

**Asociación “Cajamarca, identidad y cultura”  
Perú**

**GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA  
Cómo lo proyecto al mundo.**

Antología internacional concientizadora

**SERIE  
MUNDO MEJOR  
5 / 10**

**Compilador  
GUILLERMO BAZÁN BECERRA**

Cajamarca, 2018



**GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA**  
**Cómo lo proyecto al mundo.**

Antología internacional concientizadora

**SERIE**  
**MUNDO MEJOR**  
**5 / 10**

**Compilador**  
**GUILLERMO BAZÁN BECERRA**

© **GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA**  
**Cómo lo proyecto al mundo.**  
Antología internacional concientizadora  
**Serie Mundo mejor, 5/10**

Compilador:  
Guillermo Bazán Becerra  
[gmobazanbecerra@gmail.com](mailto:gmobazanbecerra@gmail.com)  
Jirón Del Comercio 449  
Celular 989324000  
Cajamarca - Perú

Carátula – contracarátula  
Diseño y fotos: Guillermo Bazán Becerra

Diagramación, elaboración  
y edición fotográfica:  
Cortesía Asociación Cajamarca, Identidad y Cultura

Distribución gratuita en formato Pdf,  
para libre impresión de los interesados,  
sin alterar su estructura ni contenido.

Cajamarca, Perú  
18 de diciembre 2018  
MMXVIII

## DEDICATORIA

A

Dios y a la vida que me ha dado,  
a mi madre Hortensita y a mi padre Jaime,  
a quienes me cobijaron  
en las horas tristes y frías,  
a esa mujer que me amó de verdad  
y me hizo amarla hasta más allá de su muerte,  
a todo y a todos los que me ayudaron  
a enmendar errores y llenar vacíos  
y a procurar ser útil a los demás.

A mis desengaños  
y a quienes me dieron sufrimiento  
y soledad,  
porque con eso aprendí a ser humilde  
para saber despedirme en silencio...



Cuadro de reconocimientos

En orden alfabético, sin puesto secuencial,  
son acreedores a

**Pergamino de honor:**

Adolfo Ortiz Rodríguez ECUADOR – América Guerrero  
González MÉXICO – Ariel Batista Osorio CUBA –  
Belisario Luis Romano ARGENTINA – Celina Suárez  
Salazar MÉXICO – Consuelo Lezcano Ruiz PERÚ – Elisa  
Barth ARGENTINA, SUIZA – Flor Teresa Rodríguez Peña  
CUBA – María de Fátima Oliveira Batista BRASIL –  
Mario Darío Fuenzalida Delgado ARGENTINA –  
Mercedes Uriarte Latorre PERÚ – Nilda Spacapan  
ARGENTINA – Yamily Falcon Sarkis MÉXICO – Yunuen  
Portes MÉXICO

**Menciones honrosas:**

Conceição Ferreira BRASIL – Carmen Luz Ayala PERÚ –  
Elías Antonio Almada ARGENTINA – Elizabeth  
Guadalupe Zúñiga Montoya MÉXICO – Elsa María Rojas  
ARGENTINA – Gloria Elizabeth Rodríguez Albernaz  
URUGUAY – Hugo Reyna Goicochea PERÚ – Isidoro  
Arturo Gómez Montenegro MÉXICO – Jessica Siul  
González Rosales MÉXICO – José Hilton Rosa BRASIL –  
Mabel Camelino ARGENTINA – María Virginia Rubio  
ARGENTINA – Nelly Ramírez Yasno COLOMBIA – Olga  
Rojas CHILE, CANADÁ – Sara Gutiérrez Sisniegas  
PERÚ – Ximena Gautier Greve MÉXICO, FRANCIA –  
Yazmín Paredes Núñez, Amazona PERÚ



ORDEN DEL KINDE AZUL



Al kinde se le considera un mensajero y guardián del tiempo; se lo relaciona con el amor, la alegría y la belleza. Como él saborea el néctar de las flores, hagamos lo propio con cada momento que Dios nos concede y apreciemos lo bueno de los demás. Para nuestros ancestros, el kinde significaba resurrección y oportunidad de sanar o resurgir; siempre era un premio divino; era símbolo de eternidad, infinito y continuidad. Aparentemente incansables, deben inspirarnos a procurar con perseverancia nuestros logros positivos, dando en lo posible toques de dulzura o bondad y de perdón a nuestros actos y a los ajenos.

La humanidad tiende a buscar y dedicarse a lo imponente y grandioso, pero en lo pequeño y sutil hay mayor grandeza, si la sabemos apreciar. Esta avecilla es

ejemplo de fortaleza y persistencia: merece nuestra atención y afecto. Su vuelo es símbolo de alegría, felicidad y búsqueda incansable para vencer los desafíos.

Motivos suficientes para que pongamos su nombre, lleno de inocencia y sin ningún oculto interés, a la Orden que premia las obras y vida de personas generosas que educando en Cajamarca o sus provincias dedican su vida, por largo tiempo, al servicio desinteresado de los demás.

Se ha establecido el presente año y su entrega, previa calificación, se hará los 18 de diciembre de cada año.

## **PRESENTACIÓN**

Parecerá mentira, pero lo que los participantes de esta obra me han permitido compartir, es algo inmenso por el valor de sus mensajes. Me sacudieron por completo y no pude evitar que los ojos navegaran de nuevo: ¡cuánta vivencia volvió a florecer en mis desiertos, en esas pedregosas pendientes que conocieron el sabor de la sangre en las plantas de mis pies, en esas noches copadas con negrura extrema y desesperanza de muerte...! Pero Dios, y la joven nazarena, María, la del Amor sin medida y de la intercesión sin límite, seguramente bajaron la vista y al tocarme recargaron a este corazón –ya casi cansado– para continuar...

Gratitud y amor. No son simples palabras, no son tarea a cumplir apuradamente, no son compromiso de superficie ni de apariencia. Son vivencia plena que tenemos que sentir y rescatar, con más razón porque el mundo actual las empuja al olvido, las tergiversa, las contamina y ¡hasta las rechaza...! Gratitud y amor: no nos demos por vencidos al proclamarlas y darlas con ejemplos. El futuro las necesita inmensamente, para que el mundo vuelva a reverdecer y sonreír sin tope.

Nadie podría decir que no debe gratitud ni amor a los demás, conocidos o desconocidos. Gratitud y amor son pilares básicos para la vida equilibrada, justa, pacífica y feliz. Hoy se hace indispensable resaltar su cultivo y práctica constante, porque se está criando a generaciones egoístas en grado sumo, que sólo exigen derechos y creen

que no tienen obligaciones (cuando son anverso y reverso de la misma “moneda” familiar y social).

Viciar o anular los valores, bajo el pretexto de que “los tiempos cambian y hay que modernizarse”, es desconocer el fin supremo del ser humano: dejar un mundo mejor a los que nos sucedan. Quienes a conciencia no aprendan a agradecer ni a amar, están destinados a actuar sólo por sus propios intereses, por desviados que sean, y serán protagonistas de una sociedad cuyo germen de destrucción estará dentro de sí.

Se puede elegir ejemplos en ambos casos, sin tope máximo. Somos testigos de cómo, por ejemplo, los hijos no agradecen lo que se les proporciona... y no se les exige ello: ¡terrible error y olvido de esa obligación! ¿Qué debemos hacer para subsanar ello? Saludar, guardar respeto y deferencia, pedir permiso, colaborar sin esperar recompensa, ser caritativos y solidarios, etc., es mostrar gratitud y amor, incluso a los desconocidos. Sin necesidad de desembocar en conflicto, cada uno de nosotros puede ayudar a que los demás se eduquen, reeduquen o siquiera imiten aquello en que tienen vacíos. El mundo será mejor si no nos hacemos los disimulados en esos casos.

Gracias por leer y difundir este pequeño aporte, gracias a cada uno de los participantes y gracias a sus obras.

**SERIE MUNDO MEJOR**  
**Antologías del año 2019**

1. **La música, su mensaje y nuestros sentimientos.** Cómo enriquece mi mundo interior. *Publicada.*
2. **Los anónimos, los abandonados y su ejemplo.** Personajes de mi mundo y su lección de vida. *Publicada.*
3. **Los refranes en mi vida personal.** Sabiduría personal. *Publicada.*
4. **Mis guías interiores.** Quién o qué me ayuda a ser mejor. *Publicada.*
5. **Gratitud y amor en mi vida.** Cómo lo proyecto al mundo. *Publicada.*
6. El dibujo, la caricatura, la historieta, el sarcasmo y sátira como instrumentos de concientización para ser mejores personas.
7. Los valores humanos. Cuál o cuáles son fortaleza en mi vida y en cuál o cuáles he fallado más: por qué.
8. Mis ancestros autóctonos y yo: La artesanía, folclor y gastronomía en mi país. ¿Qué aspectos fueron más importantes en su vida? ¿Cuáles se mantienen vigentes y que los practico o que me gustaría conocer más? ¿Con cuál de esos aspectos me siento más orgulloso-a?
9. La Biblia y otros libros religiosos. ¿Qué conozco de sus contenidos para guiar la vida humana? ¿Qué me gustaría conocer?
10. Mis propuestas personales para un mundo mejor. ¿Cómo las puedo realizar personalmente y con participación de mi familia y comunidad?



**Adolfo Ortiz Rodríguez**  
ECUADOR



Nació en la orilla derecha del Río Ostiones, en la parroquia Montalvo, Cantón Ríoverde, Provincia Esmeraldas. Desde niño trabajó en las faenas del campo, con su familia. Estudió en Esmeraldas, desde adolescente. Gracias a su carácter supo vencer dificultades y enriquecer su mundo interior, ahora volcado en la literatura.

[adolfoortizr@yahoo.es](mailto:adolfoortizr@yahoo.es)

## GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA

### SEÑOR AMADO

Gracias, Padre de la Gloria,  
por librar mi alma del yugo;  
gracias por la gran victoria  
que me diste ante el verdugo.

¡Por vivir en mí extravío,  
perdón te pido, Dios mío!  
¡Perdón por haberme apartado  
de tu Luz, Señor amado!

Porque eres el resplandor  
que ilumina mi sendero.  
¡Mil gracias te doy, Señor,  
por darme tu Amor sincero.

¡Gracias por borrar, Señor,  
de tu mente mi pasado;  
por librar mi corazón  
del infierno del pecado!

Por escuchar mi oración,  
por haberme perdonado,  
en mi humilde corazón  
llevo tu nombre grabado.

## CRISTO ES VIDA

Porque vives engañada  
piensas que Dios te olvidó,  
que tú nunca serás nada  
y que todo se acabó.

Cristo es vida, no lo dudes;  
no lo dudes, hija amada.  
Él es tu única esperanza,  
ven a vivir en su Luz.

Porque te ama, vida mía,  
Cristo de ti no se olvida;  
recuerda que Él murió  
para darte salvación.

Entrégale el corazón,  
para que te lo bendiga;  
mi niña no hay otro Dios  
que te dé la Redención.

Pídele a Dios mucha fe,  
Él siempre escucha tu ruego;  
pídele, de Elías, la fe  
y verás caer el fuego.

Pídele niña inconstante,  
una garganta sonora  
y cántale eternamente,  
con la alegría de la aurora.

¡PADRE, YO TE AMO!

Padre, yo te amo,  
porque Tú me has dado  
la vida que nunca  
yo había soñado.

Padre, yo te amo,  
porque siendo gente  
me hiciste distinto  
al mundo existente.

Padre, yo te amo,  
porque siendo impuro,  
me das que respire  
el aire más puro.

Padre, yo te amo,  
porque siendo humano  
me has dado poderes  
que son sobrehumanos.

¡Padre, yo te amo,  
porque siendo pecador,  
con sangre de Tu Hijo  
limpiaste mi corazón!

¡MADRE QUERIDA!

No llores, madre querida,  
tú sabes bien cómo soy;  
si miras tu alma sufrida  
en ella tatuado estoy.

Dad las gracias, madre mía,  
al Dios de la creación,  
que te ha dado larga vida  
y un jardín por corazón.

No llores, madre querida,  
cumple cien años feliz,  
que Cristo nunca te olvida:  
El sufre al verte infeliz.



Canta, baila, madre mía,  
baila con gozo este vals...  
Los hijos en esta vida  
dejan el nido y se van.

Mas, si te encuentras reunida  
con mis hermanos, sin mí,  
es que eres bendecida:  
deberías estar feliz.

Jamás pienses, madre mía,  
que por no verte me fui;  
es la crueldad de la vida  
la que me apartó de ti.

Aunque yo esté en sotavento,  
Madrecita, ora por mí;  
porque contra mar y viento,  
yo volveré junto a ti.

## ERENIS

Que Dios bendiga tu blondo cabello  
para que lo lleves contigo en vez de velo,  
que Dios bendiga tu radiante frente,  
para que me tengas siempre presente,  
que Dios bendiga el poder de tu mente,  
para que pienses en mí eternamente,  
que Dios bendiga tus negros ojos,  
para que me mires sin enojos,



que Dios bendiga tu linda nariz  
para que solo respire por mí  
que Dios bendiga la miel de tus labios,  
para endulzar mi café con tus besos;  
que Dios bendiga tus manos  
para que sientan que te amo,  
que Dios bendiga tu corazón  
para que escuche el palpitar de mi amor,  
que Dios bendiga tu limpia matriz  
para que los niños te hagan feliz,  
que Dios bendiga tus bellas piernas  
para que embelesen mi mirada tierna,  
que Dios bendiga tu elástica cadera,  
para que me deleite de cien mil maneras,  
que Dios bendiga el andar de tus pies,  
para que camines guiada por el lucero del alba.  
Y para que nunca olvides que volando  
en las alas de tu nirvana  
yo encontré la dulce calma.  
¡Que Dios bendiga tu cuerpo,  
que Dios bendiga tu mente,

que Dios bendiga tu espíritu,  
que Dios bendiga tu alma!

### MADAÍ

En un pueblito olvidado  
del norte de mi país  
vive una niña muy linda  
que se llama Madaí.

A los que andan comentando  
que la niña es una china,  
yo les recuerdo cantando  
que es la reina de Tachina.

A esa niña que hoy me espera,  
con el corazón la adoro,  
le entrego mi vida entera  
porque es mi especial tesoro.

Mariposita de seda,  
pétalo de lirio blanco,  
que Dios su amor te conceda  
y te llene de su encanto.

### DIOSA DEL MAR

Yo crecí bajo la sombra de tus verdes palmeras,  
arrullado por el céfiro que trae el rocío del mar;  
me bañaba en las aguas cristalinas de tus ríos  
cuando el sol acariciaba el vergel primaveral.

Navegaba en los estuarios de tus mágicos manglares  
sin preocuparme, siquiera perla verde, de tu suerte;  
hasta que un día escuché la voz de un viejo eslabón,  
que decía con la elocuencia de un apóstol pregonero,  
que en el suelo ecuatoriano tú viste la luz primero.

Desde aquel instante lucho para que vivas altiva,  
para que nadie te mire, Esmeraldas, como esclava:  
llevo en el alma grabado el blanco de tu bandera  
y tatuado en mis entrañas el verde de tus montañas.

Voy a tus playas, morenas, con la garganta afinada,  
perfumado, con tus pétalos, bella flor de primavera;  
desde las palmas frente al mar de tus encantos,  
con repiques de marimba, Esmeraldas, yo te canto.

Cuando estoy lejos de ti, tesoro del Ecuador,  
escucho el palpar de tu alegre corazón;  
mi verde pecho sin el perfume que mana del pensil  
de tus mujeres  
vive sombrío como flores que se mustian con  
los soles del verano.

Pero me basta con que vuelva la mirada,  
a tus divinos paisajes, ¡perla de mi alma adorada!  
Para que el gozo de mi aliento sea cumplido.  
¡Porque que te amo más que todo lo vivido!

### LA SEMILLA DEL AMOR

Soy campesino que siembra  
la semilla del amor,  
me gano el pan trabajando  
con lluvia, sol y sudor.



No tengo ayuda de nadie,  
solo la del Creador;  
pero aprendí de mi madre  
el arte del sembrador.

Con el lucero del alba  
me da el café mi morena  
y con la carga en la espalda  
salgo a limpiar la parcela.

Soy militar sin cuartel,  
soldado desconocido,  
dejo en el campo la piel  
y no soy reconocido.

Cosecho los alimentos  
que expenden en los mercados;  
pero recibo, al venderlos,  
solo unos pocos centavos.

Le pido a Dios que me quite  
el hambre, con mi canción,  
y Él me dice no me culpes,  
culpa a la corrupción.

Mas el campo es la sombrilla  
de la que vivo agarrado  
como la buena semilla.  
¡Aquí quedaré enterrado!

**América Guerrero  
González**  
MÉXICO



Nació en Tampico. Cursó sus estudios en la Normal Matías S. Canales. Trabaja en Escritores Veracruzanos A.C. (UEEV). Tiene importante producción literaria. Participa con éxito en diversos eventos culturales.  
[a\\_me\\_ri\\_ca.ca@hotmail.com](mailto:a_me_ri_ca.ca@hotmail.com)

## CORAZÓN TENSIONADO

Dedico este relato  
a los médicos, enfermeros y  
demás personal del Hospital de  
Azcapotzalco y Picacho.

Sucedió el día de la primavera, de la poesía, del nacimiento del invicto paladín, día esperado con gozo donde compartiría uno de los placeres de mi vida: la declamación.

Abrazada a la vida, amaneció el día con la primavera iniciada, enredada en hilos imaginarios con secreta intención escondida entre muros transparentes y el sol esplendoroso, liberé emociones de este sueño vivo.

En la capital el cielo limpio y el ansia en el corazón, renazco a la misma hora, con miedo intrínseco, temo otro mal momento, el día pintaba hermoso y quizá lo habría sido de no ser por el dolor que traspasó el alma y oscureció el mundo.

Desde la triste soledad de un cuarto de hospital, herida, desgrano la mañana, intenta mi boca recoger soles de trigales dorados, campo sangrante dejé. Rodeada de ángeles blancos que tratan de descubrir los secretos

recónditos de este corazón apasionado que en momentos críticos sueña con las caracolas que quité de tus rizos y dejaron huella en la arena.

Corazón loco, cansado de tanto amar a través de los años, sigue soñando con el beso que me volvió mujer plena, corazón de condominio. Dice mamá Lalita: “Somos de corazón grande”, sí, pero de cardiomegalia, la herida va cicatrizando y mi corazón danza por la arritmia, mi boca grita el dolor que traspasó el alma, tú solo escuchas murmullos de corazón tensionado, como dicen los españoles, por la tensión

Escribo en reglones vacíos las ocurrencias de un corazón que ama y despierta sed dormida.

Corazón expuesto a sufrir las consecuencias; diástole, sístole, sístole, diástole y, aun así, te bebe en firme abrazo entre aurículas, ventrículos y válvulas coronadas.

Mis manos se vuelven torpes persiguen tu figura en la otra orilla, por el viejo cayado de la aorta llego hasta tocar tu espalda de arena, por allí, por el cayado, pasan las pasiones, las emociones, el amor, la desilusión, las preocupaciones, tu voz me serena en el último hálito y me abrazo a ti, igual el cayado necesita asirse a otro cayado para sostenerse, sin desbordar su postura pronuncia palabras de amor mientras mi mano arde día y noche, calma el ansia, mi voz se vuelve hacia ti y mis sienes laten en presente, fluye el torrente sin descanso.

Se desborda el deseo de huir en tenue rocío, mi cuerpo es testigo de la luz primera, allá afuera tiembla la tierra, llueve la montaña viva, lenguas de poemas se pierden en la rúa, se difuminan los anhelos, se rasgan velos de corazones libres que viven la tormenta de otro cielo.

Tras los cristales todo es verde, corre el viento libre, en esta tarde dorada. Y yo aquí, presa, en la otra orilla, vuelo hacia los cerros que contrastan con el azul del cielo, vuelvo mil veces a las nubes en forma de corazón que navegan en libertad.

En esta orilla mi ombligo es arponeado día y noche, el olor a alcohol, éter, cloro, penetra mis pulmones a pesar del oxígeno artificial, olores por la asepsia escrupulosa.

Los encadenados a los monitores tenemos delirios, cuestionamos la verdad del mundo exterior, el arrebato duerme en el alma incompleta, los monitores graban los más íntimos ritmos cardiacos.

El alba vuelve con polvo de soles, el cuerpo vacío de intentos pero preñado de sueños trata de rescatar astillas de versos que se rompen en el intento, vaga el pensamiento por barrios sin fortuna, entre lunas, busca flores bajo la niebla, descubre amores y versos rebeldes.

Gracias a la alegría de un ángel blanco llamado Enfermera Imelda Torres Solís, hemos disfrutado la música por horas, enteras las piernas vencidas se visten de luna y mis labios sedientos se vuelven arrullos de primavera con bachatas, me consintió escuchando a Juan Luis Guerra y sus “Burbujas de amor”, bajo los primeros rayos de luna bailamos en completa calma para no alterar las reacciones de la emoción dentro de la caja torácica con “Juguito de piña” y “Sopa de caracol”, bajo techo albo y sobre suelo seguro, en esos momentos aminoró la angustia y el dolor que traspasó el alma y ennegreció el mundo... se volvió bruma, la lluvia y el barro van sanando la herida en la frente por la que fui presa y atada con grilletes en los brazos.

En los días de claustro viví entre tinieblas por camino incierto, me llevó al sin fin, en espiral de caída libre.

El sol quiere pintar de silencio mi ocaso, mientras el viento chifla... asomada espero la luna de madrugada, casi la toco con mis dedos si abro la ventana, estas madrugadas solitarias el pago es con sangre, todos los días sacrifican mis venas huidizas, dejan las marcas del suplicio, desangran verso y pensamiento.

Ha habido momentos de solaz, dos días amanecemos con música de mariachis que se filtra a través de la ventila y mi corazón se llena de gozo, canta y grita en silencio; o

como cuando poso cual maja desnuda, de costado, con la mano izquierda bajo la nuca y el torso desierto, poso, para un ejército de guardianes de la salud que no miran mi desnudez, sino en el monitor al hacerme los ecocardiogramas.

    Mi instinto te busca en la esencia del deseo y el viento hace volar el verso de amor que nace de lo profundo de este loco, loco y... tensionado corazón.

### PASIÓN, CAPULLO Y LA LUNA

    He llorado silente  
    con el rostro en Cristo.  
    Hoy, día de su Pasión,  
    alzo los brazos al cielo  
    en señal de clemencia.  
    ¡Clemencia, Señor, clemencia!  
    Aparecen sombras de la divina noche.  
    La luna llena me visita de madrugada,  
    enjuga mis ojos rojos, ardorosos, húmedos y  
    se pierde tras la montaña.  
    El corazón pende cual capullo marchito.  
    Lágrima condensada en gota  
    rueda, se detiene, tiembla al borde...  
    por fin se desprende, rueda, cae.  
    El capullo se siente libre de opresiones,  
    abre sus pétalos, despide su aroma,  
    recibe tu Luz mi amado Jesús en  
    este Viernes Santo, doloroso, lento.  
    ¡Señor!, tengo la mirada fija  
    en tu Sagrado Corazón,  
    permíteme reverdecer en la Fe y  
    que el capullo marchito  
    levante sus pétalos cargados de rocío

son lágrimas por tu Pasión, ¡Señor!  
Mañana la Gloria abre y  
recibe tu sacrificio, el mío.  
¡Quiero vivir y revivir, Señor!  
Sana mi savia, unge mi ser.  
¡Señor, sonríe!  
¡Resucitaste!  
Vuelve tu mirada hacia mí.

**Ana Elisa Medina**  
ARGENTINA



De Resistencia, Chaco. Vive en Río Gallegos. Publicó varios libros, como Versos del Pueblo. Santa Cruz en llamas, Paradelo Gob. Const. de Santa Cruz, Ansiedad de hombre. Integra varias Antologías nacionales e internacionales. Participa en muchos eventos culturales. Tallerista, escritora, Técnica en Artes Visuales, ha expuesto en colectivas. Ha ocupado importantes cargos. [anaelisamed@gmail.com](mailto:anaelisamed@gmail.com)

### PARA VIVIR MEJOR

En este momento cada vez se hace más difícil alimentarse, en nuestro país, dado los altos costos de la canasta básica, muchas familias tienen hambre. Las políticas económicas vacían los bolsillos, el salario no alcanza para una familia tipo y ni se llega a fin de mes. Todos los días es un achique de gastos por los altos arancelamientos de impuestos. Van surgiendo comedores sociales, barriales. Algunas familias se juntan y hacen comida para todos, como si fuera una fiesta de fideos. Los comedores comunitarios a veces son solventados por los propios vecinos, a veces el gobierno tira una ayuda. Pero lo más destacable en mi zona es el Comedor de Juan, en el Barrio San Benito, que empezó a dar una merienda a cincuenta chicos y ahora ya brinda almuerzo para muchas familias que no llegan a tener un trabajo fijo, ni changas.

Cada día se ven más desclasados y surgen las manos anónimas que ayudan en los comedores, merenderos que alivian el pesar de muchas familias. Todos agradecen cada día a las personas que los atienden. Algunos se ofrecen para

ayudar a limpiar los platos y retribuir de esa manera la atención que les brindan. Un músico ciego anima el salón con la música que toca en su acordeón.

Allí están las manos solidarias y los corazones llenos de amor. Allí está el espíritu de Dios.

**Ana Ester Musaja**  
**Apaza**  
**PERÚ**



De Tacna. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", Primer Grado D, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

Te  
agradezco.  
Eres la persona  
que pudo  
hacerme cambiar,  
convertirme  
en lo que soy.  
Gracias, Madre,  
aunque a veces  
me fastidiaba  
saber que no me comprendías.

**Ana María Labaronnie**  
ARGENTINA



De Trenque Lauquen, provincia de Buenos Aires. Escritora, Historiadora y Genealogista. Autora de 14 libros. Fundadora de instituciones culturales, sus obras están incluidas en antologías, Conferencista. Premiada y distinguida por varios países.

[analabaronnie@yahoo.com.ar](mailto:analabaronnie@yahoo.com.ar)

Deseando  
que la miseria huyera  
detrás de las estrellas,  
el vivir se uniera con la esperanza,  
y el deseo pujante iluminara la noche,  
el mundo entero soñó con ese instante.  
Encandilada la miseria  
con las luces de la noche  
se alejó de la ternura de los niños  
y de la sonrisa amarga de las madres,  
porque hubo hombre y mujeres que soñaron  
y entre tantos sueños sembraron nuevos mundos  
con rosas y geranios,  
con fresias y alelíos,  
con amaneceres y cantos.  
Trabajemos decían,  
para que los sueños iluminen  
esta nueva realidad.

**Angie Ximena Musaja**  
**Cahuana**  
PERÚ



De Tacna. Alumna de la Institución educati  
"Francisco Antonio de Zela", Secundaria.  
Integra el Proyecto Taller de Periodismo  
"Francisco Antonio de Zela".

A  
ti,  
gracias.  
Puedo vivir  
y decirte algo que callo siempre:  
yo te quiero y mucho.  
Con sabiduría y fuerza  
voy creciendo,  
con todo lo que tú me das.

**Ania Belotti**  
PERÚ



De Lima, la capital. Poeta, Secretaria Bilingüe, dentro de la plástica prefiere el dibujo y a ello se dedica. Por la rama materna tiene familiares escritores, artistas plásticos y narradores. Publicó su primer poemario “Susurros del alma” (2017). Sus creaciones han sido publicadas también en revistas de varios países.

[aniabelotti2@hotmail.com](mailto:aniabelotti2@hotmail.com)

Un placer poder participar en esta Antología tan bonita que nos enseña a reflexionar sobre la vida y así conocernos más por dentro y por fuera. La belleza está en el alma, lo demás los años te lo quita.

Realmente me parecen antologías excelentes, fuera de lo común. Felicitaciones por tus grandes ideas.

### LA GRATITUD

Mis manos llenas de gratitud habitan en tu presencia.  
Gracias doy por tenerte de compañía,  
por los alimentos que no faltan en mi mesa.

Algunos amigos conocí, de sentimientos bondadosos.  
Aun en la distancia te ofrecen su amistad sincera.  
Agradezco tenerlos en mi camino, llenando mis vacíos.

Gracias por lo bueno y lo malo que aparece en mi existencia.

Me enseña a ser cautelosa, aprender a hablar lo debido,  
tomar las cosas con calma, no permanecer en el pasado.

Me enseñaste a ser misericordiosa con los necesitados,  
nunca dejé de serlo, ahora siento más necesidad de  
ayudarlos.

Comparto mis alegrías y penas con ellos, inolvidables  
recuerdos.

Gracias, gratitud, por ser siempre agradecida con la vida.  
Nunca olvidar a las personas que te tienden su mano.  
La gratitud se demuestra con hechos y no con olvido.

Gracias por los padres que tuve, amor me dieron.  
Gratitud emana de mis manos, llenas de tu presencia,  
y de tu obra hecha en mi existencia.

**Ariel Batista Osorio**  
CUBA



De Las Tunas, Puerto Padre. Licenciado en Derecho. Graduado en el Seminario de Teología de Matanzas. Vicepresidente de La Cruz Roja en Holguín. Integra varias instituciones de prestigio. Poeta y Escritor, publicó en varios países. Con muchos reconocimientos y premios internacionales.  
arielbatista@infomed.sld.cu

## EL AMOR Y LA EDAD

Si indudablemente el amor entre la mujer y el hombre no tiene límites, ¿por qué en muchas ocasiones se cuestiona la diferencia de edad que pueda existir?

En disímiles momentos puede observarse un matrimonio, formalizado o no, o simplemente una pareja, donde la mujer supera la edad del hombre en varios años, o viceversa que por lo general es lo más común que hemos observado, o sea, el hombre ya en la tercera edad conviviendo amorosamente con una mujer joven, a la cual sobrepasa en quince, veinte, y más años.

En una relación normal, consentida por ambos que la componen, por qué la mujer joven ha permitido ser galanteada y enamorada por un hombre mayor que ella en demasía de años.

**¿Es posible conceptualizar una relación amorosa de este tipo?  
¿El hombre por su forma de comportarse, amabilidad, expresiones y modales, magnetismo personal, virilidad, atracción sexual, crea en la mujer un profundo sentimiento de amor que es comprensible, o, ha estado sometida a un impacto psicológico?**

Partimos de que el amor no es una ecuación matemática donde la combinación de números obligadamente produce un resultado, es algo mucho más complejo y colmado de sensibilidad y entrega total donde los componentes de la pareja son capaces de menguar en beneficio del otro, incluso de asumir un peligro con el objetivo de librar su pareja del mismo.

Cuando el hombre o la mujer joven sienten la necesidad de cultivar el amor, provocados por ese profundo sentimiento que nace en lo más recóndito del corazón como una llama de fuego muy difícil de extinguir cuando es verdadero, cualquier situación que exista, que para los espectadores puede ser considerada como un impedimento, la pareja lo obvia en la prevalencia de su amor, ni siquiera piensa en su futuro no lejano con resultados que pueden crear incluso crisis relativas a su estado de salud producto del envejecimiento.

Es importante reconocer que el ser humano no está formado solo por componentes reconocidos desde el punto de vista bio-psico-social, presenta necesidades espirituales que le es imperioso satisfacer en correspondencia con su condición de humano.

Obviamente, el amor “Eros” es un estado espiritual que sobrepasa las condiciones biológicas, psicológicas y sociales de ser humano reclamando su ejecución por encima de cualquier otra necesidad.

**¿Qué explicación podría tener que una mujer joven,  
de 18 ó 20 años de edad, sea la pareja  
de un hombre de más de 70 años?**

Muchos sin analizar sus manifestaciones, sin razonamiento lógico algunos responden: busca mejoría económica, social, protección, o su independencia del seno familiar que le es adverso, sin embargo, lo cierto es que en infinidad de casos vistos no existe este condicionante, y el amor perdura entre ambos entes hasta fenecer. Sencillamente, cuando hay amor verdadero no hay

obstáculos posibles para que una pareja se realice y cumpla sus sueños.

**¿Estas relaciones entre parejas es producto del modernismo?**

Si nos remitimos a épocas remotas podemos observar que no. Es cierto que existieron casos de matrimonios convencionales impuestos por los padres de familias que tenían el total dominio sobre las mismas, pero también se constata la unión conyugal por mutuo acuerdo de los amantes que incluso encarando la oposición de sus familias constituyeron un hogar perdurable donde ambos se consagraron uno al otro incondicionalmente, lo que ha venido manifestándose en el transcurso de las distintas etapas de la sociedad.

**¿Tanto la mujer como el hombre podrían ahogar un sentimiento de amor porque la persona elegida es mayor o menor que la edad que posee?**

Es posible, han existido casos que el “**qué dirán**” se ha impuesto por encima de sus sentimientos frustrando el futuro de sentirse realizado(a), y ello conllevaría a vivir condenado(a) a algo similar como sentirse encadenados en el fondo de una oscura caverna por el solo hecho de haber reprimido un deseo tan necesario y sublime que conlleva a la libertad carnal y espiritual.

**¿Importaría lo que piensen o digan otros de una relación amorosa con tales características?**

Es evidente que para el amor no existen condiciones, las historias narradas a través del tiempo lo demuestran. Para el amor nada es imposible ¿Cuántas mujeres jóvenes se han dedicado a hombres mayores que ellas y han cumplido su compromiso, aun teniendo que luchar bajo cualquier circunstancia por mantener su amor?

En la mayor parte de los casos vistos es el hombre mayor que la mujer, imprimiéndole ésta el deseo de vivir

que en ocasiones había perdido en correspondencia con los golpes que la vida les ha deparado, creando en ellos un estado de revitalización espiritual que el amor produce cuando toca a la puerta de un corazón solo o decepcionado.

Quienes aprenden a cultivar el espíritu a la luz del amor pleno, sencillo, puro, sin miedo a las cadenas que en determinados momentos alguien pueda pretender ponerles experimentan en su corazón el regocijo de ser libres, y viven espléndidamente amándose.

La única exigencia que impone el amor es amarse de forma que exista entre la pareja una entrega total, un desafío ante las adversidades que en incontables momentos de la vida ello produce, considerarse como se expone en las Sagradas Escrituras “una sola carne” capaz de sentir la misma alegría, tristeza, o una paz que invada el espíritu y sea quien siempre prevalezca ante toda situación sobre el matrimonio creado.

### ¿CÓMO VEMOS EL AMOR EN LA PAREJA?

Por experiencia es conocido que el amor viene y va, no es posible manejarlo al antojo de una determinada persona, ni imponerlo a alguien. Es tremendamente importante nuestro comportamiento ante los demás para lograr la posibilidad que por el testimonio personal exhibido podamos ser queridos.

Como ese sentimiento tan profundo puede venir e ir, no es susceptible de nuestra administración individual. No es funcional que tratemos por nuestro deseo ser amados, él es tan libre que llega espontáneamente, por ello cuando decide retirarse, no importa la causa, lo único que procede para nuestra tranquilidad espiritual es perdonar, no desear ni hacer daño a quien se ha retirado de nuestras vidas, quizás en ocasiones traicionándonos en el más amplio

sentido de su concepto, al final de todo nos impartió una lección que con seguridad queda grabada en el interior del corazón y nos sirve para continuar el camino siempre hacia arriba, hacia la cima, sin darle cabida a las posibles frustraciones y que alguien nos vea derrumbados.

Amar entraña un acto humano tan sublime que experimentar esa condición en que nuestro ser está sumido provoca un cambio radical en todos los sentidos, no se puede esconder, sale a flote en cualquier circunstancia, es percibido tanto por la pareja como por quienes le rodean, en el caso de los enamorados.

Existe un medidor natural que nos satisface o nos pone en alerta con relación al acto de amar: cuando se ama de verdad se presenta la necesidad de estar en contacto con la otra persona, si esa persona (igual para ambos) no se preocupa por saber de la otra es porque no hay interés en ella, y si no hay ese interés que brota del profundo sentimiento de amar, como el fruto de la flor, no existe cariño alguno. Este es un medidor absolutamente confiable que nos ilumina para conocer a quien le permitimos entrar en nuestras vidas para compartirla. Cuando el resultado no es positivo debe decidirse al respecto, aunque duela, ese dolor lacera cuando se ama verdaderamente, pero pasa, y llega el momento que se alivia y podemos recomenzar, pero vivir engañados quizás a expensa de una promesa será un dolor eterno, por lo cual, hay que tener en cuenta quien realmente merece que le permitamos compartir nuestra vida, entrar a ella.

### **¿Cuál debe ser la decisión?**

Depende de ti quién quieres que camine a tu lado, a quién permites que se quede, y a quién quieres dejar ir. No existe una fórmula.

Es hora de definir las vidas; marcando las manecillas del reloj el último tiempo sin otra dilación, en una fuerte decisión deben estar trazadas todas nuestras metas, o dejar que la brisa arrastre nuestras vidas para siempre en un vagar por el espacio,

vacía, con el corazón deshecho. Eso sí, es de vital importancia la entrada, salida y permanencia en nuestras vidas, mas no permitir a quien no queremos en ella para compartirla permanezca obstaculizando el fluir de la misma.

## LO QUE MUCHOS NO ENTIENDEN.

### **¿Qué se considera cuando se habla de amor?**

El libro de Cantares de Las Sagradas Escrituras dice en uno de sus capítulos y verso: “Las muchas aguas no podrán apagar el amor ni lo ahogarán los ríos”. No es coincidencia que precisamente en una obra como ésta se hable de esa forma del amor, cuando ella está considerada como “La historia del amor”.

Cuando se habla de amor en cualquier escenario muchos se reflejan en su mente el establecimiento de la unión entre una pareja de seres humanos. Y se representan todas las acciones que puedan producirse como resultado de esa unión, sea eventual o permanente, aunque hoy día se ha hecho común la infructuosa práctica del placer momentáneo, no obstante, es lo que ha proliferado viéndose incluso en peligro el crecimiento racional de la población afectándose ya en algún grado por el envejecimiento poblacional.

