aquello en todos los ámbitos.

Nuestra época, con las facilidades que brinda el espectacular desarrollo científico tecnológico, ha llevado a una extensión del “complejo de Panacea”, a ilusionarse con medios capaces de solucionarlo todo, a perder capacidad de aceptar límites y reconocer la necesidad de asumir complejidades y diferencias. Cada vez cuesta más aceptar que no hay un camino único para dar estabilidad a las parejas, una sola fórmula para asimilar toda clase de estudios, remedios universales para la deshonestidad, el tedio, la capacidad de meditar o tener plenitud sexual. Todo parecería depender de encontrar un botón, una fórmula química, un gurú, una cierta cantidad de dinero y “todo estará asegurado”, sin frustraciones ni fracasos.

Ahora que la moda dicta la hegemonía cultural de la gestión, cabría preguntarse cómo gestionar una relación adecuada entre el conjunto de los dioses y aquellos que están más identificados con el campo de la salud, entre la sabiduría de Atenea, el amor a la vida de Apolo, los aportes al cómo vivir de Higia y la imperiosa exigencia de Panacea de instrumentos omniscientes, infalibles, a la cual hay que escuchar y, pacientemente, encauzar hacia el terreno de la escala humana.

De las enseñanzas de Atenea y Apolo podría venir un asumir tanto las potencialidades como los límites humanos, el enfoque antropológico que da un cierto lugar, que respeta la técnica, a

sabiendas que no agota la complejidad, el desafío de lo que es el ser humano.



En este camino, Higia toma de la mano a su hermana, la temperamental, la exaltada, la seductora Panacea, señalándole la necesidad de discriminar del desarrollo personal, de la higiene profunda, que puede permitir mirar con perspectiva histórica las modas contingentes, contribuyendo a encauzar la energía de Panacea, más allá de la obsesión por el remedio único para todos los males, de la amistad infalible hacia el analizar la experiencia de períodos anteriores, hacia entender las dimensiones espirituales,

éticas y psicosociales de los problemas de la salud y de la vida, respetando su diversidad, la diferencia de planos, haciendo que Panacea integre a la salud y a la cultura, una visión ecológica, saludable, amigable, del poder.

REFERENCIAS:

1. Canetti, Elías. *Masa y Poder*. Muchnik Editores. Barcelona, 1981.
2. Ferguson, Marilyn. *The Aquarian Conspiracy*. Washington, 1980.
3. Foucault, Michel. *Micro Física del Poder*. La Piqueta. Madrid, 1980.
4. Guattari, Felix. *Revolución Molecular y Lucha de Clases*. Apuntes sin fecha.
5. Hamburger, Jean. *El Poder y la Fragilidad*. Emece. Buenos Aires, 1975.
6. Mandrioni, Héctor. *Sobre el Amor y el Poder*. Ed. Docencia. Buenos Aires, 1986.
7. Monclus, Antonio. *El Problema del Poder: Ámbito y Disolución*. Apuntes sin fecha.
8. Ladriere, Jean y Ricoeur, Paul. *El Poder*. Ed. del Pacífico. Santiago, 1975.
9. Legrand, Michel. *Rapports de Pouvoir, Famille et Technologies Psychologiques*, Cabay. La Nueva Bélgica, Lovaina, sin fecha.
10. Schernerhom, Richard. *El Poder y la Sociedad*. Paidós. Buenos Aires, 1963.



Julio Monsalvo

Niño travieso, disfruta con alegremia 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!!

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.*

RIZOMA ALEGRÉMICO CON LA GIMNASIA TERAPÉUTICA

Queridos amigos de la Gacetilla:

Les escribimos contándoles las aventuras alegrémicas que vamos viviendo en Trenque Lauquen, una ciudad de 45.000 habitantes, ubicada a 450 Km. al noroeste de la Ciudad de Buenos Aires.

