

MIRADAS

Al Magisterio

GACETA DE CULTURA,
EDUCACIÓN Y
ACTUALIDAD

Año 2 Julio de 2023

Número 22

[f @educacionyucatan](#)

[@educacionyucatan](#)

[educacionyuc](#)



SEMBRAR ILUSIONES



Juntos transformemos
Yucatán
GOBIERNO DEL ESTADO

SEGEY
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

Liborio Vidal Aguilar
Secretario de Educación

Linda Basto Ávila
Directora General de
Educación Básica

**José Leonel
Escalante Aguilar**
Director General de
Desarrollo Educativo
y Gestión Regional

Consejo editorial
Ramón Valdés Elizondo
Effy Luz Vázquez López
José Leonel Escalante Aguilar
Carlos Alberto Pérez y Pérez

**Coordinación y diseño
editorial**
Cristóbal León Campos

Jefa de redacción
Arline Bojórquez Cauich

Corrección de textos
Karla M. Martínez Herrera
Lilian Coello Mena

Fotografía de portada
Hugo Borges

Miradas al Magisterio. Gaceta de cultura, educación y actualidad, es una publicación de la Dirección General de Desarrollo Educativo y Gestión Regional de la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de Yucatán, cuyo objetivo es divulgar información, noticias y opiniones en torno al quehacer cultural de los profesores y profesoras de Yucatán. En sus páginas se resaltan las acciones y programas destinados al mejoramiento educativo y trae al presente la memoria histórica y cultural que tanta huella ha dejado en el país, por la incansable labor del magisterio de la entidad.

Consulta las ediciones digitales:
www.educacion.yucatan.gob.mx/site/gaceta

**Secretaría de Educación del
Gobierno del Estado de Yucatán
(SEGEY)**

Calle 34 núm. 101-A x 25
Col. García Ginerés, C.P. 97070
Mérida, Yucatán.

**Dirección General de Desarrollo
Educativo y Gestión Regional
de la SEGEY**

Calle 25 S/N x 38 y 40,
Col. García Ginerés, C.P. 97070
Mérida, Yucatán, teléfono
(999) 964 0100 Ext. 7125017.

www.educacion.yucatan.gob.mx

ÍNDICE

Carta editorial / 3

Concluye un ciclo escolar / 4

**“Sembremos libros para
cosechar lectores” / 5**

**La importancia de la salud física
en la prevención del suicidio / 8**

**Creencias de los pueblos mayas
sobre los eclipses: una rica
cosmovisión / 10**

Bajareque / 12

**¿Se pierden las Altas
Capacidades si no se
desarrollan? / 13**

Galería Festival Educativo / 15

El arte es libertad / 16

CARTA EDITORIAL

Iniciamos el mes de julio con el fin del ciclo escolar 2022-2023, y siempre al interior de las escuelas un sentimiento de alegría y nostalgia se impregna en el ambiente. Los docentes sabiendo que han cumplido con el deber de contribuir a la educación de miles de infantes y jóvenes, respiran esa alegría que otorga el alcanzar las metas y concluir con cada uno de los proyectos planeados. Por su parte, los estudiantes de los diferentes niveles educativos dejan las aulas para dar lugar a un tiempo de descanso y regocijo junto a sus familias, pero sin olvidar los momentos compartidos con sus amistades cultivadas en la escuela, algunos ya no volverán a encontrarse, pues finalizan sus ciclos educativos y se incorporarán a niveles superiores de enseñanza, otros y otras intercambiarán centros educativos para continuar su aprendizaje, pero, la gran mayoría, sabe que volverá para continuar el camino junto a sus compañeros y compañeras, quienes con el tiempo, se convierten en seres indispensables para la vida por la amistad que se cultiva.

Así, y justo en el sentido del fin y del inicio de los ciclos escolares y de la vida, es que presentamos en esta edición número 22 de *Miradas al magisterio*, las palabras de la ameritada profesora Effy Luz Vázquez López, quien con sus reflexiones siempre agudas y puntuales, así como amenas y alegres, nos da un paseo por la memoria como estrategia para mirar las oportunidades de crecimientos de la educación actual, sus letras no quedan en la nostalgia de los días que se fueron, sino al contrario, nos ponen de frente a lo que habremos de resolver en los próximos meses cuando iniciemos el nuevo ciclo escolar 2023-2024. Y es ahí, donde se inscribe la entrevista a la profesora Silvia Ester Interian Espadas, con quien dialogamos de manera amena, escuchando su relato sobre lo que significa para un docente dejar atrás la huella de la jornada educativa que por más de 30 años marca el quehacer de los docentes, un reto que ella afronta de manera activa promoviendo el gusto por los libros y la escritura a través de su Sala de Lectura en la comunidad de Sacalum, con la finalidad de dar esperanza y oportunidades a los infantes y jóvenes, quienes con su acercamiento a las letras, pueden tomar consciencia sobre su propia realidad y ser partícipes en la construcción de su futuro. Ambas profesoras, Effy y Silvia, con trayectorias memorables que hoy con sus experiencias y amor por la vocación magisterial, nos deleitan con un poco de lo mucho que han dado por el bienestar de la sociedad.

Acompañan estas experiencias docentes, las plumas de la doctora Carmen Castillo Roco, quien junto a Damaris Estrella Castillo, nos hacen reflexionar sobre la relevancia de la salud física en la prevención del suicidio, un tema doloroso y difícil, pero necesario de abordar ante la realidad tan compleja que vivimos en el mundo, y, en particular en Yucatán. Asimismo, continuamos con la propuesta del Comité Yucatán Eclipses 2023-2024, que nos acerca al conocimiento de estos fenómenos y a la utilización de la ciencia para su observación y mejor comprensión. Por su parte, el doctor Óscar García Solana, acucioso escritor, continúa con sus planteamientos sobre las Altas Capacidades y su tratamiento adecuado para el aprovechamiento educativo. Finalmente, son los versos del profesor Ángel Uicab, los que nos regalan momentos de placer y deleite al leer sus inspirados textos que publicamos en la sección "Corte literario".

Esperamos que la presente edición de *Miradas al magisterio* sea de su agrado, y recordamos que sus páginas están abiertas para los docentes, trabajadores de la educación, y para quien desee compartir sus escritos con el magisterio. Asimismo, queremos felicitar a cada uno de los y las docentes de la entidad, que en cada uno de los niveles educativos a dado su mayor esfuerzo en este ciclo escolar 2022-2023 que finaliza, y extendemos de igual manera una enorme felicitación a los educandos de todos los sistemas educativos por su empeño, esfuerzo y compromiso por salir adelante, reconociendo el invaluable apoyo y esfuerzo de las madres y padres de familia.

¡Muchas felicidades y muchas gracias a todos y todas por este ciclo escolar 2022-2023!

Liborio Vidal Aguilar
Secretario de Educación



Fuente: Fotografía de Hugo Borges. Archivo de la SEGEY.

CONCLUYE UN CICLO ESCOLAR

Effy Luz Vázquez López

El ciclo escolar 2022-2023 está por concluir. Maestros y alumnos esperan un final feliz de actividades. Los primeros, con la responsabilidad que su labor conlleva, organizan el festival de clausura, desde el punto de vista sociocultural y, además, cada uno en su respectivo grupo, habrá de aplicar su criterio de evaluación de acuerdo al formato diseñado por la SEP, el cual determina promover, o no, al alumnado a su grado siguiente.

Yo no estoy muy enterada, pero sigo creyendo que esa obligatoriedad de promover a todo el grupo, sin distinciones en cuenta, nunca existió. Ya de por sí, los niños de la sociedad actual no pueden evitar tener tantos distractores en su entorno, comenzando por el tipo de hogares que los prohija, que hace ya mucho tiempo dejó de ser el tradicional.