### **¿Se puede definir de alguna manera al amor?**

En el año 1995, Monseñor (+) Adolfo Rodríguez, encontrándose en funciones como Obispo de Camagüey, en una conferencia pronunciada en el Seminario San Carlos y San Ambrosio refiriéndose a Martí y el amor dijo: “... el amor, una realidad tan antigua como la humanidad y tan nueva como cada amanecer; la fuerza perpetua que mueve el mundo; la virtud que lleva en sí misma la dimensión de la eternidad, porque no desaparecerá nunca...” Hizo un esbozo de lo que consideró la sublimidad de ese sentimiento

tan profundo. Más adelante Monseñor señala: y para hablar del amor voy a excusarme con otro argumento de sentido común: con el argumento de que es muy difícil hablar de lo más cercano al absoluto; que es muy difícil hablar de lo que todo el mundo habla y nadie ha visto; todo el mundo siente y nadie sabe definir, de algo que entra y sale, viene y se va sin uno saber cómo. Es difícil hablar de algo que, como dice San Agustín, es tan ambiguo; donde se dan la mano lo más alto con lo más bajo; lo más noble con lo más grosero; lo más desinteresado con lo más egoísta; lo más sublime con lo más ridículo; lo más decente con lo más vulgar; lo más carnal con lo más espiritual y lo más humano con lo más divino (Tomado de la Revista “Verdad y Esperanza” de la Unión Católica de Prensa de Cuba – 2008)

En las palabras que anteceden se pronuncia un argumento bien fuerte de cómo las personas en su gran mayoría hablan de lo que no han visto, pero sienten.

Es muy cierto que el amor entra y sale, se va y viene como se le antoje, es tremendamente difícil de que permanezca donde ha tenido su estancia incluso por largo tiempo, y ése es el asunto de vital importancia, **por qué**, acaso es un ente independiente que sobrepasa la racionalidad del ser humano.

### **¿No es el amor un estado humano de entrega total?**

¿Qué significa esa frase? Es real que llegar a la convicción de vivir en una entrega total hacia quienes nos rodean en el lugar y circunstancias donde nos encontremos no es de muy fácil comprensión, y más aún, es tan difícil de realizar. Pero llegar a ese estado de ánimo es el punto de ebullición, por así llamarle de alguna manera, de la persona en su espiritualidad teniendo como base fundamental **la compasión** hacia los otros que le rodean. Es por ello que se aprecia tanto el amor de una madre hacia sus hijos que en infinidad de ocasiones se extrapola hacia el resto de los seres humanos; he visto en una sala de un hospital una

madre amamantar unos cuantos niños recién nacidos sin conocer siquiera su procedencia. Hace mucho tiempo, aún era un adolescente cuando escuché una historieta que se me grabó en mi memoria y jamás se me ha borrado, y la narro con mis palabras como la oí: “un hijo malvado cortó a su madre la cabeza con su espada dejando el cadáver tendido en el suelo, cuando fue retirarse del lugar tropezó con él, y la cabeza que había rodado a cierta distancia de la otra parte del cuerpo le preguntó: ¿hijo te has dañado?

Hace ya varios años había llovido copiosamente y el río Marañón de esta ciudad de Holguín en que residimos se desbordó pasando incluso por encima de algunos de los puentes que permiten su cruce. En ese tiempo un niño cayó al río y se ahogaba en aquella corriente de agua tan fuerte, pasaba un miembro de La Cruz Roja por el lugar, el chofer de ambulancia Amado Pérez Canelles (puente de la calle Martí llegando a Carlos Manuel de Céspedes) y sin pensarlo mucho se lanzó a salvarlo, luchó incansablemente contra la fuerza del agua y cuando ya tenía el niño casi sostenido con sus manos se golpeó la cabeza debajo del puente siguiente pereciendo los dos; esa proeza la realizó Amado porque tendría alguna ganancia, **esa es una demostración de puro amor**. Mas, quien no ama no le es posible concebir un acto humano de tal magnitud, hay que albergar en el corazón ese sentimiento de compasión hacia su semejante para poder experimentar la incomparable grandeza del amor.

Quien sienta amor ha embridado las pasiones y no es capaz de soltar las riendas de las miserias humanas que llevan al hombre y a la mujer a cometer hechos denigrantes y lacerantes, o a omitir acciones tan bellas como lo es la de servir al necesitado sea quien sea.

En su visita a nuestro país, el Papa Francisco dijo con toda exactitud y acierto: “quien no vive para servir, no sirve para vivir”, e, “importante es cuidarse del servicio que se presta a otro”. Cuánta realidad hay en las palabras de este

siervo de Cristo, pero todavía hay quienes están pensando en hacer uso de la “ley del Talión”, y mucho más aún, los hay que no son capaces de auxiliar ni siquiera a un anciano, un discapacitado, un ciego, mirado la necesidad de estas personas de que le brinden tan solo un hombro para apoyarse ¿Cómo puede hablar de amor alguien que no es capaz de atender ni a su propia familia, o a su vecino más cercano? Puede hablar de atracción sexual, de tener un tiempo de placer con otra persona, ése es el falso concepto del amor que se hacen muchos en sus mentes.

A veces el actuar de un individuo está dado no en su deformación en adultez, sino en la falta de una adecuada formación en el seno de su familia, es por eso que se ha hecho tanto énfasis en la educación familiar y en el apoyo que la familia debe dar a la escuela que colabora en ello e instruye. Es por eso que la iglesia local está llamada a contribuir con esa formación atendiendo más a la comunidad que le rodea, con el amor que debe caracterizarle, el que imprime Jesucristo en sus enseñanzas, rescatando y creando los valores humanos tan necesarios para la vida.

Nuestro Martí dijo: “cada ser humano lleva en sí un hombre ideal, lo mismo que cada trozo de mármol contiene en bruto una estatua tan bella como la que el griego Praxíteles hizo del dios Apolo” (Obras Completas de José Martí. T, 18. Pág. 390)

### **¿Entonces el sentimiento que obra en la pareja no es amor?**

En la pareja se hace más compleja aún esta determinación. Existe una atracción que es muy normal entre ambos sexos, ambos se gustan, sienten el deseo de estar juntos, de lo que se le llama “amarse”, que realmente no es lo mismo que ir a la cama y tener relaciones sexuales y es a lo que comúnmente se le llama “hacer el amor”. No es aberrado hacerlo, al contrario, el hombre y la mujer están concebidos para multiplicarse y esa multiplicación cómo se

logra si no es de esa forma, pero unido a ello debe haber ese sentimiento que hemos calificado “de entrega total”. En épocas pasadas era muy normal observar matrimonios sostenidos de más de cincuenta años, y los había muy ancianitos que la lógica indica la impotencia de poder realizar los actos biológicos que realizaban cuando eran menos ancianos, sin embargo en ellos se podía ver un trato esmerado entre ambos, cariño, respeto, un cuidado del uno hacia el otro por encima de todos, eran en realidad una unidad bio-psico-social-espiritual, una fortaleza humana que no admitía choques o agresiones del exterior de ninguna índole, y si por designios de la vida le tocaba a uno de ellos enfrentar los avatares de la vida ello se convertía en un problema de ambos ¿Quién era capaz de tratar de dañar un matrimonio con aquellas características? Incluso, si por cuestiones muy razonadas en algún caso se producía la ruptura del matrimonio, era muy difícil se produjera en la comunidad matrimonial que había procreado una familia y ambos cónyuges se protegían de cualquier situación que tuvieran que enfrentar.

Hoy son conocidas las discordias existentes entre muchos matrimonios, por diversas causas, pero ahí no termina el problema; producto de ello se tratan de hacer daño, buscan la forma de lacerar la integridad física y moral el uno del otro, se convierten en verdaderos enemigos, ni siquiera se hablan para tratar los asuntos relacionados con los hijos, las relaciones con la escuela –fundamentalmente de los hombre padres– se pierde, la atención afectiva y económica a que se está obligado por imposición de ser padre, y del ordenamiento jurídico existente en el país por haber engendrado y traído a la vida un ser humano que no pidió venir, se deshace. Quiere esto decir que una vez deshecha la relación sexual existente entre la pareja todo se desmorona ¿Existió amor en tal unión?

Si es el amor el que hubiera liderado la pareja el hogar no hubiera sufrido tales consecuencias, y ambos padres aunque no mantuvieran una vida de unión marital se

tratarían con dignidad hacia ellos y la familia procreada ¿Acaso la ex esposa que ha mantenido una conducta adecuada, madre, mujer, y persona sobre todo, no tiene derecho a ser tratada con respeto y consideración? ¿Y por qué el padre de sus hijos en un momento determinado no puede darle una ayuda que necesite? Incluso, en los casos donde no se procrearon hijos, esa mujer y ese hombre, son seres humanos que aunque tuvieron la desgracia de no haber podido o querido mantener el matrimonio, por amor, por el verdadero amor a que estamos llamados los hombres y las mujeres, no por el deseo sexual, estamos en la obligación de ayudarnos y asistirnos para salvar la raza humana que aferrada a todas estas miserias vivimos agrediéndonos, un día nos han de declarar en período de extinción como simples animales por no usar el raciocinio que nos fue dado para vivir armoniosamente en comunidad.

### **Es necesaria una entrega total**

Una entrega total donde el ser humano no escatime brindar ayuda al necesitado, tratarse con dignidad, mirar a quienes le rodean con compasión y no por encima del hombro, dar de lo que tiene y no de lo que le sobra, tener muy en cuenta que lo que no desea que le hagan porque le daña no debe hacerlo a otros, acudir al dolor ajeno y hacer lo posible por aliviarlo, siempre mirar a las personas por su condición humana, no por las cosas que son efímeras y pasan; nadie se lleva nada de lo que pudo atesorar para si en la tierra, nos vamos tal como llegamos, quizás en condiciones peores. **Ése es el verdadero amor a que estamos llamados sin escatimar nada.** Tu prójimo es tu hermano, no le deseches, atiéndele en el momento oportuno.

(a mi querida hija Erllys)

**esperando se abra una ventana en los cielos**

de ariel g batista osorio

entre besos la vida muerde  
su aguijón clava...

mi vista se pierde en el infinito  
esperando se abra una ventana en los cielos  
baje un ángel  
no el que acostumbramos ver  
sobre el lienzo del pintor  
un ángel negro que conoció en su propia carne  
el dolor del alma en su discriminación  
ponga su mano sobre ella  
y obre el milagro de Dios...

un ángel que en su humildad represente  
el amor y la ternura  
que haya perdonado  
cuando en su peregrinar estuvo en la tierra  
las miserias humanas causantes de tanto dolor

julio 7 / 2018

**Belisario Luis Romano**  
**Güemes**  
ARGENTINA



Nació en Capital Federal, reside en San José de los Cerrillos, Salta. Profesor en Historia en el Nivel Primario y Miembro Fundador del desaparecido Grupo Literario Arco Iris. Ha publicado varias obras literarias e históricas y cívicas, que se han difundido con gran acogida. Participa con éxito en eventos literarios. Ha ganado diversos premios nacionales e internacionales.

belisario\_romano@hotmail.com.ar

**GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA**  
Cómo lo proyecto al mundo

*Al abordar esta temática es necesario discernir entre lo que es el amor y también lo que es la gratitud. Para ello, es imperioso recurrir al pensamiento de grandes pensadores que dejaron sus escritos sobre el tema que nos ocupa, para poder explayarnos sobre bases sólidas con el fin de establecer vínculos seguros y proyectarlos al mundo.*

*Amor: Hacia ti mismo es un estado placentero donde te sientes completo y estás listo para dar amor a los demás.*

*Gratitud: Agradecer por cada situación que se presente en nuestra vida, buena o no tan buena, porque habremos aprendido y podremos seguir nuestra vida en armonía. Tú me dirás ¿Cómo agradecer por lo no es tan bueno? Sí, porque si no te hubiera pasado tal vez seguirías viviendo la misma realidad que no te deja crecer y avanzar.*

*Tú creas tu realidad y decides cómo reaccionar ante cada situación.*

La gratitud podría concebirse de tres maneras, como un rasgo afectivo, como un humor y como una emoción.

*Gratitud: “una emoción dirigida hacia la apreciación de la ayuda de otros”, McCullough.*

La gratitud es la vertiente de las emociones positivas; toda emoción no expresada es susceptible de interferir en la libre circulación del amor. Al aprender a callar los sentimientos, éstos se estancan y no se les permite que circulen libremente, lo que crea bloqueos y límites en el amor. La gratitud es indispensable para poder saber sobre respetar y apreciar todo lo que somos, tenemos y donde estamos situados. La gratitud es la capacidad de salir de uno mismo y poder pensar en el otro.

Agradecer es amar, es retribuir con reconocimiento sincero, valorar lo que se recibe con alegría y respeto.

El Ser tiene la capacidad de trascender sus limitaciones y el amor es lo que lo hace posible. La vía que conecta con el amor verdadero es el agradecimiento.

El agradecimiento nos da el poder de hacer posible el reconocimiento, el valor de las cosas, de las personas que nos acompañan y principalmente de nosotros mismos.

La gratitud es una faceta inevitable del verdadero amor, del incondicional, el que libera la felicidad. Cuando se es feliz, se siente gratitud, simplemente por el hecho de existir.

Somos responsables de nuestra elección. Podemos sentir gratitud si así lo elegimos.

Las contrariedades y frustraciones que la vida nos depara nos ofrecen la oportunidad de recordar y apreciar todas aquellas ventajas y privilegios a los que estamos acostumbrados. La gratitud nos hace ver la lección detrás de cada obstáculo.

Es el amor, la oportunidad de amar y ser amados el mayor de nuestros privilegios. Y nos alejamos de este sagrado privilegio por tan solo no ser agradecidos.

*“La vida es el primer regalo, el amor el segundo y el entendimiento el tercero”, Marge Piercy.*

*Basta sentirlo... ¡para entenderlo!*

*Agradecer es una actitud por demás gratificante.*

La gratitud como actitud es estudiada por disciplinas científicas como la psicología positiva; Martin Seligman y Mihal y Csikszentmihalyi y la psicología humanista; Abraham Maslow o Carl Rogers que analizan, potencian y

desarrollan aquellos aspectos más positivos del ser humano. La felicidad, el bienestar, la creatividad, la inteligencia emocional, la sabiduría, la resiliencia, el buen humor, la serenidad son conceptos y realidades que les incumben. Para estas visiones la gratitud es más que un sentimiento. Es una actitud, es consciencia, reconocimiento, aprecio, una virtud.

El Dr. Robert Emmons es uno de los pilares de la llamada Psicología positiva, encargada del estudio de las emociones sanas y saludables explica, tras sus investigaciones que gracia, gratis y gratitud van juntos. La gracia es un término teológico, entregado inmerecidamente (gratis) que se debe agradecer (gratitud).

La gratitud es clave para la felicidad, se correlaciona con mayor productividad, calidad del trabajo, mejores relaciones sociales, más energía, actividad, fluidez, mejor sistema inmunológico, menor estrés, etc.

Como clave de la felicidad, la influyen tres factores básicos; según Lyubomirsky, Sheldon & Schkade: las circunstancias (en un 10%), la actividad intencional (40%) y el llamado “punto de set” (50%, nuestra forma de ser: en una mitad, biológica y en la otra, fruto de la fortuna).

La gratitud es el secreto de la vida, porque asociamos agradecido a “con paz”, contento, cálido, amigable, gozoso y Desagradecido a estresado, quemado o resentido. El impacto de la gratitud en el bienestar físico y psicológico es más que notable. Los depresivos crónicos muestran mucha menos gratitud (casi un 50% menos). Ser agradecidos, cambia nuestra expresión facial y nuestro cuerpo. 75% de nuestra longevidad depende de factores psicológicos y de comportamiento.

“De todas las emociones, hay una, en mayor medida que las demás, apunta la ausencia o presencia de stress en las relaciones humanas: el sentimiento de gratitud”. *Hans Selye; mayor experto mundial en stress.*

La gratitud no sólo es imprescindible en los buenos momentos, en los no tan buenos, ya que anima el espíritu.

“*La Personología* -estudio de la persona en su

contexto biográfico y cultural-. Identifica “secuencias de redención” en la trayectoria vital de cada uno. En ellas hay sentimientos de gratitud y apreciación. *Dan McAdams-Universidad Northwestern- Henry Murray, Robert White, Eric Ericsson, David McClelland, Silvan Tomkins.*

“Nadie es tan capaz de agradecer como quien ha emergido del reino de la noche”. Y añade: “este simple proceso tiene el poder de transformar tu vida. (...) Tu libertad comienza dando gracias por las pequeñas cosas –ganando coraje y fuerza para alcanzar las grandes”. *Elie Wiesel.*

La gratitud como cualidad humana es vincula a la madurez y a la salud psicológica de las personas. La gratitud es un valor fundamental indispensable en nuestra vida afectiva e incluso es un valor que nos trasciende y nos conecta con nuestra espiritualidad.

El agradecimiento es el reconocimiento del valor de lo que alguien ha hecho por el mundo, por seres que amamos o por nosotros mismos Cuando reconocemos un favor que nos han hecho y damos las gracias establecemos un vínculo, un lazo que se mantendrá hasta que podamos corresponder o incluso, habiendo correspondido, conservar el sentimiento para siempre.

Este reconocimiento implica adquirir un compromiso, establecer un vínculo profundo. Vivimos en una sociedad en la que hay el convencimiento, la creencia, de que “somos sujetos de derecho” y por tanto, nos lo merecemos y tenemos derecho a todo.

La creencia de que el dinero es muestra de reconocimiento.

La gratitud nos permite establecer vínculos sanos y poderosos entre todos nosotros. Podemos diagnosticar la salud o enfermedad psicológica y emocional de una persona, de una pareja, de una familia, de una empresa o de una sociedad *por el caudal de reconocimiento y gratitud que circula por sus venas.*

*La felicidad depende del agradecimiento y la*

*gratitud es lo opuesto al resentimiento.*

Agradecer de verdad las cosas, además de ser un acto de justicia o precisamente por eso, aumenta la paz interior, nos aporta dicha y serenidad. Agradecer es recordar.

*No todos los agradecimientos tienen el mismo valor, ni colman de la misma manera a quien los da o a quien los recibe.*

Hay agradecimientos que surgen de la costumbre y otros que nacen del alma. Unos que son automáticos y otros que son genuinos. Algunos surgen del amor y otros de la alegría.

Un puente de confianza, serenidad y reconocimiento mutuo. Durante nuestra niñez aprendemos de nuestros mayores el agradecer a Dios por todo lo que nos brinda a diario o también agradecer a ellos o a otras personas toda actitud de servicio solidario hacia nosotros. Entonces ahí nos damos cuenta que todo agradecimiento tiene su gran cuota de amor, que se corresponde con la humana ayuda que nos brindan.

## GRATITUD Y AMOR

La gratitud es un aspecto esencial del amor. Lao-Tse la definía como “la memoria del corazón”. Una virtud crucial para ser felices que nos aleja de todo tipo de limitaciones y nos impulsa a crecer desde el interior.

Ahora bien, es cierto que existen dos formas de dar las gracias. Una es automática, un agradecimiento formal procedente de la normal social y que repartimos a diestro y siniestro –como cuando agradecemos la invitación a una cena o instamos a nuestro hijo a ser agradecido por recibir un regalo–. El típico “gracias” por cortesía.

La otra se corresponde con el agradecimiento que nace de la conciencia y el corazón. Ese “dar las gracias”

sincero y auténtico que valora todo lo que conlleva el acto del otro y lo expresa. Una dinámica de encuentro, en esencia, entre dos personas, en la que lo más importante es el reconocimiento y la valoración de lo sucedido.

La gratitud hace posible que reconozcamos el valor de las cosas, de los demás y de nosotros mismos porque agradecer en definitiva es amar. Además, esta virtud nos permite establecer vínculos sanos y profundos en un mundo donde ya no se puede hablar de Amor.

**Carmen Luz Ayala Olazával**  
*Camusita*  
PERÚ



De Arequipa. Licenciada en Educación, docente en Secundaria y Superior. Funcionaria y Periodista. Participa en eventos internacionales e integra instituciones culturales importantes. Ha publicado ensayos, revistas y poesía. Ha recibido diversos premios y reconocimientos. Especialista en Productos Andinos Quinua y Cañigua.  
camusay@gmail.com

## AMIGA

Amiga fiel  
Remanso en la tormenta  
humano alivio en medio del dolor.  
Amiga sin límites, siempre presente.

Hoja fresca de árbol tierno.  
Luz que en momentos de angustia sin fin  
vienes a señalar el camino.

¿Cómo llegaste a mí?  
¿Quién te puso en mi destino?  
Aliento que llega cuando  
la barca de mi vida está por naufragar.

Amiga mía, hermana.  
Palabra tierna, amoroso bálsamo  
gracias por mantener encendido  
el infinito valor  
de la esperanza y el perdón.

## TESTIMONIAL

Vivo  
la dulce angustia de un amor desconocido.  
Sueño  
y entre mis sueños te recuerdo y evoco.  
Espero  
recorrer el porvenir guiada por tus manos.  
Confío  
En la sinceridad de los sentimientos.  
Resuelvo  
mantener calma y serenidad.  
Persisto  
en no renunciar pese al dolor y sufrimiento.  
Asumo  
con madurez y dignidad las consecuencias.  
Hablo  
de la belleza que aún es posible alcanzar.  
Pienso  
que algún día mi sueño se hará realidad.  
Exploto  
ante la injuria, calumnia, odio y maldad.  
Deseo  
alcanzar la transparencia, la paz infinita.  
Puedo  
recorrer ignotos caminos guiada por la ilusión.  
Pretendo  
encontrar la autenticidad, la esencia, la verdad.  
Quiero  
construir un mundo nuevo a partir de ahora.  
Creo  
Que aún es posible soñar.

## LA LLUVIA Y LA TARDE

La lluvia cae sobre los tejados de la ciudad  
como un lejano armonioso concierto.

Cada gota pequeña, cristalina golpea  
los qollis, eucaliptos y mi corazón.

Después renacerá el sol y la alegría.

Otra vez danzará el campo  
cantarán las aves de la distancia.

Los niños jugarán en las calles  
un lucero caerá del cielo

el arco iris iluminará el atardecer.

Lluvia de palabras y metáforas

gotas que castigan a encorvados sauces

agua de imaginarios mares y cielos lejanos

armonía que llega desde los confines

zampoñas que tañen antiguas melodías.

Infinita lluvia fecunda

mientras escribo me inundan

voces de niños y extrañas melodías.

Y el agua musical se acumula

en los diques del tiempo y la eternidad.

## LLANTO ETERNO

A dónde irán a dar mis ojos

cansados de mirar tanta pobreza.

Ojos que sirvieron para hacerme sufrir

en esta insoportable realidad.

Cuánto dolor acumulado

en mis ojos llenos de andina soledad.

Ojos que nunca pidieron nacer

para llorar sin piedad.

A dónde irán mis ojos  
ahora que he llegado a límites del dolor.

¿Quién dijo que la vida es un sueño?

Yo digo que es una pesadilla sin fin.

A dónde irán mis cansados ojos  
después de haber visto tanto odio.  
Cómo me duele haber nacido  
para vivir con tanta angustia cada día.

## NOSTALGIA

Expreso mi existencia  
enraizada al fondo de mi vida.  
lágrima humana que crece  
cuando convoco a las palabras.

Debo seguir callando? ¿Por qué?  
La vida no debía ser un eterno sufrir  
que a veces se prolonga  
más allá de la muerte.

El amor es una pregunta  
una flor que a veces se marchita  
cuando no ha llegado aún el invierno.

Amor, vocablo que dura  
tan solo un verano  
que con el tiempo acaba.

Creí que era posible amar  
ahora sé que es una frágil barca  
Un débil cristal que destruido  
nunca vuelve a ser el mismo.

## SUBLIME ESPERANZA

Volverá algún día  
la esperanza a mi vida  
la sonrisa a mis labios mustios  
otra vez volveré a ser la misma.

No pierdo la fe  
sé que ese gran día llegará.  
Tengo la sagrada ilusión  
de acariciar al futuro en mis manos.

Ese gran día llegará  
como llega el amanecer.  
Entonces se terminarán mis angustias  
mis sueños se harán realidad.

No me dejaré vencer  
por la estulticia  
por los días vacíos  
por los sueños inconclusos  
por las canciones sin sinfonía  
por los poemas sin contenido  
por los caminos no recorridos  
por la distancia, los adverbios, la noche  
por tanto dolor acumulado.

Sé que ese gran día llegará.  
Estoy segura que  
mi gran día por fin llegará.

## CONFESIÓN

No pude vivir ni escribir  
he sufrido mucho por haber  
caminado contra el viento.

Nacer, sufrir, caminar.  
Eterna rueda sin principio ni final.  
Siempre lo mismo y lo mismo.

He llegado hasta aquí  
cargando a cuestas mi poesía  
como infinito dolor humano.

Qué sentido tienen las palabras:  
¿Amor, tiempo, ternura, esperanza?  
¿Hasta cuándo seguiré esperando?

Me extravió caminando en la lluvia  
en el silencio de la noche  
para no ver pasar a mi agonía.

**Celina Suárez Salazar**  
MÉXICO



De Querétaro. Alumna de Preparatoria en el Instituto Vasco.

celisuarez1997@g mail.com

Los que escriben, escriben historias de amor, es por eso que quiero darles a conocer la mía, pero... mi amor no es como el de muchos, este amor es eterno, sin fingimiento, no publicado en las redes sociales, porque Dios no mira como el hombre.

Estas letras son mi interior, el sentirme enamorada me tiene atrapada, es por eso que no entiendo a las personas que dicen que el amor no existe. Hoy les digo que existe, es visible y palpable. Si nunca te has enamorado, quizás no me entiendas: quizá no entiendas que estoy enamorada y que si no lo tengo a Él... ¡todo me falta!, y cómo en Él... ¡lo tengo todo!, y todo lo que no es Él... ¡ese todo me sobra...!

Si eres joven, anciano o de una edad intermedia, es tu oportunidad de darle sentido a tu vida con el Amor. No te olvides de vivir cada día como si fuera el último de tu vida.

## ENCONTRÉ EL AMOR

Encontré el Amor en una Cruz clavado.  
Cruelles clavos punzantes herían su rostro ensangrentado.  
Cubierto de rocío pronunció que me ama,  
y a sus pies mi alma quedó anonadada.

Me sé amada por el Hombre que se entregó por mí.



Vivo en plenitud por Él,  
porque día a día me lo recuerda,  
porque en cada despertar me lo susurra.

Siento su Amor palpitar en mí,  
pidiéndome a gritos  
ser sonrisa del hombre que llora,  
ser amor del hombre que odia.

Quiero que el mundo selle una alianza de amor con Él,  
y el odio y la soberbia  
se vean derrotados  
para que el alma inocente pueda vivir en Dios.

Porque siento que el amor está muriendo  
en este mundo donde los hombres incitan la guerra  
y los sueños se desvanecen  
como la lluvia cae del cielo.

Mi corazón grita  
que la plenitud es el ornato de mi vida,  
mientras se va consumiendo en la llama de su Amor,  
porque yo sellé una alianza con un Amor que dura.

Vivo en esta tierra y deseo que mi alma sea hiedra,  
que se abrace a la Cruz de mi Amado  
y no espere gratitud más que la del Cielo.

Y si preguntan... ¿quién soy?  
¡Soy un alma perdonada por Dios,  
fecundada por el Amor,  
plantada en tierra agrietada sedienta de Dios...!

**Conceição Ferreira**  
BRASIL



gorettisilva2008@gmail.com

### GRATIDÃO ELELA

Senhor, obrigada, pelo socorro enviado ao que jaz na  
calçada,  
pela alta do hospitalizado,  
Grata, Pai por guiars as mãos dos cirurgiões.  
Obrigada Senhor, pela porta de emprego aberta ao  
desempregado,  
pela estabilidade no do emprego do trabalhador.  
Deus de imensurável Amor, Grata, por cuidares dos  
lidere que vivem em prol da humanidade.  
Finalizando minha gratidão, peço pelo outro que estende  
a mão pedindo pão.  
Obrigada, Senhor de todo o sempre.

### ELELA DE GRATITUD

Traducción tentativa:  
Guillermo Bazán Becerra

Señor, gracias por la ayuda enviada a los desamparados  
en la acera,  
por los hospitalizados;  
gracias, Padre, por guiar las manos de los cirujanos.  
Gracias, Señor, por abrir la puerta del trabajo a los  
desempleados,  
por la estabilidad en el empleo del trabajador.

Dios de amor inconmensurable, gracias por cuidar a quienes brindan su vida por el bien de la humanidad. Junto con mi gratitud, te pido que haya manos con pan para los hambrientos.

Gracias, Señor, por los siglos de los siglos.



**Consuelo Lezcano  
Ruiz**  
PERÚ



De Cajamarca, Perú. Desde niña su vocación fue las letras, el arte y el servicio a los demás. Enfermera, poeta y escritora. Ha publicado sus obras en diversos medios y está por entrar a prensa su primer libro. Integra varias instituciones: Asociación de escritoras norteñas, Casa de la Memoria cultural de Cajamarca, Mesa Redonda Panamericana.  
[consuelolezcano35@yahoo.es](mailto:consuelolezcano35@yahoo.es)

### GRATITUD A UNA MUJER EJEMPLAR



La admirable educadora, en retrato a carboncillo (1927) hecho por Juan Villanueva *Bagate*, y cuando cumplió 90 años.



**CARMEN LUZ REQUEJO OBLITAS:  
MAESTRA EJEMPLAR DE CAJAMARCA.**

No tuve el honor de ser su alumna, pero la conocí en los años cincuenta, siendo yo estudiante del Colegio “Santa Teresita”. Habían establecido un internado para señoritas, cuando se cerró su Liceo particular y lo regentaban las hermanas Carmen Luz y Virginia Requejo Oblitas; allí, ya entradas en años, pero de hablar lúcido, cuidadoso y calmó,

fui presentada. Gozaban del respeto y consideración del pueblo cajamarquino y en especial de las religiosas Misioneras Dominicanas que conducían por aquellos años el gran “Santa Teresita”, por ser celosas guardianas de la juventud, “divino tesoro”, a la que cuidaban con gran esmero, inculcándoles siempre valores cristianos y refinados modales, forjando la enseñanza como una verdadera vocación y acto de vida para templar el alma y el cuerpo con el pulso de la persuasión y la ética.

También conocí por aquellos años a dos de sus entrañables sobrinas, que resultaron siendo mis muy amadas amigas: Nieves, bondadosa y dulce criatura, unos años mayor que yo, y no sé qué vio en mi persona que me trataba siempre con especial deferencia y, en muchos momentos me pedía le cante tonadillas españolas, que yo sepa, me gustaba entonarlas o desentonarlas mejor dicho, porque Dios, por algún motivo no me concedió el don para la música y mi maestra, la madre Camino, duro que sufría conmigo para hacerme entender eso de las corcheas y las semifusas y no sé qué otros enredos del bendito pentagrama. La otra, la igualmente querida: Laurita Requejo, cariñosamente Lalito era la niña de los ojos de señorita. Carmen Luz, que era su tía-mamá porque la tomó a su cargo desde el primer año de nacida y hacia ella vació el vaso lleno de amor de madre espiritual. Lalito era una castañuela, de hablar cantarino y alegre pero muy mesurado. La imagen solemne, dulce y bondadosa de la señorita. Carmen se grabó para siempre en mi memoria y se convirtió en mi personaje preferido.

Al concluir mis estudios secundarios fui a la capital para hacerme enfermera, periodista, trotamundos y algo de escritora. A la vuelta de muchos caminos, la añoranza por mi lar natal enrumbó mis pasos a esta amada tierra andina. Y por ese amor nato que tengo hacia los libros, conocí en mi etapa de madurez y luego de vejez a reconocidos escritores cajamarquinos, como Luzmán Salas Salas, Miguel

Arribasplata, Manuel Ibáñez Rozasa, el rubicundo y polifacético y carismático sacerdote Miguel Garnett, Julio Sarmiento, Guillermo Bazán Becerra y otros más, que sería muy extenso nombrarlos. Confieso que me deleito leyendo y releendo sus obras. Por esos azares del destino, al leer el libro “Una centuria de Logros y desafíos- La Educación en Cajamarca”, encuentro el capítulo “Liceo de Nuestra Señora del Carmen” y en él a mi personaje preferido: la señorita Carmen Luz Requejo Oblitas, ilustre fundadora del citado Liceo, auténtica mecenas de la sabiduría y el aprendizaje, para desterrar la ignorancia e instaurar el amor a la verdad humanística.

Así, motivada sobremanera, empiezan mis indagaciones para conocer más sobre la vida y la obra de esta ilustre y ejemplar educadora; búsqueda que se intensifica al reencontrarme con mi dilecta amiga Rita Goicochea de Castañeda, distinguida exalumna del Liceo del Carmen, quien ha sido Presidenta de la Asociación de Exalumnos carmelitanos y presidenta también conjuntamente con el ya desaparecido ilustre escritor Fernando Silva Santisteban y otros destacados exalumnos más, del grandioso homenaje póstumo a tan digna educadora, en 1985. Sabedora de mi inquietud, deposita en mis manos valiosos documentos y fotografías, luego hacen lo propio Luis Jäeger Requejo, Laurita Requejo y los hermanos Luis y Rafael Jäeger Requejo. He logrado conocer el Álbum original de autógrafos escritos de puño y letra por ilustres personalidades como Amalia Puga de Losada, Irene Silva de Santolalla, Diego Camacho, Camilo Blas y otras treinta y tres personas que enaltecen con su pluma la egregia figura de Carmen Luz Requejo. Un verdadero tesoro que celosamente guarda la memoria de tan ilustre dama, que esperamos nos proporcione tanto para la Casa Memoria de la Mujer Cajamarquina como para completar nuestras investigaciones y lograr se edite el ansiado libro.

Del citado álbum, transcribo a continuación, cuatro sentidas dedicatorias que enaltecen la figura de tan digna y ejemplar maestra:

### **Joyerías**

Amalia Puga de Losada.

¡Qué joya tan hermosa es un brillante!  
Sí en sus facetas múltiples se quiebra  
la luz que emite el sol reverberante,  
es un iris perpetuo aquella piedra.

Cuando una llama artificial la alumbra,  
de variados reflejos hace gala,  
y a todo el que la mira le deslumbra,  
cual fuego inextinguible de Bengala.

A la Diestra Magnánima y Suprema  
que labra con amor los corazones  
plugo hacer en el tuyo, como una gema,  
a guisa de facetas, perfecciones.

Por eso en lo social y en lo privado  
tiene él tan admirables refulgencias  
que hacen de ti, su dueña, un acabado  
y límpido conjunto de excelencias.

Hasta en tu bello nombre encuentro acaso  
realizada una oculta profecía;  
porque perenne luz, luz sin ocaso,  
tu corazón-brillante requería.

De igual manera, le hallo cumplimiento  
en tu mentalidad y en tu optimismo;  
pues que a las altas dotes del talento  
y la cultura, añades el civismo.

No me ciega el afecto, ni me obliga  
la inmensa gratitud de que está lleno  
mi pecho para ti, dilecta amiga:  
te juzgo con espíritu sereno.

Posees tú tan nobles cualidades;  
tu virtud es tan sólida y preclara,  
que aunque nada debiera a tus bondades,  
lo mismo que te alabo te alabara.

Chorrillos, julio de 1932.

### **Bajo el Sol de una existencia**

Irene Pereyra de Vásquez.

¡Qué grande es la victoria que ostenta vuestra vida,  
luchando entre las aulas, en pos de la niñez,  
portando el arma heroica de ciencia enardecida.  
las mentes conquistando con ínclita altivez!

¡Qué bello es ser apóstol y dar a los hogares,  
esposas que son teas de fe, piedad y honor,  
o al claustro la primicia de castos luminares,  
que a Dios tan solo ofrecen su santo y puro amor!

¡Qué dulce es la alegría que fluye del pasado,  
cual íntimo mensaje de paz y bendición,  
que viene en andas suaves de incienso perfumado,  
trayendo a vuestros sueños feliz delectación.

¡Qué grato es el recuerdo, crepúsculo de gloria.  
que toca vuestra frente con alas de ilusión,  
cual numen que proclama pasajes de esa historia  
tejida con desvelos de un noble corazón!

Como ángel providente, las almas femeninas  
guardasteis con ternura, velando con fervor,  
cuidando de la Patria las flores matutinas  
que puso en vuestras manos un sino promisor

Pues sois maestra, apóstol, recuerdo y alegría,  
feliz realizadora de vuestra gran misión.  
Radiante como aurora que anuncia un nuevo día,  
brilló en vuestra existencia, profunda vocación.

Os dio su nombre y gracia la Virgen del Carmelo  
y el Sol agregar quiso su Luz y su esplendor,  
por eso es que a la cumbre fulgura vuestro anhelo,  
y el Astro omnipotente le ofrece su calor.

¿Qué importa si es avaro de glorias el destino,  
si vuestras mismas obras son bello galardón;  
si el alma hecha simiente quedó en vuestro camino  
ahora es la floresta que os rinde admiración?

¡Seguid vuestra marcha! No importa la fatiga,  
si al fin vais ascendiendo con paso triunfal.  
La dicha de los buenos al mundo no se liga  
porque es tesoro eterno y es premio celestial.

Cajamarca, 16 de mayo de 1945

La misma poeta Irene Pereyra, en las Bodas de Oro  
Magisteriales de la educadora, le dedicó otro poema:

Pasaron cincuenta años y el tiempo en su avanzada  
colmó de tus anhelos el cáliz bienhechor.  
Pasaron cincuenta años y, al fin de la jornada,  
¡qué espléndida cosecha presentas al Señor!

Tus caros ideales por fin se han consagrado  
trocando en realidades tu empeño triunfador.  
Pensaste como buena y el cielo te ha pagado,  
quisiste como humana y el mundo te da honor.