En el marco de la propuesta de la “Colonia de Adultos Mayores”, una prestación sociocomunitaria del Programa de Atención Médica Integral (PAMI), coproducida con la Dirección de Tercera Edad de la Municipalidad de Trenque Lauquen, vamos viviendo la incorporación de la Gimnasia Terapéutica en este espacio que lleva 9 años consecutivos en los meses de enero y febrero en nuestra localidad... a un mes con esta experiencia fuimos recorriendo la ‘Gimnasia Terapéutica para el Adulto Mayor’, para la ‘hipertensión arterial’, para la ‘diabetes’, y para la ‘lumbalgia’. Este programa está siendo orientado a los problemas de salud prevalentes en los participantes.

La actividad está centrada en sumar como recurso terapéutico de autocuidado a la gimnasia. Empezando con una pequeña charla sobre la temática a tratar, con algunos consejos para mejorar el autocuidado que se realiza, las profesoras de educación física recrean con el grupo la serie de ejercicios correspondiente al

problema considerado esa semana, con la idea general que cada uno de nosotros podamos memorizar una rutina de ejercicios especialmente ajustados a nuestras necesidades, a nuestros problemas de salud, para practicar en nuestras casas diariamente. Para ello se entrega un folleto con gráficos de los ejercicios recomendados.

Así, como un rizoma saludable, una línea se traza entre el Gimnasio Terapéutico de Formosa, conducido por Ibrahim Fonseca, compañero cubano Licenciado en Cultura Física; Vanesa y Martín de Chascomús, Residentes de Medicina General que hicieron una pasantía por el Programa Salud Comunitaria del Ministerio de la comunidad de la Provincia de Formosa, y la Colonia de Adultos Mayores de Trenque Lauquen. La Colonia acontece y la Gimnasia Terapéutica también... nos sorprende las ganas de los “colonos” de sumar esto al autocuidado, pronto son varios los adultos mayores que cuentan que han incorporado la gimnasia diariamente, felices de poder mejorar su cuidado.

Y como el rizoma, esa raíz que nada la detiene, como un sistema abierto libre del control humano, las relaciones alegrémicas se expanden, conectan y afectan... la gimnasia terapéutica llegó para quedarse, siendo de mucho interés para la Dirección de Salud Comunitaria municipal, interesada en continuar con esta propuesta desde los Centros de Salud de nuestra localidad.

Párrafo aparte merece la situación de las encargadas de la actividad física, que encontraron en la gimnasia terapéutica una vía

de valoración de su trabajo como una actividad de Salud, saliendo de la propuesta meramente recreativa o competitiva. Ordenar su actividad en el autocuidado las ubicó en un territorio alegrémico, de aprendizaje y realización, con muchas ganas de hacer.



La Colonia de Adultos Mayores, un lugar de encuentro.



Todos podemos.



Armando los folletos.



¡Hay equipo!

Muchas gracias a los que nos ayudaron en este emprendimiento: Julio Monsalvo, Vanesa Fernández y Martín Pellegrín... sin los libros del Gimnasio Terapéutico de Formosa que nos compartieron no hubiéramos podido

¡VIVA LA VIDA!

Abrazos!!

Pablo Reyes

Trenque Lauquen, Buenos Aires, Argentina

pjreyes.2006@gmail.com

“EL SEÑOR DE LOS LIBROS DE BOGOTÁ”

*Agradecemos a nuestra querida amiga, Luz María Gómez,
por el envío de este alegrémico y esperanzador relato.*



José Alberto Gutiérrez es un hombre colombiano común y corriente. Desde las 10 de la noche a 6 de la mañana, trabaja en recolectar basura en los barrios más ricos de Bogotá. Después de que en uno de sus turnos encontrara una copia de Anna Karenina de Leo Tolstoy, tuvo una idea. Decidió tomar en sus manos una noble labor. Y es así como desde hace 20 años junta libros que la gente ha tirado y los redistribuye en las zonas más pobres.

Lo conocen como “el Señor de los libros”. Su primera biblioteca comunitaria la creó a partir de todos esos libros que encontró en la ciudad de Bogotá.

El problema en Bogotá es que las bibliotecas comunitarias que hay en la ciudad, están localizadas lejos de las zonas más pobres. Esto genera que no tengan fácil acceso.