Incluso en donde aún existen papá y mamá, casi siempre ambos trabajan y su horario suele ser complejo y no emparejar con el de todos sus niños en edad escolar, lo que les impide vigilar sus horas de estudio y ayudarlos incluso a realizar tareas.

Claro que estamos en la era de la electrónica, y teniendo a su alcance este tipo de aparatos en el hogar, aunque fuese un simple teléfono electrónico, me decía una amiga, ya los chicos no tienen que esforzarse tanto. De hecho, a veces, lo que les sobra es información, incluso de cosas que aún no estarían en edad de informarse, pero... bueno, es el precio de la civilización en constante desarrollo.

Así pues, no le vi razón a unas notas que leí en los periódicos hace unos días, acerca de la inconformidad de algunos padres de familia, por no haber sido consultados sobre el contenido de los libros de texto gratuito que proporciona el gobierno.

Aunque esto, por supuesto, no es nuevo; ya desde 1974-1975 -no recuerdo con exactitud, pero no fue mucho más allá- cuando aparecieron en los mismos libros gratuitos de quinto grado, las figuras dibujadas, ni siquiera retratadas, de un niño y una niña con solo ropa interior, y se les hablaba de los cambios hormonales que sufrirían cada uno a determinada edad y el proceso, bosquejado de la reproducción humana.

Hubieron protestas y malas interpretaciones, lo triste en aquel entonces de, no solo padres de familia sino incluso de algunos docentes, pero la razón al fin se impuso y aquí estamos, a cincuenta años de dichos sucesos y todavía, por lo visto, existen almas sensibles al hecho de que los niños tengan un cabal y natural conocimiento biológico de nuestra sexualidad como elemento reproductor.

Y, hablamos de esto, porque suponemos que al mismo tipo de temas se refieren los actuales detractores del presente, si no ¿a qué otras cosas podrían estarse refiriendo? ¿a las matemáticas? No lo creemos, esa es una ciencia exacta que personas como el gran Pitágoras estudiaron, organizaron y nos legaron.

¿Al lenguaje? La gramática pudo haber sufrido ciertas adecuaciones con el paso del tiempo, pero hasta ahora que sepamos, el español sigue siendo nuestro idioma oficial, aunque algunos en Yucatán insistimos en que nuestro idioma ancestral, el maya peninsular, debe ser rescatado y puesto en circulación, ojalá que así sea algún día. Seguimos: ¿la historia? Como su nombre lo indica, son sucesos del pasado que ya no podemos cambiar, están ahí eternamente sin fin. Tal vez nos sirve para no volver a cometer los mismos errores, si los hubiera habido. El civismo, que ya casi ni se nombra, por su carácter social o comunal, podría ser adecuado a las circunstancias de esta moderna sociedad, aunque las buenas maneras, el buen tono en nuestras relaciones, inter y extra escuela y hogar, el respeto a nuestras instituciones y sus gobernantes, deben seguir presentes en todas las épocas.

Por último, la educación física y la educación artística, que contribuyen al desarrollo integral de nuestro alumnado, tal vez podrían modernizarse un poco, aunque sin perder nuestras raíces, adaptándolas al ritmo de la vida actual.

Total, que el fin de curso, de este año 2023, deje a todos contentos y que disfruten al máximo su periodo vacacional, sin dejar de precaverse a los contagios y cuidar de este modo su salud.

¡Felicidades!



Fuente: Archivo de la Sala de Lectura "Koox Xook".

"SEMBREMOS LIBROS PARA COSECHAR LECTORES"

Arline Bojórquez Cauch

Hay jóvenes viejos y viejos jóvenes", expresó entre risas la maestra Silvia Ester Interian Espadas, durante la conversación que sostuvimos en una sala del edificio CEDE Inalámbrica de la SEGEY, en la que pude constatar su vitalidad y convicción por la enseñanza pedagógica. Como parte de sus experiencias educativas, la maestra, originaria de Sacalum, nos compartió sobre su vocación y la pasión que siente, así como el ímpetu por la lectura y la travesía que le ha representado la jubilación.

Hoy en día, es una mujer comprometida con la gestión cultural y las raíces de su identidad maya, pues uno de sus motivos es impulsar a su comunidad, de la cual se siente orgullosa. Su curiosidad innata la ha llevado a emprender diversos proyectos y conocimientos sobre mediación lectora, el cambio climático, cuidado del agua, herbolaria, entre otros temas. Capacitándose en diversas instituciones para luego compartir con los suyos los aprendizajes adquiridos y así poder implementarlos.

Contagiar el gusto por la lectura es su motor, pues considera que es una vía para transformar las mentes, no sólo de la infancia, sino de toda una población. Para ella, la lectura es un arte que se disfruta y comparte; cautivada por las letras, nace en ella, un nuevo interés por explorar la escritura en maya, lo que la ha llevado a plasmar sus primeras líneas en poesías, es así como decidió estudiar en el 2023 literatura maya en el Centro Estatal de Bellas Artes (CEBA).

En esta edición de *Miradas al magisterio* presentamos las historias que nos brinda en una entrevista la maestra Silvia Ester Interian Espadas, esperando contagiar a cada uno de

los lectores de pasión y vocación del servicio magisterial, así como de la lectura.

Acerca de los inicios de su carrera en el magisterio, la maestra Ester Interian nos comenta lo siguiente:

Egresé en 1980 de la Escuela Normal Particular Trabajo Social de Jubilados en la ciudad de Mérida, donde aprendí a amar mi profesión. Inicé mi servicio educativo en Oaxaca, en la región de Tuxtepec, lugar en el que laboré por 6 años para posteriormente dirigirme a El Cuyo, Yucatán, en 1988. Después de estar en la costa un tiempo, arribamos a la localidad de Yaxhachén, en el municipio de Oxkutzcab. Una comunidad maya en el cono sur donde mi dominio de la maya fue indispensable para interactuar con los estudiantes y padres de familia. Luego me enviaron año y medio a las parcelas de Akil, para finalmente establecerme en Cooperativa Emiliano Zapata (Oxkutzcab), durante 24 años.



Fuente: Archivo de la Sala de Lectura "Koox Xook".



Fuente: Archivo de la Sala de Lectura "Koox Xook".

En esta población experimenté mi pasión por la docencia en todo su esplendor, además de ser maestra me convertí en artista, cocinera, bailarina e inicié mi fantástico viaje por la lectura. Siempre aprendí de las experiencias de la comunidad escolar y de mis compañeros, soy una maestra apasionada de la vocación magisterial.

La vocación docente es algo que se cultiva todos los días en el aula, ¿qué significa para usted?

Siempre tuve inquietud docente, ser maestro o maestra de vocación es ocuparte del crecimiento académico y personal de los niños, y niñas. Ser docente es aceptar un constante aprendizaje, estar actualizado, no podemos quedarnos estáticos en un mundo que está en vertiginoso cambio; la vocación del docente es indispensable, so-

lamente de esta manera podemos hacer que una comunidad o un alumno crezca.

Maestra, la jubilación suele comprenderse como concluir con un ciclo profesional, ¿cómo ha sido para usted esta etapa?

Me jubilé en el 2014 y fue algo que me entristeció mucho, una circunstancia de salud de mi madre me orilló a tomar esa decisión. Mi vocación es algo que me llena y satisface, por lo que siempre he amado estar en la escuela y enseñar a los niños y niñas. Fueron 34 años de servicio magisterial y sentí que no fue nada, yo no percibí el peso y cansancio, porque realmente amaba mi profesión. Viajé todos esos años de Sacalum a Cooperativa, diariamente me levantaba a las 4:30 am para recorrer 80 km.