Con invariable ahínco nutriste los viveros  
en el vergel mimado propicio a tu misión  
y, en búcaros alados de aromas mensajeros,  
hoy ante ti se inclinan rindiéndote loor.

A ti de cinco décadas, en vuelo de añoranza  
vendrá, cual eco plácido, de tu descanso en pos,  
el grato soliloquio de angélica bonanza  
y paz de la conciencia que es paz del mismo Dios.

Cortaste el paso informe letal de la ignorancia.  
Alzó por ti Minerva su lábaro triunfal,  
rasgó las densas sombras tu celo sin jactancia  
porque tu diestra invicta condujo áureo fanal.

Llegaste ya a la meta de un gran apostolado...  
¡Qué lindo es el paisaje! ¡Qué claro brilla el sol!  
¡Qué espléndida floresta se yergue en tu pasado!  
¡Qué límpidos celajes la tiñen de arrebol!

¡Mira qué hermosa fluye la fuente de tu historia!  
¡La Patria cuál bendice tu fe y abnegación!  
¡Cómo enaltece el cielo tu obra meritoria  
y cuál te ofrece un pueblo su aplauso y galardón!

Por eso, en el consorcio de aqueste magno día  
modula el sentimiento su arpegio de cristal  
y un íntimo concierto de lírica armonía  
caldea en todo pecho suntuoso festival.

Tú siempre serás vínculo, serás ejemplo y lema

que inspires en las aulas y en nuestra Institución.  
Por la niñez luchaste con ansiedad suprema  
y a ella íntegros diste cerebro y corazón.

Cabe denunciar, sí, y públicamente, la desidia e indiferencia de las autoridades educativas y del gobierno local, al no haber custodiado la hermosa placa de bronce y retrato de la insigne educadora, colocados por los exalumnos en ceremonia de Homenaje Póstumo, en la pared interior y Dirección respectivamente de la Escuela Fiscal N° 82013 que llevó su nombre y que estaba ubicado en el Jr. Silva Santisteban N° 251, pero al transcurrir los años, por esos afanes politiqueros y burocráticos desapareció esta escuelita o fue fusionada con otra. Lo cierto es que nadie da razón en las instancias respectivas, como tampoco dan razón de la no existencia de la placa labrada en piedra y colocada en una calle de *Fonavi I*, que también llevó el nombre.

Honrar a los maestros es solazar el espíritu de un pueblo con el soplo de la intelectualidad y del saber pedagógico. La maestra Carmen Luz Requejo Oblitas perfumó la sensibilidad cajamarquina con su amistad, enrumbó la pedagogía al servicio de sus alumnas y fructificó sus logros en el civitas de la convivencia ética y democrática de su pueblo.

Pasan los almanaques, transcurren las circunstancias de la cotidianidad de los hombres, pero queda la memoria etiquetada de ejemplo y de proyección de maestras como la señorita Carmen Luz Requejo Oblitas.

¡Loor a su magisterio y prosapia en la profundidad y eternidad de su memoria!

Esta ejemplar educadora, n el último cuarto del siglo XIX nació en el Distrito Tacabamba, Provincia Chota, Departamento Cajamarca, Carmen Luz Requejo Oblitas, en una familia terrateniente. Su vocación docente la convertiría en baluarte que sobresalió no solo en Cajamarca

sino en todo el norte y nororiente de Perú. A ella va en esta antología mi homenaje de gratitud, gracias a la señora Rita Goicochea Mercado de Castañeda, por facilitar la información necesaria de ese personaje y de su obra educativa en el Liceo Nuestra Señora del Carmen, que creó y dio excelente servicio educativo por más de medio siglo. Hizo todos sus estudios en Cajamarca, bajo la orientación de la Orden Franciscana; después asumió por varios años la administración de la revista “Florecillas de San Antonio”. En cuanto concluyó sus estudios de maestra empezó a ejercer su magisterio, decidiendo crear su Liceo para señoritas. Las hermanas menores de la Carmen Luz, conforme terminaban sus estudios en el Liceo, se convirtieron en sus colaboradoras; después, en 1923, dejó la Dirección e ingresó a formar parte del personal en una escuela pública y allí cumplió más de 50 años de labor pedagógica.

En 1965 el Supremo Gobierno concedió a la señorita Carmen Luz las Palmas Magisteriales en el grado de Caballero y con ese motivo se le hizo objeto de una grandiosa manifestación pública de simpatía y afecto.

La educadora murió en Cajamarca, el 26 de junio de 1967.

Gracias también al apoyo de otras personas como Luis Jäequer Requejo, Laurita Requejo y Elsa Vásquez Pereyra, lo mismo que al historiador Julio Gutiérrez Sarmiento y al coleccionista Tristán Ravines.

En el libro *Una Centuria de Logros y desafíos - La Educación en Cajamarca: Siglo XX*, de Julio Gutiérrez Sarmiento.

Su sobrino Luis Antonio Jäeger Requejo hace notar que el prestigio del Liceo fue ganado por cultivar valores morales, éticos, religiosos y educativos; tratando siempre de resaltar el papel tan importante que la mujer ocupa en nuestra sociedad. En un medio donde solamente se privilegiaba la educación masculina, tuvo el empeño de

presentar una propuesta innovadora para su época, con el espíritu de aportar lo más valioso para Cajamarca.

Su sobrina nieta Maritza Silva Santisteban Requejo de Arce Larreta agradeció por escrito a la autora de este contenido por su gesto de incluirlo en la antología de la *Asociación Cajamarca, Identidad y Cultura*. Resalta con ternura el trato que le daban de “tía mamá”, por haber sido madre y tía de su mamá Socorro y sus hermanos. Lamenta que se haya cambiado el nombre de esa célebre educadora a la calle con que se la designó como reconocimiento, no sólo por la ignorancia de quienes solicitarían eso sino por las malas autoridades que lo permitieron, por ser ofensa para las personalidades que sirvieron a Cajamarca.

Laura Estefanía Requejo Zevallos ratifica que nuestra homenajeadada adoptó a su sobrina Lalita desde que tenía un año de edad, demostrando con amor ejemplar que su misión maternal fue sobresaliente.

Hermila F. Torres, ex alumna del Liceo, menciona a algunas importantes mujeres que allí estudiaron: Eudomila Delgado, María Estela Arroyo, las hermanas Celia, Hermelinda, Austregilda y Virginia Requejo, Irene Silva de Santolalla (primera Senadora elegida al Congreso del Perú y consagrada como "Mujer de las Américas"), Fabiola Hurtado (graduada con honores en la Universidad de San Marcos), Delia María Gallardo (educadora, escritora y poetisa), entre otras brillantes mujeres. Entre las profesoras recuerda a las hermanas Bartra, afirmando que esta institución fue un centro educacional modelo, por su amplia y esmerada educación y sólida formación espiritual; el internado era admirado por su magnífica organización.

También hace notar la gran celebración de las Bodas de Plata (1923) y las Bodas de Oro (1948) del Liceo.

En el libro *Una centuria de logros y desafíos - La Educación en Cajamarca Siglo XX*, de Julio Sarmiento Gutiérrez, aparece la breve historia del Liceo *Nuestra Señora del Carmen*, inaugurado el 12 de enero de 1889 bajo

la dirección de su fundadora Carmen Luz Requejo Oblitas y como subdirectora Matilde del Carmen Becerra, con la autorización del Alcalde José María Arana y el Inspector de Instrucción, Antonio Mota.

*Inició sus labores académicas con 50 alumnas; número que se incrementó, en años posteriores, consecuencia del prestigio que cobró este plantel debido a las óptimas condiciones pedagógicas y a las innegables facilidades que brindaba el local, llegando a albergar a 150 alumnas y 30 internas.*

*Se adoptó el programa oficial, en el que se desarrollaron las asignaturas que integraban la Instrucción Primaria, divididas en aquel entonces en 1º, 2º y 3er grado.*

*La formación que se dio a las educandas fue óptima y muestra de ello son los comentarios que hacen los periódicos de la época sobre los resultados de los exámenes que rindieron las alumnas. En el “El Ferrocarril”*

*Del 13 de enero de 1907 se lee: “Exámenes. Los que actualmente se verifican en el ‘Colegio Nuestra Señora del Carmen’, dirigido por la excelente institutriz señorita Carmen Luz Requejo, están resultando brillantes. Dicho Colegio parece el mejor de este departamento y creemos que debía pensarse seriamente en convertirlo en centro escolar”.*

*En las evaluaciones de fin de año el jurado estaba conformado por docentes que el Inspector de Instrucción nombraba, pero también participaban algunas autoridades locales. Así, la dirección del Liceo invitó al subprefecto de Cajamarca.*

*Era un centro educativo privado, pero el Estado subvencionó, en 1920 y 1921, con 100 Libras peruanas, con el fin de mejorar el material escolar del plantel.*

*Vicente Uceda en su Monografía sobre Cajamarca (1935) hace mención a la planta física del establecimiento,*

*el cual estaba ubicado en el Jr. José Gálvez y que, “ha sido construido con las condiciones pedagógicas necesarias para colegio. Entre sus componentes se destaca el salón de actuaciones, extenso y elegante, las salas de dibujo, de música, de trabajo manual, las de estudio al aire libre y los cómodos salones de clase. Tiene además una hermosa capilla...”*

*Este plantel contaba, para el desarrollo enseñanza aprendizaje, con excelentes medios y materiales educativos y aulas especializadas. Tenía un Gabinete de Física y de Historia Natural, Cartas geográficas, cuadros de Historia Natural, de Física, del Sistema métrico, Historia Sagrada, Historia del Perú, Globos y Cuerpos geométricos. Contaba además con máquinas de coser Singer, máquinas de tejer medias y máquinas de tejer. El objetivo era facilitar el aprendizaje a los alumnos, orientándolos hacia la comprensión de las materias que estudiaban y de impedir, en lo posible, el memorismo.*

*En 1919, a iniciativa y a esfuerzos de la Srta. Carmen Luz Requejo, se instaló la sección de Instrucción Media anexa al plantel. El personal docente era del Colegio “San Ramón”, pero tuvo que suprimirse a los dos años de su funcionamiento, por carecer del valor oficial respectivo.*

*Con este plantel se inició en nuestra ciudad la coeducación y ahora, después de muchos años, existen referencias sobre la esmerada formación que recibieron los alumnos que pasaron por sus aulas y que constituyen una brillante generación”.*

Insertamos el discurso de Srta. Carmen Luz, en la clausura definitiva del Liceo, el 24 de diciembre de 1942:

Señores:

En mi larga carrera del Magisterio, 44 años, jamás sentí la emoción de una pena íntima, pena del alma, ruptura de las alas de mi amor de madre, como en esta ocasión.

Año tras año, en esta circunstancia, tan simpática, de

premiar el mérito de mis alumnas, sentí el orgullo de una madre que corona el esfuerzo de sus hijos, que, al fin de las labores anuales, díceles Adiós. Pero ese adiós perdía su melancolía, trocábase en renovada dicha, al escuchar nuevamente la cristalina voz de las niñas, su risa fresca, la luminosa irradiación de sus almas puras, y el empeño de seguir formando sus corazones y sus espíritus al comenzar un nuevo año escolar.

Pero el adiós de hoy no tiene la esperanza de convertirse en nueva dicha dentro de unos pocos meses; el adiós de hoy, el adiós es para siempre. Por eso, esta despedida la he escrito con pedazos de mi corazón y con lágrimas de mi alma.

Con esta humilde actuación queda clausurado el “Liceo del Carmen”, que la Providencia Divina me encomendó, que la sociedad cajamarquina apoyó con su constante aprecio y estímulo, y que, gracias a Dios, durante 44 años, absorbieron mi inteligencia, mi cariño, mis esfuerzos, mi vida toda. Todas mis mejores energías, todas las ternuras de mi juventud las vacié sin regateos ni medida, en la enseñanza, en bien de mis alumnas, que fue para mí un ideal querido, una misión sagrada, un amor exclusivo de todo mi ser, porque en este plantel, durante 44 años, con muchas generaciones de Cajamarca, cultivé el bendito amor a nuestra Patria, el divino y el eterno amor a Dios.

En este momento de mi despedida, que tiene la voz apagada de un sollozo y la tristeza de algo que se sepulta, tengo para honra mía al Exmo. y Rvdo. Sr. Obispo, representante de Dios, y al muy ilustre Sr. Prefecto representante de la Patria; y ante Dios y la Patria, deposito los despojos de una vida marchita en el trabajo, y de mi Colegio, que hoy en adelante solamente conservaré el dulce recuerdo de 43 años, once meses, felicísimos, gloriosísimos para mí, porque en ellos mi único anhelo, mis únicas venturas fueron educar a las niñas y hacerlas dignas de Dios y de la Patria.

A esos homenajes, contestó con este discurso:

*Señor Prefecto, señor Alcalde, señores, señoras y señoritas ex alumnas:*

*Si hay emociones inexplicables, la presente es la mayor de ellas. Habéis venido a dar el parabién a la amiga que, cual árbol despojado de su verde lozanía, de sus ramas robustas, de sus flores fragantes y de sus frutos deliciosos, ya no hace sino mirar, como esos sauces llorones, la tierra que los sostiene.*

*Habéis venido, benditas mil veces, almas nobilísimas a celebrar una fecha gloriosísima en sí: toda una larga vida consagrada a la altísima y sagrada misión del magisterio. Gloriosísima en sí, he dicho, pero con relación a mi persona, solo tiene la gloria que vuestra magnanimidad quiere darle.*

*Ved pues, si la emoción que me estáis dando es de una magnitud increíble. Otras emociones muy grandes y muy gratas acabo de recibir con las bellas frases de afecto de la señora Avelina de Guerra García, del Comité organizador de esta fiesta, y de la señora Irene Silva de Santolalla, quien me ha traído el dulce mensaje de mis queridas ex alumnas que residen en la capital.*

*Este acto abrumador para mí, esta gloria, de la que me reconozco indigna, y esta demostración de afecto y gratitud que me hacéis, hablan muy de alto la nobleza de vuestras almas y de los bellos sentimientos que las adornan.*

*Ahora, construyendo con alegría y con lágrimas la historia encerrada en los 50 años de magisterio, ¡oh que descubrimientos los que he hecho en mi vida! Por una parte, ¿por qué no confesarlo? mis deseos inmensos, superando en grandeza, eclipsando en hermosura, brillando con deslumbrante esplendor, dejando siempre pequeña a la cotidiana realidad de la obra ejecutada.*

*El ideal en mi magisterio ha sido siempre, y ello es timbre de mi más íntima dicha hacer de cada una de mis alumnas una conjunción sublime de inteligencia, de*

*corazón, de sentimientos y de espiritualidad religiosa.*

*Y todo para la eternidad. Porque lo que ha de morir un día no vale la pena de trabajar con afán por conseguirlo.*

*Y todo por la Patria; porque lo que no tiende a dignificarla no merece el esfuerzo ni el sacrificio que imponen las grandes conquistas humanas.*

*Y todo por Cajamarca. Por Cajamarca, el constante, el inmortal cariño de mi alma.*

*¡Oh, quién me hubiera dado un poder tan grande como para convertir a Cajamarca en la patria del arte, de la belleza, de la ciencia, de la moral y del Evangelio de Jesucristo!*

*Quién me diera el hacer de la Mujer cajamarquina, aun ahora que ya estoy casi al margen de toda influencia en ella, la síntesis de todas las mujeres sabias, santas, hermosas y heroicas de la humanidad.*

*En 50 años, teniendo mi alma abierta a todas las inquietudes de la juventud y a los encantos de la niñez, cuanto he gozado con sus trinos más suaves y dulces que los de las más canoras avecillas, y con sus gritos de alegría, sus manifestaciones de cariño, sus cantos de amor puro.*

*Cuanto perfume de inocencia y de vida angelical se exhalaba como un efluvio del cielo de sus angelicales corazones.*

*Qué torrente de optimismo, de bellas ilusiones, de áureas de esperanza, de generosos propósitos, irradiaban las almas de mis inolvidables e inolvidadas discípulas.*

*Todo ello, mundo de dichas y de indescriptibles alegrías, disipaba muy pronto las nubes de zozobras y de amarguras que ordinariamente suelen obscurecer el cielo del hogar de la formación intelectual que es el colegio.*

*Y también, qué días tan sombríos, tan tristes y desgarradores cuando la muerte hería al Colegio, truncando con impiadosa mano alguna flor primaveral.*

*El árbol de mi vida, como les decía al principio, almas generosísimas que me estáis abrumando con este*

*homenaje, sin savia, ni hermosura, sin flores ni frutos propios, ostenta con orgullo, la riqueza inmortal del cariño de todas las generaciones que a su sombra semisecular se han cobijado.*

*Recuerdos gratísimos, perennizados por la persistencia del recuerdo, por la inyección constante de vida que le pone el cariño, afecto sincero que habla a mi alma con una ternura embriagadora y cae sobre mi corazón, para alentarlo, como el rocío matinal cae sobre las mustias plantas para darles frescor y lozanía.*

*Cuando me visita la tristeza, y es una visita muy frecuente, no hago sino cerrar los ojos a la amarga realidad circundante, y dirigir la mirada del alma a los amados recuerdos, innumerables son ellos, de muchas generaciones que dieron lustre, esplendor y gloria a mi Colegio.*

*Recuerdos que vierten lágrimas de sangre, también los hay en el santuario de mi alma: las muertas amadísimas, las que, yéndose a la eternidad, lleváronse consigo pedazos del corazón y girones del alma. Pero sus tumbas cubiertas de flores que jamás ha marchitado el olvido, están bien conservadas, bien cuidadas y con frecuencia oyen la plegaria cristiana: dormid en paz hasta el día de la resurrección.*

*Ya veis, sí, con vuestra actitud nobilísima de festejar los 50 años de mi vida de maestra, habéis conmovido muy hondamente, pero con el consuelo cristiano, el corazón de vuestra maestra y amiga amantísima.*

*En el descanso de la inevitable y desconsoladora curva de la existencia, llevo como un trofeo de gloria este elocuentísimo testimonio de vuestro afecto. Este simbólico y hermoso álbum, esta valiosa tarjeta que os dignáis obsequiarme los guardaré con la ternura que merece el cariño y gratitud de vuestras almas nobles y generosas.*

*Muy grande ha sido la recompensa, que aún en esta vida, he recibido de Dios: vuestro reconocimiento y vuestro cariño.*

*Grande es también el consuelo que me queda de haber*

*puesto mis esfuerzos, con sinceridad y maternal afecto, al servicio de Cajamarca, que tan comprensiva, nobilísima e hidalga ha sido siempre para conmigo y del Perú, por quien pido a Nuestro Señor, le conceda siempre maestros que labren su grandeza espiritual para gloria de todos.*

*El anciano Simeón, el favorecido con la revelación de que el Niño que tenía en sus brazos era el verdadero Dios, el Mesías a Israel prometido, entonó su canto de despedida de la tierra diciendo: Ahora, Señor, lleva a tu siervo en paz, porque han visto mis ojos al Salvador. Así también yo quiero despedirme de la vida con el himno de gratitud a Dios porque me ha concedido la gracia de ver recompensada mi modesta labor de 50 años, con esta manifestación brillantísima, espontánea y cordial.*

Carmen Luz Requejo, Cajamarca, enero 1948

Los días 16 y 17 de julio de 1985 se rindió homenaje póstumo a la educadora, con presencia de exalumnas de Lima y Cajamarca. El programa fue trascendente y de mucho impacto. Se develó una placa de bronce en la escuela y un retrato de la Srta. Carmen Luz. A una calle de la Urbanización Fonavi I se le asignó su nombre.

Constituyó referente importante de gratitud un álbum de recuerdos, obra de las exalumnas, obsequiado en 1927. Guarda en sus páginas sentidas y muy elocuentes apreciaciones sobre la personalidad y obra de la ilustre educadora, estampadas por profesoras, padres de familia, ex alumnos y personalidades del ámbito cultural, literario, artístico y religioso; entre los más importantes destaca del pintor Camilo Blas, la poeta María Negrón Ugarte, el poeta J. Sánchez Tirado, Luis E. Cadena y Almeida, José B. de Manzanedo, Ygnacio García Zavaleta, Angélica Palma, Elvira Castro Mendívil, María Eugenia Mata, María Elena Mata, Evangelina Mata de Dupont, Pelayo Puga, E. González del Real, Fr. Tarsicio Mori, G. Sáenz Zumarán, Jesús Antonieta Vásquez T., Elvira G, de Vivas Serra, José

Vivas Serra, Elvira del Pilar Vivas S., Sor María Tornos, M.D., Dr. Maradiegue, Susana Pereyra de Yncháustegui, Yrene Silva de Santolalalla, Lola Valdez, Padre Antonio Maestre, padre guardián C. San Francisco





**Daleska Marazo Cama**  
PERÚ



De Tacna. Estudió desde Inicial a Secundaria en la I.E. Francisco Antonio de Zela. Ingeniería Electrónica en la Universidad Privada de Tacna. Actualmente es parte del Proyecto de Producción Intelectual que se ejecuta a través del Punto de Cultura "Centro Cultural Sagitario", cuyo fundador es el poeta, periodista y gestor cultural Roberto Pino Choqueapaza.

Pequeña alma  
de cuatro patas,  
de amor incondicional  
¡Vive más tiempo...  
te lo suplico!

**Dalia Raquel Cohaila**  
**Alanoca**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 15 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", 4° Grado J, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

### AMOR INCONDICIONAL

Me  
enseñaste con sacrificio,  
estuviste  
siempre conmigo,  
sin quejas.  
Pedía ayuda y corrías,  
porque me amas incondicionalmente,  
¡Te esforzaste  
para que llegue a ser la mejor!

**Daniel de Cullá**  
ESPAÑA



Castellano aragonés. Poeta, escritor, pintor y fotógrafo. Miembro de organizaciones literarias y artísticas, incluyendo espectáculos, música y teatro. Tiene muchos libros publicados. Empresario en el campo editorial. Ha expuesto en colectivas de pintura.

## GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA

Desde mi edad, ya mayorcito, mi gratitud y amor a la Vida fueron y son un proyecto con el Mundo cabalgando en la Literatura.

Mis padres, a los que debo el haber nacido por casualidad y sin mi consentimiento, me trajeron en Vallelado, un pueblecito en la provincia de Segovia, cerca de Cuéllar, camino hacia Madrid, pues podría haber nacido en el Alto de los Leones, paso de montaña de Guadarrama que comunica la provincia de Segovia con la Comunidad de Madrid.

Venero a mis padres que ya están muertos. Ellos alimentaron mis ganas de comer y de crecer y, ya de jovencito, me dieron a probar vino y moscatel. Me cuidaron a mimo; me educaron; me quisieron hacer “un hombre de provecho”, pero yo soñaba con la carrera del galgo. Como no eran muy pudientes, me enviaron al Seminario Conciliar de Segovia y, más tarde, al de Madrid, donde allí me enseñaron latín y griego.

Después abandoné los estudios de clerecía, trabajando, ya en la calle, duro y sufriendo. Más tarde, después de recorrer mundo, y ver que en ninguna parte se atan los perros con longanizas, aprobé unas oposiciones para Chupatintas en la Administración local.



Seminario Conciliar de Segovia



Seminario Conciliar de Madrid

Después abandoné los estudios de clerecía, trabajando, ya en la calle, duro y sufriendo. Más tarde, después de recorrer mundo, y ver que en ninguna parte se atan los perros con longanizas, aprobé unas oposiciones para Chupatintas en la Administración local.

En Madrid, después de haberme enamorado perdidamente de una bella y hermosa mujer de la Ribera del

Duero, me vine tras ella y, en Burgos capital, llevándome a su Catedral, en la capilla del Cristo me hizo prometerle amor eterno, ante invitados de alto copete.



Capilla del Cristo en la Catedral de Burgos

La celebración y fiesta del casamiento mi suegro y yo tuvimos un pequeño rifirrafe por culpa de los dineros del gasto, casi cumpliendo aquella sentencia que dice: “De tales bodas, tales tortas”, pues casi llegamos a las manos; aunque no llegó la sangre al río y bien bailamos todos.

Después, pasando muchas lunas de miel con buenos y malos ratos, tuvimos, bueno, ella tuvo, una hija preciosa, que bautizamos en la misma capilla del Cristo.

**Elías Antonio Almada**  
ARGENTINA



De Concepción del Uruguay, Entre Ríos.  
Escritor, poeta, investigador. Sus obras integran muchas antologías internacionales. Está integrado a instituciones de poetas y escritores de alcance multinacional. Ha recibido diversos premios y reconocimientos de gran prestigio.  
[almada-22@hotmail.com](mailto:almada-22@hotmail.com)  
[Personitascooperadora@hotmail.com.ar](mailto:Personitascooperadora@hotmail.com.ar)  
[pelusa622@outlook.es](mailto:pelusa622@outlook.es)

Gratitud y amor en mi vida

PEREGRINANDO EN MIS LETRAS

En la soledad de mis noches  
tu presencia me acompaña  
y aunque parezcas ausente  
eres parte de mis letras.

Esa brisa suave  
se siente como una caricia  
y si necesito una voz que me aliente  
de las estrellas baja la tuya.

Eres tiempo presente  
perdonando mi pasado  
vienes a mi indulgente  
cuando me sientes arrepentido

Literato de mi pensamiento

inspirando mis poemas  
desde un cielo de papiro  
eres guía de mi pluma.

Sí, ante ti me reclino  
rindiendo mi humanidad  
y sin pensar en mi orgullo  
expreso mi humildad.

Por ti soy lo que soy  
escribiendo sencillas poesías  
y mi poco o mucho talento  
es por tu gracia divina.

Soldado de la paz  
esa misión me asignaste  
después de la guerra  
donde mi corazón probaste.

Y si hoy le escribo a la rosa  
al amor o la miseria del hombre  
tanto en versos como en prosa  
es porque tu querer es mi poder.

Peregrino en solitaria penitencia  
escribiendo en procesión creciente  
esperando en la madrugada  
tu llegada bendiciendo mi fe.

**Elisa Barth**  
ARGENTINA, SUIZA



De Eldorado, Misiones. Ha participado con sus obras en diversas antologías nacionales e internacionales, como: Mujeres y sus plumas III (Paraguay), Iluminados del amor, además de varias convocadas por el reconocido poeta y promotor chileno Alfred Asís. Fue invitada de honor de la Cancillería de Granada. Integra la Unión hispanoamericana de escritores y otras instituciones.  
[elisabarth@hotmail.com](mailto:elisabarth@hotmail.com)

## ACCIÓN DIDÁCTICA

Ya hacen 57 años, tenía tan solo seis añitos de edad. Además, era una niñita muy tímida, pero con la suerte de cruzarme con mi primera maestra de grado, una pedagoga a quien jamás podré olvidar.

Mi maestra en una escuelita de colonia, junto a su gran sensibilidad humana, comprometida con sus retos y sus exigencias para motivar a sus alumnos a interesarse en adquirir conocimientos.

Con su conjunto de saberes interactuaba con métodos y técnicas, bajo un clima afectivo para conocer a su alumnado. Luego sabía llegar a sus intereses, utilizar la mejor estrategia y estimular su creatividad para guiar, conducir con su único objetivo, educar, enseñar a pensar. Siempre orientada a la acción en el medio que se encontraba, usando las letras, formando sílabas, jugando con los números, con los signos + y -.

Sabía guiarnos para aprender a leer, a interpretar los versos simples para comenzar andar, crecer...

Unidos en el diálogo conseguía envolvernos con sus sentidos, como colibrí en vuelo danzante, nada más que en el paraíso de las letras para llegar al entendimiento, al conocimiento...

En los recreos, mientras jugábamos, ella seguía explorando, así iba descubriendo en cada niño su creatividad. En el medio que se encontraba aplicaba su técnica disciplinaria.

Paso a paso, explicando ponía en acción su didáctica en el jardín de las letras y los signos matemáticos.

Mientras los alumnos, como almas pensantes con el lápiz entre los dedos, seguían en el viaje del entendimiento, llegando a sus senderos potenciales logrando el máximo protagonismo y rendimiento al aprender a descubrir, a razonar...

Maestra, siempre vivirás con tu esencia de grandeza, valiosa para la actividad educativa, registrada en la memoria de tus alumnos.



**Elizabeth Guadalupe Zúñiga  
Montoya**  
MÉXICO



De Querétaro. Alumna de la Preparatoria en el Instituto Vasco.

[elizabethzuniga2@hotmail.com](mailto:elizabethzuniga2@hotmail.com)

### EL AMOR ES TODO

El amor es todo: somos tú, yo y esas risas espontáneas, esos momentos que son secretos y que solo tú y yo sabemos; es cada risa, cada momento; somos ambos, sosteniendo nuestras manos, ayudándonos a pesar de ser completos desconocidos, encontrándonos a pesar de estar perdidos, dándonos la mano cuando no encontramos el camino e incluso brindándonos el paraíso por nosotros mismos. No se necesita a alguien más para saber que estás en él, incluso aunque estés solo llevas el paraíso contigo. Sé feliz porque la vida es la manera más hermosa de amar. Ama la vida y con ella aprenderás a amar lo demás.

"Yo fui a los bosques porque deseaba vivir en meditación, vivir profundamente y extraer el tuétano de la vida, a ver si podía aprender lo que enseña y no descubrir en el umbral de la muerte que no había vivido."

**Elsa María Rojas, *Marel***  
ARGENTINA



Nació en Henderson, Buenos Aires. Bachiller Contable. Integró grupos de teatro. Escribe desde 2013. Ha ganado varios premios.

Publicó su primer libro el año 2016. Sus obras integran varias antologías internacionales. Participa con éxito en eventos nacionales e internacionales.

[elsamrojas54@gmail.com](mailto:elsamrojas54@gmail.com)

## LA GRATITUD

La gratitud es un sentimiento de reconocimiento que cambia nuestra vida, y si la acompañamos con amor, fidelidad y amistad, nos sentiremos positivos y también felices.

Poner en práctica la gratitud es darnos cuenta y valorar lo que tenemos.

No me resigno, agradezco, identifico y acepto las limitaciones que tengo.

La gratitud está acompañada por la humildad.

Es simple comenzar a practicarla, con una sonrisa, un gracias a diario, bastarán para comenzar a cambiar mi entorno.

Hacer el día a día llevadero a alguien es una plena manifestación de mi gratitud para con la vida, muestra mi riqueza interior transformada en amor al prójimo. De aquí nace la solidaridad; no la confundamos con la caridad.

Es bueno y saludable despertar cada mañana dando gracias a Dios, por tener un nuevo día y con tantas oportunidades.

**Flor Teresa Rodríguez  
Peña**  
CUBA



De Holguín. Licenciada en Derecho.  
Especialista de Recursos Humanos. Integra  
asociaciones profesionales y culturales.

Ha publicado en el Nostre Club de Barcelona, España. Ha  
ganado diversos premios literarios y reconocimientos  
internacionales.

[florteresa64@nauta.cu](mailto:florteresa64@nauta.cu)

### YO QUERÍA DECIRTE...

Yo quería decirte que no tengas temor en aflorar en  
tus labios sinceras disculpas o agradecimientos como...  
Perdóname, ¡Cuánto lo siento!, Gracias a ti..., pero no se  
dicen porque, infelizmente, casi nunca decimos todo lo que  
queremos. ¡Y cuánto hablamos! ¡Hasta con el síndrome del  
pájaro de mal agüero!

Quería decirte, a veces no nos damos cuenta de lo que  
realmente sentimos, porque espiritualmente los seres  
humanos somos de colores matizados, pues en ocasiones  
sintiendo amor nos invade el rencor.

Que de sinsabores estamos llenos porque el indulto  
nos cuesta dar y, sin embargo, decimos tan fácil ¡Nunca te  
voy a olvidar!, ¡Cuánto te quiero! ¡Siempre te voy amar!

Quería decirte que debemos tener cuidado... porque  
si nos revisamos no nos encontramos de tanta mentira que  
decimos ¡y con los apellidos que les adjuntamos!; que si  
mentiras piadosas, que si mentiras ingenuas, que si fueron  
mentiras protectoras... ¡Que Dios nos proteja y que el valor  
nos alcance para despojarnos de ellas!

Repetimos hasta el cansancio que todos vamos a la misma sepultura; pero recuerda que no todos estamos hechos del mismo material ni cosidos con la misma costura. ¡Ah, y que vale mucho marcharse sin deudas ni pesares!

Por eso quiero ofrecerte lo que he encontrado en mí y, sin pretender ser latosa..., mi diferencia, mi gracia, mi verdad no muy rebuscada, lo que me hace sentir dichosa y de la vida enamorada.

### GRACIAS A TI

Surges entre las miradas,  
creces en las pasiones y te afianzas con el cariño,  
eres cimiento en las moradas y compañía en la soledad.  
Sin ti no hay nada... sólo obras sin fulgor;  
todo sería vano sin ti.

Eres impulsor de los sueños,  
yaces en la inspiración del poeta  
y eres tú quien el llanto alivia.

Eres sencillo como tu nombre,  
a veces confuso en el sentir.

Floresces ante el perdón y la paz de la vida,  
provocas una sonrisa, una carta, una canción...  
Induces un sacrificio,  
enalteces el verso que hagamos.

Gracias por cambiar todo lo que tocas,  
por quitarnos el temor.  
¡Gracias por existir en esas cuatro letras!  
Gracias a ti..., el Amor.

## GRATITUD, NOSTALGIA Y AMOR

He crecido como parte de ti...  
Estos versos te los debía,  
es hora de dar gracias porque vives en mí.

Mis costumbres, mi actuar, mi carácter,  
el aprecio por lo noble y lo sencillo  
fueron calcadas de tu noble andar,  
eres joya en mi bolsillo.  
Te dedicaste con afán a mi infancia  
...nunca he de olvidarlo,  
incidiste en los primeros pasos, que perduran  
ayudan a caminar.

Muchos te recuerdan con agrado  
pues les enseñaste a leer,  
eres elpreciado modelo de maestra,  
luz que me ilumina, paradigma  
la fuerza y la estima,  
... consejo personificado,  
la amorosa y paciente, Balbina.

**Gloria Elizabeth  
Rodríguez Albernaz**  
URUGUAY



Nació en villa Tambores, entre los Departamentos de Paysandú y Tacuarembó. Profesora de arte musical y compositora de canciones infantiles. Poeta y Escritora. Integra la Antología internacional “100 Poetas por la Paz”, promovida desde Córdoba, Argentina.  
[tupacyupanqui@live.com](mailto:tupacyupanqui@live.com)

## GRATITUD Y AMOR

Gratitud y Amor, dos palabras con gran diversidad de interpretación.

El primer regalo que recibimos es la vida, a través de nuestra madre, que nos lleva en su vientre. Un día debemos dejar esa “casita” y enfrentar la realidad de un mundo muy diferente. Al nacer recibimos ese regalo que es la vida. Por lo cual, mi agradecimiento es a Dios, por haberla elegido a ella para que hoy estuviera aquí, plasmando este pensamiento.

A pesar que he sufrido muchas veces en el correr de mis años, he comprendido que estoy acá para cumplir una misión. He sido discriminada, he sido odiada, he sido olvidada, entre tantas situaciones he sido golpeada en el amor profundo, pero ello no me quita las ganas de seguir. Dios me dio otra oportunidad de vivir: me habían diagnosticado una enfermedad por la cual tenía mis días contados. En diciembre próximo, harán 23 años de ese diagnóstico.

Muchas veces me pregunté: ¿Por qué el Señor me dio ese regalo de vivir nuevamente? Hoy lo he comprendido:

ver a mis hijos avanzar en la vida, a mis nietos y, sobre todo, transitar un camino que mi mente jamás había imaginado.

A pesar de tantos golpes recibidos, no me he detenido y puedo decir gracias, a Dios y a aquellos que me han apoyado. También agradezco a aquellos que nos ayudaron a que uno de mis hijos estudiara medicina en Cuba, apoyándonos de mil maneras para que él pudiera lograr su graduación, como así el darme la oportunidad de estar junto a él en su graduación. Por tal motivo, retribuyo en otros esa bendición de ayuda que recibimos, enseñando a mis nietos el valor de la palabra gratitud.

Agradecer a mis dos abuelas que siempre estuvieron cuando las necesité, aprendiendo de ellas a tomar las decisiones necesarias sin errar. Las llevo en el recuerdo a cada una de ellas, muchas veces usando sus frases y recordando sus consejos.

AMOR, esta palabra para mí es callada. No sé amar abiertamente, no sé demostrar a los demás el amor que guardo en mi corazón. Pienso que es debido a la falta de manifestación del mismo que viví en mi infancia. Tal vez me consideren fría, calculadora, pero no es así. Veo el dolor ajeno en rostros cansados, siento el dolor de sus cuerpos que transmiten al mío y me siento impotente de no poder contenerlos. Entonces, mi corazón llora por todos y por todo. Me siento tan pequeña al no poder ayudar como quisiera. Y me doy cuenta lo difícil que se me hace manifestar el amor a viva voz. Lo llevo guardado en mi corazón, esperando que llegue un día que lo pueda gritar al mundo.

**Guillermo Bazán  
Becerra**  
PERÚ



De Cajamarca. Fue docente de Secundaria y de la Universidad Nacional de Trujillo, en CC.SS.

Autor de varios libros. Presidente fundador de la Asociación “Cajamarca, Identidad y Cultura”. Ha publicado más de veinte libros, considerando los académicos y literarios.

[gmbazanbecerra@gmail.com](mailto:gmbazanbecerra@gmail.com)

### AGRADEZCAMOS A DIOS

La Asociación Cajamarca, Identidad y Cultura,  
busca siempre la blancura de lo que hay que entregar,  
lo bueno a regalar... para que todos crezcamos:  
de esta siembra cosechamos lo que nos hará mejores,  
trocar en paz los dolores, cambiar odio en armonía,  
la tristeza en alegría, el abandono en abrazo;  
un corazón, no un retazo... ¡Volver a la fe y a Dios,  
y que seamos más de dos que reconstruyan al mundo...!