Gracias a la idea de José Alberto, se generó la iniciativa “La fuerza de las palabras”. Ahí llevaron a cabo diferentes talleres y conferencias, entre otras actividades. Todo con la finalidad de fomentar la lectura.

Para llevar este programa aún más lejos, se hizo de una furgoneta. La cargó de libros y la paseó por todo Colombia. Llegó hasta las zonas indígenas más remotas.



El proyecto empezó con Alberto recogiendo lo que iba encontrando. Mientras su esposa reparaba carátulas destruidas, su hija los iba categorizando. El hijo menor ayudaba dando talleres y la hija menor ayudaba en ellos. Toda la familia estaba involucrada.

Terminaron montando una biblioteca en la planta baja de la casa.

José Alberto Gutiérrez comentó a The Associated Press:

Quiero tener mi propio museo de libros.[...] Llevo muchos años recogiendo los que dejan en la basura, especialmente en el norte de Bogotá, pero en los últimos años, como ya me conocen, me han donado miles de ellos.[...]

Esto fue influencia de mi mamá, que tiene 80 años, y me leía cuentos todas las noches.[...] Ella hizo que yo le tuviera amor y fe a los libros. Para mí son el mejor invento y son lo mejor que le puede pasar a un ser humano.

En total ha rescatado alrededor de 20,000 ejemplares.

<https://queleer.com.ve/2017/04/09/jose-alberto-gutierrez-el-senor-de-los-libros-de-bogota/>

N. de la R, -

Sugerimos ver entrevista en

<https://www.youtube.com/watch?v=00W73NI0Wt8>

MURAL COLECTIVO

*Turminá Inzá, Colombia,
Noviembre 4,5 y 6 de 2017*



Como parte de los premios del Concurso Pintando la Caficultura Caucana para celebrar los 90 años de la Federación Nacional de Cafeteros en el Departamento del Cauca, con la participación de la empresa Ascafe y el acompañamiento artístico del Colectivo Cultural Wipala, fuimos hasta Turminá un bonito lugar enclavado en las montañas de Tierradentro y donde se percibe la presencia de culturas milenarias que han dejado sus huellas y su legado.

Un bello lugar surcado por cultivos de café y casitas distribuidas en el paraje agreste y habitadas por gente amable y trabajadora.

Según nos dijeron, Turminá viene de “turmas”, que eran los montones de papa que en otras épocas la gente producía de manera prodigiosa.



Allí nos encontramos con 15 estudiantes de varios grados del bachillerato para, en un esfuerzo colectivo, empezar a diseñar un mural con la participación de todos.



Una charla previa nos llevó a realizar bocetos individuales y después a construirlo entre todos, lo que sería luego el proyecto mural, donde todos se sintieran incluidos.

Una parte del mural nos muestra las aspiraciones y sueños de los jóvenes con la imagen de una chica que mira hacia el horizonte y de su cabeza salen arabescas líneas.



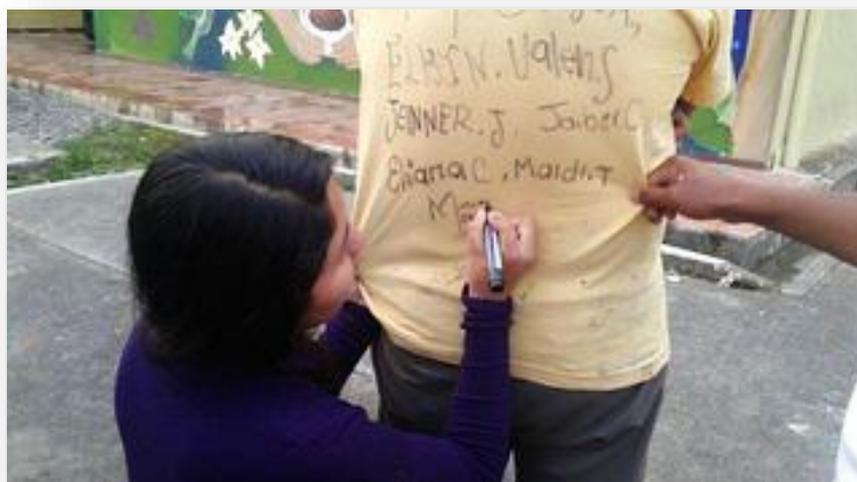
Algunos de los participantes dijeron que en ellos habían muchos talentos y que algunas personas de la comunidad y los docentes les ayudaban a que brotaran todas esas capacidades, por ello pintaron una mano que amorosamente exprime un trapo y de allí salen gotas cristalinas que le dan vida a una planta y llegan hasta la chica de los sueños para hacerlos realidad.