La vida no termina con la jubilación, se cumple un ciclo, pero se puede iniciar otro. Espero que los docentes jubilados puedan brindar su servicio a favor de la promoción de la lectura y, así, seguir compartiendo sus experiencias y sabiduría.

Después de jubilarme seguía teniendo vitalidad y fuerza para continuar, la actitud y ser positiva hace la diferencia, por lo que me integré al Programa de Salas de Lectura de SEDECULTA, donde he aprendido estrategias de fomento y animación lectora. Así nació en 2015 "Koox Xook" mi sala de lectura ubicada en Sacalum.

La lectura es siempre muy importante, ¿nos podría compartir un poco sobre la Sala de Lectura "Koox Xook"?

Durante 8 años hemos fomentado un espacio de lectura, buscamos generar una comunidad de lectores en Sacalum, busco el beneficio de mi pueblo, entonces les comparto todas las estrategias de lectura que aprendo. Es una satisfac-



Fuente: Archivo de la Sala de Lectura "Koox Xook".

"Primero leemos, después analizamos la lectura para observar qué tanto comprendimos, les pido a mis niños y niñas que me digan con sus palabras lo que han entendido de la lectura. Mi motivo principal es compartirles conocimiento"

ción y oportunidad para mí ofrecer un momento de lectura a chicos y grandes, considero que soy un puente entre el libro y la infancia, por lo que a las 4:00 pm me siento a esperar a los infantes y madres de familia. Primero leemos, después analizamos la lectura para observar qué tanto comprendimos, les pido a mis niños y niñas que me digan con sus palabras lo que han entendido de la lectura. **Mi motivo principal es compartirles conocimiento.**

También nos hemos integrado al programa de pueblos originarios, por lo que fomentamos la lectura en maya. El pasado 10 de mayo leímos poesía maya y los niños escribieron un acróstico a sus madres, realizamos también obras de teatro, necesitamos que los niños se involucren y desenvuelvan. Todas estas actividades pueden mirarse en la página de Facebook Sala de Lectura "Koox Xook".



Fuente: Archivo de la Sala de Lectura "Koox Xook".

Maestra, nos ha mencionado la lectura como una herramienta imprescindible a aplicar en el aula, ¿qué nos podría comentar al respecto con base en su experiencia?

Desafortunadamente los docentes no practicamos la lectura por placer sino que leemos desde una mirada académica y obligatoria. La lectura es el complemento ideal o necesario para el crecimiento integral de los alumnos. Cuando el proyecto Nacional de Lectura y Escritura PRONALEES llega a Yucatán, aprendí a darle importancia a la lectura y a hacerla significativa, y lo más relevante, tener la capacidad de emitir juicios críticos y analizar, ¿por qué leo?, ¿qué significado tiene para mí? Conducir a los y las alumnas por medio de la lectura a autoconocerse, ¿quién soy?, ¿qué género soy?, ¿qué me gusta?, todo esto es ir sembrando la semilla en NNA.

"La lectura es libertad, la lectura os hará libres". Si no leemos no sabemos quiénes somos, de dónde venimos y el do-



Fuente: Archivo de la Sala de Lectura "Koox Xook".

cente debe crear espacios y momentos específicos de lectura, donde las y los alumnos sientan la libertad de elegir lo que leen, que ellos decidan y seleccionen lo que les gusta. El estudiante es libre de hacer de la lectura un instante de disfrute.

Durante mi servicio profesional realizamos diversos proyectos, siempre amparados en un libro, hacíamos significativas las lecturas, es decir, aplicábamos lo aprendido -libro, actividad y producto-, de esta manera trabajamos con español, conocimiento del medio, así como con artes, donde pasan a la etapa de creación. Los estudiantes realizaron un guion de radio, monografías de los estados, los planetas, entre otros temas. Es importante que el maestro siembre el gusto por la lectura y que al final podamos ver los frutos: que nuestros estudiantes lean.

Para finalizar, nos podría comentar ¿cuáles son los proyectos que tiene en puerta?

Actualmente estudio Literatura Maya en Bellas Artes, hablo y entiendo la maya, pero deseo aprender a escribirla. Igual inicié en la UNAM un diplomado de Lectura y oralidad, en este momento nace mi interés por investigar sobre la historia oral, recuperar las memorias vivas de los pueblos para que nos compartan sus conocimientos.

Y, seguir con la lectura, porque hay un camino muy largo, donde vayamos hagamos lectura, hablemos de ello, es la única manera de ser libres. Mi padre tiene 88 años y es el lector más asiduo de la Sala de Lectura. Si visitas Sacalum lo podrás encontrar sentado leyendo, no para de leer, es mi gran orgullo. Ahí me doy cuenta que la gente adulta puede continuar su conocimiento. Entonces, **sembramos libros para cosechar lectores.**

IMPORTANCIA DE LA SALUD FÍSICA EN LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Damaris Estrella Castillo y Carmen Castillo Rocha

Terminada la crisis del coronavirus, la sociedad se ha encontrado con el reto de enfrentar la vida en condiciones de mayor fragilidad. Las pérdidas, los duelos, las crisis económicas y las consecuencias del aislamiento social, marcaron de alguna manera a los educandos. El cuerpo docente no estuvo exento de ese estrés, y sumando a sus propios duelos, y como suele ser, ha tenido que lidiar con las pérdidas, los dolores y síntomas de la comunidad escolar en su conjunto. Lo previo se sumó a la precariedad de opciones para la atención a la salud mental en instituciones públicas, así como al estigma y a los múltiples prejuicios que hay en torno al tema.

Enfrentar situaciones como tales pueden llevar a decisiones extremas. El tema del suicidio es un asunto sumamente delicado y complejo que requiere una atención urgente. A menudo, el suicidio es el resultado de una combinación de factores, tales como vivir en contextos sociales problemáticos, tener dificultades de salud mental, enfrentar situaciones emocionales desafiantes y generar una sensación de desesperanza. No es sencillo, pero por algún lado debemos comenzar y aquí queremos destacar la importancia de la salud física en la prevención del suicidio, ya que el bienestar del cuerpo juega un papel fundamental en nuestra capacidad para perseguir nuestras ilusiones y metas.

La relación entre la salud física y la salud mental es innegable. Nuestro cuerpo y mente están intrínsecamente conectados, y el desequilibrio en uno de ellos puede afectar al otro. Mantener un estilo de vida saludable que incluya una nutrición adecuada, ejercicio regular y suficiente descanso no solo mejora la salud física, sino que tiene un impacto positivo en nuestro estado mental.

Cuando nos encontramos en buena forma física, experimentamos una serie de beneficios que contribuyen directamente a nuestra mente. El ejercicio físico, por ejemplo, desencadena la liberación de endorfinas conocidas como las "hormonas de la felicidad", que elevan nuestro estado de ánimo y reducen el estrés y la ansiedad. El ejercicio regular mejora la calidad del sueño, lo que a su vez ayuda a mantener un equilibrio emocional estable y afrontar los desafíos diarios con mayor claridad mental (Kjellenberg, Ekblom, Ahlen, et al., 2022).

La alimentación adecuada también desempeña un papel fundamental en la salud física y mental. Los nutrientes que ingerimos tienen un impacto directo en el cerebro y en la producción de neurotransmisores, que influyen en las emociones y estados de ánimo. Una dieta equilibrada, rica en vitaminas, minerales y antioxidantes, no solo nutre el cuerpo, sino que también fortalece nuestro sistema inmunológico y optimiza el funcionamiento de nuestro cerebro (O'Neil, Quirk, Housden, et al., 2014).