Que desde lo más profundo nazcan flores que embellezcan,  
que todos los niños crezcan con el calor del estío,  
que no haya almas con frío por la indiferencia humana,  
que abramos la ventana... a que el Sol entre al rincón  
y que en nuestro corazón no hayan espinas con odio  
sino cantos con melodio, que lleguen hasta el altar...  
¡Debemos siempre alabar a Dios porque nos regala  
la ocasión de vestir gala... siendo parte de su grey!

Sabemos que Él es el Rey, y eso hay que agradecerlo,  
y al salvarnos... merecerlo, compensando en buenos actos,  
derrotando esos pactos que la tentación motiva.  
¡Seamos llama votiva! ¡Demos frutos positivos!

A nadie demos motivos de apartarse del sendero;  
pidamos perdón, primero; no juzguemos a los otros,  
porque son hermanos nuestros. Y en un sólido abrazo  
demos el siguiente paso... ¡para un mañana mejor!

## GRATITUD Y AMOR

"No pidas consejo a una mujer sobre su rival,  
ni a un cobarde sobre la guerra,  
ni a un comerciante sobre un negocio,  
ni a un comprador sobre una venta,  
ni a un envidioso sobre la gratitud,  
ni a un despiadado sobre un beneficio,  
ni a un perezoso sobre cualquier trabajo,  
ni al que trabaja por horas  
sobre la conclusión de una obra,  
ni a un servidor holgazán  
sobre un trabajo difícil:  
no cuentes con estos  
para ningún consejo."  
Eclesiástico 37. 11.

Todos debemos gratitud y fidelidad a Dios, por lo que nos ha concedido, pero la soberbia humana se resiste muchas veces a ello. La ingratitud es propia sólo de quienes se consideran adversarios o enemigos y ello ciega su corazón para reconocer el beneficio o los beneficios recibidos de alguien a quien no quieren reconocerle ese mérito; también puede ser simple dureza de corazón la que impide dar las gracias, como en ese caso de los diez enfermos curados por Jesús, de los cuales sólo uno retorna a agradecer, mientras los nueve restantes simplemente se olvidan, por ingratos y como símbolo de la rebeldía humana frente a la misericordia divina.

Quien practica la gratitud y el amor en su vida diaria, sin duda también da testimonio constante de justicia, piedad, fe, constancia, bondad, fidelidad, honestidad, obra

el bien espontáneamente, sin necesidad de ser coaccionado o sancionado por ningún precepto.

El amor ocupa la cúspide en la secuencia de aspectos y valores humanos (fe–virtud–conocimiento–templanza–perseverancia–piedad–espíritu fraternal), según la concepción bíblica, tal como lo dice Pedro: "...pongan todo el empeño posible en unir a la fe, la virtud; a la virtud, el conocimiento; al conocimiento, la templanza; a la templanza, la perseverancia; a la perseverancia, la piedad; a la piedad, el espíritu fraternal, y al espíritu fraternal, el amor." (Segunda Carta de San Pedro, 1. 5-7) Sin embargo, nadie puede negar que el amor es tomado con demasiada superficialidad, su concepto y su esencia son manipulados y deformados hasta hacerlo desaparecer, saltando a la garrocha esos siete niveles a partir de la fe, e ignorando de modo alarmante las tres áreas fundamentales del amor humano: *Figlia*, *Eros* y *Ágape*. ¿Cómo podríamos, pues, ser felices gracias al amor, si ignoramos todo ello y, consecuentemente, no lo practicamos?

Creo que allí radica, como explicación, por qué no tenemos en esta antología un gran número de participantes –no digamos sólo niños y jóvenes, sino adultos–, como en otros temas. Quizá una referencia puede hacernos entender lo que ocurre en la realidad alrededor del amor –o el tergiversado *amor, a la moda*–: a una jovencita (“soltera, que hace lo que quiera”) sus parejas se le *enfriaban* uno tras otro, afirmando que ella no tenía la culpa y que dependía de los hombres con quienes se relacionó. Ése era el problema o, al menos, eso creía. Su nueva aventura comenzó la noche anterior en una discoteca, al quedar impactada por su apariencia atlética, su talla alta, su soltura y estilo mundano. Claro, buscó el ligue por eso y no por estar enamorada; además no quería estar sin pareja porque la siguiente semana sería su cumpleaños, así que le hubiese servido lo mismo cualquier otro... y tenía que ganar tiempo. Así, pues, al salir de la *disco* se encaminaron a “hacer el amor”.

No pudo evitar, por supuesto, esa tendencia de compararlo con sus experiencias anteriores y mentalmente jugaba al morbo recordando en orden alfabético a sus anteriores “amores”. Alguna vez trataron de que entendiera que su búsqueda no daría resultados para conseguir la felicidad, ni siquiera la estabilidad, porque perdió su virginidad porque las de su grupo le exigieron, para que no se diferencie y quiso saber cómo era, saciando su curiosidad, aunque su amigo ocasional no tuvo ningún lazo afectivo con ella, pues estaba enamorado de otra. Jamás quiso aceptar que allí comenzó su tragedia, pero confiaba que con la constante práctica ya hallaría el secreto feliz de “hacer el amor”. Vale decir, si desconocemos del verdadero amor, es imposible cosechar sus frutos... porque ni siquiera se lo supo sembrar. Cosa muy similar es válida para el sector masculino... y para todas las edades. Por ello es que nuestro afán es ayudar a que todos abramos los ojos y reaccionemos en ese sentido, proyectando la acción positiva a nuestro entorno.

¿Por qué se ha dado en llamar al simple coito como si fuera la culminación física del amor? Sin duda los grupos o sectores interesados iniciaron esa desviación conceptual extrema y dentro de la ignorancia generalizada se sigue difundiendo. Pero el amor es más, muchísimo más.

En el orden moral estamos obligados a practicar el amor fraterno. La Primera Carta de San Juan (2.7, 10, 11; 4.7,8) nos invoca a que amemos a los hermanos, porque somos iguales ante Dios, que es amor, y debemos cumplir el mandamiento “nuevo” y “antiguo” a la vez, que es el del amor al prójimo.

Finalmente, las áreas, formas o niveles del amor humano –Eros, Philia y Ágape– deben ser conocidas por todos, desde la niñez inocente hasta la adultez aparentemente llena de experiencia... pero con indudables vacíos. Aquí una síntesis.

## FORMAS, ESTILOS O NIVELES DEL AMOR (\*)

*¿En realidad nos enamoramos de otra persona...  
o de la percepción que nos formamos de ella?*

El amor es un lazo espiritual y afectivo propio y exclusivo entre seres humanos y entre éstos y Dios, que nos mueve entre el éxtasis y el abismo. Cuando se trata entre hombre y mujer hay búsqueda, encuentro, expresiones de cariño y desencuentros, emociones controlables e incontrolables, juicios, pasiones, goce, dolor y sufrimiento, dependiendo de sus protagonistas y de las circunstancias que los influyen. Pero el amor no engloba sólo a las parejas que buscan procrear y proyectarse a través de los hijos, sino a todas las personas, por ello resulta válida la clasificación de la Grecia legendaria, después enriquecida por especialistas. Esas formas, facetas o niveles del amor hay que conocerlas, interiorizarlas y aprender a vivirlas, para no minimizar ni viciar el lazo.

Siendo el amor producto o fruto de nuestra dimensión humana (física, espiritual, sutil), todas las personas tienen la capacidad de sentirlo y expresarlo, de entenderlo y vivirlo, pero lo fundamental es no apegándose a una forma o un solo nivel: hay que desarrollarlos todos, porque de lo contrario queda incompleto, pobre, limitado y, lógicamente, fugaz e intrascendente, con lo que resulta fácil explicar o comprender las rupturas de las que deriva el odio, afán de venganza, hogares deshechos, hijos abandonados o manipulados por alguno de sus progenitores y sociedad en crisis.

Amar supone, necesariamente, evaluarnos para saber dónde radica nuestra riqueza para darnos y para recibir ese sentimiento, al mismo tiempo que evaluar a nuestros semejantes a quienes hemos convertido o queremos

convertir en objeto de amor y hasta qué grado, forma o nivel queremos llegar en lo positivo. Solo si hay armonía en esa relación habrá los resultados esperados, aunque eso no supone que haya siempre equilibrio o reciprocidad, según el tipo, forma o nivel del amor que se establezca. Eso sí, hay que amar de verdad, con razonada libertad, sin miedo de expresar nuestro sentimiento positivo y entregando lo mejor de nuestro mundo interior. Así entenderemos que el amor no es un lazo posible entre personas y animales, porque éstos sólo alcanzan el nivel instintivo y de afecto por costumbre, aunque haya quienes tratan de involucrarlos en el nivel humano, inventando deducciones o explicaciones sobre algunas de sus actitudes.

Quien no recibió amor en su niñez o no supo valorar el que le dieron, no aprendió a amar y no sabrá dar amor, limitándose a utilizar o explotar a quienes se le acerquen con gestos de cariño y entrega; siempre es y será agente disfuncional, siempre será infeliz, aunque trate de justificar ello culpando a los demás de su situación.

Hay que equilibrar los estilos, formas o niveles del amor, porque cuando se vivan las diferentes experiencias de la relación será una de esas expresiones la protagonista, evitando que aparezca el cansancio o el desengaño, con la consiguiente ruptura. Solo el equilibrio que pongamos en las formas, estilos o niveles del amor nos permitirá amar de verdad, en libertad, sin miedo y hacer de la experiencia amorosa un auténtico y real amor, en el que recuperemos esa capacidad genuina y completa de amar que está en cada uno de nosotros. No olvidemos que el amor incondicional hacia la humanidad tiene que empezar por el que sentimos por nosotros mismos; quien no tiene amor por sí, no puede dar amor a nadie más.

El Ser y Ejemplo Supremo del amor es Dios, pero en este caso debemos identificarlo con mayúscula, Amor, porque es el máximo en su perfección. Nadie podría igualar ese nivel, aunque sí imitarlo dentro de la limitación humana.

El buen amor se transforma en gratitud, alegría, confianza, fidelidad, generosidad y así encamina sanamente a la felicidad, a la admiración mutua, a compartir ideales y valores.

El amor es algo complejo de analizar y estudiar, a pesar que en ese afán han estado psicólogos, filósofos, teólogos, poetas, artistas y estudiosos de todo tipo, hasta los dedicados a la mitología. Hay tantas explicaciones como variaciones en el amor, desde aquellas personas que buscan al semejante hasta quienes buscan la diferencia o, lo raro, hasta la oposición.

Hay un refrán aplicable a las decisiones que toman hombres o mujeres para aceptar a quien busca su afecto: “El amor y el interés salieron al campo un día, y más pudo el interés que el amor con su porfía”. Allí se esconde la explicación por qué alguien termina aceptando a lo que le parece mejor para el futuro... y no al verdadero amor madurado. Tarde se da cuenta, claro, que su decisión no fue la apropiada y terminó abriendo la puerta a quien no convenía. Quien ama de verdad (porque también se ama) trata de conseguir la aceptación, pero de no encontrarla... simplemente sigue su camino pues de no hacerlo así terminaría siendo humillada-o.

El amor es esa misteriosa fuerza que nos mueve entre el éxtasis y el abismo. Hombres y mujeres nos buscamos, nos encontramos, nos amamos y nos desencontramos en una danza incansable de emociones, sentimientos, juicios y pasiones, con toda su luz o sus tinieblas, sus goces o su dolor y sufrimiento.

No hay un amor mejor o superior al otro... Todos tienen que ver con nuestra condición y calidad de “ser humanos”. Todos estamos llamados a vivir las expresiones profundas del ser. Si nos apegamos a una forma o nivel del amor y no desarrollamos las otras, la experiencia amorosa se empobrece y limitamos nuestra condición.

El amor influye de muchas maneras en nuestra vida,

de él y por él se derivan causas y efectos en la existencia personal y grupal, familiar y social; por eso es indispensable conocerlo a fondo, no limitándolo a la pareja sino a la familia, a los amigos, a los desconocidos, y por supuesto con relación a Dios, si creemos en Él.

Revisemos, por lo menos, cómo están el eros, filia y ágape en nosotros. Evaluemos cómo los hemos vivido, cómo los vivimos o cómo queremos vivirlos. Entendamos cuál nos cuesta más, cuál es exagerado o pobre... Descubramos con franqueza si a esos niveles o campos del amor le aplicamos distorsiones o si solo nos guiamos de ilusiones y, acaso, usamos máscaras para conseguir afecto.

Para amar con toda nuestra “humanidad”, tenemos que mirarnos y saber cuáles son nuestras debilidades o cargas negativas. Solamente el equilibrio que procuremos, dentro de nosotros, el eros-filia-ágape nos permitirá amar de verdad, en libertad, sin miedo y hacer de la experiencia amorosa ese “cielo” en el cual tendremos esa capacidad genuina y completa de amar.

Particularmente, me permito ubicar a los tipos o formas del amor en niveles, graficándolo en una pirámide que refleja el porcentaje en cantidad y calidad en que la humanidad lo vive:

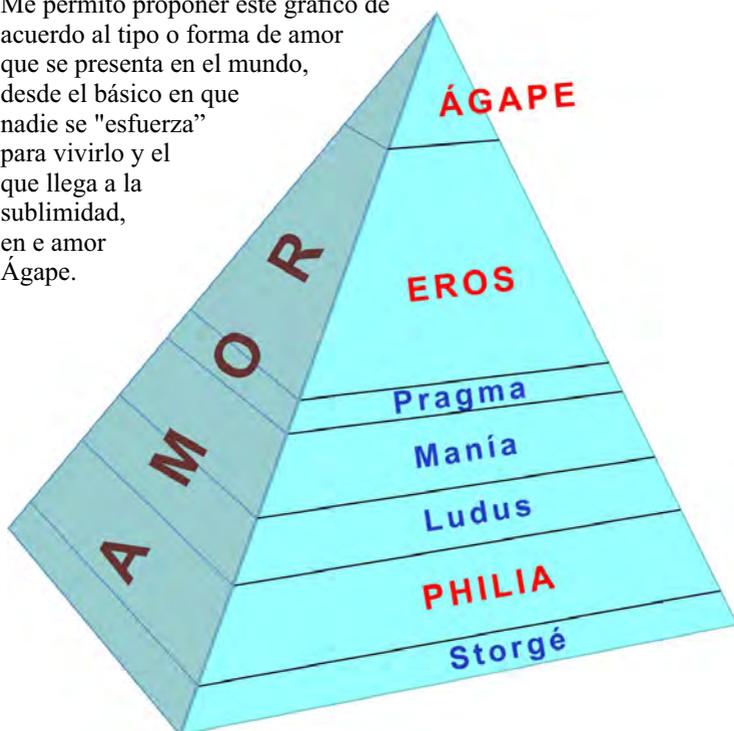
**1. Storgé**, es el amor natural entre parientes. Este amor puede ser supeditado a otros intereses o ambiciones y por ello se producen abortos, exclusiones, abusos y crímenes, a pesar de los lazos consanguíneos. Algunos psicólogos señalan que este término también abarca al afecto entre amigos o compañeros, en cuyo caso busca el compromiso y se desarrolla lentamente sobre la base del cariño o interés común.

Es el afecto que impulsa a conocer y luego, ya conociéndolo, amar a alguien. Es el amor familiar. Este amor implica compromiso. Puede abarcar a los amigos íntimos que compartieron por muchos años y se

consideran casi hermanos. Implica mutuo cuidado, respeto, fidelidad, protección y proyección en el tiempo.

2. **PHILIA**, es el afecto cuyo lazo es perseguir un mismo objetivo, es el afecto entre amigos, compañeros de batalla o de encarcelamiento, que algunos lo amplían en el sentido de amistad por el saber o deseo de aprender. Para existir y desarrollarse, el amor philia exige reciprocidad, respeto, lealtad, gentileza, cooperación, solidaridad, hermandad. Se va cultivando a pasos, lentamente. Cuando una parte falla o traiciona, simplemente se rompe y no hay grandes consecuencias entre sus protagonistas, que rehacen sus relaciones de amistad en otros objetivos.

Me permito proponer este gráfico de acuerdo al tipo o forma de amor que se presenta en el mundo, desde el básico en que nadie se "esfuerza" para vivirlo y el que llega a la sublimidad, en e amor Ágape.



El amor philia es el que se siente por la humanidad en general. Es el que une a los integrantes de una comunidad. Lleva a compartir mutuamente. Cuando el amor eros desaparece o se apaga en una pareja, éste lo reemplaza y llena ese vacío, continuando la unión y armonía.

Se distinguen tres tipos de philia, que no se excluyen entre sí: a) Philia basada en las ventajas mutuas (amor de lo que es útil), b) Philia basada en el placer mutuo (amor de lo que es placentero) y 3) Philia basada en la admiración mutua (amor de lo que es bueno).

3. **Ludus**, es el amor como juego, como “distracción” circunstancial; es el más peligroso. Representa el enamoramiento inicial más profundo y más eufórico, Aparece en los primeros días de relación (“mariposas en el estómago”) o amor adolescente... que, sin embargo, puede “afectar” o aparecer a cualquier edad. Sus protagonistas ni siquiera pueden definirlo, solamente tienen la noción de que los envolvió y los arrastra.
4. **Manía**, es el amor obsesivo por sí mismo o por sí misma, y acaso por otra persona. No confundirlo con narcisismo ni con vanidad, que puede alcanzar niveles patológicos.
5. **Pragma**, amor pragmático. Quienes lo consideran refieren que es el amor existente en las parejas longevas y duraderas, que sobrepasa las limitaciones por enfermedad o invalidez. Me parece que este tipo de amor, según mi criterio, encaja perfectamente en el amor ágape; en consecuencia, este tipo está de más. Peor aún: si nos referimos a este criterio “práctico” del amor, terminaría siendo simplemente una visión “utilitaria” de la relación, con lo que se minusvalora el sentimiento que une a la pareja. A pesar de estas mis observaciones, lo incluyo en la secuencia, en todo caso para posteriores análisis.
6. **EROS**, este amor está por encima de la simple amistad. Se lo califica también como un amor mundano, casi sólo instintivo, erótico y sexual, limitado sólo al cuerpo.

Suele ser imprevisto (“amor a primera vista”) y hasta explosivo, con un fuego que arrasa por llegar a la irracionalidad o “locura”, inclusive hasta romper las barreras morales (por ejemplo, infidelidad, adulterio), sólo por saciar la simple pasión de un momento, o por humillar o hacer daño a la pareja a quien se debe fidelidad. Exige ciega reciprocidad, que de no hacerse realidad puede desembocar en reacciones extremas, como crimen o suicidio. Es egoísta y acaparador, no razona en quién está la culpa o la falla y asume conclusiones dictatoriales o excluyentes; no acepta recomienzo, y si lo acepta será una simple bajada al siguiente fracaso. Tiene una secuencia brusca de subidas y caídas, cimas y abismos, orgasmos y desengaños; dura poco tiempo, incluso aunque siga existiendo atractivo físico o coital. Si a este nivel erótico no acompañan los otros niveles del amor, la ruptura e infelicidad estarán esperando “a la vuelta de la esquina” (la inmediata o la subsiguiente).

Es el impulso instintivo que busca la relación principalmente para el coito, así como los animales buscan aparearse; no requiere de sentimiento apasionado y ni siquiera de conocer a la pareja o sentir atracción hacia ella. La pasión y el afán del desfogue es su fuerza motora. Tiende a no durar en el largo plazo porque está condicionado y depende de circunstancias y situaciones favorables o agradables. Queda mayormente en el circuito biológico, de los sentidos relacionados; hasta en el juego simple o en la aventura, sin razonar previamente en que pueda causar daño o que de ello se derive engendrar un nuevo ser, en cuyo caso podemos calificarlo de desvergonzado e inmoral.

Un gran porcentaje de la humanidad se estanca en lo erótico, por la emoción o vibración profunda que desencadena, de allí su fracaso y vacío permanente, su ceguera e irracionalidad. Esas personas caen muy

fácilmente en el aburrimiento o hastío de la relación, porque pasado el instante fugaz del coito pierden interés y resurge en sí sus traumas, sus limitaciones y vacíos, hasta su ignorancia y salvajismo, pues no poseen expresiones profundas en su mundo interior ni cultivan valores: de ese círculo vicioso no podrán salir casi nunca, aunque en algún instante lo prometan o traten de empeñarse; su experiencia amorosa es y será siempre muy pobre.

Es el sentimiento apasionado de éxtasis experimentado en el comienzo de una nueva relación, donde la pasión y la atracción física son las fuerzas motoras. El amor eros tiende a no durar en el largo plazo. Es el tipo de amor condicionado y dependiente de circunstancias y situaciones favorables y agradables. Es la pasión instintiva, conectada sólo al cuerpo y sus impulsos sexuales.

7. **ÁGAPE**, es el amor sublimizado, no carnal; es el amor altruista o espiritual; es el amor altruista, compasivo, empático, desinteresado, sin egoísmos, generoso hasta lo inconcebible, incluso dando la vida por hacer feliz a la otra persona, de la que no se pide nada: basta con ayudarla, hacerla feliz o salvarla. Es el amor incondicional, de la misericordia. Se proyecta también a los desprotegidos, a los que sufren tragedias, aunque sean desconocidos.

Ágape es un amor que nutre con ternura, cuidados, con sensibilidad y sin acaparar, es paciente, ya no mira el cuerpo sino valora lo realmente trascendente de la otra persona. Es un amor incondicional hacia los demás. El amor ágape es compasivo, atento y amable. Es un amor desinteresado y altruista. No busca placer para sí mismo, sino que encuentra placer y deleite en dar.

Ágape es el amor total. Quien lo experimenta se da cuenta que eso es realmente lo importante. Jesús es ejemplo del amor ágape, por eso enseñaba a amar a los

enemigos, porque este amor nos impide hacer el menor daño a ellos, al mismo tiempo que hacemos todo lo bueno para los demás.

Cuando el grupo circundante no sabe apreciarlo, quien lo experimenta queda transfigurado y hay casos en que se aísla para que sus horas de sacrificio beneficien a quienes están sufriendo o necesitando de fuerza espiritual para proseguir su misión personal.

El amor ágape nos pone en contacto con Dios, aunque no tengamos fe. Es un amor que nutre. Su vehículo es la pureza, la incondicionalidad e incluso la devoción. Esta forma de amor enriquece a la persona.

Si hemos leído con atención estos renglones, nos resultará más o menos fácil evaluar cómo somos cada uno o cómo hemos en el campo del amor (positivo, negativo, enriquecedor, pobre, enraizador o superficial, etc.) Comprenderemos nuestros vacíos y errores... y, acaso, podremos “reconstruirnos” para el amor, entonces será posible rehacer aquello que tuvimos en común hasta llevarlo a la cúspide de lo que puede ser nuestra ansiada felicidad, sin distorsiones, ilusiones ni máscaras manipuladoras.



Hay preguntas de anónimos estudiosos que convendría responder para ubicarnos en nuestra realidad amorosa, calificándola y proyectando a dónde nos conduce, de tal modo que su resultado a corto, mediano o largo plazo no nos tome de sorpresa:

- ¿Mi relación ha nacido sólo desde la perspectiva erótica o sexual?

- ¿Vivo la relación erótica desde la óptica o intereses de mi pareja o de mí?
- ¿Reprimo o bloqueo mis impulsos eróticos o lo hago en mi pareja, para satisfacerla o satisfacerme? ¿Qué resultados positivos se han derivado de eso para ella y para mí?
- ¿Sobre la relación erótica o sexual construimos los otros lazos amorosos o nos quedamos en esa exteriorización instintiva?
- ¿Esta forma de vivir el erotismo es conducta constante en mi vida o en el de ella? ¿A dónde esperamos llegar, siguiendo con lo mismo?
- ¿Cuánto equilibrio nos empeñamos en poner para dar y recibir el amor que nos hemos jurado?
- ¿Conscientemente me someto a ser un simple complemento de mi pareja, como esclavo-a, únicamente para satisfacerla-o? ¿Comprendo a qué consecuencias estoy entregándome?
- ¿Puedo precisar el motivo por el que busqué o acepté esta relación? ¿Fue por sincero amor o por ilusión, buscando protección o por proteger y ayudar? ¿Acaso sólo quería evitar la soledad circunstancial o por conseguir algún beneficio económico o de otro tipo?
- ¿En la relación busco que me admiren, me reconozcan o me envidien?
- ¿Sería capaz de enumerar, con poco margen de error, lo positivo y negativo de mi pareja, así como de mí, y juzgar si somos complementarios como para poder llegar a la felicidad?
- ¿Mi tendencia es buscar mayormente relaciones pasajeras, circunstanciales y sin ninguna responsabilidad posterior? ¿Por qué?
- ¿Mi tendencia es buscar mayormente una relación con ideales compartidos y un común proyecto de vida que nos proyecte hacia un hogar estable y con hijos exitosos?

---

(\*) Diversas fuentes, de diversos autores, se consultaron para este artículo, al que hemos agregado nuestro aporte, como el de la pirámide y la clasificación general.

CANTARINA

*Este nuevo julio 24,  
mi homenaje,  
porque sigue viviendo...*

Se congeló tu aliento  
y volviste  
a nacer,  
trocando el Sol  
y la Luna  
—como en un guiño—  
en el vuelo final de tu mirada verde.  
Y el dolor se esfumó  
en danza  
vertical  
a la Paz y al Amor  
del Dios eterno.  
¡Eres niña otra vez en tu sonrisa  
y ya no hay atardecer en tu mirada...!

Varias veces, en sueños, yo camino  
recontando tus pasos,  
y esa calle  
ahoga el corazón... por no alcanzarte.  
Mi llamado se anuda  
en tu cabello  
y de pronto  
todo se vuelve oscuro,  
triste,  
mudo  
y mis ojos gotean la neblina  
junto al faro silente,  
ante el que  
caigo...

¿Esos kindes azules  
que imaginaste  
llevándote en sus alas...  
van hoy  
contigo?

¿O tu beso inocente  
ha nacarado  
lo que dejaste  
de ti  
en mi silencio?

Quietud:  
¡Florece, como siempre,  
en el germen nonato  
de sus tules...!  
Yo la contemplaré  
desde  
mis sombras  
y ella sabrá, alegre,  
que  
no ha muerto  
en el tic-tac  
incoloro  
de mi tiempo...

**Hugo Reyna Goicochea**  
PERÚ



De Cajamarca. Sociólogo, periodista, poeta y escritor. Ha ejercido diversos cargos directivos oficiales y particulares.

Co-fundador y columnista de medios de comunicación. Difunde sus obras y de otros autores en su Website. Ha sido incluido en antologías internacionales. Obtuvo algunos premios literarios.

[hugo\\_reyna@hotmail.com](mailto:hugo_reyna@hotmail.com)

## A MI NEGRITA QUERIDA

En memoria de mi amada madrecita

Madrecita querida,  
estás a punto de cumplir los noventa años.  
¡Qué duda cabe: una vida  
llena de sacrificios y fructífera existencia!

Con tu figura, de menuditas proporciones,  
de paso ligero e incansables trotes,  
surcaste caminos sin fatiga alguna,  
para efectuar diligentemente  
tu labor educativa de profesora rural  
y así obtener, tú solita, el sustento familiar.

Qué importaban vientos, lluvias o el cruzar  
las turbulentas aguas de los ríos y quebradas,  
si con el deber habrías de cumplir.  
Era claro que en tu mente y pensamientos  
se conjugaban gran responsabilidad  
por tus alumnetos de la escuelita primaria

y dedicación al trabajo, para así poder  
obtener el sustento de tus hijos,  
dejados siempre al cuidado  
de la gran abuela Chepita.

Cuántos momentos alegres pasaste  
en el campo, que no te era ajeno,  
al calor del querer sencillo de tu gente campesina,  
cuántas estrellas fugaces contaste  
en el límpido cielo estrellado  
de las noches de Luna llena,  
al compás de los chirridos melodiosos  
de los grillos, chicharras y  
el croar de los sapitos del puquio,  
con la mágica iluminación, con especial sutileza,  
del revolotear tenaz de las diminutas luciérnagas.

Cuántos momentos alegres, al jalar los frutos,  
con esmerado cuidado,  
de las paletas de tuna, las limas, chirimoyas  
y cansabocas de los árboles frutales,  
en la playa bendecida por el prodigio fecundo  
de las aguas del río Cajamarquino.

Cuántos momentos felices,  
al recolectar la leña y chamizas  
para encender y atizar el fuego  
en las curtidas tulpas de la cocinita humeante,  
para cocer los tubérculos, legumbres y cereales,  
en las trajinadas y negruzcas ollas  
de una arcilla inquebrantable,  
que a los alimentos impregnaban  
una sazón de incomparables sabores.

Cuántos momentos gratos, cuando trasladaste  
para entronizar y hacer de la Virgen de Fátima

la Patrona de tu Caserío, a quien  
alumnos y comunidad entera adoptaron como Madre,  
homenajeándola con rezos, veladas y nochebuena  
en el pequeño altarcito  
iluminado con velas y lamparines,  
con la presencia de su reina infantil,  
ataviada con alegórico vestido  
de blanco papel crepé,  
flanqueada de chunchitos y pastorcitos  
que recitaban versos a nuestra Madre María,  
al compás del melódico violín  
del querido Pepe Lolo.

Pero también, cuántos momentos tristes y de angustia, al  
dejar a los hijos en casa,  
cuando éstos estaban enfermos o requerían  
de tu presencia para algún compromiso social,  
mas tu deber te obligaba a mostrarte firme y valiente,  
aunque la angustia y el dolor  
mellaran tu paz interior.

Así, privada de muchas cosas,  
con sacrificio y esfuerzo,  
pero con especial amor maternal  
nos fuiste criando y forjando, hasta hacer de tus  
amados hijos unas personas de bien.

Hoy, madrecita querida, al devenir del presuroso  
transcurrir del tiempo y de los años,  
mellan paulatinamente tu frágil contextura,  
que acentúan aún más tu diminuta figura;  
tu fuerza y entusiasmo transferidos, no obstante,  
encontraron tierra fértil en tu linaje,  
tu dedicación y esfuerzo, es indudable,  
que no han sido en vano.

Hoy, madrecita querida, a pesar de nuestra ingratitud,  
elevamos una oración al Señor  
y a nuestra Virgencita María,  
porque a pesar de la fragilidad que hoy te domina,  
sigues dándonos tu amor  
y porfías en la unión de tu familia.

Negríta querida, ojitos de cuculí,  
tu amor es tan intenso,  
que pese al gran cansancio de los años transcurridos,  
siempre estás pendiente de tus hijos,  
elevando al cielo tus plegarias y sentidos ruegos  
por la felicidad de todos ellos.

¡Feliz día, Madrecita querida!

Agosto de 2017

## GRATITUD A UNA VIDA FRUCTÍFERA AL SERVICIO DE LA EDUCACIÓN Y SU FAMILIA

Especial homenaje al sacrificio  
de una extraordinaria madre

Creo que nadie conoce o reconoce el valor de una madre... hasta que la pierde. En mi caso y el de mi familia ese sentimiento, el dolor por la ausencia de mi madre está fresco y lacerante. Luego de estar con nosotros, protegiéndonos y brindándonos su amor sin condición alguna, mi adorada *Negríta*, como así la llamábamos, fue al encuentro de nuestro Creador, el 25 de octubre del presente año, cuando ya la fragilidad de su cuerpecito no pudo soportar el declive de su vida. Exhalaste tu último aliento en la cama de un hospital, en compañía de tu *shulca*, como cariñosamente llamabas a tu *Hugo Chico*.

Madrecita querida, quiero rendirte este sencillo homenaje, en recuerdo de tu amor inmensurable, como una eterna gratitud de tus hijos, a quienes amaste infinitamente, pugnando hasta tus últimos años por la unión de tu familia. Negrita querida: que tu ausencia física sea únicamente efímera, solo hasta el momento en que la voluntad de Dios, el Divino Hacedor, disponga nuevamente nuestro encuentro en la gloria de su reino, y allí gozar de la felicidad eterna.

### Mi querida madrecita (1927-2018)

Mi madrecita tuvo por nombre María Esther Goicochea Vásquez. Fue hija de Juan Goicochea Burga y Josefa Vásquez Lobato, naciendo el 17 de agosto de 1927. Fue la mayor de siete hermanos: Fernando, Carlos, Carmela, Juan, Jesús y Rolando, quienes tuvieron una infancia feliz en su espaciosa casa ubicada en la esquina del jirón Tarapacá y Junín, barrio de San Pedro, la que alternaban con la casa y la amplia huerta de la cuadra uno del jirón Junín, de propiedad de la abuelita Sarita Lobato, en la que se erguía un colosal árbol de lúcuma y otros de nogal, cuyos frutos eran deliciosamente saboreados, cuando trepábamos a cosecharlos, a pesar de algunas caídas, siendo niños o adolescentes. En ese huerto amplio jugábamos de múltiples maneras y eran momentos de confraternidad y unión familiar. Mi hermano Fernando conserva aún un mueble, escritorio o aparador, construido por él, con parte de la madera de uno de los nogales de esa huerta.

Por aquellos años, como lo fue hasta fines del siglo pasado, nuestra ciudad se caracterizaba por ser muy apacible, constituyendo una pequeña urbe encantadora,



dado su trazo urbano tradicional con muchas de sus calles empedradas, amplias casonas de estilo colonial y republicano; pero con una característica muy sobresaliente: todos los moradores se conocían y reinaba un ambiente de confianza, honradez y solidaridad, como en las demás poblaciones de nuestros valles interandinos de la serranía.

### Huérfanos a muy temprana edad



Azares del destino determinaron que la familia, quedara sin la figura paterna, cuando murió el abuelo Juan, aún joven. Era exitoso empresario de transporte de carga, con pequeños camiones, hacia la costa. Como era de esperarse, el peso del peso de sostener el hogar recayó en la abuelita Josefa, quien recibió el apoyo de mi madre, María Esther, al ser la hermana mayor, cuando tenía solamente trece años de edad, lo que obviamente limitó sus aspiraciones personales pues se vio forzada a abandonar sus estudios secundarios en el Colegio Indo Americano, culminando con mucho sacrificio el tercer año.

La abuela *Josefa*, *La Pefi*, *mamá Josefa* o *señora Chepita*, fue una mujer extraordinaria. Viuda desde muy joven, tuvo que asumir todo el peso de mantener a la familia, para lo que desarrolló grandes habilidades en la preparación artesanal del *jamón ahumado* de carne de cerdo, que aprendió de unos descendientes italianos, así como el destilado de café, productos de gran demanda entre la vecindad y también de seleccionados clientes en ciudades de la costa. Mi madre era quien se encargaba del cuidado de los hermanos, compartiendo esta tarea con la abuela *Sarita*, cuando *La Pefi* viajaba a Trujillo, Chiclayo, Chepén y otras ciudades costeñas a dejar el jamón ahumado, conforme a los pedidos.

Así, poco a poco, la familia se fortaleció. Mi madre era la encargada de disciplinar a sus hermanos y tenerlos en regla, cuando las mayores no estaban, preparaba los alimentos, lavaba la ropa y administraba la casa, amplia y espaciosa, en cuyo patio gozaba la familia; allí la planta de higo, al centro, y un enigmático árbol de molle, con dos ramas semi dobladas a manera de Cruz cristiana, y debajo una pesada y espaciosa piedra plana –*batán*– con su *chungo* –piedra de



forma ovoide– para moler rocoto, ajos, ají panca y otras especias para fines gastronómicos y aderezo del jamón. En la cocina, en un horno artesanal se preparaba

pan casero, en especiales ocasiones, como en la fiesta de *Todos los Santos*. Ese horno aún existe. El fogón era de adobe –1.20 m de alto x 2 m de largo y 70 cm de ancho, con platinas de metal para apoyar las grandes ollas de arcilla o aluminio– y sobre él se colgaban las piernas de cerdo, ya preparadas, para convertirse en jamón por efecto del humo y el calor de la leña. El proceso del jamón implicaba colocarlo en una prensa de madera, ajustando la presión cada día más, hasta conseguir su secado y posterior exposición al humo de la leña. Esa prensa la hizo el bisabuelo Juan Bautista Goicochea Mujica, ebanista de renombre, cuyo arte se plasma en el altar mayor y demás, de estilo gótico, únicos en su género en Cajamarca, que se pueden apreciar en la Iglesia de las Madres o Monjas Concepcionistas. Sus tornillos de madera, tallados a mano, y su rosca de embone, se acoplaban perfectamente y no sufrieron deterioro ni fallaron, a pesar del esfuerzo a que se le sometía: era admirable.

Entonces se consideraba que una casona en la que hubiera horno, planta de higo, molle y batán, lo más probable era que los duendes la elegirían como morada, para asustar a los niños que se portaran mal.

### Una corta juventud

Poco a poco la hermana mayor dejó la adolescencia y se convirtió en una agraciada jovencita, de mediana talla y espigada figura, ojos color café, largo y hermoso cabello ondulado –delicadamente peinado y recogido en sinuosa cola–, graciosa nariz perfilada, tez trigueña y una atractiva sonrisa siempre dispuesta, siendo objeto de admiración de los jóvenes.

Cuando ya tenía 19 años, el amor apareció en la persona de mi padre, David Reyna Mestanza, natural de Sucre, provincia Celendín. Rondaba el barrio en compañía de su compadre Luis Pajares y otros amigos, esperando las salidas de mi madre hacia las tiendas para comprar lo necesario en casa. Idas y vueltas, acompañamientos furtivos y fugaces fueron encendiendo la llama del amor entre ambos, hasta que decidieron formar familia.

### La vida en el valle de Jecumbuy (Río Marañón)

Aceptado en la familia, mi padre, joven muy emprendedor, unieron sus vidas e iniciaron su vida familiar en el fundo de la familia paterna, en el valle Jecumbuy, distrito Longotea, departamento La Libertad, a orillas del caudaloso río Marañón.