En el otro lado del muro se representó el territorio, el paisaje y algunos elementos de mucha importancia, por ejemplo la composición multiétnica, una gran Pachamama que sostiene una taza de café en una clara alusión de la obra “Mis manos, tu futuro” de Marcela.



La escena cafetera aparece retratada en los cultivos y en sus labores diarias.

Alguien propuso que quieren seguir pintando murales tanto en el colegio como en la comunidad, otro dijo que se querían llamar “Los Wipalitas” a lo cual todos aprobaron y luego me pidieron mi camiseta para allí firmar el pacto de seguir pintando la vida de colores, ¡el cual sellamos con un gran abrazo!



Una muy grata experiencia que nos ratifica la validez del arte para transformar las rutas y abrir nuevos caminos, para expresar la cotidianidad de la vida y pintar nuestros elevados sueños. Nuestra gratitud a la IE Nuestra Señora de La Candelaria, al profesor John Jairo, a Marcela y a los chicos que hicieron una clara demostración de sus capacidades, su creatividad ¡y su talento!

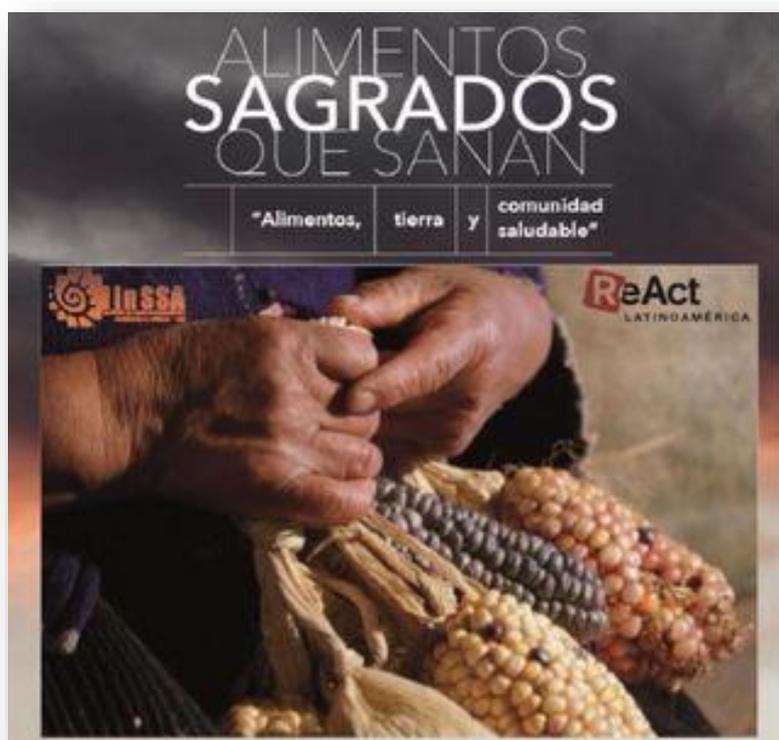
Fotos: John Jairo Muñoz

Jafeth Gómez

Popayán, Colombia

jafethgomez@yahoo.es

ALIMENTOS SAGRADOS QUE SANAN



Ha llegado a nuestra Mesa de Redacción, un ejemplar del libro “Alimentos Sagrados que Sanan”, por nuestros queridos amigos Patricio Matute García y Jorge Parra Parra, de Cuenca, Ecuador.