Es importante reconocer que una buena salud física no es una garantía absoluta contra los desafíos emocionales y la salud mental precaria, sin embargo, al mantener un estilo de vida saludable, proporcionamos a nuestro cuerpo y mente

las herramientas necesarias para afrontar situaciones difíciles y aumentar nuestra resiliencia.

El cuidado de la salud física nos proporciona una sensación de control sobre nuestras vidas. Cuando nos ocupamos de nuestro cuerpo, nos empoderamos y fortalecemos nuestra autoestima. Esto nos ayuda a enfrentar las dificultades con una actitud más positiva y nos brinda la confianza necesaria para superar obstáculos y perseguir nuestras pasiones.

El cuidar estos aspectos es clave para nuestra labor como docentes y lo es también para el desempeño de los alumnos. El bienestar físico repercute en el comportamiento de los educandos tanto como en su aprendizaje, por ejemplo, se ha demostrado que el alto consumo de azúcares y de alimentos ultra procesados, aunado al bajo consumo de vitaminas (como el Omega 3), se relaciona con un incremento nivel de actividad motora que trae como consecuencia aulas más caóticas con estudiantes que tienen gran dificultad para controlar su comportamiento. Esto también disminuye su capacidad de atención y concentración. Es por ello que en experiencias de educación para la paz se ha decidido solicitar a los padres la modificación de la dieta de los menores, excluyendo el exceso de azúcar y los productos ultra procesados (también denominados "chatarra"), y diversificando los alimentos no procesados de alto contenido nutricional. Es por ello también que se necesita eliminar estos productos de las escuelas y sus cercanías.

La salud física también nos brinda la energía y la vitalidad necesarias para perseguir nuestras ilusiones y metas. Cuando nos encontramos en buena forma, somos capaces de afrontar los desafíos diarios con mayor determinación y positividad. El bienestar físico nos impulsa a buscar nuevos horizontes, a establecer metas realistas y a trabajar para alcanzarlas. El cuidado del cuerpo nos proporciona una sensación de control sobre nuestras vidas y fortalece la autoestima, lo que nos ayuda a superar dificultades y a desarrollar nuevas capacidades.

La alimentación está directamente relacionada con el cuerpo y la mente, con la salud integral y, decíamos, la salud física juega un papel crucial en la prevención del suicidio al proporcionarnos las bases necesarias para enfrentar los desafíos emocionales y mantener un equilibrio mental. Al cuidar nuestro cuerpo, nutrirlo adecuadamente, hacer ejercicio regularmente y descansar lo suficiente, fortalecemos nuestra salud mental y emocional.

Al crear conciencia sobre la importancia de la salud física en la prevención del suicidio, podemos fomentar un enfoque integral de la salud que incluya tanto el bienestar mental como el físico. Es esencial proporcionar recursos y apoyo a las personas que luchan con problemas de salud mental, pero también enfatizar la necesidad de cuidar nuestro cuerpo como una parte integral del bienestar general. Recordemos que cada persona es única y puede requerir diferentes enfoques de prevención y tratamiento.

Si estás experimentando dificultades emocionales o pensamientos suicidas, es fundamental buscar ayuda profesional y hablar con alguien de confianza. No estás solo, y hay recursos disponibles para apoyarte en tu camino hacia la salud y el bienestar. Te recordamos algunos consejos para el Bienestar Integral:

Practica actividad física regularmente: La actividad física puede mejorar tu estado de ánimo y reducir los niveles de estrés y ansiedad. Encuentra una actividad que te guste, ya sea caminar, correr, practicar yoga o bailar, y dedica tiempo a hacer ejercicio regularmente.

Adopta una dieta saludable: Una dieta equilibrada y saludable puede mejorar tu estado de ánimo, aumentar tu energía y mejorar tu salud física en general. Asegúrate de incluir alimentos ricos en nutrientes, como frutas, verduras, granos enteros y proteínas magras, y limita el consumo de alimentos procesados y azucarados.

Haz tiempo para tus pasatiempos y actividades que disfrutas: Tómate tiempo para hacer actividades que te hagan feliz y te relajen. Ya sea leer, pintar, escuchar música, cocinar o cualquier otra actividad que te guste, dedicar tiempo a tus pasatiempos puede ayudarte a reducir el estrés y aumentar tu bienestar.

Mantén una buena higiene personal: La higiene personal es importante para mantener una buena salud física y mental. Asegúrate de cuidar tu cuerpo, incluyendo la higiene bucal, el baño regular y el descanso adecuado. Estos pequeños hábitos pueden tener un gran impacto en tu bienestar general.

Busca apoyo en grupos comunitarios: Participar en grupos comunitarios o de voluntariado puede brindarte un sentido de propósito y pertenencia, así como ayudarte a conectarte con otras personas. Establecer vínculos sociales y tener un sistema de apoyo sólido puede ser muy beneficioso para tu salud mental.

Habla con un profesional de la salud: Si te sientes abrumado o experimentas pensamientos suicidas, busca ayuda de un profesional de la salud mental. Ellos pueden proporcionarte herramientas y recursos para ayudarte a superar esos momentos difíciles. No dudes en pedir ayuda, hay profesionales dispuestos a brindarte el apoyo necesario.

Busca apoyo emocional: Si te sientes triste, confundido o estresado, busca ayuda hablando con amigos, familiares o un profesional de la salud mental. No tengas miedo de compartir tus sentimientos y buscar apoyo cuando lo necesites.

Recuerda, cuidar de nuestra salud física y la de quienes nos rodean, es el primer paso para prevenir el suicidio e ir construyendo una vida plena y satisfactoria. Para comprender y cuidar tu salud, la de tus educandos y seres queridos, puedes encontrar algunas recomendaciones útiles en el sitio <https://www.mentalizarte.com/publicaciones.html>.

Si conoces a alguien que esté pasando por momentos difíciles o en situaciones de riesgo, hay opciones gratuitas disponibles, entre ellas las líneas telefónicas del Instituto de Salud de Yucatán (9999274194 y 9999268029), del programa

CAMINO A LA SALUD Y EL BIENESTAR



La actividad física puede mejorar tu estado de ánimo y reducir los niveles de estrés y ansiedad. Encuentra una actividad que te guste, ya sea caminar, correr, practicar yoga o bailar, y dedica tiempo a hacer ejercicio regularmente.



Una dieta equilibrada y saludable puede mejorar tu estado de ánimo, aumentar tu energía y mejorar tu salud. Asegúrate de incluir alimentos ricos en nutrientes como frutas, verduras, granos enteros y proteínas magras. Limita el consumo de alimentos procesados y azucarados.



Tómate el tiempo para hacer actividades que te hagan feliz y te relajen, ya sea leer, escuchar música, pintar, cocinar o cualquier otra actividad que te guste. Tus pasatiempos pueden ayudarte a reducir el estrés y aumentar tu bienestar.



La higiene personal es importante para mantener una buena salud física y mental. Asegúrate de cuidar tu cuerpo, incluyendo la higiene bucal, el baño regular y el descanso adecuado. Estos pequeños hábitos pueden tener un gran impacto en tu bienestar.



Participar en grupos comunitarios o de voluntariado puede brindarte un sentido de propósito y pertenencia, así como ayudarte a conectar con otras personas. Establecer vínculos sociales y tener un sistema de apoyo sólido puede ser muy beneficioso para tu salud mental.



Si te sientes abrumado o experimentas pensamientos suicidas, busca ayuda de un profesional de la salud mental. Ellos pueden proporcionarte herramientas y recursos para ayudarte a superar esos momentos difíciles. No dudes en pedir ayuda, hay profesionales dispuestos a brindarte el apoyo necesario.



Si te sientes triste, preocupado o estresado, busca ayuda hablando con amigos, familiares o un profesional de salud mental. No tengas miedo de compartir tus sentimientos. Busca apoyo cada vez que lo necesites.