En aquellos años el viaje hacia este paraje, era sumamente pesado y agotador, ya que se lo tenía que hacer a pie o en acémilas, por caminos



de herradura, desde la provincia San Marcos, pasando por lugares agrestes, sorteando los terrenos de la afamada hacienda *La Pauca*, un gran latifundio, de propiedad de la familia Puga, donde se criaban toros de lidia, hasta llegar al cerro *La Cruz*. De este punto, en lo más alto, comenzaba el descenso hacia la ribera izquierda, aguas arriba, del río Marañón, al sector

*Montevideo* y cruzándolo en balsa arribar al fundo *Santa Luisa*, propiedad de la familia Reyna Mestanza.

Allí se instaló la joven pareja, en una vieja casona abandonada. Ambos la fueron rehabilitando con entusiasmo, reconstruyendo lo que era posible, con el apoyo solidario de la sencilla gente lugareña, llamándola desde el inicio como *Ña Éster*, que en corto tiempo se ganó el cariño de todos y no pasó mucho tiempo para que fuera elegida madrina de muchos niños, así que la comadre estrechó lazos de afecto.

Luego mi padre se encargó de reflotar el fundo, dirigiendo los trabajos en acequias, sembrado y cultivo de coca—dedicados solo al consumo autorizado y controlado—, frutales (naranja, papaya,



ciruela, palta, además de limón dulce y ácido, también yuca, camote, maíz). Había ya sembríos de arroz y cacao en la parte ribereña del Marañón, mayormente para autoconsumo o trueque con otros campesinos. En la parte alta del fundo, *El Guayo*, se cultivó café. Criaron ganado vacuno en las zonas apropiadas. Los comerciantes de San Marcos o Celendín llegaban a comprar las cosechas y había buen mercado.



Mi madre se concentró en las labores domésticas, arreglos de la casa, mantener operativos los mosquiteros, la alimentación con productos de la

zona, atender lo de la ropa, etc. Era incomparable al preparar riquísimas *cachangas* –tortillas de harina de trigo– para acompañar la leche con chocolate o café pasado, gota a gota. Fue excelente criadora de animales domésticos: cuyes, conejos, gallinas, pavos y cerdos, ordeñaba las vacas. La granja adyacente a la casa fue muy productiva.

Contaban que a inicios de los años treinta, llegó por el fundo, cuando ellos aún no estaban, el afamado novelista *Ciro Alegría*, autor de la célebre novela *La Serpiente de Oro*, en alusión al río Marañón, cuando estaba siendo perseguido político por su militancia aprista, hasta que logró el exilio en Chile, en 1934.

### La llegada del primogénito

Cuando ya terminaba la década del treinta nació Renán, el primogénito de la familia y primer nieto de la familia, tocayo del abuelo paterno. Todos los vecinos festejaron y se hicieron presentes con regalos, entre animales, productos y aguardiente, prolongando la celebración por varios días.

Con días de por medio, familiares y parientes se enteraron del hecho y en cartas que demoraban mucho en llegar a destino propusieron celebrar su primer año en Cajamarca. Los esporádicos viajeros portaban las cartas y remitentes o destinatarios esperaban pacientemente.

La región aledaña al Marañón estaba entonces plagada de temibles mosquitos anófeles y zancudos, siendo zona endémica de paludismo, sin posibilidad de disponer de brigadas de vacunación. Y, a pesar de los cuidados, el primogénito enfermó y en pocos días murió, antes de cumplir un año. Fue imposible evacuarlo para su curación. La felicidad de su llegada, pues, duró poco.

Mi madre, entonces, dedicó un tiempo diario para llevar flores a su tumba en el Camposanto y a rezar allí. ¡En muchas ocasiones nos estrechaba contra su pecho y nos dijo

que era con el afán de encontrar en el interior de cada uno de nosotros... algún hálito de su primogénito...! Con infinita ternura, suspirando, nos susurraba al oído: Tu hermanito es ya un angelito que cuida de nosotros desde lo alto, allá en el Cielo. Esa herida lacerante siempre estuvo abierta en ella. Acaso sin decirnos, conforme nos veía crecer, trataba de imaginar cómo sería su Renán. En algún momento nos dijo que el cordón umbilical que mantuvo la vida de Renancito en su seno seguiría intacto en el conducto de su amor maternal, sin importar el tiempo que pasara.

### El retorno a Cajamarca

A partir de aquel entonces las cosas ya no fueron las mismas. El desánimo invadió a la pareja, como si ambos se auto culparan de la falta de atención médica del primogénito y empezaron a desear con fuerza el retorno a Cajamarca. Cada semana o mes que pasaba era muy difícil en medio de la tristeza, pero Dios no los abandonó y muy lentamente volvieron a pensar en el futuro feliz.

Un par de años después nació Rafael, como gratitud a un sueño que casi al final del embarazo tuvo mi madre: un ser angelical, que ella consideró era el Arcángel Rafael –que significa *Medicina de Dios*–, diciéndole que sería varón el hijo por nacer. Y así fue.

Los cuidados se redoblaron por su salud. Creció sin percances, pero para evitar se repitiera la tragedia, decidieron volver a Cajamarca, lo que se concretó cuando Rafael ya casi cumplía dos años. La pareja ya había dedicado alrededor de ocho años a Jacumbay. Mi madre jamás volvió.

### Crece la familia

El retorno a Cajamarca significó nuevos retos para la pareja. Empezaba la década de los cincuenta y eran escasas las posibilidades de trabajo. De inicio, el apoyo de las familias permitió subsistir.

Se establecieron en la casa materna. Mi padre ingresó a trabajar en el sector educación; mi madre ayudaba a la abuela *Chepita* en la preparación de los jamones ahumados y otros pequeños negocios. Mi hermano Rafael alternaba en las casas paterna y materna, con inocultables privilegios por ser el primer nieto, especialmente de parte de Victorita, Milita y Blanquita, hermanas de mi padre, y de la abuela Laurita, mientras ocurría algo similar con los hermanos y hermanas de mi madre. Pero ese engreimiento abarcó a todos nosotros y crecimos en medio de enorme amor, encabezado por dos extraordinarias abuelas, *Laurita* y *Chepita*.

Después de mi hermanita Norma Elizabeth, nació yo. Quizá la estrechez económica influyó para que la relación entre mis padres se deteriorara, así como la falta de independencia de nuestra familia, además de múltiples problemas por mi enfermedad, poliomielitis, que me atacó al cumplir año y medio. No se disponía entonces de vacunas ni personal especializado, así que numerosos niños e infantes fueron víctimas. En mi caso, he logrado recuperar considerablemente la movilidad de mis extremidades inferiores.

Ausente mi padre, según recuerdo, correspondió a mi madrecita, con tenaz sacrificio, prodigarme sus cuidados, no separándose de mí, cargándome casi todo el día a su espalda o a su pecho, porque me era imposible mantenerme erguido y caminar. Gracias al buen tratamiento del doctor José Uceda Pérez, el apoyo de mi madrina Zoilita Díaz, farmacéutica, y mi atención al *Hospital del Niño* en Lima, con la rehabilitación permanente de mi dulce madrecita, hicieron posible que recuperara fuerza en las piernas hasta que pude pararme y luego caminar, aunque con mucha dificultad.

Mi tío Fernando, hermano menor de mi madre, radicado en Huacho, nos brindó invalorable apoyo para llegar al hospital. En el período de vacaciones mi madre nos llevó a esa ciudad, con mis hermanos Rafael y Normita. De allí mi tío me llevaba para la atención y controles. Tres años después pude volver a caminar.

Mi madre rehízo su vida como mujer y años después llegaron mis hermanos maternos: Fernando, Juan y Sarita. Ya en la década del setenta, nació el primogénito de mi hermana, Hugo Teobaldo, que se convirtió en nuestro *shulca*, último hermano, porque mi hermana murió en un accidente de tránsito, cuando él tenía siete años.

### Sacrificio y apostolado de las maestras y maestros rurales

En este relato rindo especial homenaje a todas las maestras y maestros rurales de mi país, especialmente para quienes desarrollaron su sacrificada labor en nuestras serranías, durante gran parte de la segunda mitad del siglo XX, ya que una de ellas fue mi amada madrecita.

Por escasez de universidades e institutos del sector educativo, en el siglo pasado el Estado permitió que egresados de primaria y secundaria ejercieran la docencia en las escuelas rurales. Mi madre fue una de ese grupo. Se les designaba entonces como *Maestros de tercera*. Su misión era muy sacrificada, por las penurias que tenían que atravesar en esos lugares alejados y sin recursos, de los que solo podían salir para cobrar sus haberes y en vacaciones.

Fue una experiencia única para descubrir la verdadera vocación docente y lograron perseverar quienes de verdad amaban esa tarea, a pesar de todos los factores en contra. Gran número de los convocados renunciaba al paso de poco tiempo. Mi madre se esmeró en todo momento, de modo ejemplar, para ser cada día mejor en ese trabajo.

### Sus inicios en el Indo Americano

Mi madre cursaba tercer año de secundaria en el colegio particular Indo Americano, cuando murió su padre, mi abuelo. Forzada por ello abandonó su estudio. La propietaria y directora del colegio, gran educadora, Octavila Sánchez Novoa, reconociendo su excelente calidad estudiantil, su conducta, sus habilidades y valores,

dijo que la tendría en cuenta siempre; y así fue. La ocasión se presentó, pues, cuando solicitó ejercer la docencia y fue en ese colegio donde empezó su experiencia en primaria.

Su sueldo de maestra le ayudó a independizarse y sufragar los gastos de mis hermanos, sin faltar el apoyo de la familia paterna y materna para cuidarnos. Recuerdo que, sin poder valerme por mí mismo, me llevaba a su aula de clase, y me quedaba mirándola desde el costado del salón, sentado en una silla, feliz de escucharla, aunque sin comprender de qué se trataba lo que hacía, lo que después fui deduciendo. Y me gustó mucho, sintiéndome orgulloso de mi situación. Transcurrían mis tres primeros años de edad.

Seguramente me cansaba y es entonces que sólo tenía el ansia de que pudiera volar el tiempo, para sentirme otra vez protegido en sus brazos.

#### Nombramiento como maestra rural

En 1956, siguiente de mi nacimiento, por primera vez en el Perú la mujer tenía acceso al derecho de sufragio, en mérito a la Ley 12391. El siete de setiembre fue declarado *Día de la Ciudadanía para la mujer*. Por primera vez hubo candidatas en los comicios generales y la única mujer elegida fue la ilustre educadora cajamarquina Irene Silva de Santolalla, ocupando la curul de Senadora (1956-1962), resaltando su labor con logros en el campo de la educación, promoviendo contratar docentes para las abandonadas áreas rurales; creó institutos de Educación Familiar.



Ante ese llamado, mi madre aprobó para ocupar en 1958 una vacante de maestra rural en el caserío *La Hualanga*, distrito Jesús, provincia Cajamarca. La condición era que en los períodos vacacionales concluyeran sus estudios secundarios, si era el caso, y profesionalizarse en las Escuelas Normales hasta obtener el título de profesores.

### El Caserío La Hualanga

Su nombramiento fue especial algarabía para la familia. Por fin un trabajo estable que aseguraría, de alguna manera, los recursos para el mantenimiento del hogar; pero lo negativo era una nueva privación: los dos hijos mayores quedarían al cuidado de la abuela *Chepita*, pues estudiaban primaria. Mi madre, conmigo, tendríamos que mudarnos al caserío La Hualanga.

Al llegar vimos que era un lugar muy pintoresco de gente muy humilde y trabajadora, mayormente pequeños agricultores. El camino de herradura para llegar



allí estaba adornado con cercos vivos de arbustos o plantas nativas: tunas, pencas, tayas y retamas. El trayecto se cubría a pie o en acémila, en unas dos horas, cruzando las aguas del río Cajamarquino.

### Nuestra instalación en La Hualanga

Calmadas las emociones por el nombramiento conseguido, se preparó el viaje. Decidieron acompañarnos mi bisabuela Sarita, mi aún joven tío Juan –muy apegado a su hermana– y todos colaboraron para no omitir nada: víveres, utensilios de cocina, menaje y otros bártulos. Se calculaba el primer retorno para un par de meses.

La despedida fue en la plazuela del Obelisco y allí tomamos la *góndola*, como llamaban los *quishuitas* –moradores de Jesús– a los antiguos y lentos ómnibus que demoraban cuatro horas para el trayecto. Las recomendaciones y consejos se repetían en ambos grupos. Surgen en mi recuerdo los nombres de dos de esos vehículos: *La Violetera*, con bancas de madera y *La Flor de*

*Alfalfa*, de un señor Vásquez, un poco mejorado con asientos forrados.



En Jesús nos sorprendió que en una calle adyacente a la plaza de armas una comitiva de padres y alumnos, todos ansiosos de conocer a la nueva *Señorita* –como se llamaba entonces a la profesora.

Después de los saludos, los padres desliaron los mates y platos de fierro enlosado, ofreciendo trigo con papa picante, cuy frito y sancocho de coles y pellejo de chanco, rocoto molido en batán y zarza de cebolla y repollo.

Antes de iniciar la caminata al caserío se rezó al “Zarco de Jesús”, como llaman al Niño Dios, Patrón de ese pueblo, y a su Santísima Madre, todos pidieron para que nos protejan. Luego cargaron todo en pollinos; a mí me hicieron montar en el más manso, amarrándome con fajas para que no me cayera.



Recién a eso de las tres de la tarde, la alegre y entusiasta comitiva emprendió la caminata por el camino en que se respiraba el aroma y frescor de las plantas y arbustos, flores que

pintaban el paisaje e incontables pajaritos que se escandalizaban con la gente. Una extraordinaria experiencia fue cruzar el río Cajamarquino, sus aguas semi cristalinas chicoteaban al compás de los pasos de mi burrito,

salpicando mi cara cuando el burrito hundía y sacaba sus patas: fue una sensación nunca antes vivida a mis escasos años.

Fuimos atravesando en diagonal, aguas abajo, para que la fuerza del agua no nos hiciera caer. Alcanzamos su margen izquierda y emprendimos una suave travesía, con el camino bordeado por tunas, pencas y arbustos, convirtiéndolo en peculiar callejón. Lucían tunas maduras, pero en primera fila las espinas resguardaban esa delicia y, en segunda defensa, incontables *cisos* –pequeñísimas espinas, casi invisibles, que se clavan en la piel y son muy difíciles de extraer, causando dolor y escozor. Resaltan también en las paletas de tuna colonias blanco plumizas de cochinilla, insectos que producen el carmín, pigmento natural usado en la industria alimenticia, textil y farmacéutica y que los lugareños lo utilizan para teñir sus tejidos o los venden en el mercado.

Al ocaso de la tarde, sumido y embelesado por el contacto directo con la naturaleza, llegamos a una especie de meseta en la que está la escuelita rural, que con trabajo comunal construyeron los padres de familia. Allí esperaban los moradores del caserío. Uno de ellos, el conocido *Pepe Lolo*, recio campesino de ojos claros, cabello y barba blanquecina, abrigado con su poncho de lana, tocaba hermosas *cashuas* cajamarquinas en su trajinado violín, en un ambiente de especial fiesta y algarabía. Todos, sin excepción, exteriorizaron su bienvenida a la *Señorita* y hasta vitorearon: *¡Qué viva la nueva señorita! ¡Qué viva!* al tiempo que retumbaban *cuetes* –cohetes de trueno– lanzados al aire y que después supe escuchaban desde otros caseríos: Sevadín, Palturo, Hualqui. Los niños y niñas matriculados saludaban a su manera a su nueva maestra.

Caída la noche y disfrutada la comida, los asistentes se despidieron paulatinamente de la *señorita Esther*, prometiéndole su apoyo, muchos recomendándole ponga toda su autoridad para disciplinar a los alumnos, si era

necesario con *pencazos* –castigo con cinturón o correa–  
*...pa' que sean personas de bien.*

### El local de la escuelita

Los hualangaguinos son pequeños productores agrícolas, de economía baja y no tuvieron recursos para construir un gran local escolar; el existente fue posible con *mingas* –trabajos de la comunidad, voluntarios, utilizando rústicos materiales de construcción; hicieron dos habitaciones, la grande para aula y la pequeña para vivienda de la maestra. Posteriormente, en un costado, se construyó una pequeña cocina, sin ventanas para que los vientos no apaguen el fuego del fogón con tulpas –piedras para soporte de las ollas–, haciendo posible que entre la ceniza permanezcan las brasas encendidas hasta el siguiente día.



El salón de clase tenía una puerta de dos hojas, de eucalipto, muy pesadas, una ventana casi siempre cerrada para evitar los vientos. No obstante, disponía de aceptable iluminación natural. Las clases, por turnos sucesivos, eran para las tres secciones: Transición, Primero y Segundo de Primaria; el horario matutino era de 8 a 12 y de 2 a 5 en la tarde. En cada sección había alrededor de 20 alumnos.

La pizarra era de cemento pulido, pintada de ocre verde. El piso era de tierra, pero siempre barrido con unas escobitas de arbustos. Los alumnos se sentaban sobre alfombras o cartones colocados en el piso y escribían sobre tablones colocados sobre piedras, porque no había carpetas; cada tablón era para tres o cuatro alumnos. Hacia el lado izquierdo de la pizarra estaba Transición, al medio Primer año y a la derecha Segundo.

El trato cariñoso de la *Señorita* a los alumnos era *Piriñuelos* –por pequeños y frágiles–; las niñas casi siempre llevaban bolsas tejidas de lana de carnero o de tela, de colores vivos y dentro sus dos o tres cuadernos forrados con papelón azul, además su lápiz, colores y el infaltable *borra* –borrador–, para corregir errores.

El piso junto a la pizarra tenía mayor nivel, como vereda, y la *Señorita* dominaba desde allí a todo el ambiente. Recuerdo que una práctica común era caligrafía, para mejorar la calidad y claridad de la letra *corrida* o cursiva.

Hacia el extremo de la pizarra, el pupitre. En la parte superior de la pizarra y a los costados del aula, colgados en la pared, varios cuadros de personajes históricos, precursores y héroes de nuestra patria: el Libertador San Martín, la apariencia quijotesca de Simón Bolívar, el general Antonio José de Sucre, José Gabriel Condorcanqui o Túpac Amaru II, el pescador y héroe José Olaya, la heroína María Parado de Bellido. De cada uno



la *Señorita* conocía a perfección sus acciones y virtudes, transmitiendo en cada clase pertinente el afán y el deseo de cada alumno para imitarlos.

### Una vida feliz en el campo

A estas alturas de mi vida, y a pocos días de la muerte de mi madre, se agolpan mis recuerdos de la infancia, muchos de ellos muy felices. Gracias a Dios tuve la suerte de vivir, de mis cuatro a seis años de edad, en ese maravilloso paraje de *La Hualanga*, en un ambiente totalmente sano y en el marco incomparable del cariño humilde de la gente campesina.

Por ser el hijo de la *Señorita*, tuve el privilegio de autoproclamarme *alumno libre*, aprendiendo a leer y escribir de las clases que impartía mi madre, como un

alumno más, con ese texto titulado *Coquito*, de un autor arequipeño. Aparte, recibí muchas deferencias de los alumnos, ayudándome también cuando por mis limitaciones motoras no podía participar plenamente de sus juegos, de la cosecha de frutos silvestres, de la cacería de luciérnagas, curcules y sapos en el puquio. Muchas veces, pese a las advertencias de mi madre, bajé con ellos hasta el río Cajamarquino, viviendo las travesuras y hasta exponiéndome cuando ingresaba al agua para pescar *plateados*, *carachas* o *carachamas*, no para comerlos sino solo por diversión y alardear ante los niños que no iban.

### La entronización de la Virgen de Fátima

Mi madre querida, *La señorita de la Hualanga*, en muy poco tiempo logró ganarse el cariño de los hualanguinos, quienes para demostrarle su aprecio llegaban casi a diario, acompañando a sus “*charangos*” para dejarlos en la escuela, pero portando discretamente algunos productos de regalo: harina de trigo y cebada, papas, choclos, frejoles, chiclayos, zapallos, huevos, rocotos y otros, que la *Señorita* retribuía con galletas, sal, azúcar, pastillas para el dolor y la fiebre, y cuanto producto estaba a su alcance y podía compartir.



Antes de iniciar las clases y al terminarlas, rezábamos a Jesús y su santísima Madre, nos enseñó también a implorar la bendición divina. Igual hacía en las reuniones de padres de familia, con las autoridades y demás población. Esos instantes eran de mucha unión. Organizó el

bautizo de muchos niños, que aún estaban *moros* –sin ese sacramento– y para ello se contó con el apoyo del párroco de Jesús; esta ocasión sirvió, como otras similares, para que las familias refuerzen sus lazos de unión. Fue la ocasión en que la *Señorita Esther* fue elegida como madrina. Los numerosos compadres y comadres asumieron la tarea del agasajo. La festiva jornada se hizo en el patio escolar y allí se disfrutó sancocho de coles con chanco, trigo, papa picante con cuy, guiso de gallina, *soda* Trigoso –gaseosa–; al final, baile animado por don *Pepe Lolo*. Todos mostraban su felicidad. Los padrinos, según su capacidad, lanzaron el *capillo* –monedas– para que niños y niñas recogieran, mientras cantaban, como broma: *Padrino, pata e' candao, no tiene medio pa' su ahijao*.

Ésa fue la ocasión en que surgió la idea de establecer una fiesta patronal, y como el colectivo bautizo fue en mayo, se decidió que María, bajo la advocación de Virgen de Fátima, fuera la Patrona del caserío. La *señorita Esther* fue encomendada para conseguir una imagen y en la primera ocasión que regresamos a Cajamarca llevó un pequeño cuadro, en blanco y negro, que con ceremonia especial se la colocó en un lugar del aula, en un altar especialmente hecho. Así, en ambiente escolar padres y alumnos reconocieron a la Patrona del Caserío. De inmediato se fijó la fecha y se empezó a preparar lo que sería la fiesta con todos los pobladores, en el salón que serviría como oratorio y en el patio de la escuela.

Todos se esmeraron y aportaron para el éxito de la ceremonia. Se armó un nuevo altar, llamativo y se lo adornó con flores silvestres –sobre todo de siemprevivas, por ser duraderas– en improvisados floreros con tarros de diverso tamaño, velas y cirios. A las seis de la tarde, la *Señorita Esther* inició la ceremonia con el rezo del *Ángelus* y luego hizo entrega del cuadro al Teniente Gobernador y al Presidente de la Asociación de Padres de Familia, quienes lo colocaron en el altar especial. Desde ese instante ya fue

toda la población que reconoció a la Patrona de La Hualanga y su fecha de fiesta sería siempre el 13 de mayo.

Sin previo acuerdo, los pobladores lanzaron vítores de homenaje a la Virgen, al mismo tiempo que al Niño Jesús, Patrono del Distrito. Fue parte del programa la participación del alumnado con poesías, cantos y bailes; después la comida para todos y golosinas para los niños, concluyendo con baile de mayores.

### Primera celebración de la fiesta patronal

Al año siguiente, desde abril, ya se preparó con entusiasmo la primera fiesta patronal, designándose a los mayordomos y otros responsables, distribuyéndose las tareas, incluyendo lo que sería la procesión en el día central. Todo se proyectaba para disponer de la novena, hasta la noche de víspera. La *Señorita* tuvo a su cargo más de una tarea, que cumplió a cabalidad. El patio escolar sería el escenario para instalar pequeños puestos de venta, como feria patronal, y las ceremonias religiosas en un altar especialmente hecho.

La iluminación se hizo con lámparas *Petromax*, velas y cirios. Una de las alumnas fue designada como reina de la fiesta para encabezar el grupo de pallas y pastores que cantarían y bailarían para la Virgen:

*Un gallito canta, canta de alegría,  
y en su canto dice ¡Que viva María!*

*Canta, canta pajarillo,  
canta, canta una canción.  
Mira que la vida es triste  
y tu cantar alegre mi corazón.*

*Pajarillo tierno y frágil,  
blandeando tus alitas  
cantas con alegría  
y en tu canto vas llevando  
nuestro saludo a María.*

*Viva el sol, viva la luna,  
viva la estrella que guía.  
Viva el misterio glorioso  
que vemos en este día.*

*Así como el pajarillo canta,  
Virgencita linda y pura,  
yo te canto mi canción  
con amor y con ternura.*

Algunos de estos versos los compuso mi madre y aparecen en una pequeña libretita de notas, de forro negro, que colgaba con un pabilo a un costado de la imagen de la Virgen y lo utilizaba en los ensayos con los *Piriñuelos*.

La procesión comenzó en la escuela y siguió por los caminos del caserío, con cánticos y oraciones. Al concluir se designó al mayordomo, novenantes y demás responsables de la fiesta del siguiente año.

### Permuta a La Succha

En 1960 nació en La Hualanga mi hermano Fernando; dos años después murió, después de prolongada enfermedad, la abuelita Sarita. Cumplí seis años y era necesario mudarme a Cajamarca para iniciar mi primaria. Coincidentemente se presentó la oportunidad para que mi madre permute con la maestra del caserío La Succha, lugar más cercano a Jesús.

Después de cuatro años dejamos La Hualanga. Fue imposible no sentir pena. La escuela en el nuevo destino era igualmente multigrado y unidocente.

Los años transcurrían y la familia se incrementó. Nació mi hermano Juan, *El Negro*, como cariñosamente lo llamamos, años después, Sarita, la última de la familia, *La Muerma*, por su contextura delgada y muy frágil y enfermiza en sus primeros.

Mi madre se convirtió en *Señorita de La Succha* y allí ejerció su docencia por 20 años. Su labor, como siempre, no

se concretó al trabajo en aula sino a varias acciones y obras de beneficio comunal. Mientras tanto mejoraron los medios de comunicación y demás servicios; al río Cajamarquino ya se lo cruzaba por un puente colgante, que hasta hoy existe.

Eso posibilitó que mi madre retornara diariamente al hogar. Entonces consiguió el servicio de doña Emperatriz Tarrillo Terrones, del caserío Cumbico, Magdalena, para que nos atendiera durante la ausencia de mi madre; por esos cuidados mantenemos una enorme gratitud hacia ella y su recuerdo, ahora que está muerta.

Mi madre cumplió con aprobar los estudios que le faltaban y su profesionalización docente, en Cajamarca. Le costó sacrificio, pero lo hizo con verdadera vocación.

### Traslado a Cajamarca

El Jueves Santo de 1980 murió en Tumbes mi hermana Norma Elizabeth, en un accidente de carretera. Su huérfano Hugo Teobaldo se convirtió en el nuevo hijo de mi madre y eso le ayudó a superar la pena.

Poco después sufrió dos accidentes, en sus viajes a La Succha, con lesiones de consideración. Eso la obligó a solicitar su reasignación en la Escuela Primaria N° 133, en el barrio San Pedro, donde laboró por dos años más, hasta su cesantía con 24 años de servicio, no por decisión propia sino por las secuelas de las fracturas sufridas.





Llegó al piso nueve

Mi madre, ella solita, logró sacar adelante a su hijos, haciéndonos profesionales, con mucho esfuerzo y sacrificio, aun a costa de sus constantes privaciones. Mi *Negrita*, pugnó siempre por la unión de todos nosotros y de sus nietos, a quienes engreía con especial ternura. En sus últimos años, no obstante, Amós y Johnatan, hijos de mi hermana Sarita, tuvieron la suerte de tenerla más de cerca, dado que vivían con ella en la casa de San Sebastián, a la que también, asiduamente acudían Juan Rafael “J”, hijo de mi hermano Juan “Beto” y Normita, la hijita de Hugo Chico, quien la deleitaba siempre con sus interpretaciones de violín. El resto de nietos, hijos míos, de Fernando “Coco” y de Rafael, también gozaban de su compañía, no obstante, solo en algunas ocasiones, por el hecho de vivir en otras ciudades o por sus ocupaciones laborales.



Como una especial anécdota, recuerdo que cuando iba a cumplir 80 años de edad. Nos pusimos de acuerdo para que uno de los hermanos la llevara al Cusco para conocer Macchu Picchu. Me designaron, pero por motivos de trabajo no puede cumplir y ella fue con Fernando. Como si fuera ágil jovencita trepó hasta la cima y recorrieron todos

los senderos de la emblemática ciudadela de Macchu Picchu. Claro, era una tenaz y experimentada caminante de toda su vida.

Al retornar de su viaje, con regalos para todos, al entregarme el mío, desafiantemente dijo: *Si hubiéramos ido contigo, no hubieras podido llegar.*

Era una empedernida viajera y no perdía ocasión en eso. Iba con mis hermanos en sus comisiones de trabajo o a visitarlos en otras ciudades: Huánuco, Pacasmayo, Jaén, Tarapoto, Lima, Huaraz, Chiclayo, Piura, Tumbes, Guayaquil en Ecuador, aprovechando ello cuando era posible.



Fernando dice: Nuestra *Negruta* llegó al *Piso Nueve*, es decir, a los noventa y uno años de edad, siendo la más longeva de la familia, a pesar de ser la hermana mayor. Su hermano shulca, *Mi Rulito*, como lo tratábamos todos, falleció a los 72 años; un mes después se apagó la *luz de la velita*, de la amorosa madre que Dios nos concedió, dejándonos sumidos en honda tristeza, pero agradecidos por haberla tenido con su incondicional amor.

Hoy, *Negruta* querida, *ojitos de cuculí*, estás ya en la presencia de nuestro Creador, con todos los que amaste y te amaron, que se adelantaron a ti.



En nuestros corazones solo queda espacio para el amor y gratitud a ti, porque de lo poquito que siempre tuviste nos lo diste todo, a nosotros tus hijos, a tus hermanos, a tus vecinos, a tus miles de alumnos, a los lugareños de Jecumbuy, a los padres de familia y, de manera especial, a tus *Piriñuelos* de La Hualanga y La Succha, a quienes dedicaste tus enseñanzas con especial pasión.

Madrecita querida: *¡Descansa en paz!*

Noviembre de 2018

**Isidoro A. Gómez**  
**Montenegro**  
MÉXICO



Poeta, originario de Tampico, México. Sus obras están incluidas en 45 antologías internacionales: España, Perú, Argentina, Bolivia, Estados Unidos, Francia, Chile y México. Ha publicado 6 poemarios. Ganó muchos premios. Pertenecer a la Red Internacional de Escritores por la Tierra y al Movimiento Poetas del mundo. Asiste con éxito a eventos internacionales.

[poeta\\_montenegro@hotmail.com](mailto:poeta_montenegro@hotmail.com)

### GRATITUD A LA VIDA

Los mejores años de mi vida  
pasaron... No los comprendí.

    Mi corazón,

    aldea de calles infinitas,  
    andar con otros pasos

    lo conocido se extravía.

    Digresión extraña refinada,  
    agresión al objetivo.

    Odio y amo la vida,

    algún día tomaré la palabra  
    serán catarata de abismos.

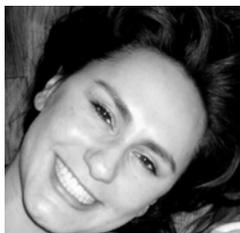
    Entran por puertas y ventanas del mundo  
    el desplome; sima de la tarde.

    Transparente sol a mis ojos sigue,  
    absurdas señales, grutas  
    terracerías, portal y muros falsos.

    Despierto sin huellas,  
    sin palabras, todo es uno en mí.

Ni la muerte, ni la vida  
esconde un sentido.  
El hombre no produce milagros ni nardos.  
Todo tiene límites,  
incluso la vida amorosa y la dulce ira.  
Mis pasos serán ocasos eternos,  
cementerio de ríos,  
rito doméstico trasmisible  
tratando de prolongar lo irremediable.  
Aprendí a guardar silencio,  
sabía que era alondra de mar  
ola profunda sin espuma,  
lirio ambiguo, reloj sin manecillas.  
La mirada fija en tierra áspera  
golpea mi cuerpo.  
Noche y madrugada...  
La eternidad llega a tierra ciega.

**Jessica Siul González  
Rosales, *Jessica Siul***  
MÉXICO



De Chihuahua. Radica en México D.F.  
Terapeuta Holística (REIKI, Terapia  
de BARRAS), Técnica de Sanación LUZ DORADA,  
Técnica Ancestral Hawaiana (HO'OPONOPONO)  
[jessicasuil@hotmail.com](mailto:jessicasuil@hotmail.com)

El concepto de gratitud es complejo. Yo no lo entendía. Todo lo procesaba a través de mis memorias dolorosas, por lo mismo las emociones de tristeza, de impotencia y de miedo se activaban en mí...

Ahora puedo diferenciar desde mi sentir... “No se puede estar enojada, frustrada y triste al mismo tiempo que agradecida; no hay espacio, no hay cabida.”

Fue entonces cuando comprendí que yo podía elegir y entonces... “elegí”.

Pedí en cada evento desagradable que se me mostrara con claridad la bendición, que ponía mi disposición para poder “mirar” lo que a través de mi razonamiento no podía, pero que el Amor Divino podía mostrarme.

Y no ocurrió rápidamente, este proceso tomó su tiempo:

En este caso, la enfermedad fue mi maestra y a la larga “mi bendición”. Comencé a presentar problemas hormonales, quistes en ambos ovarios, de hecho, fueron 11 quistes en un ovario y 11 quistes en el otro, también un mioma de 8 centímetros provocando en mi cara un acné que jamás había vivido.

Estaba yo tan asustada porque mi ginecólogo estaba listo para operarme y yo no tenía ni las ganas, ni el dinero

para llevar a cabo ese procedimiento.

Justo durante ese proceso apareció en mi Vida mi maestro de Reiki, quien me sugirió que no me operara, que sanara la emoción que estaba provocando ese síntoma en mi cuerpo; también ofreció enseñarme Reiki, que lo aplicara en mí. Me sugirió que tomara este evento como una oportunidad. Sin dudar lo seguí, tuve mucho aprendizaje, ahí fue cuando “aprendí que cuando hay voluntad se puede conectar con el Amor dentro del caos”.

En este proceso no sólo se sanó la piel de mi cara, también se eliminaron esos quistes y hasta el mioma, lo supe porque el ultrasonido me mostró eso. También estos síntomas me dieron la oportunidad de mirar esas heridas emocionales, que había ignorado por temor a enfrentarlas, “sintiéndolas”. Aquí nace de mi Corazón la “gratitud al evento que alguna vez creí desafortunado”, aquí expando mi mente, aclaro mis sentimientos y “me abro a ver el Milagro en cada instante, en cada cosa”, en el momento presente; a esto lo llamo "abrirme al Amor".

La Energía Universal, que es Reiki, me asistió de forma muy amorosa, es el más grande regalo que recibí al ponerme a disposición de una Energía Superior.

Desde mi percepción: “el problema llegó con su solución como un Plan Perfecto”.

Retomar la capacidad de asombro y poder sentir agradecimiento por el Sol que nos ilumina, alienta y alimenta la Vida, por el aire que sin duda es el alimento más importante para nuestros cuerpos físicos, por las flores que están en mi camino y que antes ni siquiera notaba, por los alimentos que cada día la Vida me da y poder percibir el Amor de la Madre Tierra al brindarse ante todos sus habitantes de manera incondicional. Gratitud por los amigos y familiares que nos dan lecciones Amorosas y por aquellos que nos ponen el dedo en la llaga para poder sanar esas heridas que están ocultas y que necesitamos hacerlas conscientes para ponerlas a la Luz de la Consciencia y así

entregarlas al Amor Divino para su transformación. Agradezco y bendigo a todas aquellas Almas que me han dado la oportunidad de mirarme, a aquellos procesos de enfermedad que me han hecho más empática y sensible al Amor, al aire, al agua, a mis compañeros animales por su Amor incondicional...

Hay tanto que agradecer, que no acabaría...

Me siento agradecida por estar agradecida, pues me siento conectada con la Fuente Divina...

Gracias por los momentos felices, por los procesos de Crecimiento, por la gente que ha estado en diferentes momentos de mi Vida, mostrándome mis sombras y mis luminosidades.

Gracias, Gracias, infinitas Gracias....

**José Hilton Rosa**  
BRASIL



Reside en Belo Horizonte. Autor de los poemarios *Laços de sangue*, *Choro de sangue*, *Versos em alças de fogo*, *Inversos* (coautoria de Carmo Antunes), *Sorriso e lágrimas* y *Alma Exposta*. Sus obras aparecen en antologías internacionales. Es miembro de instituciones culturales de varios países.  
joiltonrosa@yahoo.com.br

## GRATIDÃO E AMOR NA MINHA VIDA

Ser como pai educando seu filho  
Ensinando a crescer  
Ver as plantas florescerem  
Alimentar com o que a terra produz, natureza mãe  
Trabalhar e ganhar seu pão  
Para que a cesta nunca faltará

Ensinar a caminhar descalço ou com alpercatas, sem luxo  
Ensinar também que deve saber ler e escrever  
Ensinar que nunca deve maltratar seu pai  
Valorizar a vida para o bem viver  
Com exemplo ensinar a honestidade  
Ser grato até com castigo recebido, escola de vida

Lembrar de todos os irmãos  
Lutaram para que não fossemos pagãos  
Castigar como ensinamento, ajoelhar e agradecer  
Ensinar o caminho da igreja para confessar  
Uma esmola para o necessitado doar  
Com humildade cativar

No frío dividir seu cobertor  
Seu brinquedo ensinar fazer  
Ser exemplo de pai como um pai  
Como um pássaro esquecido que faz seu ninho  
Com paciência esperar a morte  
Com ela muita saudade deixar

*Ser grato com amor na vida, preservar a vida em todo mundo*

## GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA

Traducción tentativa:  
Guillermo Bazán Becerra

Ser buen padre y educar a su hijo  
enseñándole a crecer,  
apreciar las plantas y su floración,  
alimentarse con lo que la tierra y la madre naturaliza  
produce,  
trabajar y ganarse el pan  
para que nunca falte em la canasta familiar.