Se trata de una investigación realizada en comunidades rurales y urbanas de Pueblos Originarios de las Provincias de Cañar, Azuay y Loja, sobre Alimentación,

Nos muestra la vigencia de la sabiduría ancestral presente en comunidades que siembran, cosechan y preparan alimentos de manera saludable.

Magnífico aporte para una alimentación sana, nutritiva, equilibrada y una gran contribución a la Soberanía Alimentaria.

El libro ha sido editado por ReAct Latinoamérica y el Instituto de Salud Socio-Ambiental, Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional de Rosario, Argentina.

Nos dice el amigo Damián Verzeñassi, Director del Instituto:

Recuperar los saberes de nuestras madres y abuelas, para reconstruir la trama de la vida, desde el reconocimiento de la diversidad como elemento esencial para transitar por este Mundo, es el desafío que se nos presenta en estos tiempos de crisis civilizatoria que se expresa signosintomatológicamente de manera contundente.



La Gacetilla Alegrémica destaca el valor de estas investigaciones que nutren a la Humanidad de una cosmovisión integral centrada en la Vida, fuente de saludables saberes y haceres.

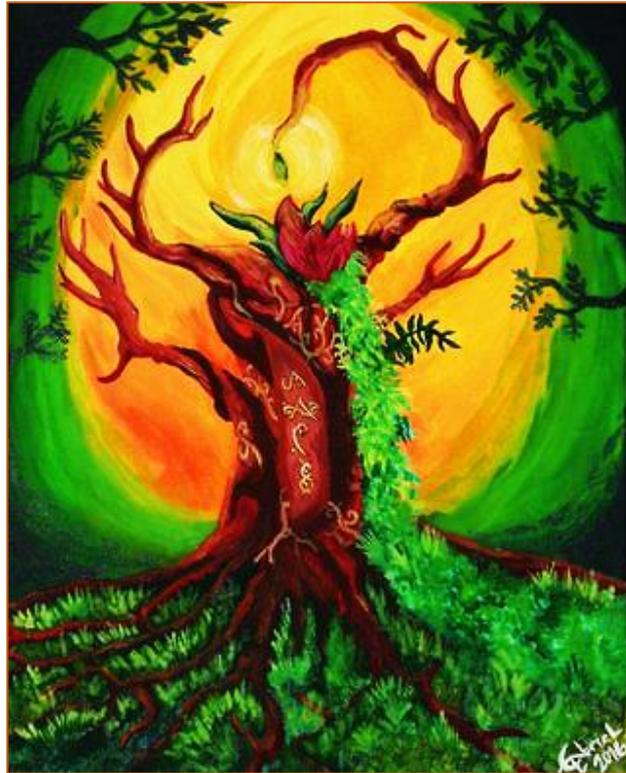
Descarga en:

[http://reactlatinoamerica.org/index.php?option=com_jdownloads
&task=download.send&id=56&catid=3&m=0](http://reactlatinoamerica.org/index.php?option=com_jdownloads&task=download.send&id=56&catid=3&m=0)

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.*

ARBOL DE DRUIDA



Representa ese jardín interno que cada uno va plantando y cuidando, regando con mucho cariño y amor. Dejar fluir la esencia de uno, para que crezca y se expanda con sus ramas y se afiance con la fortaleza de sus raíces para que uno sepa de donde vino y nunca se pierda.