Opciones telefónicas gratuitas de atención a la salud mental



¡Escanéame!

Instituto de Salud de Yucatán
 999 927 4194
 999 926 8029
Salvemos una vida
 999 924 5991
Línea de la vida
 8009112000

Salvemos una vida (9999245991) y también está la línea de la vida del Gobierno Federal (800 911 2000). Acude con confianza, no estamos solos.

Referencias

Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz (INPRFM) (2023). *Proyecto MENTALIZARTE*. Disponible en <https://www.mentalizarte.com/index.html>.

Kjellenberg K., Ekblom O., Ahlen J., et al. (2022). *Crosssectional associations between physical activity pattern, sport participation, screen time and mental health in Swedish adolescents*. BMJ 12:e061929. DOI:10.1136/bmjopen-2022-061929.

O’Neil A., Quirk S. E., Housden S., et al. (2014) *Am J Public Health* 104:e31–e42. DOI:10.2105/AJPH.2014.302110.

CREENCIAS DE LOS PUEBLOS MAYAS SOBRE LOS ECLIPSES: UNA RICA COSMOVISIÓN

Comité Yucatán Eclipses 2023-2024

Como hemos mencionado en entregas anteriores, el 14 de octubre de este año podremos apreciar un eclipse solar anular en la Península de Yucatán, lo que trae consigo el recuerdo de creencias y prácticas respecto a los eclipses. Cada cultura desarrolló cosmovisiones diferentes respecto a este evento astronómico, y lo más fascinante es que, incluso, se pueden llegar a notar similitudes entre culturas. En esta entrega, nos enfocaremos en las creencias y prácticas que se han desarrollado dentro de la civilización maya, tomando en cuenta que el Mayab abarcó los estados de Yucatán, Campeche, Quintana Roo, Chiapas y parte de Tabasco, pero también Guatemala, Belice, El Salvador y Honduras.

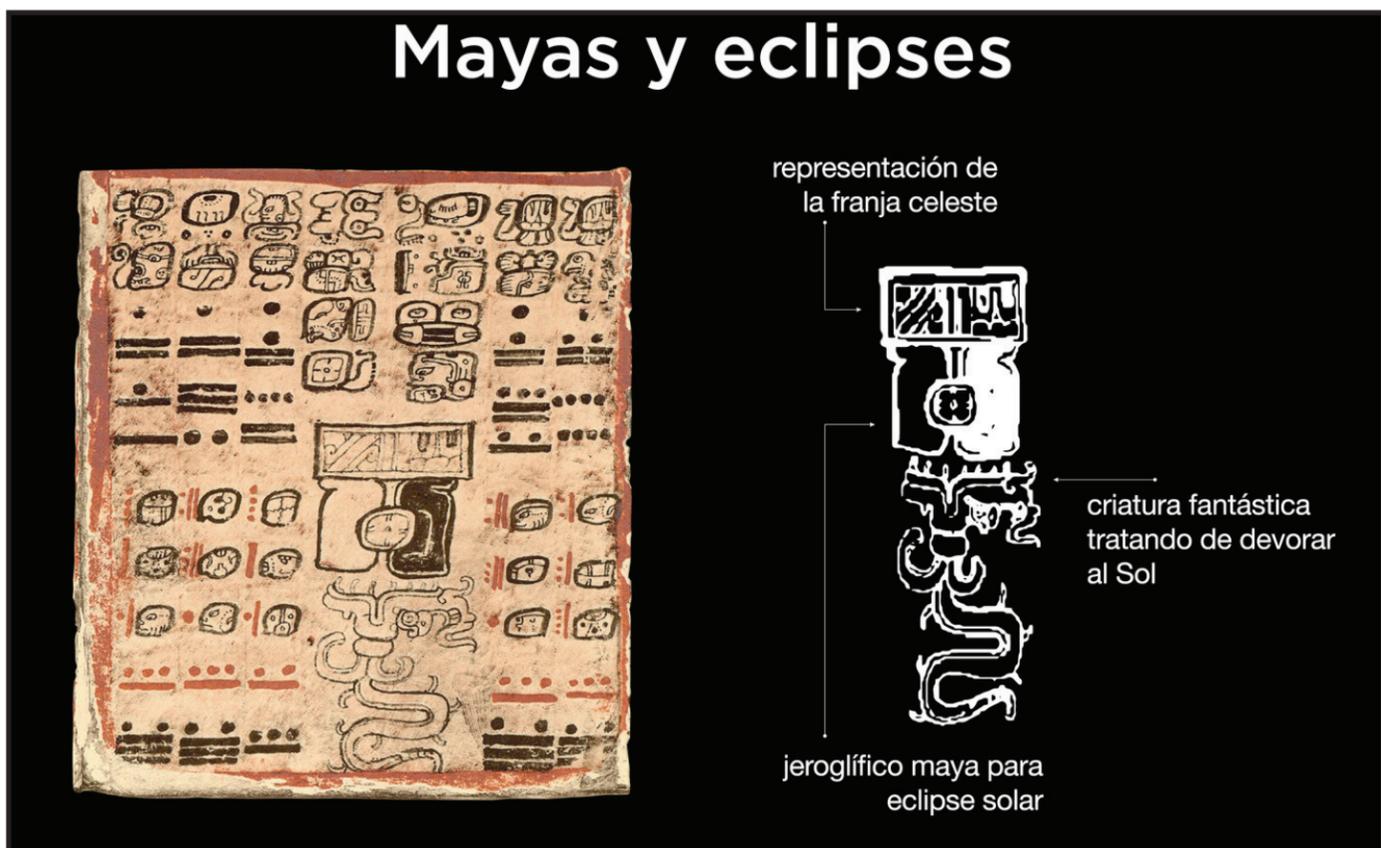
Relación de las creencias mayas con otras culturas mesoamericanas

Los eclipses lunares y solares despertaban sentimientos de miedo o preocupación, ya que existía una incertidumbre sobre la integridad de los astros que le daban luz y vida a la tierra. Los Nahuas se encargaban de ofrendarle todos los días sangre al Dios Sol, era una actividad en la que todos participaban, desde sociedad hasta guerreros, esto con el fin de impulsar el recorrido que hace todos los días el astro rey. Las ofrendas de sangre servían para darle fuerza al Sol contra cualquier mal que pudiera atacarlo, pues los eclipses no solo ponían en riesgo al astro rey sino también a la humanidad. Se creía que el sol era devorado por una entidad llamada Tecuani que puede ser traducido como el "come gente", también hay creencias respecto a jaguares y los nahuas tlaxcaltecas decían que la Luna y el Sol eran esposos. De igual forma algunos grupos mayas de Quintana Roo, Nahuas de Veracruz y Otomíes creían que la Luna y el Sol eran padre y madre.

En la cosmovisión de algunos pueblos de Quintana Roo piensan que los orígenes de los eclipses tienen que ver con animales míticos salvajes y malos que quieren comerse a los

astros del día y la noche. A estos animales se les denomina *Xulab*, lo curioso que también así se le llama a Venus y no solo por los mayas yucatecos, sino también por los K'ekchis y Mopanes. El planeta Venus es entendido como el amante de la Luna que intenta comerse al Sol y causa los eclipses. Con el paso del tiempo la creencia de animales malos fue cambiando por la idea de que el mismo diablo o *kakaz-baal* (diablo en maya) lo intenta devorar. Las ideas del sol siendo devorado están presentes en los códices de Dresde y el de Madrid, pues ahí se observa a una serpiente o monstruo comiendo al Sol que se puede interpretar como registro de un eclipse en los códices mayas.