Enseñarle a caminar descalzo o con sandalias, sin lujo;  
enseñarle también a leer y escribir,  
enseñarle que nunca debe maltratar a sus padres,  
que valore la vida, aún com sus limitaciones;  
enseñarle la honestidad con el ejemplo,  
agradecer incluso el castigo recibido en la escuela de la  
vida.

Recordar y agradecer a los hermanos  
que aportaron para que seamos mejores  
y nos enseñaron a arrodillarnos y agradecer,

a seguir el camino de la iglesia para confesarnos,  
dar limosna para los necesitados  
y ser humildes y serviciales.

En el frío dividir su manta y  
su juguete para enseñar.  
Engendrar ejemplo como padre,  
como un pájaro hace su nido olvidado.  
Pacientemente esperar la muerte  
aunque deje mucha nostalgia.

*Ser agradecido con el amor en la vida, para preservar la  
vida en el mundo.*

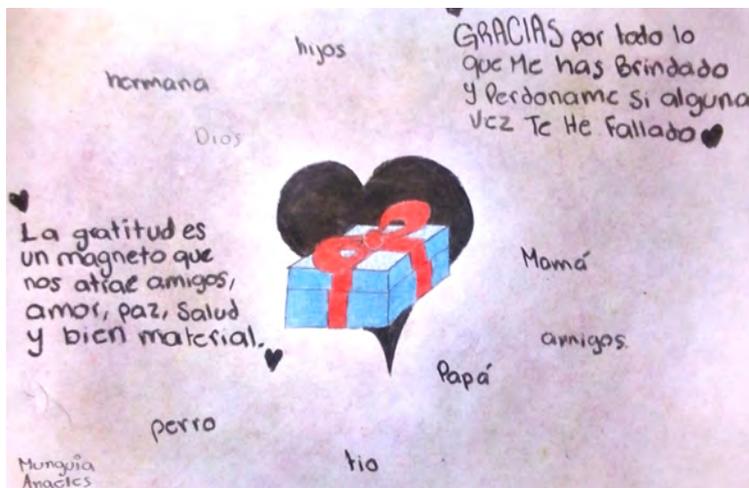
**Juan Ernesto Munguía Ángeles**  
MÉXICO



De Querétaro. Alumno de Preparatoria en el Instituto Vasco.

roka123sabroso@gmail.com

Todos, creo, dibujan un corazón para indicar que aman o que quieren. Hasta en la ropa o como adorno en todas partes. No sé si es que es con el corazón que se ama, quizá es con todo nuestro ser... y por eso es tan fuerte y en ocasiones es hasta terrible, porque encierra todo el sentimiento feliz o todo el sufrimiento.



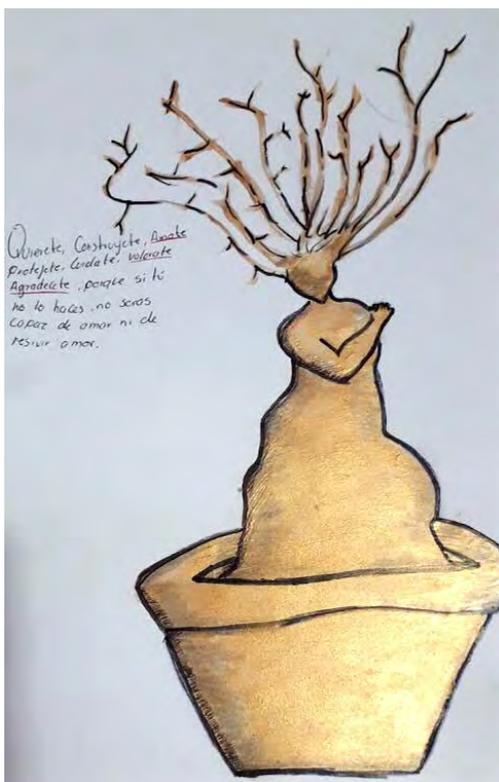
**Liliana Guadalupe Vergara Arreola**  
MÉXICO



De Querétaro. Alumna de Preparatoria en el Instituto Vasco.  
[lilianaarreola55@gmail.com](mailto:lilianaarreola55@gmail.com)

### EL ÁRBOL MUJER

Quiérete, constrúyete, ámate, protégete, cuídate, valórate,  
agradécete, porque si tú no lo haces, no serás capaz de amar  
ni de recibir amor.



**Lucero del Castillo**  
**Pisco**  
**PERÚ**



De Tacna. Tiene 15 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", 4° Grado, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

Me  
despierto  
con el alma  
hecha pedazos,  
porque  
tú no estás.  
Incluso cuando  
no podía ver  
a mi familia  
y sentía la presión  
sobre mí...  
¡Incluso cuando  
decía que no!

**Luis Eugenio Muñiz  
Guillén**  
MÉXICO



De Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. Técnico en varias áreas y profesional en ciencias. Integrante y directivo de varias instituciones culturales. Promotor artístico y cultural. Premio Estatal de Altruismo. Diseñador Gráfico. Conferencista. Premio de Literatura Chiapas 2011. Ha publicado muchas obras.  
eugenismos@gmail.com

## GRATITUD

Mientras la fe, aunque pequeña  
mueve montañas  
y la inquebrantable perseverancia  
de aquella incolora e insípida  
gota de agua  
que con total precisión  
perfora inclusive,  
a esa misma roca  
que golpea la ola.

La voluntad, trepa las cimas  
y acaricia las más altas cúspides,  
mas sólo la gratitud  
es la llave universal  
que abre todas las puertas que encuentras  
e incluso,  
crea pasadizos y puertas  
donde antes, seguramente  
sólo había  
elevados y muy anchos muros,

de la más dura piedra.

Para los hombres de ciencia,  
la distancia más corta  
entre dos puntos,  
ha sido siempre la recta.

Sin embargo,  
para los hombres de fe,  
la distancia más corta  
entre dos o más puntos,  
por más distantes que éstos se encuentren  
el uno del otro  
en el espacio-tiempo,  
es y por siempre será  
en éste  
y en todos los Universos que existen,  
la gratitud infinita hacia Dios  
y hacia cada uno  
de los hombres, mujeres  
y otros seres del mundo.

**Luis Manuel Santos Ríos**  
MÉXICO



Empresario, radicado en México DF.

## GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA

Hay mucha gratitud en mi vida, creo que algunos van con él o los amores en mi vida; quiero dedicárselo a mis peluditos, a los que algunos llaman mascotas, animales de compañía; yo los llamo familia; sí, a mis animalitos que me han acompañado durante mi vida. Siempre he tenido familia, han llegado cuando niño, quizá cuatro años: teníamos un gato –no recuerdo su nombre–, pero era muy pequeño. Mi casa casi fue un zoológico, gracias a mi hermano y a mí, que compramos aproximadamente treinta pollitos, una gallina, una serpiente, una anguila eléctrica.

Lo de la serpiente fue muy cómico: sucedió porque mi hermano la llevó con mi vecino y se puso agresiva, quería huir, yo le agarré la cola, pero se levantó y se me aventaba. Llegó la mamá de mi vecino, que también se llamaba Juan, y le gritaba ¡Qué hacen...! Llegó mi papá y también gritaba: ¡Juan, qué está pasando...! Yo trataba de esquivar las mordidas de la viborita de metro y medio. Mi papá rápidamente encontró un palo, con el cual terminó con el problema. Los gritos y la escena aun nos dan risa nerviosa.

Los pollitos, después de un tiempo, crecieron y ya no eran tan simpáticos como de chiquitos, así que los vendimos. La gallina descansó de tanto pollerío; ponía huevos a diario, pero no los comíamos por saber el origen así que mi mamá vendió la gallina. La anguila duró algún tiempo más y murió: olía horrible. Compramos peces, que al principio eran la novedad, pero tampoco duraron mucho estos animalitos, porque éramos niños y no les tomamos mucho cariño; quizá por eso no duraron.

Visitamos a uno de mis tíos, habían nacido perritos. Con el

vecino, mi papá me llevó y me dijo: Escoge uno. Agarré al más bonito, uno güerito; mi primer perro, el valiente. Tendría yo cinco años, algo así. Vivió casi todo el tiempo con mi abuela, se habían caído bien porque ella lo alimentaba; vivió cerca de doce años.

Después llegó doña Fifi. Me la regalaron en un 24 de diciembre. Hermosísima, chiquitita. Cuando me la dieron me quedé con ella en la sala, con una vela, para que no se espantara o le diera miedo. Nos robó el corazón a todos, desde el principio. En una ocasión fuimos a Ameca meca y se llenó de animalitos como piojos y mi papá la empapó de gasolina, se murieron los animales y por poco mi hermosura. Siempre con un carácter muy especial: no aceptaba que yo llevara alguna novia o amiga a casa y no se me despegaba, colocándose entre los dos y le pelaba los dientes, celosa; ahora hasta se lo agradezco... porque varias de esas modelitos no eran muy recomendables... Jajaja...

A Fifi se le celebraba su cumpleaños en grande. Yo viajaba mucho entonces a diferentes partes del país y a veces por semanas. En una ocasión, llegando de viaje, fuimos a Coyoacán a comer churros y café. Mi papá dejó un paquetito de churros en el coche, para caminar en el centro. Fifi se quedó en el auto y cuando llegamos ya no había churros y ella mostraba cara de inocente, como que no sabía qué había pasado, pero tenía la cara llena de azúcar. Como era la consentida, nada pasó. En una ocasión, en Pachuca, mi papá y yo fuimos a una fábrica de queso, ya que a Fifi le gustaba mucho el queso. Mi papá pidió el queso más grande que tuvieran: era de diez kilos; lo compró como regalo de cumpleaños a la perrita que pesaba cinco kilos; era enorme ese cumpleaños. Fifi fue feliz, ella dormía con mis papás, en medio. Hasta entonces mis papás no eran perreros, pero ella con su carácter se los ganó. Para dormir ella se chupaba el dedo, se metía sus patitas a la boca y así se quedaba, a veces hasta se le salía la baba; mi papá la cargaba en sus brazos. Para todos lados salíamos mucho con ella, pero a mis papás los volvía locos, por su forma de ser. Un día le salió una bolita en la nariz: tenía cáncer, la llevamos a la quimioterapia. El doctor dijo que ella, ya con catorce años de edad, iba a estar triste, que poco a poco dejaría de comer. Lo que no sabía ese doctor es que mi niña tenía tantas ganas de quedarse que comió hasta el último día y corría,

patinaba por la casa, cuando alguien llegaba brincaba, sus ojos estaban llenos de vida, hasta que regresó la bolita, meses después. A ella le hice un cuadro, lo pinté todo amarillo, siendo ella güerita; me preguntaban por qué todo amarillo y es que ella llenaba todo, en cuanto estaba la casa se sentía feliz con ella caminando por ahí mirándonos con sus ojitos negros redondos.

Nos costó mucho trabajo considerar tener otro familiar de cuatro patas, después de Fifi. Años después llegó mi hermano con un angelito llamado Lucka (así se llamaba su abuelita de ella, por eso ya venía bautizada), una Golden hermosa. Con su cabecita redondita brinca y corre por toda la casa, su sonrisa y ojos hermosos con cautivadores, escoge para dormir la parte de debajo de mi cama: ahí fue siempre su lugar; bueno, a veces se iba con mi mamá a dormir. No le gustaba estar solita. Al poquito tiempo de estar en casa nos la llevamos a Oaxaca y se comportó de maravilla en un viaje de 6 horas. En la ciudad nos la chuleaban, a cada paso le encantaba meterse a las fuentes cosa que de repente causaba risa nerviosa porque nos podían regañar, no sucedió así. Sus viajes no pararon ahí, fuimos a Acapulco para que conociera el mar, le encantaba el agua al ver aquella albercota corrió para allá y la primera ola la revolcó; se terminaron las visitas al mar, ya no le encantó esa idea de ser revolcada.

Con Miler tuvo 7 crías. Fue amor a primera vista. El ser mamá para ella era algo natural. Le encantaban los peluches y a todos los limpiaba y arreglaba: se había estado preparando para su maternidad. Era una cosa hermosa ver a esta manada de siete latosos; regalamos a seis y se quedó Rayita, que quedó con mi mamá.

Rayita va adelante en nuestros paseos, nos espera en las esquinas para cruzar, vamos al parque, jugamos y cuando se sienta es momento de regresar a casa, le gustan los perros chiquitos y juega un ratitito con ellos, duerme debajo de mi cama o en la cama de mi mamá.

Hay mucho que aprender de nuestras mascotas. El amor incondicional creo yo es lo que más admiro de ellos todos con sus formas todos con sus personalidades diferentes empaques, convencido estoy que son hechos igual que nosotros a imagen y semejanza de Dios con otras formas, pero todos los animales venimos del mismo origen: el amor.

**Luiz Henrique Becker**  
BRASIL



Nació en Santa Cruz do Rio Pardo, interior de São Paulo. Entre los reconocimientos que ha recibido están los importantes de Comendador pelo Clube dos Trovadores Capixabas y Magnífico Intelectual del año 2016. Fue elegido en ese mismo año como uno de los 20 mejores poetas en su región.  
[luizhenrique.becker@yahoo.com.br](mailto:luizhenrique.becker@yahoo.com.br)

GRATITUDE E AMOR  
EM MINHA VIDA

Gratitude, Amor e Atitude  
São gestos de carinho e afeto  
Em minha vida recebi o melhor  
Construí com minha família  
O belo dom da partilha

Fui criado por meus avós  
E eu nunca levei a vida a só  
Mesmo havendo guerras íntimas  
Todo sentimento negativo  
Meus avós me ensinaram  
A reduzir o que há de ruim a pó

O vento do tempo  
Levou minhas melhores sementes  
E em meu rosto brotou um sorriso  
Deus sabe aquilo que eu preciso  
Com Gratidão e Emoção meu coração palpita

Enfim dentro de mim  
Meu coração se agita

Sou Feliz e Creio na Força do Amor  
Ele cura qualquer dor  
Gratidade e Amor em minha vida  
É saber tornar as lágrimas em gotas de chuva  
Assim, se entrega o cacho de uva  
Para ser festejante como o vinho  
Ou até mesmo azedo como o vinagre

Gratidão e Amor eterno  
Marcas de saudade  
E no final só felicidade  
E assim a Gratidade e o Amor  
Enfim curaram toda a dor  
E fizeram sua morada em mim.

**Mabel Camelino**  
ARGENTINA



De Colonia Liebig, Corrientes. Profesora para la enseñanza Primaria, en la especialidad de Historia y Geografía. Poeta y amante de la buena lectura, cuyo hábito proyecta a su alumnado. Antologada, participa en diversos eventos literarios.

[mabelcamelino07@gmail.com](mailto:mabelcamelino07@gmail.com)

## LEY DE EQUIDAD

Cultiva el altruismo. Cada uno de nosotros posee tierra fértil en el corazón. Sólo debemos afinar el oído de nuestra conciencia para escuchar los mandatos del corazón y, en la práctica de este arte, se verán los resultados.

A lo largo de mi vida, aprendí a ser respetuosa de las leyes que rigen el universo, y una de ellas, la que más admiro, es la ley de equidad. Hay un equilibrio entre nuestros actos, y la devolución que nos hace de ellos el universo, energía poderosa y generosa.

Si detrás de tu intención se halla presente el amor, vendrá una cosecha abundante, despreocúpate de cuándo.

Comienza en el crepúsculo de tu vida construyendo puentes con tu palabra y destruyendo límites y fronteras con tu acción.

En un pequeño poblado, a orillas de un arroyo, dos ancianas amigas lavaban ropas. Mientras, una joven se quejaba del tiempo que transcurría, sin hacer nada. De pronto una de las ancianas levantó la vista y dijo, dirigiendo

sus palabras a la joven:

— ¡Mejor ayuda a tu madre con el lavado de ropas!

La imprudente joven miró a la anciana de las palabras y respondió:

— ¡Mejor usted métase con su hija, que ya quedó embarazada!

La anciana bajó la mirada y no volvió a hablar. El dolor se reflejó en sus ojos, que se vieron enturbiados por unas lágrimas.

Pasaron los años y a orillas del mismo arroyo, la joven, ahora mujer, enjuagaba las ropas de su bebé. Estaba sola. De pronto se inclinó hacia el agua y vio dibujarse las figuras de dos ancianas. Cuánto dolor le vino a la memoria, ¿cómo borrar el recuerdo de otrora? Tan sólo poder enmendar de alguna manera su falta...

Años pasaron y la tecnología creció vertiginosamente. La misma mujer se encontraba esperando su turno para llegar al cajero, de pronto volvió la mirada y avistó a una anciana que caminaba con dificultad, sostenida en un bastón, en dirección a donde se encontraba. La cola del cajero era larga, pero nada detuvo a la anciana. Se abrió paso y se alineó entre la multitud, junto a quien le inspiró confianza:

— ¿Puedes ayudarme con el cajero?, susurró

Y la mujer asintió. No había ninguna sombra en su mirada. Apenas recordó un episodio de hacía treinta años atrás, cuando esa misma anciana, le había apartado del ser amado.

Qué rara es la vida, nunca nadie adivinaría, los giros que da. Pero por sobre todas las cosas es justa: es la ley de la

equidad.

Levántate por la mañana y haz sentir tu gratitud al cosmos. A lo largo del día haz tres favores y nunca esperes que te devuelvan, ni te acuerdes del acto realizado. Ellos volverán a ti siempre multiplicados.

**Marcela Barrientos**  
ARGENTINA



Nació en la provincia Corrientes, radica en Buenos Aires. Poeta y narradora. Titulada en inglés y con estudios en abogacía. Especializada en dar clases a alumnos con dificultades escolares. Es integrantes de importantes grupos literarios internacionales. Participante exitosa en diferentes eventos de varios países. Varias de sus obras integran importantes antologías internacionales.  
barrientos.mar@hotmail.com

DE QUÉ ME SIRVE EL AMOR  
Y SABER DECIR GRACIAS

Tuve el amor incondicional de mi querido padre,  
y aunque hoy no esté físicamente presente  
su amor vive en mí, en sus enseñanzas y ejemplo.  
Tengo el amor más puro en mi madre ciega  
y aunque tiene su mente vacía... besa nuestras manos  
y nos agradece cada cuidado que le ofrecemos.  
Yo encontré el amor verdadero en mis padres,  
e intento proyectarlos en mis hijos, aún con mis errores.  
Doy gracias a Dios por ponerme a buenos padres en mi  
vida  
ellos supieron darme todo el amor que necesitaba para  
crecer.  
Ante tanto amor solo necesito dar gracias a Dios por  
ustedes.

20 noviembre 2018 ©® Derechos de Autora Reservados

## LA GRATITUD Y EL AMOR

Cuando se ama se es agradecido a la vida, por lo que la gratitud también es un acto de amor.

No se puede ser desagradecido si hay amor en nuestras vidas y no hablamos solamente del amor en pareja.

Veo muchas mujeres que atienden comedores infantiles y el estar rodeada del amor de los niños les sirve de fuerza y son agradecidas por el apoyo mutuo que surge cuando hay una tarea en común.

En donde hay amor sincero hay Gracia y es fundamental dar gracias a Dios por poder vivir dentro de una relación que cada vez es más difícil de poner en práctica.

Uno ama y agradece el amor correspondido. Ser agradecido es el combustible para que ese amor siga creciendo y perdure. Porque lo más difícil en estos tiempos efímeros y de cosas descartables, es mantener el sentimiento y alimentarlos con actos de bondad y gestos que lo demuestren...

No se necesita dinero para amar de verdad y si así fuera por tratarse de obras de Caridad, de amor al prójimo, es muy común que una fuerza que muchos creen extraña, pero se funda en ese mismo amor pueda lograr el cometido.

Hay tantos ejemplos de amor que no salen a la luz porque es mejor publicitar escándalos mediáticos que la sociedad está perdiendo la Fe en los actos de amor y en lo valioso que es ser agradecidos.

Una vida proyectada en estos dos sentimientos jamás será estéril, dará frutos en abundancia.

22 noviembre 2018 ©® Derechos de Autora Reservados

## SENTIR EL AMOR Y SER AGRADECIDOS

Lucas 17.

(15) Entonces uno de ellos, viendo que había sido sanado, volvió, glorificando a Dios a gran voz,

(16) y se postró rostro en tierra a sus pies, dándole gracias; y éste era samaritano.

(17) Respondiendo Jesús, dijo:

¿No son diez los que fueron limpiados?

Y los nueve, ¿dónde están?

Es una de las sanaciones más recordadas del Nuevo Testamento, Jesús sana a diez leprosos y solo uno le agradece. ¿Cuántas veces nosotros pedimos ante una necesidad un milagro a Jesús? ¿Cuántas veces regresamos a agradecer su Gracia? En líneas generales, una vez recibido el milagro regresamos a la vida normal, olvidándonos de ser agradecidos. Lo hacemos con Dios y lo hacemos entre nosotros, sin importar el vínculo que nos una a la persona que le pedimos el favor.

Cuando se siente el amor, la palabra gracias debe estar vinculada a ese sentimiento. Hay tantos motivos por los que estar agradecidos: por una sonrisa, por un mensaje, por cuidarnos en la enfermedad, por apoyarnos en nuestras actividades, por ese consejo tan necesario y tantos más.

A veces leemos frases que nos dicen que lo primero que hay que hacer en las mañanas es agradecer el día nuevo y lo último al anochecer es agradecer el día vivido. Y es un buen consejo porque por más negro que haya sido un día, seguro siempre hubo un gesto de alguien que como muestra de amor hizo la diferencia.

Seamos como el leproso agradecido del Amor de Dios, que por medio de su Hijo lo curó de su mal.

**María Alejandra Ávila**  
ARGENTINA



De Mar del Plata. Profesora, Lic. en Gestión Educativa, Escritora, poeta, ensayista, periodista independiente, dramaturga, productora, cantante fotógrafa. Ganadora de muchos premios y reconocimientos. Sus obras están integradas a varias antologías internacionales. Ha publicado “Vivencias, I”.  
[anemo69@hotmail.com](mailto:anemo69@hotmail.com)

MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA

En gratitud.

Príncipe de los ingenios,  
bondad, verdad y realidad  
se encuentran en sus escritos.  
Se aprecia su estilo  
y el arte de Italia.

Su legado de vivencias se  
aprecia en su máxima creación  
El Quijote de la Mancha,  
el ingenioso Hidalgo,  
un caballero y su compañero.  
El Quijote y Sancho  
por la vida ....  
y tantas locuras.

Una vida llena de fortuitos  
lo marcó, pero pudo más  
su perseverancia, su pasión.

Fue cautivo y esclavo  
en la batalla de Lepanto

Por 500 escudos de oro  
pidieron por su libertad.  
Intentó escapar y cuatro veces  
fracasó.  
Prefirió la tortura a la delación,  
así evitó las represalias a los demás.  
Un hombre de principios  
marcaba su personalidad.  
Sus escritos ensalzan su heroísmo.

Muchas traiciones soportó,  
pero con afán logró ser liberado  
en aquel septiembre.

En la cárcel engendra su máxima obra  
épica, lírica, trágica y cómica,  
su crisol genuino de la parodia  
de todos los géneros.  
Autor canónico de la literatura occidental,  
donde deja a la luz su imaginación,  
pensamiento brillante,  
su alma,  
sus pesares...

Marcó el comienzo del realismo  
como estética moderna,  
pero consagró y condenó algunas  
de sus obras al perpetuo  
silencio.  
Así fue y es Miguel de Cervantes,  
presente y futuro,  
eterno, eterno.

**Maria de Fátima Oliveira**  
**Batista, *Fathma Oliveira***  
BRASIL



De Parnaíba, Piauí. Textos publicados con temas libres en el Portal Recanto das Letras.

Participó en dos eventos culturales en Portugal. Uno de sus poemas se publicó en *Minerrevista Literária Contando e Poetizando*. Elaboró el prefacio del libro biográfico “Varenka de Fátima”. Considerada en algunas antologías.

[fathma.bapt@yahoo.com.br](mailto:fathma.bapt@yahoo.com.br)

### GRATIDÃO PELA VIDA

Só, e apenas os loucos de amor e sonhadores anseiam  
viver num mundo melhor

Sejamos nós, pois, todo dia!

A alegria da chegada,

o abraço que conforta e contagia,

o sorriso que acolhe,

a palavra que consola e liberta,

o conselho que orienta,

o amor sublime que envolve,

a gratidão que enobrece,

o pão que alimenta a matéria,

a fé e a oração que alimenta o espírito,

o perdão pelas ofensas,

o remédio que sara e cura as dores,

o despertar para a bondade,

a bênção de cada dia,

a humildade que engrandece,

o canto que encanta,

a brisa que acaricia,

a luz, Farol Divino que ilumina,

a calmaria depois da tempestade,  
o sol que brilha intenso todo dia,

Que a gratidão pela vida, o desejo de mudar o mundo em  
pequenos gestos de amor, de paz, respeito ao próximo e a  
natureza seja sempre parte de nós.

### GRATITUD POR LA VIDA

Traducción tentativa:  
Guillermo Bazán Becerra

Sólo, y sólo los locos de amor y soñadores anhelan vivir en un  
mundo mejor  
¡Seamos eso nosotros, pues, todos los días!  
La alegría de la llegada,  
el abrazo que conforta y contagia,  
la sonrisa que acoge,  
la palabra que consuela y libera,  
el consejo que orienta,  
el amor sublime que envuelve,  
la gratitud que ennoblece,  
el pan que alimenta la materia,  
la fe y la oración que alimenta el espíritu,  
el perdón por las ofensas,  
el remedio que sana y cura los dolores,  
el despertar a la bondad,  
la bendición de cada día,  
la humildad que engrandece,  
el canto que encanta,  
la brisa que acaricia,  
la Luz, Farol Divino que ilumina,  
la calma después de la tormenta,  
el sol que brilla intenso todos los días...

Que la gratitud por la vida, el deseo de cambiar el mundo  
en pequeños gestos de amor, de paz, respeto al prójimo y  
a la naturaleza sea siempre parte de nosotros.

**María Mercedes Motta**  
**Márquez, Mariame**  
PERÚ



Nació en el distrito Acarí, provincia Caravelí, Arequipa. Profesora de Educación Primaria.

Todos sus estudios los hizo en la Región Arequipa. Magister en Investigación y Docencia en Educación Superior. Participó en Concurso de Narrativa (2015), en su región. Escribió y dirigió la puesta en escena de la obra teatral “El zapatero que esperaba a Jesús” (2013).

[marjul380@hotmail.com](mailto:marjul380@hotmail.com)

## UN MUNDO MEJOR CON AMOR

¿Qué será de nuestra Tierra?  
¿Qué porvenir nos espera?  
¿Qué será de nosotros, qué será?,  
si el hombre esclavo del dinero es.

Veo en mi corto caminar  
que en el mundo domina la maldad,  
el hombre se olvidó de amar,  
busca el dinero y no la verdad.

Mi corazón de niña valiente  
quiere transformar esta triste realidad  
en un brillante presente  
donde reine la hermandad.

Unamos nuestras manos,  
vivamos como hermanos,

con paz y amor  
construyamos un mundo mejor.

Soy como tierra sedienta, Señor,  
que acoge tu lluvia con amor;  
guía nuestro caminar  
para poder el mundo cambiar.

**María Virginia Rubio**  
ARGENTINA



Nació en Trenque Lauquen, Provincia de Buenos Aires, Argentina. Profesora de Castellano, Literatura y Latín. Escribe poesía y narrativa. Su presencia ha tenido participación importante en diversos eventos internacionales en su país y en otros.

[mariavirubio@hotmail.com](mailto:mariavirubio@hotmail.com)

### CONFESIÓN

En la quietud de la tarde,  
acunada por mil grillos,  
mientras contemplo el paisaje  
estoy pensando en mis hijos...

¡Cuánto crecieron, Dios mío,  
si ya me dieron tres nietos...!  
¡Cuánto los quiero, Dios mío,  
aunque yo los sienta lejos...

Hoy le agradezco a la vida,  
mientras se incendia el ocaso,  
por tantas buenas amigas,  
familia, estudios, trabajo...

Porque en mi largo camino  
entre montañas y llanos,  
tuve espinas, tuve rosas,  
y Tú seguiste a mi lado...

Ya se durmieron los grillos...  
Ya está el cielo estrellado...  
Yo te agradezco, Dios mío,  
por todo lo que me has dado.

**Maricielo Verónica  
umachoque Sandoval**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 12 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Santa Cruz".  
Cursa el 6° Grado de Primaria.

A veces  
me arrepiento  
el no haberte dicho esas cosas  
cuando estás a mi lado.  
Ahora que te has ido,  
dejaste un vacío en mi corazón,  
porque sé que no volverás jamás.

**Mario Darío Fuenzalida  
Delgado**  
ARGENTINA



De Misiones. Licenciado en Seguridad e Higiene Industrial, pero dedicado por vocación a la literatura e investigación. Escritor. Integra instituciones culturales internacionales y sus trabajos han sido incluidos en antologías que alcanzan su difusión en muchos países. Participa en eventos literarios importantes de su país y de otros, como los convocados desde Cajamarca, Perú.  
[mariodariofd@gmail.com](mailto:mariodariofd@gmail.com)

Esta anécdota ocurrió hace unos meses. Al comenzar a escribir estaba mi esposa a mi lado, sentí una sonrisa. Le pregunté qué pasa, entonces me contestó: De la misma forma encabecé un relato. Cuando quise cambiar lo escrito, me miró, agregando con una hermosa sonrisa: NO, AMOR. ¡SOMOS ALMAS GEMELAS!

Son las pequeñas y grandes cosas de la vida.

¡MARAVILLOSO!

Gracias a la vida, una vez más.

### CARTA A LA VIDA

Te escribo para contarte de mí... De las cosas que han pasado durante todo este tiempo.

Me conoces desde siempre; sabes también que nada fue fácil.

Me hiciste pertenecer a una hermosa familia, por ello me considero agradado.

Un hogar lleno de amor, de entendimiento, comprensión y bondad.

Me diste progenitores de excelencia, seres humanos maravillosos.

Mi padre era un inmigrante casi bruto para el trabajo, alto, de manos grandes y callosas, deformadas, duras... Pero suaves y tiernas al momento de las caricias. De él aprendí honestidad, humildad... Vivir en la verdad, sin envidiar los logros de las personas, me enseñó a perdonar los errores de la gente mal intencionada, y jamás olvidé sus palabras.

Siempre existe alguien que, por diversos motivos, quiere dañarte aún sin conocerte.

Me enseñó que el trabajo y el esfuerzo es el camino a la tranquilidad y a la paz interior, que es en verdad lo único que te hace una persona de bien.

Mi madre, una estrella del cielo en casa, todo amor, toda ternura; su sonrisa nos iluminaba, sus cantos nos alegraban ya que transmitía eso: alegría.

Era una originaria de esta maravillosa tierra, capaz de enfrentar un huracán. Nos enseñó que sólo con amor se puede vencer lo que creemos invencible.

En ese hogar nací y crecí, en el campo, donde se disfrutaba de la naturaleza, del aire puro, de los picos nevados, de los campos como alfombras verdes arrullando los pies.

Cada despertar era una delicia a los sentidos, el trinar de los pájaros invitaban a vivir.

Hice mis primeros pasos entre la niñez y la adolescencia en ese hogar de ensueños, en donde la adversidad se convertía en algo divertido para poder sortearla. Me llevaron de la mano y lentamente fueron dejando que avanzara por el camino... Ese sendero que aparecía ante mí, parecía fácil... No lo era.

No puedo quejarme de lo que tuve, aunque costó muchos sacrificios. Fue hermoso.

Transcurrí en un ámbito laboral muy parecido a aquel en el que había nacido, el campo.

Claro, significó alejarme un poco de la familia formada... También el modo de vida me templó ante lo que cotidianamente se presentaba. Tuve alegrías, días felices.

Pero como, sabes, los días de sufrimientos fueron mucho más que los días de alegrías.

Sabes también que por ello hasta dejé de pensar en ti. Te había idealizado al principio de mis días, y en el devenir de los días fui desilusionándome de ese concepto que tenía de ti. No fue tu culpa la desilusión, nada podías hacer, solo me mostrabas el cómo. Era yo quien debía caminar y elegir los modos. Pero inconscientemente te culpaba.

No quería saber más, no me importabas, no tenías nada que me llevara a tu lado alegremente.

El dolor que me causaste se convirtió en algo irreparable. Silenciosamente me llevaste por un camino, en donde las alternativas eran a mi elección, y otra vez actuaste inteligentemente empujándome a valorar el sentimiento, el que primó por sobre todas las cosas.

No sé del por qué te escribo, si para quejarme de ti, o para agradecerte. No lo sé. Pero a pesar de todo lo hago para que lo sepas.

Aunque escueta pero decidora, te escribo esta carta para amigarme contigo después de todo el tiempo en el que había decidido no hacerlo. Te escribo porque soy absolutamente tuyo. Quiero volver a sentirte. Quiero seguir disfrutando de ti. Quiero lo que me das, y ello es... TAN SOLO ESO: VIDA.

Mario Darío

**Marisela Núñez**  
**Contreras, Minerva**  
PERÚ



De Arequipa. Docente de Primaria. Ha ganadoun concurso de literatura con poesía infantil. Participa en eventos internacionales. Ha sido incluida en antologías internacionales. Socia de instituciones culturales. Ha publicado *Poemario, Mis favoritos y Helados para leer*.  
[mari.sel9@hotmail.com](mailto:mari.sel9@hotmail.com)

La mirada y el alma de quien guía a niños desde sus primeros pasos en la escuela, sin duda cada jornada es de gratitud y amor recíprocos. Por eso me parece oportuno incluir en esta antología internacional estos poemas y estoy segura que los lectores verán en las entrelíneas de cada uno ambos rasgos del corazón.

### MI MUÑECA

Yo tengo una muñeca  
una muñeca muy especial  
canta, ríe, come, llora,  
mi muñeca dormilona.

Yo tengo una muñeca,  
una muñeca muy especial.  
va creciendo cada día  
muy alegre y juguetona.

Yo tengo una muñeca,  
una muñeca muy especial,  
como quiere cultivarse  
de estudiar no debe olvidarse.

Yo tengo una muñeca  
una muñeca muy especial,  
y con el paso de los años  
yo la querré siempre más.

### LA ABEJITA

Abejita juguetona  
que vas de flor en flor  
observando coquetona  
la belleza del amor.

Abejita laboriosa  
que preparas nuestra miel  
como una niña curiosa  
al trabajo siempre fiel.

Abejita, tus esfuerzos  
siempre los imitarán  
en esta escuela los niños  
y nunca te olvidarán.

### CÓMO QUISIERA

Cómo quisiera, papito,  
que estés siempre a mi lado,  
y aprender tantas cosas  
para enfrentar mejor la vida.

Cómo quisiera, papito,  
poderte contar mis secretos,  
mis frustraciones y alegrías,  
que me escuches y sonrías.

Yo creo que tus consejos  
darían sosiego a mi alma,  
un abrazo tuyo  
me haría sentir más fuerte.

Te quiero tanto, papito,  
soy tan feliz cuando me sonríes,  
que quisiera congelar el momento  
y que dure para siempre.

### MI BANDERA

Dos rojos geranios  
y un jazmín  
forman la bandera  
en mi jardín.

El jazmín es  
el alma infantil  
y los geranios  
el valor y la fuerza juvenil.

### A NUESTRA MAESTRA

No te asombres  
si te abrazamos tiernamente,  
a tu lado dulces horas pasamos.  
Agradecemos la paciencia,  
tolerancia y los consejos  
que no olvidaremos jamás.

Maestra, en tu día  
te saludan con afecto  
hoy tus niños  
más traviosos  
que siempre  
te recordarán.

Aunque pasen los años  
nuestro cariño tan sincero  
y nuestros buenos deseos  
siempre te acompañarán.

**Melany Sofía Apaza Zap**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 12 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", Primer Grado H, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

Solía ser una niña  
perdida en medio del bosque,  
o ahogándose  
en un vaso de agua.  
Entonces vi una luz,  
una imagen iluminada,  
una mirada que me decía:  
¡Tú puedes, no te rindas!  
Fue como una predicción.  
Acabé en el colegio.  
Esa imagen resplandeciente...  
¡era mi Maestra!

**Mercedes Uriarte Latorre**  
*Sombrita Napelú*  
PERÚ



Nacida en el distrito Lajas, provincia Chota, Cajamarca. Licenciada en Enfermería, que ejerció en importantes hospitales. Publicó el libro “La Quinoa:Reina de los Cereales”, dos ediciones y el poemario “Sinfonía para la mujer del campo”. Ha sido incluida en antologías internacionales, Ha publicado en la Revista de Arte y Cultura “Choza de papel”. Integra instituciones culturales, con activa participación. Participa en recitales poéticos en varias ciudades.

[mercedesuriarte@hotmail.com](mailto:mercedesuriarte@hotmail.com)

*La gratitud no sólo es la más grande de las virtudes,  
sino que engendra todas las demás.*

*CICERÓN*

## CARTA DE GRATITUD Y DE AMOR A LA VIDA

Para ti,  
MI QUERIDA VIDA

Te escribo este domingo del mes que inicia la primavera. Hoy que, todavía, por la Gracia de Dios, he amanecido y, sentada frente al ordenador, te escribo, Vida mía. Hoy que, todavía, mi cerebro hila ideas, emite palabras y teje cuerdos pensamientos.

Hoy que, todavía, mis espátulas de seda pueden digitar el alfabeto, aunque el lápiz ya no sigue un camino derecho.

Hoy que mis ojos leen lo que mi memoria ve a través de ellos, para decirte lo agradecida que estoy contigo, aunque sé que lo sabes porque siempre, cual sombra, andas conmigo y porque aún tengo Fe.