*Gabriel Atadell
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
gabriel105@hotmail.com*

Edición General

Luis Weinstein

Edición final, diseño y diagramación

María Alicia Pino (Malicia)

Comité Coordinador

Julio Monsalvo

María Alicia Pino

Luis Weinstein

Comité Editorial

ALEMANIA

Karisruhé

Sergio Quintana

ARGENTINA

Bariloche

Gabriela Valente

Buenos Aires

Alberto Valente

Elena de la Aldea

Bibi Albert

Córdoba

Jorge Pronsato

Teresa Ferlt

Formosa

Julio Monsalvo

Sandra Isabel Payán

La Plata

Daniela Anich

Misiones

Gerardo Segovia

Rosario

Jesica Lorenzán

Cristina Ruys

Quilmes

Carlos Crosa

Villa Ángela

Matías Andrés Cepeda

Liliana Monsalvo

AUSTRALIA

Melbourne

Bryan Phillips

Sarita Gálvez

BOLIVIA

Cochabamba

Vivian Camacho

La Paz

Juan Carlos Etcheverry

BRASIL

Cruz Alto

Janete Schubert

CANADA

Vancouver

Jorge Álvarez

CHILE

Ancud

Katia Velásquez

Cartagena

Millaray Arnal

Concepción

Marcela Parra

Constitución

Genoveva de la O

El Quisco

Claudio Carvacho

Yerko Beltrán

Ricardo Tapia

Isla Negra

Alfred Asis

Cristina Pizarro

José Enrique Cayuela

Luis Morales

La Serena

Carlos Calvo

Fernando Retuert

Silvia López de Maturana

Las Cruces

Jean Jacques Pierre Paul

María Teresa Quintino

Mirencu Pinto

Texia Roe

Olmué

Andrea Markovitz

Agüita 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

Karen Fuentealba

Paola Pardo

Paola Pizarro

Sylvana Sandoval

Verónica Garay

Fritz Demuth

Carolina Carvajal

César López

Esteban Flores

Mirta Paredes

Quilpué

Paula Andrea Rau Andrade

Rancagua

Catherine Fieldhouse

Mireya Machi

Mario Hernán Latorre

Enrique Escobar

Rocas Santo Domingo

Carmen Gloria Rojas

Santiago

Adriana Beale **Alejandro** Illanes **Alonso** Escobar **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 **Felipe** Vargas **Germán** Díaz
Jorge Flores **Jorgelina** Martin **Judith** Rees **Luis** Weinstein
María Alicia Pino **María Teresa** Pozzoli **Marina**
Zolotoochin **Margarita** Espinoza **Margarita** Ovalle
Marta Román **Mary Carmen** Jaramillo **Miguel** Seguel
Nicole Vásquez **Pablo** Porcel **Pastora** Cifuentes **Patricia**
Arias **Patricio** Alarcón **Raúl** Martínez **Rodrigo** Sepúlveda
Reinaldo Bustos **Sebastián** Claro **Sofía** Orellana **Valeria**
Carranza **Vicente** Ortiz **Victoria** Deelmar

Talagante

Mónica Gavilán

Talca

Claudio Ortega

Valparaíso

Jorge Osorio

Eduardo Vergara

Patricio Donaire

Matías Casanova

Viña del Mar

Ety Hernández

Nelson Arellano

CUBA

La Habana

Marthica Pérez Viñas

ECUADOR

Cuenca

Kléver Calle

ESPAÑA

Barcelona

Leonardo Cayuela

Marcelo Valente

Sandra Enrique

Madrid

María Novo

ESTADOS UNIDOS

San Francisco

Inés Gómez

FRANCIA

Paris

Ximena Gautier

GUATEMALA

Ciudad de Guatemala

Juan Francisco Serrano

MÉXICO

Guadalajara

Carolina Rizo

Ciudad de México

Laila Soto Enríquez

Culiaicair

Ricardo Tapia

PARAGUAY

Asunción

Agustín Barúa Caffarena

PERÚ

Lima

Daniel Enrique Rojas Bolívar

URUGUAY

Montevideo

Ángeles Núñez

Nancy Ruiz

Clara Fassler

VENEZUELA

Caracas

Ildemaro Torres

Isabel Cristina Villarte

Sonia Hecker

VIETNÁM

Ciudad Hochiminh

Claudio Schuftan

ZAMBIA

Livingstone

Catalina Taca

VIAJEROS

Esteban Dupré

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, Eutopía y Ediciones Co.incidir

¡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 Pucuro 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. Sociedad de Escritores de Chile (SECH). Escuela Popular Paulo Freire

¡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.