Respecto a la cultura maya, también pensaban que los astros tenían una relación en donde el fin era juntarse por la atracción que se tenían, esto se puede consultar en el *Chilam Balam de Chumayel* que explica el origen de los eclipses. Por otro lado, la doctora Martha Nájera (1995) comenta que el pueblo maya cuando se atemorizaba por los eclipses, pues se pensaba que el Dios moría, por lo que su método de defensa era hacer una pintura que tenía como fin recrear de manera simbólica la imagen del Sol que estaba



Fuente: Imagen del *Codice Dresde*. Archivo del Comité Yucatán Eclipses 2023-2024.

desapareciendo, para después hacer un ritual que ayude al Sol a surgir de la oscuridad.

Creencias mayas asociadas a los eclipses

Cuando se producía un eclipse lunar, entre los mayas yucatecos del siglo XVII era común hacer ruido para ayudar al astro en su tránsito: provocaban que los perros lloraran y aullaran, o bien, las personas hacían ruido con objetos como latas, metales o maderas. Esta práctica era muy común tanto en Yucatán como en Campeche y Quintana Roo, y aún se realiza en algunas localidades.

De forma contemporánea se ha visto que los eclipses llegaron a trastocar las actividades cotidianas como en la caza o preparación de alimentos, un claro ejemplo fue el eclipse de 1991, en Maxcanú las mujeres no tortearon ya que pensaban que si lo hacían las piedras del fogón quedarían suaves desencadenando un mal augurio. En cuanto a los hombres, ese día no fueron a la milpa ni a cazar pues creían que los animales podían tomar actitudes distintas y llegar a herir a alguien.



Fuente: Archivo del Comité Yucatán Eclipses 2023-2024.

"Durante los eclipses se emplean diferentes tipos de amuletos, que se creen que cuidan o protegen el cuerpo o la energía, algunas mujeres embarazadas se colocan un pañuelo rojo atado a la cintura, pues al ser un color caliente contrarresta el frío del eclipse, se usan metales en forma de cruz sobre el estómago, pueden ser clavos, llaves o incluso ganchos, todo esto con el fin de protegerse de las fuerzas dañinas".

Presagios, protecciones y remedios para los eclipses

Los eclipses eran tomados por algunos pueblos mayas como presagios de cosas malas, claros ejemplos podrían ser la llegada de escarabajos, estos insectos eran considerados negativos pues nacen dentro del estiércol y se creía que podían comer los árboles y piedras, acabando así con todo el sustento, también se pensaba que las hormigas míticas Xibal atacaban al Sol para comérselo.

Los mayas tzotziles concebían a los eclipses como enfermedad de los astros, utilizaban dos términos, el primero *cha'kak'al*, para el Sol y *cham'u* para la Luna, el término *cham* hace referencia a estar enfermo, adolecer o morir. Por otro lado, los Quichés se encerraban en sus casas y prohibían ver los eclipses, pues paralizan los ojos y provocan ceguera, también mirar la Luna causaría enfermedades.

Durante los eclipses se emplean diferentes tipos de amuletos, que se creen que cuidan o protegen el cuerpo o la energía, algunas mujeres embarazadas se colocan un pañuelo rojo atado a la cintura, pues al ser un color caliente contrarresta el frío del eclipse, se usan metales en forma de cruz sobre el estómago, pueden ser clavos, llaves o incluso ganchos, todo esto con el fin de protegerse de las fuerzas dañinas.

En cuanto a las creencias de los Mayas yucatecos y Chontales de Tabasco pensaban que si una mujer embarazada se rascaba durante el eclipse el bebé quedaría con un lunar o manchas en la piel, si es eclipse de Luna se le denomina *chi'ibal uj* (mordedura de luna) y en el eclipse solar le llamaban *chi'ibal k'in* (mordedura del sol), la mancha sale en donde la madre se haya rascado y puede ser roja o negra.

Así que ya lo sabes, en todo el Mayab existieron creencias llenas de misticismo respecto de los eclipses, que nos dan cuenta de la rica cosmovisión de nuestra cultura. Aunque se trata de fenómenos completamente naturales, previsible e inofensivos, que no anuncian nada malo y que científicamente no existe evidencia de que haya una relación entre los eclipses y las malformaciones o datos de riesgo para las mujeres embarazadas y sus bebés, estas creencias persisten.

Para nosotros como Comité Yucatán de Eclipses 2023-2024 es importante poner en diálogo ambas perspectivas: dar cuenta de la rica historia, creencias y tradiciones que forman parte de nuestra cultura, pero también la información científica que nos permite observar estos fenómenos con seguridad, de modo que la población pueda tomar las mejores decisiones para disfrutar estos fenómenos astronómicos.

Concepción de los eclipses

Chi'bil k'in: Mordida del sol.

Chi'bil u': Mordida de la luna.

Tupa'an u wich k'in (Fuego o candela muerta o apagada): Eclipse total de sol.

Tupul u wich u' (Apagarse, borrarse, cegarse): Eclipse lunar.

Referencias

Nájera, M. I., & Martha, C. (1995). *El temor a los eclipses entre comunidades mayas contemporáneas. Religión y sociedad en el área maya*, 319-327.

Contacto: eclipses.yucatan@enesmerida.unam.mx
Suscríbete a nuestro boletín mensual.

BAJAREQUE (FRAGMENTOS)

Ángel Uicab

1

Me gusta el olor a tierra mojada
porque me recuerda al de la tortilla
cuando se calienta en el comal.

Me gusta cuando la luz del sol
entra por los orificios del techo
y baila en la palma de mi mano
con las suertes de una luciérnaga.

Me gusta coleccionar piedras,
después de ponerles nombre
las meto en una caja
y las guardo bajo una piedra del jardín,
lejos de las manos de Prudencio
para que, en su afán de orfebre,
no las incruste con su resortera
en el lomo de las lagartijas.

Me gustan los pájaros,
aunque no conozco su nombre.
Ellos tampoco conocen el mío,
a pesar de que los llevo todo el tiempo
bordados en mi vestido.