Quisiera recordarte lo grata que siempre has sido

conmigo, desde que uso de razón tengo. Me regalaste unos padres que me inculcaron el amor a Dios, a respetar la autoridad, la ayuda y el servicio a los demás, la responsabilidad, la puntualidad y a levantarse temprano; el amor al estudio y al trabajo, y que cumplir el deber estaba antes de reclamar derechos.

Me enseñaron la valía de la palabra, cuando tan sólo ella era ley; la importancia de la solidaridad; a dar el asiento a los mayores y saludar. Me enseñaron la vida en familia, que la hora de comer era un acto sagrado, y alrededor de una mesa.

Los valores (ésos que, hoy, se van perdiendo) han sido las pautas que me han guiado junto a ti, Vida, que todo lo sabes. Porque en este largo caminar, siempre he contado contigo, mi grata compañera, desde que vi por primera vez la luz del alba en el regazo de mi madre, en aquella chocita de campo y de pedregales.

Has hecho posible muchas cosas buenas y hermosas. De todo me has dado: alegrías, penas, tristezas. Me has subido al cielo y me has dejado caer al suelo; pero has estado allí para, siempre, levantarme. Era la experiencia. Has sido y serás siempre mi sombríta protectora. Has sabido guiarme por caminos diversos. Me has hecho conocer a mucha gente. Tú me has impulsado a hacer muchas cosas, a desarrollar mis talentos y ponerlos al servicio de los demás. ¡Has hecho tanto por mí! Por todo ello, aún eres mi Esperanza.

A ti, Vida, que me has hecho feliz. Eres única e irrepetible. Contradictoria. A veces, monótona; pero nunca has sido aburrida. Eres la única con la que cuento; mi único tesoro, mi única posesión y nadie puede alejarte de mí, pues somos gemelas univitelinas, hasta el día que hayamos partido las dos.

Por eso, te amo, Vida, porque tú y yo decidimos elegir y queremos a quienes queremos: a la familia que tenemos, a las personas que nos quieren, a las que nos hacen sonreír o llorar y, también, a una que otra persona equivocada o no. Tus hijos son los míos, desde el principio hasta el final,

Vida, eres el mayor tesoro que poseo y no puedo perderte por descuido. No puedo maltratarte. Nunca debo agredirte ni violentarte. Siempre estamos ocupadas, aprovechando al máximo el tiempo –el mismo que, a veces, pienso que he

perdido-. Te alimento con ilusiones, esperanzas y novedades, con optimismo y alegría. ¡Ésa es, aún, mi Actitud!

Muchos años tengo compartidos contigo. Me has ayudado a superar y reparar esas goteras que, en un triste invierno, entraron por mi ventana y me sacudieron el alma. Tú estuviste allí, dándome ánimo. Y contigo he superado, también, muchas otras. Sin la Confianza en ti, Vida, nada hubiera sido como es.

Tengo un bolso inmenso, llenito de agradecimiento, por todo lo que me has hecho aprender, por haberme señalado el camino; por haber cumplido mi deber como nieta, como hija, como esposa, como madre, como abuela, como hermana, como sobrina y como amiga; por haber elegido ser enfermera; por haberme hecho fuerte; por haberme revestido de una caparazón de acero, diría hoy, para no dejar que las penas y los contratiempos me arañen los huesos ni enreden los pensamientos, aunque mi corazón lllore por dentro. Y eso es... Amor.

Gracias por, siempre, sorprenderme cada mañana con algún pensamiento nuevo y mejor, por ilusionarme, por descubrir nuevas cosas, por no abandonarme, por no dejarme caer.

Gracias por los hijos y las hijas, por los nietos que me has regalado; por las hermanitas, por la familia y por los amigos que pusiste como guardaespaldas a mí lado.

Gracias a Ti, Vida, regalo de Dios, por contar aún contigo. Te debo tanto. Pero quédate aún conmigo, pues tengo muchos sueños por realizar, lugares que visitar, a mis nietos ver crecer, mucho que compartir y dar a los demás. Eres la Seguridad que aún me acompaña.

¡Qué pequeñas son mis manos, Señor! ¡Cuánto he recibido de ti! Gracias por la Vida y por haber encontrado, con ella, cosas muy simples, pero fundamentales para ser feliz.

GRACIAS POR LA VIDA SEÑOR

Qué deleite tuve, Señor:  
despertar esta mañana  
con el trinar deavecillas  
al umbral de mi ventana.

Recordar me hicieron  
aquellas mañanas de mi infancia  
cuando la sinfonía de las aves  
era un coro en las montañas.

Gracias, Señor,  
por embelesar mis sentidos,  
ver de las plantas su verdor,  
de las flores su color, aroma y sabor.

Por recibir del Sol su radiación,  
a través de las mamparas de mi balcón.  
Gracias por mis cinco sentidos  
hasta hoy conservados;  
y por el hablar,  
por el andar  
y el pensar.  
¡Mas, no sé..., el mañana cómo será!  
Pero gracias te doy por la VIDA, Señor.

**Miriam Zavala Gómez**  
PERÚ



De Arequipa. Profesora especializada en educación infantil. Integra instituciones culturales y participa en eventos de nivel internacional.

### MARIANO MELGAR

En Arequipa, Mariano Melgar  
es símbolo de amor y entrega plena.

Hoy es día de fiesta.  
Cumple años Melgar,  
soñador y enamorado,  
alma del Yaraví;  
de estilo fino su pluma  
gran legado nos dejó

¡Mariano! ¡Mariano!  
Evocamos su nombre.  
Patriota y Poeta,  
de Humachiri, Héroe.  
Recibe la Gloria  
y la Libertad.



### SORPRESA

En mi vida docente, cada día fue de  
alegría, amor y felicidad con los niños  
a quienes ayudé a construir sus vidas.  
Gracias a ellos por esas jornadas inolvidables.

Ideas me vienen.  
Nada me detiene.

Lavo los platos,  
riego el jardín.

Risas de mi gata,  
miau, miaumiauuu...

Hoy día, mi casa,  
está limpia

SORPRESA  
Mamita:  
¡Lo hice solita!



¡ALCATRAZ!

¡Zaz, zaz, zaz, Alcatraz! ¡Ah, qué gusto me da! ¡Vamos a  
bailar,  
amigos! ¡Landó y Alcatraz,  
al ritmo de cajón peruano!

Gocemos el ritmo,  
orgullo nacional.  
Moviendo caderasejemplo se da ¡Zaz, zaz, zaz, Alcatraz!



**Mónica Maquera  
Mamani**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 13 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", Primer Grado G, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

Gracias,  
por vivir,  
por estar a mi lado  
en mis mejores y más tristes momentos,  
por soportar travesuras y locuras.  
Mi fiel compañero,  
el ser  
que siempre amaré.

**Nelly Ramírez Yasno**  
COLOMBIA



Nació en Ricaurte Paez, Cauca; radica en Cartagena. Escribe poesía, ensayo literario con temas sociales, amor y desamor, publica en varios medios e integra grupos literarios. Antologada y ganadora de premios, participa con éxito en varios eventos. Otro arte que desarrolla con éxito es la artesanía.  
[naryra3@gmail.com](mailto:naryra3@gmail.com)

## CARTAS

### CARTA 1

Un soldado despide a su madre,  
que lo espera en la sala de un hospital.  
La nostalgia ha invadido sus almas,  
exprimiendo en ríos la alegría en ese cristal de lágrimas.

Los separa las luchas de insaciables  
que el poder los alimenta.  
Llegó obligado a la guerra, ésa que lo separa de su madre  
enferma.

Lo agobia la tristeza, que aconjoja su alma;  
es el camino del calvario, esperar que lo envíen a su pueblo.

Él propuso trabajar desde su pueblo y estar al lado de  
quien más ama.

Lo consume el desespero, anhelando la carta del permiso.

Qué temple el del soldado

que defiende al que no conoce, da su vida

por un amor al prójimo

mientras su alma se desangra, gota a gota destilando su  
alma.

Son luchas desiguales, y no son nuestras.

## CARTA 2

Madre de mi alma,

te beso con el rocío de la madrugada;  
beso tus ojos, beso tu alma.

Estoy en cada atardecer a tu lado,  
en cada rato de sol que te quite el frío. Abre tu ventana y  
mira a las estrellas: como ellas, yo te amo.

Amo cada día que me regalaste ese abrazo eterno, y me  
decías "Mi niño, hijito de mi alma".

Doy gracias al cielo cuando corrias tras de mí, por las  
travesuras. Hoy espero por verte levantar de esa cama.

Te amo con un amor limpio, de éstos que nacen del alma.  
Espero que en esta vida nos reunamos antes que sea tarde.  
Espera, no te vayas sin que me despidas y me des tu  
bendición.

Besos desde mi corazón para ti, madre amada.

Un soldado

**Nilda Spacapan Mercuri**  
*Nilda Spacapan*  
ARGENTINA



Radica en Daireaux, provincia Buenos Aires. Poeta y dedicada con vocación a la actividad literaria. Masajista profesional. Estudió en el Instituto de Formación Docente y en ISAP-CIUDADELA. Cultiva la lectura y la fotografía.  
[nilspaca13@gmail.com](mailto:nilspaca13@gmail.com)

## UNA VERDADERA HISTORIA DE AMOR

Mis padres vivieron 55 años casados. Una mañana, mi mamá bajaba las escaleras para prepararle a papá el desayuno, sufrió un infarto y cayó. Mi padre la levantó como pudo y casi a rastras, la subió a la camioneta. A toda velocidad, sin respetar semáforos, la condujo hasta el hospital.

Cuando llegó, por desgracia, ya había fallecido.

Durante el sepelio, mi padre no habló; su mirada estaba perdida. Casi no lloró.

Esa noche, sus hijos nos reunimos con él. En un ambiente de dolor y nostalgia, recordamos hermosas anécdotas y él pidió a mi hermano, teólogo, que le dijera donde estaría mamá en ese momento. Mi hermano comenzó a hablar de la vida después de la muerte, y de conjeturas de cómo y dónde estaría ella.

Mi padre escuchaba con atención. De pronto pidió que lo lleváramos al cementerio.

-¡Papá!, respondimos, ¡son las 11 de la noche, no podemos ir al cementerio ahora!

Alzó la voz y con una mirada vidriosa dijo:

-No discutan conmigo, por favor, no discutan con el hombre que acaba de perder a la que fue su esposa por 55 años.

Se produjo un momento de respetuoso silencio, no discutimos más. Fuimos al cementerio, pedimos permiso al velador. Con una linterna llegamos a la tumba. Mi padre la acarició, oró y nos dijo a sus hijos, que veíamos la escena conmovidos:

-Fueron 55 años... ¿saben? Nadie puede hablar del amor verdadero, si no tiene idea de lo que es compartir la vida con una mujer.

Hizo una pausa, y se limpió la cara.

-Ella y yo estuvimos juntos en aquella crisis. Cambié de empleo..., continuó. Hicimos el equipaje cuando vendimos la casa y nos mudamos de ciudad. Compartimos la alegría de ver a nuestros hijos terminar sus carreras, lloramos uno al lado del otro la partida de los seres queridos, oramos juntos en la sala de espera de algunos hospitales, nos apoyamos en el dolor, nos abrazamos en cada Navidad, y perdonamos nuestros errores... Hijos, ahora se ha ido, y estoy contento, ¿saben por qué? ...porque se fue antes que yo. Ella no tuvo que vivir la agonía y el dolor de enterrarme, de quedarse sola después de mi partida. Seré yo quien pase por eso y le doy gracias a Dios. La amo tanto que no me hubiera gustado que sufriera...

Cuando mi padre terminó de hablar, mis hermanos y yo teníamos el rostro empapado en lágrimas. Lo abrazamos y él nos consoló:

-Todo está bien, podemos irnos a casa; ha sido un buen día.

Esa noche entendí lo que es el verdadero amor. Dista mucho del romanticismo, no tiene que ver demasiado con el erotismo, ni con el sexo, más bien se vincula al trabajo, al complemento, al cuidado y sobre todo al verdadero amor que se profesan dos personas realmente comprometidas.

Que la paz y el amor de nuestro Señor Jesucristo, que sobrepasa todo entendimiento, te acompañe siempre.

Bellísimas palabras. Por eso quiero morir primero.

**Olga Rojas**  
CHILE,  
CANADÁ



Chilena, reside en Canadá. Seudónimo: *Olga Rojas*. Poeta. Ganadora de premios y reconocimientos literarios. Defiende el medio ambiente. Sus obras se difunden por diversos medios y participa con éxito en eventos poéticos. Antologada internacionalmente. [olgarojas57@hotmail.com](mailto:olgarojas57@hotmail.com)

## RAMAS DEFORMES

Desde lo más profundo de mi corazón, te ruego hijo mío  
¡No seas una persona inconsciente!  
Tú que vives satisfaciendo tu adicción por los juegos y  
otros vicios y nada cooperas en tu hogar  
ni para la sociedad,  
siempre convencido que todo te lo deben entregar y de  
parte tuya nada quieres aportar.  
Te insto encarecidamente a cambiar de rumbo y tus  
errores enmendar,  
y logres vivir como corresponde y tu vida será fructífera,  
llevadera  
y libre de pesares para ti y tu familia.  
¿No anhelas acaso que tu pasar por la vida sea completa  
y placentera?  
Te sugiero que reflexiones, maduras, crezcas y te  
desarrolles como ser humano.  
Endereza esas ramas de tu árbol que a paso agigantado se  
ha ido deformando.  
Respeto, disciplina y amor desde ahora en adelante  
deberás ir sembrando.

Hijo mío, querido,  
tú que te encuentras moralmente moribundo,  
ha llegado la hora de cambiar tu mal proceder  
y des lo mejor de tu persona a ti mismo y a este  
convulsionado mundo.

No olvides que tal vez en un futuro próximo tus propios  
hijos engendrarás  
y no querrás verlos malgastando en vano sus vidas...  
¡Ya lo verás!

Abre los ojos y aprecia estos consejos que van dirigidos  
hacia tu propio bienestar  
y espero además que algún día te percares de lo bueno  
que para ti, yo solo quería.

**Pamela Carazas**  
**Condori**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 8 años de edad. Es alumna de Tercer Grado de Primaria en la Institución Educativa "Jorge Chávez".

Gracias,  
por estar conmigo,  
por lo que has hecho,  
por lo que me has dado  
entre consejos y soluciones  
a los problemas que hago siempre.

**Regina Caciquinho**  
BRASIL



Nacida en Salvador de Bahía. Escritora. De vida muy sencilla; estudiosa e investigadora para mejorar las condiciones de vida. Valora a plenitud la espiritualidad, dando gran importancia al Amor infinito que mueve al Sol y las estrellas, estando convencida que somos hijos de Dios.  
cristalorp@hotmail.com

AGRADECIMIENTO UNIVERSAL

Ao brilho do Sol e ao brilho da Lua  
estas sim serão as palavras de todos os dias  
o agradecimento no dia a dia  
espírito de gratidão por tudo que temos todos os dias  
caminhando em nossa estrada da vida e do universo todos  
os dias  
Para um grande sábio e estudioso é a palavra chave de  
nosso ser  
esperando a qualquer momento o amanhecer ou  
entardecer  
vibrando boas energias todos os dias  
pedindo paz ao mundo com inteiro equilíbrio e harmonia  
Vamos todos nesta caminhada pelo mundo a espalhar  
tamanha grandeza de bênção que o universo veio a nos  
ensinar  
em sua alegria movendo com a força dos elementos  
naturais da Terra  
Uma inteira união comentando com todos deste planeta  
esta beleza de confraternização

Distribuindo por onde passamos Paz, Amor e União  
com todo nosso coração soando a palavra bem alta  
obrigado meu Deus  
por tanta Gratidão.

**Reyna Gonzáles  
Mamani**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 15 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", 4º Grado J, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

Estás en mi mente,  
con las mismas palabras  
de aliento.  
Las recuerdo.  
Cuando ya no quiero vivir,  
pienso en ti  
cada instante,  
para no morir.  
¡Gracias por ser mi luz!

**Roberto Pino**  
**Choqueapaza**  
PERÚ



Profesor de Secundaria, en Tacna. Titular del Proyecto "Producción intelectual" en la Institución Educativa "28 de Julio". No resulta difícil reconocerlo como uno de los exponentes que viven a plenitud su vocación docente, dando de sí todo lo posible para formar integralmente a sus alumnos, para que sean los líderes del futuro ansiado. Participa en esta antología con tres de sus alumnas.

[vientosdeamericaperu@hotmail.com](mailto:vientosdeamericaperu@hotmail.com)

El Proyecto Taller de Periodismo funciona por convenio con la institución educativa "Francisco Antonio de Zela", más de diez años. Su actual director es el profesor Pablo Mazuelos y su coordinadora de actividades es la profesora Betty Escobedo Paniagua.

Amo  
esa metáfora  
aterida  
en tus labios,  
el incendio  
de tus sentidos  
en el misterio...  
¡preocupado y preocupante!

Nada  
en este instante preciso,  
como tu voz,  
susurrándome quedamente  
tus densidades.  
¡Nadie como Tú!

Tú  
eres  
mi fuerza interior,  
inspiración bendita,  
palabra  
inundando...  
¡mi territorio  
de silencios!

El  
viento me recuerda  
tus  
pasos sigilosos,  
tu voz  
susurrándome bajito...  
No, no te dejes,  
respira,  
crece, multiplícate.  
¡Desde entonces  
te amo!

Llegaste,  
mi vida  
hizo un giro s´bito,  
las rosas  
fueron rosas otra vez,  
las cantutas volvieron  
con su brillo  
en el dominio del cóndor.  
¡Tú inundaste  
el milésimo preocupado!

A  
ella  
le debo  
lo que no soy  
¡Y  
lo que voy  
a ser siempre!

Anae  
no es una rutina  
en la metáfora,  
es fuerza  
en mis flaquezas,  
inspiración  
en mis silencios.  
Lo es todo  
en mis sentidos.  
¡Nada,  
si no está en mis latidos!

**Sab Meder**  
MÉXICO,  
FRANCIA



Nació en México, de padre francés y madre mexicana. En París estudió tipografía e impresión. Autora de varios libros de arte. Ha ganado premios. Tallerista de creación literaria y de pintura. Traductora literaria. Directora, ponente y formadora de la Asociación de Literatura, Educación, Arte y Cultura de París.  
[sabrinameder@hotmail.com](mailto:sabrinameder@hotmail.com)

## LOGO DE MI FAMILIA Y AMIGOS

Este símbolo tiene obviamente un contenido de amor y de gratitud, siendo muy pertinente en esta Antología de la Asociación “Cajamarca, Identidad y Cultura”.



*Amor  
Respeto  
Ayuda mutua  
Despertar  
Nada es imposible cuando lo  
crees.*

Hoy hice el logo de mi familia. Si eres parte de ella, ya sea por lazos de sangre o de amistad, compartes conmigo el amor, el respeto, la ayuda y la conciencia mutua. Nuestro lema de vida: Nada es imposible cuando creemos en ello en verdad.

## MES AMOURS

Dans ma vie, il y a 5 hommes qui ont marqué ma vie car ils ont laissé leur empreinte en moi. Ils m'ont tatouées.

Giuseppe a été l'un d'entre eux. Jean-François, Simon, Alejandro Sanz et mon mari.

Jean-François, je l'ai rencontré à Paris en 1996. Il habitait à côté d'où je travaillais en faisant des livres d'art. Pendant quelques mois il m'invitait régulièrement déjeuner chez lui.

Il me posait d'innombrables questions : ce que je lisais, les films que j'aimais, mon enfance, la musique que j'écoutais.

A cette époque je partageais mon appartement avec un ami dont j'étais persuadée qu'il l'était et qu'il le resterait le restant de ma vie. Chez nous il y avait du monde sans cesse, puis j'avais besoin de quiétude.

Lorsque JF est partie en voyage pendant 15 jours, il m'a prêté son appartement. A son départ, il m'a dit que je pouvais toucher à tout, que je pouvais écouter ses disques, lire ses écrits, regarder ses photos.

Pendant son absence, c'est ce que j'ai fait.

Durant notre amitié, il m'a dit qu'il ne pouvait être avec personne car il devenait trop dépendant et il tombait malade. Il avait la maladie de l'amour. Moi, j'ai trouvé cela drôlement romantique.

Pendant son absence, j'ai touché à tout, j'ai tout lu, tout écouté, tout vu, puis je suis tombée raide dingue amoureuse de lui. Lorsque j'ai vu un tableau accroché sur le mur principal de son studio j'ai compris que l'on ne pourrait jamais coucher ensemble. A cet instant j'ai cru mourir d'amour, puis j'ai été internée.

Non pas à cause de cette histoire mais car j'avais été témoin d'une situation illégale et que j'avais été à la police. Suite à cela, on a commencé à me suivre, puis on m'a mis beaucoup de pression en me poussant au suicide et j'ai pété les plombs.

Mais ceci est une autre histoire.

Evidemment, il était plus simple de m'évader à travers l'amour qu'affronter toute ma merde.

Lorsque JF est rentrée, il a dit qu'il n'était pas amoureux puis quelques mois après il est parti à Londres. Plusieurs années après

nous nous sommes écrits pendant 2 ans, avec régularité. Il m'a invité à Londres, puis il m'a dit qu'il viendrait à Mexico, cependant, moi je commençais une histoire avec Jean-Claude, mon mari.

D'autre part, JF me faisait peur, son je ne t'aime pas, puis sa bipolarité. Il n'était point rassurant. Puis dans un hôpital, une femme qui voyait le diable m'a dit de faire très attention lorsque je lui ai raconté notre histoire.

Souvent j'ai eu l'impression qu'il m'avait contaminé de sa maladie. Grâce à lui j'ai découvert un langage qui auparavant m'était étranger et surtout j'ai découvert une profondeur en moi que je n'avais jamais soupçonné.

Ayant rejoint Jean-Claude en France, JF m'a invité à un temple bouddhiste. Je me suis dit que cela était une très mauvaise idée et il m'a dit Adieu.

Notre courrier, dans une rechute, je l'ai tout jeté à la poubelle.

Quelques années après nous nous sommes écrits, puis je l'ai affronté. Je lui ai demandé s'il m'aimait, je lui ai demandé pourquoi il m'avait invité à Londres, puis au temple. Il m'a répondu qu'il ne m'aimait pas et que s'il m'avait invitée c'était par amitié et bienveillance. Après sa réponse j'ai enfin pu tourner la page. Pendant de nombreuses années j'ai sentie qu'il m'aimait mais que pour une raison que je ne connaissais pas il ne me le disait pas.

Mettant des mots sur la situation, j'ai enfin pu, être entière pour mon mari. Notre correspondance a duré une quinzaine de jours.

Simon. Ah Simon, je n'ai jamais eu autant de plaisir sexuel. Cependant notre relation n'était que cela : du sexe. J'étais très mal à l'aise à ses côtés, puis il était dur et j'aime la tendresse. Avec lui, je ne me sentais point en sécurité.

Je l'ai rencontré au Mexique en 2005. Plusieurs années après je l'ai rencontré à Paris dans une soirée d'amis communs. J'ai fait comme si je ne le connaissais pas et je suis partie assez tôt de la soirée qui avait lieu dans un bar. Jean-Claude était avec moi. Entre Simon et moi c'était hormonale et animal. Il y avait comme une attirance que je n'ai jamais ressentie avec quelqu'un d'autre. Plusieurs années encore, on s'est croisé au musée Arts déco. J'ai fuis.

Avec lui, j'ai su ce que c'était être vraiment excitée puis nous parlions le même langage de symboles.

Alejandro Sanz : AS.

Sa musique touche mon âme. Je ne sais pas comment l'expliquer mais tout : sa voix, sa poésie, ses disques me touchent profondément. Hier, je me suis autorisée à l'écouter et Giuseppe est venu à la superficie mais en continuant à écouter AS je me suis rappelée de toutes ses rechutes où je l'ai écouté en boucle. Cela était comme des rencontres imaginaires.

Durant une période, je me suis dit que peut-être on s'était rencontrés dans un train, ou bien dans nos rêves où encore qu'il m'avait regardé par une fenêtre où un jour on m'avait épiée et je m'étais rendue-compte. Même en sachant que l'on m'épiait je me suis dévêtue et j'ai pris du plaisir. Une fois nue, j'ai tiré les rideaux. Quelques jours après l'appartement d'en face était vide.

Lorsque je suis dans mes cinq sens, je n'écoute pas AS. C'est comme Ulysse avec le chant des sirènes, j'ai peur de rester perchée. Il n'y a que quelques une de ses chansons que j'écoute. Même si j'ai fini par conclure que ce qui m'arrivait c'était que j'étais une fan, et que toutes ses fans devaient sentir la même choses que moi, je m'interdit d'écouter ses disques.

Lors de mes voyages, j'étais persuadée que j'avais une âme jumelle. Elle était destinée à moi avant de naître. Elle était génétiquement faite pour moi. Lorsque l'on trouve son âme, alors on se sent complet et on est heureux. Cette histoire je l'ai écoutée étant jeune à l'école. Elle m'a vraiment marquée.

AS était mon âme jumelle.

Sa musique racontait notre histoire et la musique de Girados de Ana Torroja et Miguel Bosé, racontait mon histoire.

A force d'écouter la musique de AS, à force de croire à cette histoire d'âme jumelles, j'ai fini par écouter la voix. Celle que j'écoutais à l'intérieur de ma tête. Lors d'une rechute j'étais persuadée que j'avais de la télépathie avec mon âme jumelle. Depuis cette histoire, je n'écoute plus la musique de AS. Elle me fait tourner la tête. Depuis 2006, je refusais de parler avec la voix. Aujourd'hui, j'ai déjoué le piège et je comprends le dilemme. Cette histoire de AS n'est qu'une petite explication à la voix. Il y a d'autres raisons de son existence.

Mon mari : Jean-Claude, est un homme qui m'a marquée et qui continue de le faire. Parfois, mon cœur est rebelle, parfois il s'envole comme un oiseau mais revient toujours sur sa branche. Jean-Claude fut mon premier petit ami officiel. J'étais en troisième. Au bout de quelques mois je l'ai quitté et je n'arrive pas à me souvenir pourquoi. Ce qui est sûr c'est que j'ai eu besoin de me prendre les murs avant de m'autoriser à être enfin heureuse avec lui. JC a été persistant. Durant des années il m'a appelé pour mes anniversaires. Lorsqu'il venait à Paris il passait me voir. Puis lorsque je suis rentrée au Mexique, on s'est croisés. Peu de temps après il est venu s'installer à Paris. Par la suite, je suis venue en France avec mon père et grâce à une amie on s'est recroisé. On a passé beaucoup de temps ensemble, puis à l'aéroport, j'ai eu une grande envie de l'embrasser. Cependant je n'ai pas osé et je suis partie. J'étais mariée. Après ma quotidienneté a pris le dessus et on s'est perdus de vue pendant plusieurs années.

Après ma plus grande rechute, suite à une regression à Cacouna au Québec, je lui ai écrit et me suis confiée à lui. Il m'a répondu qu'il venait à Mexico et qu'il m'invitait à Cancun. J'ai accepté.

Nous avons passé de très belles vacances. Sur Chichen Itza, tout en haut de la pyramide j'ai fait un vœux et il a été exaucé : avoir un enfant. Pendant de nombreuses années, les psychiatres me disaient que je ne pouvais pas, jusqu'à ce que je suis tombée sur une femme psychiatre qui avait des connaissances dans le laboratoire pharmaceutique qui faisait mes médocs. Je pouvais en prendre jusqu'à 6 milligrammes.

Au bout de 15 jours, il m'a invité à Paris et je suis venue le rejoindre 6 mois après. Entre temps il est venu à Mexico et nous avons partagé un hôtel-appartement qu'il a loué.

A ses côtés, j'ai guéri. Je suis devenue femme, artiste, écrivain, mère, femme et épouse. Mon premier appareil photo numérique, c'est lui. Mon Deuxième ordinateur, c'est lui. Jean-Claude a toujours cru en moi et m'a toujours aimée malgré la maladie qui souvent fait fuir. Avec lui, nous nous sommes battus. Nous nous sommes tirés vers le haut malgré l'adversité et la douleur. Nous avons marché main dans la main dans l'obscurité mais aussi dans la clarté. Nous avons dansé, chanté, ri, mangé, aimés. Nous avons construit une petite famille et nous

continuons à marcher l'un à côté de l'autre. Il y a aussi de très beaux moments gravés dans ma mémoire mais surtout il y a un grand amour. La balance penche toujours du côté positif. En tout cas jusqu'à présent.

Mes autres amants, ils n'ont pas laissé de traces en moi. La douleur étant plus grande que l'amour, j'ai pardonné et leur souvenir s'est dilué.

## MIS AMORES

En mi vida, hay cinco hombres que han marcado mi vida porque dejaron su huella en mí. Me han tatuado.

Giuseppe fue uno de ellos. Jean-François, Simon, Alejandro Sanz y mi marido.

Jean-François, lo conocí en París en 1996. Vivía al lado donde yo trabajaba haciendo libros de arte. Durante unos meses me invitó a almorzar a su casa.

Me hacía innumerables preguntas: lo que leía, las películas que amaba, mi infancia, la música que escuchaba.

En esa época compartía mi apartamento con un amigo del que estaba convencida de que lo era y que lo sería el resto de mi vida. En nuestra casa había mucha gente y luego necesitaba tranquilidad.

Cuando Jean-François se fue de viaje durante 15 días, me prestó su apartamento. Me dijo que podía tocar todo, que podía escuchar sus discos, leer sus escritos, ver sus fotos.

En su ausencia, eso es lo que hice.

Durante nuestra amistad, me dijo que no podía estar con nadie porque se estaba poniendo demasiado dependiente y se enfermó. Tenía la enfermedad del amor. A mí me pareció muy romántico.

En el tiempo de su ausencia, toqué todo, lo leí todo, lo escuchaba todo, y luego me enamoré de él. Cuando vi un cuadro colgado en la pared principal de su estudio me di cuenta de que nunca podríamos tener sexo. En ese momento pensé que moriría de amor, y luego me internaron.

No por esta historia, sino porque yo había sido testigo de una situación ilegal y yo había estado en la policía. Después de eso, empezamos a seguir, y luego me pusieron mucha presión en el suicidio y me volví loca.

Pero ésta es otra historia.

Por supuesto, era más fácil escapar a través del amor que enfrentarme a todo mi infierno.

Cuando Jean-François llegó a casa, dijo que no estaba enamorado y luego unos meses después se fue a Londres. Varios años después nos hemos escrito durante dos años, con regularidad. Me invitó a Londres, y luego me dijo que vendría a México, sin embargo, yo estaba empezando una historia con Jean-Claude, mi marido.

Por otra parte, JF me daba miedo, su *no me gustas*, luego su bipolaridad. No era tranquilizador. Luego, en un hospital, una mujer que veía al diablo me dijo que tuviera mucho cuidado cuando le conté nuestra historia.

A menudo tuve la impresión de que me había contaminado con su enfermedad. Gracias a él descubrí un lenguaje que antes me era extraño y sobre todo descubrí una profundidad en mí que nunca sospeché.

Cuando se unió a Jean-Claude en Francia, JF me invitó a un templo budista. Pensé que era una mala idea y me dijo adiós.

Nuestro correo, en una recaída, lo tiré todo a la basura.

Unos años después nos escribieron y luego lo enfrenté. Le pregunté si me quería, le pregunté por qué me invitó a Londres y luego al templo. Me dijo que no me quería y que si me había invitado fue por amistad y benevolencia. Después de su respuesta, finalmente pude dar vuelta a la página. Durante muchos años sentí que me amaba, pero por una razón que no conocía, no me lo decía.

Poniendo palabras sobre la situación, por fin pude, estar entera para mi marido. Nuestra correspondencia duró unos días.

Simon, nunca he tenido tanto placer sexual como con él. Sin embargo, nuestra relación era sólo eso: sexo. Estaba muy incómoda a su lado; él era duro y a mí me gusta la ternura. Con él no me sentía segura.

Lo conocí en México, en 2005. Años después lo conocí en París en una noche de amigos comunes. Hice como si no lo conociera y me despedí muy pronto de esa reunión en un bar. Jean-Claude estaba conmigo. La relación entre Simon y yo era hormonal y animal. Había una atracción que nunca sentí con otra persona. Varios años más tarde nos encontramos en el museo de arte Deco Huí.

Con él supe lo que era estar realmente emocionada y luego hablábamos el mismo lenguaje de símbolos.

Alejandro Sanz: AS.

Su música toca mi alma. No sé cómo explicarlo, pero todo: su voz, su poesía, sus discos me tocan profundamente. Ayer me he permitido escucharla y Giuseppe vino a la superficie, pero al seguir escuchando a AS he recordado de todas sus recaídas donde lo he escuchado en bucle. Era como encuentros imaginarios.

Durante un período, pensé que tal vez nos conocimos en un tren, o en nuestros sueños, donde me miró por una ventana, probablemente espíandome por días y yo recién me había dado cuenta. Incluso sabiendo que me estaban espionando, me he desnudado y me he divertido. Una vez desnuda, abrí las cortinas. Recién noté que el apartamento de enfrente estaba vacío.

Cuando estoy en mis cinco sentidos, no escucho a AS. Es como Ulises con el canto de las sirenas, tengo miedo de estar encaramada. Sólo hay una de sus canciones que escucho. Aunque finalmente me di cuenta de que lo que me pasaba era que era una fan, y que todos sus fans tenían que sentir lo mismo que yo, no puedo escuchar sus discos.

En mis viajes estaba convencida de que tenía un alma

gemela. Estaba destinada a mí antes de nacer. Era genéticamente hecha para mí. Cuando encontramos su alma, entonces nos sentimos completos y somos felices. Esa historia la escuché siendo joven en la escuela. Ella realmente me marcó.

AS era mi alma gemela.

Su música contaba nuestra historia y la música de Ana Torroja y Miguel Bosé contaba mi historia.

A fuerza de escuchar la música de AS, a fuerza de creer en esta historia de almas gemelas, terminé escuchando la voz, la que estaba escuchando dentro de mi cabeza. En una recaída, estaba convencida de que tenía telepatía con mi alma gemela. Desde esta historia, ya no escucho la música de AS.

Mi marido, Jean-Claude, es un hombre que me ha marcado y que sigue haciéndolo. A veces mi corazón es rebelde, a veces vuela como un pájaro, pero siempre vuelve a su rama. Jean-Claude fue mi primer novio oficial. Yo estaba en tercero. Después de unos meses lo dejé y no puedo recordar por qué. Lo que es seguro es que tuve que tomar las paredes antes de que me permitiera ser feliz con él. JC ha sido persistente. Durante años me llamó para mis cumpleaños. Cuando venía a París, me visitaba. Luego, cuando volví a México, nos cruzamos. Poco después vino a París. Después vine a Francia con mi padre y gracias a una amiga. Después de mi cotidianidad tomó la parte superior y nos perdimos de vista durante varios años.

Estando en México me invitó a Cancún y acepté.

Hemos pasado unas vacaciones muy bonitas. En Chichen Itza, en la parte superior de la pirámide hice un deseo y se cumplió: tener un hijo. A su lado, me curé. Me convertí en mujer, artista, escritora, madre, mujer y esposa. Mi primera cámara digital es él. Mi segundo ordenador es él. Jean-Claude siempre ha creído en mí y siempre me ha amado a pesar de la enfermedad que a menudo me dominó. Con él nos peleamos. Nos hemos ido para arriba a pesar de la adversidad y el dolor.

Hemos caminado a mano en la oscuridad, pero también en la claridad. Hemos bailado, cantado, reído, comido, amado. Hemos construido una pequeña familia y seguimos caminando uno al lado del otro. También hay muy lindos momentos grabados en mi memoria, pero sobre todo hay un gran amor. La balanza siempre se inclina hacia el lado positivo. Al menos hasta ahora.

Mis otros amantes no dejaron rastros en mí. El dolor es más grande que el amor, he perdonado y su recuerdo se ha diluido.

## MIS AMORES

Au fur et à mesure que je laisse remonter mes émotions, il y en a d'autres qui surgissent qui étaient enfouies au plus profond de mon être. C'est comme une cascade de dominos où une émotion après l'autre qui se suit.

En 1993, après mon avortement, je suis allée en Sicile avec ma grand-mère maternelle chez des amis à elle.

Lors de ce voyage j'ai rencontré Giuseppe.

Il m'a invité à dîner à plusieurs reprises, puis je me suis confiée à lui. Je me sentais tellement bien à ses côtés. C'est comme si je le connaissais depuis toujours.

Aujourd'hui, je ne me rappelle plus de ce qu'il faisait, ou étudiait.

Par la suite je suis rentrée à Paris. Un jour, étant chez une copine avec mon ami de l'époque, il a débarqué chez elle, sans prévenir. Nous nous sommes regardés. J'étais tellement mal à l'aise. Je n'osais pas partir avec lui. J'étais avec mon ami. Giuseppe est resté dormir et lorsque je me suis réveillée, il n'était plus là. Je n'avais, ni son adresse, ni son numéro.

Suite à cela, cette histoire s'est rangé dans mon inconscient.

Des années plus tard, lorsque j'écoutais la musique d'Alejandro Sanz, elle me faisait un grand effet, mais je ne comprenais pas pourquoi. J'ai même cru que j'étais tombée amoureuse de ce chanteur à travers sa musique. J'ai même cru que l'on s'était croisés dans un rêve ou peut-être dans un train.

La voix que j'entendais, me disait qui est-t-il ? Comment est-ce que tu ne peux pas t'en rappeler ?

Pendant longtemps je me suis sentie incomplète, j'étais persuadée que j'avais une âme jumelle.

Il y a quelques semaines, je me suis rappelée de cet homme et j'ai compris que ce jour là lorsqu' il était parti j'avais eu le coeur brisé. J'ai aussi compris que toutes ces chansons que j'écoutais c'était lui.

Je ne me suis même pas rendue compte que j'étais amoureuse de lui.