3

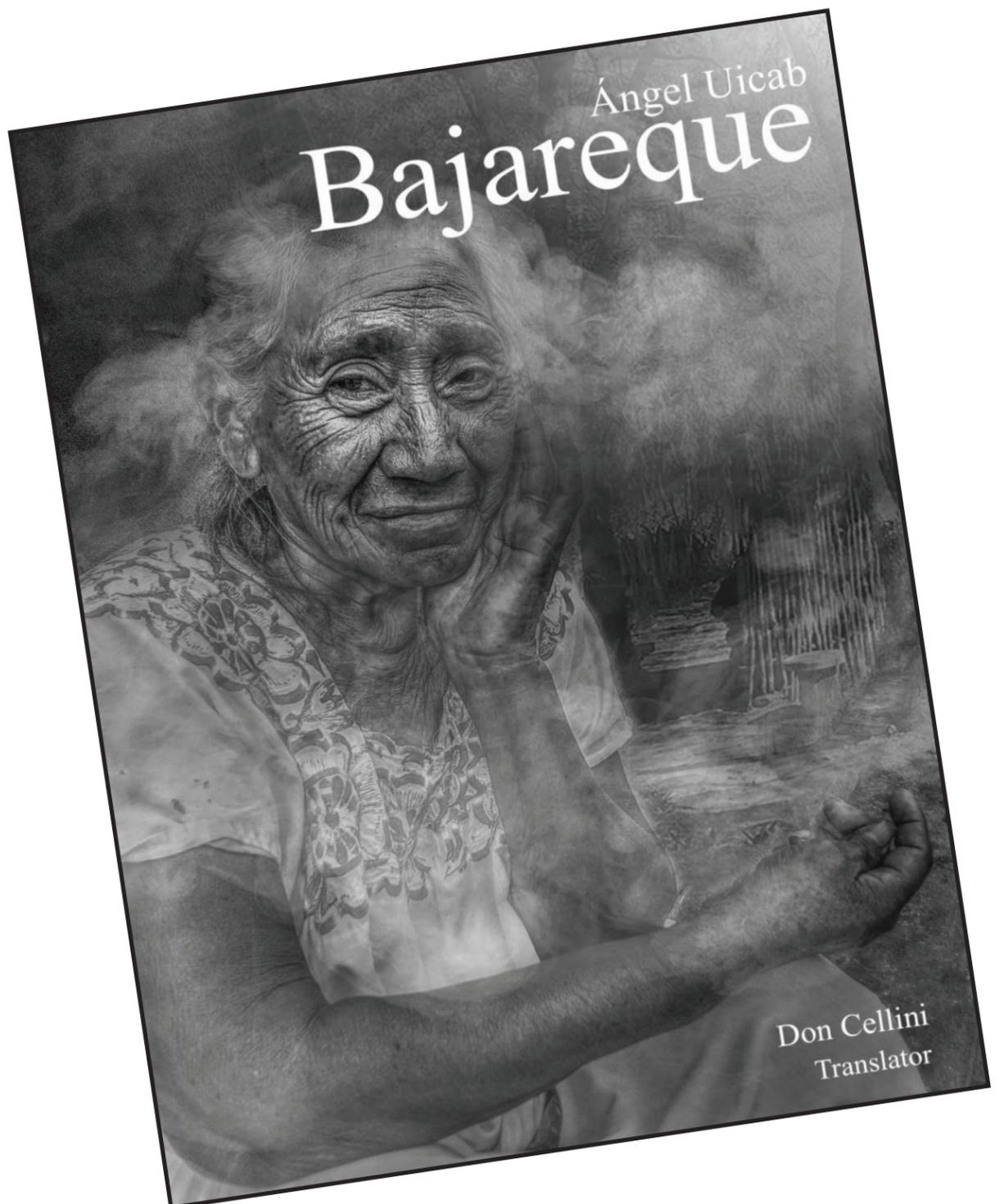
Yo no pedí una niña,
yo le rogué a los señores del monte por
un varón.
Les dejé ofrendas sobre la laja ardiente,
recé en las cuatro esquinas de la milpa
y dejé tabaco y pozol para los aluxes.

Esa noche sentí cómo las culebras
se enroscaron en mis oídos,
la oscuridad se colaba por los orificios
del bajareque
y consumía mi piel.

Mamá lloró,
ella siempre ha sido débil
ante el "aire malo" de los remolinos.
Temblaba cada vez que papá se conver-
tía en uno
y comenzaba a arrojar platos y jícaras
por doquier.

Yo también tenía miedo,
mi cuerpo de niña podría ser arrojado
por los aires.
Entonces cerraba los ojos
y me hacía un ovillo en la hamaca,
tratando de desaparecer.

De ahí que mamá y yo nos volvimos
hábiles
en imitar el mutismo de las albarradas.



6

Hay días en los que siento que mi papá
me ve sin mirarme,
como si yo fuera un objeto más de la
casa.

Por eso cuando llega de la milpa
me escondo detrás de la puerta,
contengo el aire
y mi piel morena
se confunde con el barro de la pared.

* Imagen *Anciana y Casa*, de la Colección "Los Mayas Eternos", de Pedro Tec. Esta bella escena ilustra la portada del poemario *Bajareque*, de Ángel Uicab. Obra ganadora del Premio "José Díaz Bolio", convocado por el PROHISPEN. Se publicó en 2022 bajo el sello editorial The Ofi Press.

¿SE PIERDEN LAS ALTAS CAPACIDADES SI NO SE DESARROLLAN?

Oscar A. García Solana

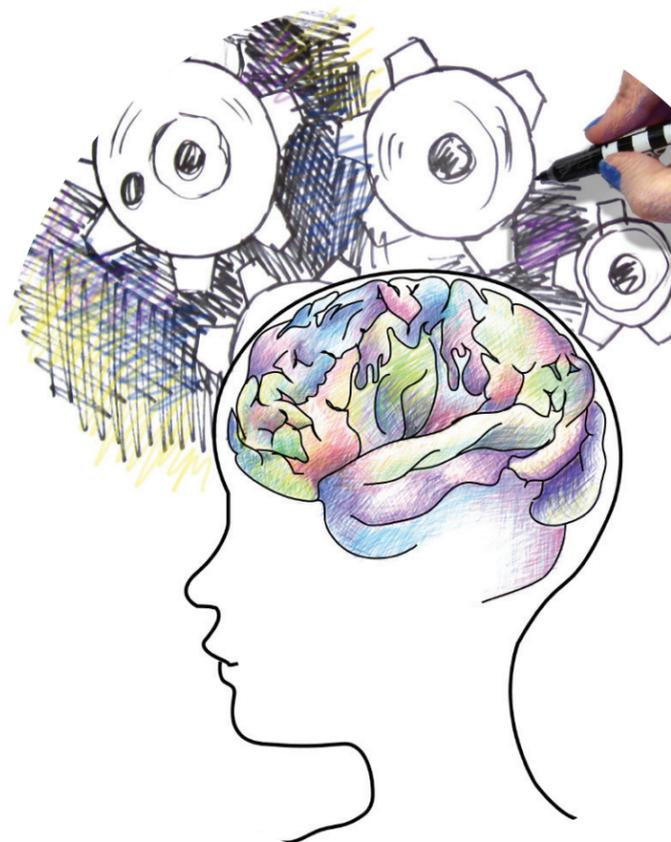
Antes de comenzar el tema planteado en el título hay que detenerse en las definiciones de las altas capacidades (AACC), recordando que estamos tratando con un constructo social, una capacidad humana a la que se le ha designado un alto valor para una sociedad particular, pero no necesariamente para todas las sociedades y para todo el tiempo. Es esta "una visión utilitaria de la sobredotación", a decir de Linda Silverman (Asociación Altas Capacidades, 2021). De esta manera, lo que antes de la Revolución Industrial pudiera haberse considerado una sobredotación no lo es hoy en día. ¿Se perdieron esas dotaciones porque hoy la sociedad no las valora o ya no las necesita?

Si las AACC no son algo "real" sino un constructo social, no son más o mejores neuronas en el cerebro, si las AACC medidas por medio de un test de CI varían en sus puntuaciones incluso notablemente a lo largo del tiempo como se puede fácilmente demostrar (por ejemplo, uno de los niños que atiendo, en un principio obtuvo puntuaciones "normales" pero presentaba conductas de AACC), se concluye que no son para siempre. Parafraseando el dicho popular: "Capacidad que no se utiliza se atrofia y tiende a desaparecer" (Ranz, R., 2022), (Acereda, A. y López, A., 2012).

Hay quienes distinguen al DOTADO (el que presenta alta capacidad cognitiva) y al TALENTO (otra forma de excelencia, como el arte o el deporte) según lo plantea Gagné. El Ministerio de Educación y Cultura de España (2000) define el talento como "el conjunto de facultades o aptitudes que posee una persona para algún aspecto concreto. Existen diversos tipos de "talento": académico o lógico, artístico, creativo, matemático, verbal, motriz, social, musical, talentos complejos".

Si hablamos del talento artístico o del motriz, que pudiera ser la concepción que se pone a discusión en ocasiones, estoy de acuerdo cuando dicen que "el talento no se pierde si no se estimula, sólo se retrasa o disminuye y tal vez llegue a desperdiciarse, pero no perderse del todo". Veamos el ejemplo de grandes deportistas, atletas de alto desempeño que por algún motivo dejan el deporte y luego quieren reintegrarse, jamás logran alcanzar su antiguo nivel. ¿Se perdió el talento o solamente disminuyó por no estimularlo? Para muchos fanáticos de esos deportistas el talento se perdió, se inutilizó, perdió valor. Puede hablarse de casos excepcionales que sí lograron recobrar su nivel, pero se trata de la excepción que confirma la regla.