Peut-être était-il cette grande histoire d'amour à laquelle j'avais toujours rêvée : un amour infini qui déchire l'esprit en mille morceaux comme les vagues sur les rochers.

Je n'ai pas moyen de le retrouver. Je ne me souviens pas de son nom, ni du nom des amis à ma grand-mère qui nous ont reçu, et ma grand-mère est décédée.

C'est fou, comme j'étais aveugle. Je me sentais tellement coupable d'avoir avortée que je ne m'autorisais pas à être heureuse.

Une amie, un jour m'a dit, tu peux tourner la page sans même avoir besoin de revoir la personne. Peut-être aussi, que si Giuseppe m'avait aimée autant que moi, il aurait insisté.

Une fois, le psychiatre de l'école, m'a dit : il est important pour vous par ce que vous vous êtes confiée à lui. Il n'y a pas de vécu entre lui et vous.

Je ne sais rien de lui.

Puis, je me dis que si aujourd'hui, je suis avec mon mari, c'est par ce que c'est lui l'homme de ma vie.

J'aimerais être vierge du coeur pour lui. Je veux être complètement à lui. Je veux être entière. Je veux être fidèle avec le coeur, la tête et le corps.

Je veux tuer ce fantôme de Giuseppe qui m'a hanté toutes ces années. Je ne veux plus mourir d'amour, je ne veux plus être vide.

Mon mari, a rempli tous ces trous. Mon mari est fidèle. Il est un bon père. Un bon amant, un homme qui participe aux tâches de la maison. Un homme qui fait tout pour sa petite famille, qui m'aime sous toutes mes formes, avec mes défauts, mes mauvaises humeurs. Il m'aime.

En décembre cela fera treize ans que l'on est ensemble. On

s'est tiré vers le haut, on a avancé main dans la main.

Aujourd'hui, je me sens infidèle sans même avoir embrassé Giuseppe, sans même l'avoir touché ou fait l'amour. C'est comme s'il était dans ma respiration, dans mes yeux, dans ma bouche, dans mes mains.

Tout d'un coup il est partout. Son fantôme est devenu son souvenir.

Et ce moment où l'on s'est regardé lorsqu'il est venu à Paris est une peinture imprégnée dans ma tête.

Tout d'un coup je me sens complètement idiote et perdue.

Mes yeux pleurent comme des fontaines. Aujourd'hui, tout devient clair et je n'ai pas peur de la suite. Affronter ne sera que bénéfique.

Enfin, je me sens complète. Pour la première fois, je me sens sans creux et sans ce vide abismale que j'ai tenté de remplir à plusieurs reprises sans succès.

Comment peut-on aimer ainsi sans se rendre compte ? Mon coeur était aveugle. J'ai eu besoin de 22 ans de thérapies pour défaire tous les nœuds. J'avais tellement de chaînes que je ne pouvais regarder Giuseppe. Et si je lui plaisais, lui aussi devait en avoir les siennes.

La vie, me mène par des chemins dont «les rues n'ont pas de noms» et dont je ne connais pas la fin où l'adresse où je vais me rendre.

Je ne sais pas ce que je vais devenir, ma vie, mon couple, mais j'avance sans cette bande sur mes yeux. Je n'ai plus peur d'avoir contact avec mon être le plus profond. Je n'ai pas peur de voir, je n'ai pas peur d'écouter, je n'ai pas peur de vivre.

Oui, j'ai aimé, oui j'aime et c'est bon.

Lo ves

Alejandro Sanz

Nuestro amor era igual  
que una tarde de abril  
que también es fugaz  
como ser feliz.  
Pudo ser y no fue  
por ser la vida como es,

nos dio la vuelta del revés,  
lo ves, lo ves.  
Nuestro amor era igual  
que una mañana sin fin  
imposible también como no morir  
Dejó de ser o será  
porque el diablo es como es  
juega contigo al esconder,  
lo ves, lo ves.  
Y ahora somos como dos extraños  
que se van sin más  
como dos extraños más  
que van quedándose detrás.  
Yo sigo estando enamorado  
y tú sigues sin saber si lo has estado  
y si te quise alguna vez,  
lo ves, lo ves, no, no, no.  
Después nos hemos vuelto a ver  
alguna vez y siempre igual  
como dos extraños más  
que van quedándose detrás.  
Este extraño se ha entregado  
hasta ser como las palmas  
de tus manos  
y tú solo has actuado.  
Yo aun sabiendo que mentías  
me callé y me preguntas si te amé,  
lo ves, lo ves.  
Yo que lo había adivinado  
y tú sigues sin creer que se ha acabado,  
por una vez escúchame,  
lo ves, lo ves.  
Míranos aquí diciendo adiós.

A medida que dejo subir mis emociones, hay otros  
que se encuentran enterrados en lo más profundo de mi ser.

Es como una cascada de dominó donde una emoción sigue después de otra.

En 1993, después de mi aborto, fui a Sicilia con mi abuela materna y con amigos de ella. En ese viaje conocí a Giuseppe.

Giuseppe me invitó a cenar varias veces, y luego me confié a él. Me sentía tan bien a su lado. Es como si lo conociera desde siempre.

Hoy no recuerdo lo que estaba haciendo o estudiaba.

Después volví a París. Un día fui con un amigo a casa de una amiga y Giuseppe llegó allí, sin avisar. Nos hemos visto. Estaba tan incómodo. No me atrevía a ir con él. Me quedé dormida y cuando desperté ya no estaba Giuseppe. No tenía ni su dirección ni su número.

Después de eso, esta historia se puso en mi subconsciente.

Años después, cuando escuchaba la música de Alejandro Sanz, me hacía un gran efecto, pero no entendía por qué. Incluso pensé que me había enamorado de ese cantante a través de su música. Incluso pensé que nos habíamos cruzado en un sueño o tal vez en un tren.

La voz que oía me decía ¿quién es? ¿Cómo es que no puedes acordarte?

Durante mucho tiempo me sentí incompleta, estaba convencida de que tenía un alma gemela.

Hace unas semanas, me di cuenta de este hombre y me di cuenta de que ese día cuando se había ido, me había roto el corazón. También me di cuenta de que todas esas canciones que estaba escuchando era él.

Ni siquiera me di cuenta de que estaba enamorada de él.

Tal vez era esa gran historia de amor a la que siempre había soñado: un amor infinito que desgarrar la mente en mil pedazos como las olas en las rocas.

No tengo forma de encontrarlo. No recuerdo su

nombre, ni el nombre de los amigos de mi abuela que nos recibieron, y mi abuela murió.

Es una locura, como yo estaba ciega. Me sentía tan culpable por haber abortado que no me dejaba ser feliz.

Una amiga, un día me dijo: puedes girar la página sin ni siquiera tener que volver a ver a la persona. Quizá también, si Giuseppe me hubiera amado tanto como yo, habría insistido.

Una vez, el psiquiatra de la escuela me dijo: Es importante para usted por lo que usted se ha confiado a él. No hay vida entre él y usted.

No sé nada de él.

Entonces pienso que si hoy estoy con mi marido es porque él es el hombre de mi vida.

Me gustaría ser virgen del corazón para él. Quiero ser completamente de él. Quiero estar entera. Quiero ser fiel con el corazón, la cabeza y el cuerpo.

Quiero matar a ese fantasma de Giuseppe que me ha perseguido todos estos años. Ya no quiero morir de amor, ya no quiero estar vacía.

Mi marido llenó todos esos vacíos. Mi marido es fiel. Es un buen padre. Un buen amante, un hombre que participa en las tareas de la casa. Un hombre que hace todo por su pequeña familia, que me ama en todas mis formas, con mis defectos, mi mal humor. Él me ama.

En diciembre serán años que estamos juntos. Nos hemos disparado hacia arriba, hemos avanzado de la mano.

Hoy me siento infiel sin siquiera haber besado a Giuseppe, sin siquiera haberlo tocado o hecho el amor. Es como si estuviera en mi respiración, en mis ojos, en mi boca, en mis manos.

De repente está en todas partes. Su fantasma se convirtió en recuerdo.

Y ese momento en que nos vimos cuando vino a París es una pintura impregnada en mi cabeza.

De repente me siento completamente tonta y perdida. Mis ojos lloran como fuentes. Hoy, todo se pone claro y no tengo miedo de la suerte. Luchar sólo será beneficioso.

Quiero decir, me siento completa. Por primera vez, me siento sin vacíos ni esos abismos que sin éxito intenté llenar en varias ocasiones.

¿Cómo se puede amar así sin darse cuenta? Mi corazón estaba ciego. Necesité 22 años de terapia para deshacer todos los nudos. Tenía tantas cadenas que no podía ver a Giuseppe. Y si yo le gustaba, él también debía tener las suyas.

La vida me lleva por caminos donde "las calles no tienen nombre" y no conozco el final a donde llegaré.

No sé qué voy a hacer con mi vida ni mi pareja, pero estoy avanzando sin esa cinta que cubría mis ojos. Ya no tengo miedo de tener contacto con mi ser más profundo. No tengo miedo de ver, no tengo miedo de escuchar, ya no tengo miedo de vivir.

Me gustó, sí, me gusta y está bien.

**Sandra Paola Hernández Salinas**  
MÉXICO



De Querétaro. Alumna de la Preparatoria en el Instituto Vasco.

sandrisky\_1@hotmail.com

### VIEJO AMIGO

Vagamente las palabras  
explican los sentimientos.  
Hablo de un solo indicio,  
de lo que el corazón habla.  
Me alegro hablar contigo,  
con toda sinceridad te digo.

Viejo amigo,  
qué te puedo decir.  
Tanto anhelaba tu regreso,  
extrañaba esos momentos donde hablábamos,  
largas horas de plática,  
las que pedíamos nunca culminaran,  
Me alegro tanto el verte,  
y recordar tantas cosas del pasado:  
había tanto que rememorar,  
vemos cambios en ambos, me alegro que a pesar del  
tiempo,  
siga perdurando tu esencia, aquélla que es tan  
transparente;  
sigues siendo aquel hermano, aquél que siempre estuvo  
para mí,  
aquél que siempre estaba con brazos abiertos para mí,

mi gran confidente. Anhelaba ese reencuentro,  
extrañaba ese sentimiento que me llenaba de paz,  
y un sentimiento tan eufórico a la vez.  
Te amo, de una manera que ya sobrepasa cualquier  
limite,  
algo incondicional, y sé que aquel sentimiento es mutuo,  
porque cada vez lo demuestras. Sigues aquí, sigo aquí,  
viejo amigo; siempre estaré para ti, como tú lo estuviste  
conmigo.

**Sara Gutiérrrez**  
**Sisniegas**  
PERÚ



De Cajamarca. Poeta y escritora desde adolescente. Ha publicado dos libros. Profesora, ejerció la docencia con gran éxito. Integra varias instituciones culturales de Cajamarca y participa activamente en varios eventos literarios nacionales e internacionales.  
[sargusis@hotmail.com](mailto:sargusis@hotmail.com)

## GRACIAS

Gracias, vida, porque me diste alas  
para aprender a volar  
y lo hice tan alto  
como ellas me lo permitieron.

Gracias, vida, porque me enseñaste a mirar  
desde el valle hasta la cumbre  
y aprendí a permanecer feliz en ella.

Gracias, vida, porque me diste la sensibilidad  
de acariciar el viento y escuchar su canto.

Gracias, vida, porque me enseñaste a palpar la noche,  
mientras más oscura más profunda  
y descifré su poesía de luceros.

Gracias, vida, porque maduraste mi vientre

en frutos hermosos.

Y todo lo que me diste se plasma hoy  
en amor, en paz, en generosidad, en alabanza, en  
gratitud,  
en un asombro profundo de sentirse plena y realizada.

**Valentina Arancibia  
García**  
PERÚ



De Tacna. Tiene 15 años de edad. Alumna de la Institución educativa "Francisco Antonio de Zela", 4° Grado J, Secundaria. Integra el Proyecto Taller de Periodismo "Francisco Antonio de Zela".

Un día  
simple,  
se convirtió  
en toda una aventura  
A pesar de ser terrible,  
una enseñanza se aprendió  
y una creencia se apagó.  
Un sentimiento impactó  
mi corazón.  
Tal decisión  
solo se escribió en dolor.

**Varenka de Fátima  
Araújo  
BRASIL**



De Salvador, Bahía. Es funcionaria pública. Admiradora de los aportes de las diferentes culturas a la identidad Latinoamericana, como en este caso de la cultura afroperuana que encarna el decimista peruano Nicomedes Santa Cruz Gamarra. Amante de la lectura y de escribir poesía.

[venkadefatima@hotmail.com](mailto:venkadefatima@hotmail.com)

### FRANCISCO CHAGAS DE ARAÚJO

Meu pai (In memória)

Nasceu em Juazeiro do padre Cícero  
Do sertão com verdadeira adoração  
No seminário com benção padre Cícero  
Desiludido não tinha a total vocação

Lá também ele foi defensor do seu ideal  
Foi na verdade um estudioso brilhante  
Foi homem das letras e um intelectual  
Incondicional amor ao semelhante

Enfrenta a luta constitui família  
Um pai extremoso, calmo e amoroso  
Melhor pai a favor da unida família

Ele foi hábil autentico negociador  
Um grande empreendedor de larga visão  
Ele foi correto e fiel fraternal vencedor.

MINHA GRATIDÃO E AMOR AO PAPAÍ

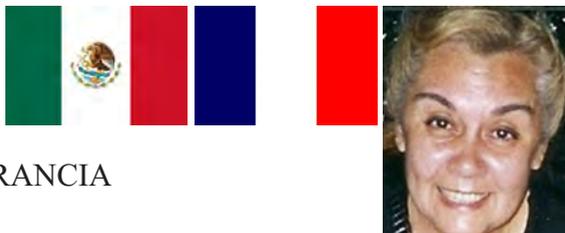
Cheguei ao mundo em uma manhã de julho  
Meu pai em afagos me acolheu com amor  
Devotamente me ensinou me todas virtudes  
Enaltecendo que à vida era dos fortes e guerreiros

Ele foi por toda vida o amigo das jornadas  
Tive e tenho um amigo que ilumina o bom caminho  
O amigo certo que sempre esteve do meu lado  
O amigo que do alto, ou onde esteja me conduz

Me ensinou a escrever, desenhar com exatidão  
Sempre ensinou historia dos grandes vencedores  
Como era meu pai amado, me rendia aos seus pés  
Ele foi minha crença, minha gratidão eterna ao meu pai.

**Ximena  
Gautier  
Greve**

MÉXICO, FRANCIA



Nació en Santiago de Chile, reside en París. Psicóloga graduada en su patria y doctorada en París. Master en Musicología y pianista. Actualmente jubilada. Ha publicado varios libros de poesía, psicología de la música y clínica psicoanalítica. Antologada en poética, ha publicado varios libros. Participante en eventos de muchos países. Ganadora de varios premios.

#### DE TIERRA Y DE CIELO

Cada día son más los idos, que ha pillado el tiempo.  
Ese tiempo de la vida que tiene por nombre muerte,  
que hace héroes de la historia, del recuerdo y lo vivido  
y se lleva por caudales, presos y amores perdidos.

Y llegando está el momento que pasando todo borre,  
de la juventud inmóvil al desvarío del viejo,  
si es que unos simples poemas llegaran a conservar  
aquellos terribles votos que hicieron sangrar al mar.

Ni de día ni de noche sus perfiles cambiarán.  
Ni Guevara, Sandino, ni el Mahatma Ghandí,  
ni Lincoln, Allende, ni Martin Luther King,  
ni Yi Ef Ka, Cuhãutémoc, Zapata, Villa, Henríquez,  
Moctezuma, Jesucristo, Martí y Camilo Torres.  
Tan larga la lista y faltan muchos más.

Ya los subieron al cielo y de los cielos vendrán

con mil luces de bengala y un tremendo rataplán,  
y delante irá mi madre, piano, tiza y pizarrón.  
Nos dejaron con su ejemplo tanta justicia y amor,  
gratitud que les debemos, voces, palabras, ideal,  
aspirando a una igualdad que logre cambiar al mundo,  
ese amor por la verdad, por toda la humanidad,  
que trata de justicia y de simple fraternidad.

Muchos tienen sus altares en tierras del corazón,  
en el fondo de las almas que eligieron por amor,  
en los templos que los pueblos levantan en un cantar  
esperando llegue el día que del cielo volverán  
y alumbren los volcanes que los hicieron vivir.

Paris, 2 Noviembre 2018

Copyright © by Ximena Gautier Greve:

1811038936266; 3-nov-2018

**Yamily Falcon Sarkis**  
MÉXICO



De México D.F, reside en Querétaro. Poeta, escritora, periodista libre, artista visual. Antologada internacionalmente. Colabora con varias publicaciones. Activa en la difusión cultural. Coordinadora ad honorem de la Asociación “Cajamarca, Identidad y Cultura” en México, por alianza cultural, por cuyos méritos será condecorada en el año 2018, en Cajamarca.  
[jaikucucu@gmail.com](mailto:jaikucucu@gmail.com)

Cada historia personal es un rompecabezas, la cantidad de piezas depende de nosotros, al igual que el diseño e imagen, el tiempo dedicado, el tiempo compartido; pero la pieza más importante, por lógica, es la primera pieza. El título de tu rompecabezas, al menos el mío, es *GRATITUD*.

Dedico mi rompecabezas a mis Padres; sin ellos, no existiría este rompecabezas.

No sirve de mucho presentarle a nuestros hijos un rompecabezas de mil, cinco mil o más miles de piezas repletas de paisajes, cuando el fin verdadero para conseguir esta dimensión depende de las primeras piezas que nosotros les brindamos, las que sostienen el marco básico para la construcción del todo: los valores. La gratitud, el amor a la vida, el poder servir a otros, el respeto a nuestros semejantes, la intención y la acción, el amor a uno mismo etc.

Ser el Arquitecto de la Gratitud y el amor se predica con el ejemplo.

1. Agradezco cada mañana porque abro mis ojos y lo que veo son tres obras de Arte, lo mejor que he hecho en mi vida: mis hijas.
2. Agradezco la taza de café, mientras preparo el desayuno a mis niñas.
3. Agradezco poder preparar el pan tostado con crema de cacahuete y mermelada a mi Marido, pues hace cuatro años estuvo al borde de la muerte.
4. Agradezco por regresar a dormir una hora más, cuando se han ido al colegio mis hijas.
5. Agradezco mi cama y mi cobija calientita.
6. Agradezco tener el control de mi tiempo.
7. Agradezco que puedo decidir qué daré de comer a la familia.
8. Agradezco porque todos en casa limpiamos y cocinamos, no hay distinciones.
9. Agradezco infinitamente que soy una mujer realizada.
10. Agradezco que Siento demasiado, que me duele el dolor ajeno, que me alegra la alegría ajena, agradezco muchísimo el poder ver a las personas como Seres, porque todos somos iguales, carne y hueso, emociones y energía.
11. Agradezco temblar y quebrarme de emoción al ver los logros de mis hijas, sus participaciones en la sociedad y cuando se acercan a platicar, cuando me brindan su confianza; agradezco llorar con las canciones y las películas emotivas, me confirma que estoy viva y siento y eso me regala más piezas para mi rompecabezas.
12. Agradezco que las comidas siempre son en familia.
13. Agradezco que no nos interesa encajar en los estereotipos.
14. Agradezco los precipicios vividos, a la fecha en que se accidentó mi Marido pues eso detonó otra parte de mi otra Yamily.
15. Agradezco a los amigos incansables en las fechas

críticas.

16. Agradezco tantas cosas, el aire que entra y abraza mis pulmones, a mi corazón que me entiende; agradezco a mi miopía pues mis otros cuatro sentidos están más desarrollados; agradezco a mi mente que me protege, a mi sangre, porque confirma el amor de mis Padres.
17. Agradezco poder escribir estas palabras
18. Agradezco a la querida Asociación Cajamarca Identidad y Cultura, a Guillermo Bazán Becerra, porque me han regalado muchísimas piezas para mi rompecabezas; agradezco la confianza, la amistad sincera y el apoyo con el que siempre me han acogido.
19. Agradezco las letras de las canciones: “Solo le pido a Dios”, de Mercedes Sosa, “Gracias a la vida”, de Tania Libertad”, pues me recuerdan la grandeza de la vida.
20. Gracias las amigas que siguen a mi lado a pesar de la distancia.
21. Gracias a los amigos que me han brindado su amistad y apoyo.
22. Gracias a mis Parientes, porque son la referencia de una infancia con primos y primas, porque las Navidades o fechas importantes construyeron recuerdos en mi inocencia.
23. Gracias a la naturaleza, al clima, a la noche y al día, porque puedo apreciarlos.
24. Gracias a mis mascotas que, para mí, fueron más que eso.

Agradezco seguir añadiendo más piezas a mi rompecabezas.

**Yazmín Paredes  
Núñez, Amazona**  
PERÚ



De Arequipa, reside en Lima. Ingeniera Industrial y Diseñadora gráfica. Reside en Lima. Ha tomado parte en varias antologías de literatura infantil. Durante los diez últimos años ha sido voluntaria en servicio social con niños, reforzando sus materias y enseñando arte.  
[yazminzparedes@gmail.com](mailto:yazminzparedes@gmail.com)

## GRACIAS MADRE

De tus manos  
nacen tiernas caricias,  
de tu corazón dulces alegrías  
y de ti nace mi amor.

Cuántas veces madre  
aliviaste mis problemas  
y cuántas otras  
te involucré en ellos.

Madre, al mirarte  
siento como un calor  
en el corazón,  
algo que no puedo interpretar.  
Imagino a una paloma  
acurrucando a su pichoncito.

Te veo cariñosa, amable, sencilla  
y nosotros a veces egoístas...  
Te debo tanto, tanto,  
porque tú me diste la vida  
y porque eres  
la mejor de las madres.



**Yunuen Portes**  
MÉXICO



De Querétaro. Tiene 13 años de edad. Alumna de Secundaria en el Colegio Montpellier.  
yunuen\_portes@hotmail.com

## OPINIÓN DEL AMOR

### ¿QUÉ ES EL AMOR?

Para mí, éste es un sentimiento sumamente raro y peligroso ya que puede hacer que las personas hagan locuras solo para estar con las personas que dicen “amar”, pero nunca se han puesto a pensar qué pasaría si fuéramos incapaces de sentir este sentimiento. En cierto punto todas las niñas quieren encontrar a su “príncipe azul” pero no hay nadie que les diga que la sociedad de ahora es una completa basura de la que seguramente su “príncipe azul” solo va a ser un patán más de la lista. Muy pocas personas pueden estar con alguien que si sea buena para ellos, pero hay que aceptar que ahora la sociedad es una completa basura en la que no vamos a poder hallar a nadie con buenos sentimientos y extrañamente vamos a poder encontrar a alguien bueno y si ocurre el milagro de encontrar a alguien vamos a ser tan inútiles y lo vamos a dejar escapar. Ahora voy a tener que explicar los tipos de amor que he visto y no quiero vivir.

Me voy a arriesgar hablando del amor peligroso; éste es más común ahora. ¿Pero, por qué dejamos que nos traten así? Es simple: la gente que pasa por esto se deja solo

porque dicen estar “enamorado” de esa persona, pero son tan ciegos que no se atreven a ver que esta persona les hace daño; parecen estar tan cegados por el amor que ni siquiera se dan cuenta de ello. Mi opinión es que hay que ser directos hacia ellos. Si sabemos que están con un pedazo de inútil, es más fácil decírselo, en vez de soportar los lloriqueos después.

También existe el amor que nos cambia. Éste es más común en los jóvenes que estar con su “crush”. Esta persona los puede cambiar para bien o para mal; normalmente esto ocurre en las chicas que les gusta el típico malo de la historia: esto es como una historia cliché que se repite una y otra vez, haciendo pensar que las chicas son personas que buscan lo malo. En mi opinión, este tipo de amor es solo una farsa ya que los que hacen eso solo es por llamar la atención y sentirse importantes. Para mí, esas personas solo buscan popularidad.

Ahora, el turno del típico amor “sano”. Verdaderamente éste solo aparece en la tele y ver una pareja así en estos es más raro que estar en Narnia. Todos, por alguna razón, piensan que éste es el tipo de amor con su pareja, pero hay que admitir que los jóvenes solo piensan eso por estar necesitados o por lo menos llamar la atención de sus amigos con sus “problemas amorosos” y también cabe decir que a más de uno les estresa eso.

¿Por qué digo o pienso esto?

Simple, esto es algo que toda mi vida he visto. Lamentablemente este mundo se convirtió en una basura por los estándares.

Según tú, ¿cómo debería ser el amor?

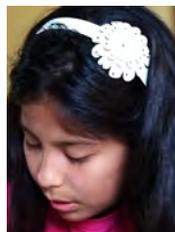
Para mí no hay ningún estereotipo, solo lo típico cliché; que el amor sea mutuo, respetuoso y sincero.

Verdaderamente, sé que esta opinión no le va a importar a muchos. Al fin y al cabo: ¿Quién va a hacerle caso a una niña de 13 años que no ha dado su primer beso,

no ha tenido novio y es horrible, que no ha sentido y nunca va a sentir el amor...? ¿Verdad? Es algo bastante lógico para mí, ya que no tengo amor hacia mi persona. Solo siento aprecio al escribir, leer libros y escuchar música. Aunque parezca que es algo muy cliché, pero a **mí** me diferencia pues no estoy esperando al típico chico popular.

No espero el amor y no creo que el amor me esté esperando, así que no me preocupa.

**Zuleika Marazo Cama**  
PERÚ



De Tacna. Alumna de la Institución educativa "San Francisco de Asis".

Pequeña bola  
de pelos,  
apenas viniste  
cambiaste  
nuestras vidas,  
nos diste diversión,  
amor y cariño...  
¡Nunca nos vamos a aburrir contigo!

**Fidel Alcántara Lévano**  
PERÚ



De Chincha, Ica. Reside en Moquegua. Escritor, Poeta, Comunicador Social, Autor y Compositor musical. Ganador de eventos literarios en Perú y otros países. Ha creado más de 8 mil décimas de pie forzado. Antologado muchísimas veces. Participa activamente en eventos culturales y formando nuevos valores en el arte literario.

[decimafal@hotmail.com](mailto:decimafal@hotmail.com)

Gratitud y amor son humildad. Incluirme al final; gracias.

MADRES DE TODOS LOS DÍAS

Madre que el ser me brindaste,  
dulce fuego maternal,  
por lo mucho que me amaste  
¡eres gloria divinal!

Con el verso más florido  
mi homenaje es para ti  
y yo te recuerdo así  
por ser ángel muy querido.  
Escribir poco he podido  
desde cuando te marchaste,  
mas recuerdo me enseñaste  
más vale la voluntad,  
que el dinero en cantidad;  
madre que el ser me brindaste.

Me educaste desde abajo  
con cariño verdadero

de un espíritu sincero  
y lo que vale el trabajo.  
Hoy mi lágrima desgajo,  
¡aunque muerta eres igual!  
Tu regazo elemental,  
desde lejos es mi abrigo,  
y siempre seré tu amigo,  
dulce fuego maternal.

Sin tener tan buena crianza,  
dabas tus consejos sabios  
y me dictaron tus labios  
un aliento de esperanza.  
Es que tu alma es alabanza  
y con fe te preocupaste  
mas nunca me abandonaste,  
por amor a tu pequeño,  
y no me olvidas ni en sueño,  
por lo mucho que me amaste.

Con experiencia versada  
y habilidad candorosa,  
a la que hoy tengo de esposa  
bendijiste su llegada.  
Tu ausencia no está borrada:  
vive mi amor tan filial,  
contemplo tu mundo astral,  
fiel con devoción te oramos,  
y en la vida que hoy gozamos  
¡eres gloria divina!

Mujer de eterna bondad  
que prodigas la existencia,  
eres arte, luz y ciencia,  
cultora de la amistad.  
No hay mayor felicidad

que recordar tu regazo  
por ser el divino lazo  
de forjar mejor futuro,  
por eso con amor puro  
¡en la distancia te abrazo!

### FELIZ DIA PADRE MIO

Eres cual astro imponente,  
agua dulce en el estío,  
por dar vida intensamente  
¡Feliz día, padre mío!

Todas las horas del año  
sé lo que eres para mí,  
hasta rezo a Dios por ti  
que no sufras ningún daño.  
Si me cuentas lo de antaño  
me vuelvo tu confidente,  
los recuerdos de tu mente  
son destellos de grandeza,  
y por tu enorme proeza  
eres cual astro imponente.

Que nunca nos falte nada.  
es tu gran preocupación;  
para cualquier ocasión  
tienes la frase apropiada.  
Eres fuego en llamarada  
si el horizonte es sombrío,  
te pones fiero y bravío  
si la injusticia acrecienta,

y eres cuando no hay tormenta  
agua dulce en el estío.

Si en la calle me demoro,  
piensas en cosas siniestras,  
a pesar que no demuestras  
soy de tu vida, tesoro.

Si por falla me acaloro,  
me apaciguas suavemente,  
te acuerdas seguramente  
que también tú fuiste niño,  
y haces gala de cariño  
por dar vida intensamente.

Con la palabra absoluta  
no eres ni malo ni bueno,  
acepto que pongas freno  
si desvíase de mi ruta.  
Mi destino no se enluta  
por eso es que en ti confío,  
eres grande como un río  
de virtudes colosales,  
y por tus dotes reales  
¡Feliz día, padre mío!

Es un afecto sublime  
el amor hacia la madre,  
tan igual es el del padre,  
porque las penas suprime.

Apenas la prole gime  
dejan todos sus asuntos  
y merecen veinte puntos  
si están unidos los dos,  
pues es regalo de Dios  
¡vivir con los padres juntos!

## ERES LUZ DE MI EXISTENCIA

Tu cariño es un tesoro  
que no quiero compartirlo,  
cuando digo que te adoro  
es que he empezado a vivirlo.

Por muy sensible mujer  
me consuela el arrullarte  
pues con sólo acariciarte  
me das inmenso placer.  
Contigo he vuelto a nacer,  
por eso al Divino imploro,  
como vales más que el oro,  
que te brinde sutilezas,  
es que entre grandes riquezas  
tu cariño es un tesoro.

Cuando en mis brazos reposas  
junto a mi ardiente existencia  
me hace brotar tu presencia  
sensaciones muy hermosas.  
Tu piel igual que las rosas  
tiene el encanto de un mirlo  
y como no he de sentirlo  
si no hay otro embrujo igual,  
y es tu amor tan celestial  
que no quiero compartirlo.

Al mirar tus ojos bellos  
me haces perder la cordura  
y se enciende mi locura  
cuando toco tus cabellos.  
Con armónicos destellos  
le das a mi alma decoro  
y mi orfandad que deploro

hasta cambia de matiz,  
es que me siento feliz  
cuando digo que te adoro.

Puedes amar libremente,  
si al destino amor le pides,  
mas no quiero que te olvides  
que lo mío es diferente.  
No es deseo simplemente,  
eso tienes que admitirlo;  
mi promesa he de cumplirlo  
pues mi sentido es afín,  
y conozco tu jardín...  
es que he empezado a vivirlo.

Ir cual ave en raudo vuelo,  
quizá lo último que yo haga;  
ser en vida quien te halaga  
porque me haces ver el cielo.  
Por todo a mi desconsuelo  
y al reinar nula falsía  
ofréndale la alegría  
de tu espíritu en esencia,  
al ser capaz tu conciencia  
de borrar mi suerte impía.

Si tu amor que es tan profundo  
algún dueño ya tuviera,  
aun con todo te quisiera  
pues lo nuestro es de otro mundo.  
No soy un meditabundo,  
mas ante el suspiro terso  
me olvido del universo  
al inspirarme a tu lado,  
y al sentirme realizado  
¡te immortalizo en mi verso!



## SONREÍR O REÍR, POR EL AMOR

La colaboración de amigas y amigos nos permite incluir mensajes gráficos que pueden dar un toque especial al contenido de esta Antología... y servir de referencia a lo que puede ser la siguiente, primera del año 2019.  
Disfrútenlos.



**FILIPO & GORGIAS.** Memorias de un poeta rechazado.



¿CÓMO SABER CUÁNDO  
ENCUENTRAS A LA  
PERSONA INDICADA  
PARA CASARTE?

SÓLO RECUERDA UNA  
COSA HIJO, SI ESA  
PERSONA QUIERE  
CASARSE, NO ES  
LA INDICADA.





ESTA ES UNA  
TERAPIA DE PAREJA  
¿POR QUÉ NUNCA  
ESTÁ SU ESPOSO?

EN MI MATRIMONIO  
YO TOMO LAS  
DECISIONES, SI  
USTED LOGRA CURARNOS,  
YO SE LO DIRÉ A ÉL.



f GERINELDO. HUMORISTA GRÁFICO

Gerineldo.

PIENSO QUE NUESTRA  
RELACIÓN PUEDE  
AVANZAR AL SIGUIENTE  
NIVEL

¿CUÁL ES ESE?

LA SEPARACIÓN



www.gerineldo.com

Gerineldo.



PARA QUE ESTA TERAPIA  
DE PAREJA FUNCIONE,  
DEBEMOS DEJAR A FUERA  
TODA LA ENERGÍA  
NEGATIVA.

¡YA LA OÍSTE?  
DEBES SALIR  
DE LA HABITACIÓN



[www.gerineldo.com](http://www.gerineldo.com)

¿QUÉ LE  
PASA A  
EL?

ES EL ENCARGADO  
DE LOS AMORES  
IMPOSIBLES,  
RIDÍCULOS Y  
TÓXICOS



f GERINELDO.HUMORISTA GRÁFICO



## CONTENIDO

Dedicatoria .....	5
Cuadro de Reconocimientos .....	7
Orden del Kinde Azul .....	9
Presentación .....	11
Serie "Mundo Mejor" .....	13
Adolfo Ortiz Rodríguez ECUADOR .....	15
América Guerrero González MÉXICO .....	24
Ana Elisa Medina ARGENTINA .....	29
Ana Ester Musaja Apaza PERÚ .....	31
Ana María Labaronnie ARGENTINA .....	32
Angie Ximena Musaja Cahuana PERÚ .....	33
Ania Belotti PERÚ .....	34
Ariel Batista Osorio CUBA .....	36
Belisario Luis Romano Güemes ARGENTINA .....	48
Carmen Luz Ayala Olazábal PERÚ .....	54
Celina Suárez Salazar MÉXICO .....	60
Conceição Ferreira BRASIL .....	63
Consuelo Lezcano Ruiz PERÚ .....	65
Daleska Marazo Cama PERÚ .....	84
Dalia Raquel Cohaila Alanoca PERÚ .....	85
Daniel de Cullá ESPAÑA .....	86
Elías Antonio Almada ARGENTINA .....	89
Elisa Barth ARGENTINA, SUIZA .....	91
Elizabeth Guadalupe Zúñiga Montoya MÉXICO .....	93
Elsa María Rojas, Marel ARGENTINA .....	94
Flor Teresa Rodríguez Peña CUBA .....	95
Gloria Elizabeth Rodríguez Albernaz URUGUAY .....	98
Guillermo Bazán Becerra PERÚ .....	100

Hugo Reyna Goicochea PERÚ .....	116
Isidoro A. Gómez Montenegro MÉXICO .....	144
Jessica Siul González Rosales MÉXICO .....	146
José Hilton Rosa BRASIL .....	149
Juan Ernesto Munguía Ángeles MÉXICO .....	152
Liliana Guadalupe Vergara Arreola MÉXICO .....	153
Lucero del Castillo Pisco PERÚ .....	154
Luis Eugenio Muñiz Guillén MÉXICO .....	155
Luis Manuel Santos Ríos MÉXICO .....	157
Luiz Henrique Becker BRASIL .....	160
Mabel Camelino ARGENTINA .....	162
Marcela Barrientos ARGENTINA .....	165
María Alejandra Ávila ARGENTINA .....	168
Maria de Fátima Oliveira Batista, Fathma Oliveira BRASIL .....	170
María Mercedes Motta Márquez PERÚ .....	172
María Virginia Rubio ARGENTINA .....	174
Maricielo Verónica Pumachoque Sandoval PERÚ.....	175
Mario Darío Fuenzalida Delgado ARGENTINA .....	176
Marisela Núñez Contreras, Minerva PERÚ .....	179
Melany Sofía Apaza Zapana PERÚ .....	182
Mercedes Uriarte Latorre PERÚ .....	183
Miriam Zavala Gómez PERÚ .....	187
Mónica Maquera Mamani PERÚ .....	189
Nelly Ramírez Yasno COLOMBIA .....	190
Nilda Spacapan ARGENTINA .....	192
Olga Rojas CHILE CANADÁ .....	195
Pamela Carazas Condori PERÚ .....	197
Regina Caciquinho BRASIL .....	198
Reyna Gonzáles Mamani PERÚ .....	200
Roberto Pino Choqueapaza PERÚ .....	201
Sab Meder MÉXICO FRANCIA .....	204
Sandra Paola Hernández Salinas MÉXICO .....	220
Sara Gutiérrez Sisniegas PERÚ .....	222
Valentina Arancibia García PERÚ .....	224
Varenka de Fátima Araújo BRASIL .....	225

Ximena Gautier Greve MÉXICO, FRANCIA .....	227
Yamily Falcon Sarkis MÉXICO .....	229
Yazmín Paredes Núñez, Amazona PERÚ .....	232
Yunuen Portes MÉXICO .....	234
Zuleika Marazo Cama PERÚ .....	237
Fidel Alcántara Lévano .....	238
Sonreír o reír, por el amor .....	245
Contenido .....	253



**GRATITUD Y AMOR EN MI VIDA**

**Cómo lo proyecto en mi vida**

Compilador: Guillermo Bazán Becerra

Antología concientizadora

Serie Mundo Mejor 5/10

Editora

Asociación “Cajamarca, Identidad y Cultura”

Cajamarca, 18 diciembre 2018

MMXVIII