"Un niño inteligente no lo es siempre y, si no recibe apoyo adecuado, sus dotes pueden acabar por desaparecer". Ésta es una de las conclusiones de la IX Conferencia Mundial de



Fuente: /www.leandroquiroz.com

niños superdotados. La Haya, 30 de julio al 2 de agosto de 1991 (Gálvez, 2000).

"La mayoría de nosotros albergamos nuestra "teoría implícita" y personal de los orígenes causales del talento académico. Y una de las principales características de estos puntos de vista personales, o más científicos, es la tendencia de cada uno de ellos para dar preeminencia a una fuente de influencia sobre muchas otras". (Gagné, 2015). Es decir que expresamos nuestras esperanzas pero no las pruebas.

Donald Treffinger (1982) nos recuerda que Kurt Vonnegut Jr. acuñó el término "Foma" para definir a la falsedad relativamente inofensiva que hace que la gente se sienta mejor.

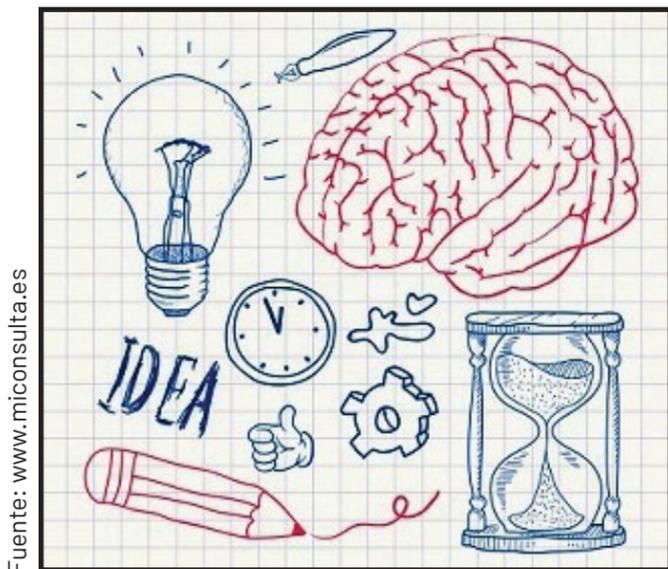
Por otro lado, si lo que se plantea coincide más bien con la dotación, esta sí se pierde, y paso a exponer porqué:

Las AACC, las DOTACIONES, son "potencialidades", con posibilidades de "llegar a ser", con posibilidades de ser desarrolladas, no son algo innato como el color de ojos o de piel: "El hecho de describir un talento como innato sólo tiene sentido metafórico" (Gagné, 2015). Es por eso que los investigadores actuales ya no hablan de personas que "tienen o son" de AACC sino que "presentan conductas" de AACC. Pero estas potencialidades solamente se podrán desarrollar si existen catalizadores ambientales o del contexto, y catalizadores intrapersonales, que faciliten o impidan el desarrollo de esas potencialidades según plantea el mismo Gagné (2015). Si los catalizadores no se presentan,

"Se habla de la importancia de la estimulación temprana y de los problemas en el desarrollo de los infantes cuando no hay la estimulación necesaria, adecuada y suficiente en los niños".

las conductas de AACC no se observan, no se dan, no se desarrollan, y por tanto se pierden. Si los catalizadores se presentan tiempo después, las capacidades se desarrollarán en menor medida que si hubieran aparecido en su momento oportuno. Por tanto, lo no desarrollado se perdió.

En este caso también podemos tomar en consideración los estudios del desarrollo infantil, como los abordados por Piaget con su Psicología genética o Constructivismo, reforzado en sus conceptos por Vigotsky con su Zona del Desarrollo Próximo y Ausubel con su Aprendizaje Significativo. Piaget postulaba que el niño evoluciona, se adapta, se desarrolla cuando encuentra un desequilibrio, criterio muy semejante al planteado por María Montessori con su concepto de la Mente Absorbente. En ambos casos se habla de que los primeros años de vida son cruciales para desarrollar potencialidades y coinciden en que si se pasa de determinada etapa o estadio, lo que correspondía desarrollar en esta y que no se haya fomentado o desarrollado se pierde, tal y como se plantea en este artículo con respecto a las AACC. Infancia es destino, decía Sigmund Freud.



Se puede analizar el caso de Víctor, el niño salvaje de Aveyron, encontrado en el siglo XVIII en los bosques de Caune en Francia y que el Dr. Jean Marc Gaspard Itard trató de rehabilitar sin éxito pues había vivido solo tanto tiempo que no tuvo oportunidad de desarrollar las capacidades que debía haber desarrollado, por no contar en su contexto con los catalizadores necesarios: el contacto humano, la socialización, los modelos a seguir, los retos de comunicación, por lo que nunca aprendió a hablar ni con las terapias que se le aplicaron. Itard concluyó que la sociedad, los estímulos de que provee la sociedad a sus miembros, estímulos positivos y negativos, influyen en el desarrollo cognitivo, mental y físico de los niños. Como éste, hay otros casos de niños salvajes que nunca recuperaron las habilidades humanas.

En 1946, en Andalucía, España, encontraron a Marcos Rodríguez Pantoja viviendo entre lobos; historia interesante que fue llevada al cine en 2010, con la película "Entre Lobos". Como ya tenía casi nueve años al quedar solo en plena sierra y ser adoptado por una manada de lobos, recuperar el habla perdida por 12 años de no comunicarse con humanos se logró de manera parcial, aunque no todas sus facultades humanas pudieron ser recuperadas.

Se habla de la importancia de la estimulación temprana y de los problemas en el desarrollo de los infantes cuando no hay la estimulación necesaria, adecuada y suficiente en los niños. Los médicos hablan de que a falta de estimulación, se da un retraso en el desarrollo o incluso en la adquisición de habilidades motoras, cognitivas, lingüísticas y sociales.

Referencias

Acereda, A. y López, A. (2012). *La problemática de los niños superdotados*. Madrid: Ed Síntesis S. A. EBook para Kindle, Pos.925.

Asociación Altas Capacidades, (2021). *Fuera de sincronía: Linda Silverman*. <http://altascapacidadespitagoras.com/linda-silverman/>.

Gagné, F. (2015). De los genes al talento: la perspectiva DMGT/CMTD. *Revista de Educación* No. 368, abr-jun.

Gálvez, J. y González, M. (2000). *Alumnos precoces, superdotados y de altas capacidades*. España: Ministerio de Educación y Cultura.

Pffeifer, S. (2015). *Identificación y evaluación del alumnado con altas capacidades*. España: Universidad Internacional de La Rioja.

Ranz, R. (2022, 28 de noviembre). *Conceptualizaciones y mitos sobre las altas capacidades*. Máster de formación permanente en Altas Capacidades y Desarrollo del Talento. [Diapositivas de Powerpoint]. Canvas@UNIR.

Tourón, J. (2009). *Altas capacidades: los viejos mitos nunca mueren*. Video. <https://www.youtube.com/watch?v=a5RKVnZ3bo&t=1795s>

Treffinger, D.J. (Ed.). (2009). *Special Issue: Demythologizing gifted education*. *Gifted Child Quarterly*. 53, 229-288.



Fuente: www.sapienec.com

GALERÍA FESTIVAL ESCOLAR

Fotografías de Hugo Borges / Comunicación Social de la SEGEY



EL ARTE ES LIBERTAD

Cristóbal León Campos

Los trazos delinear un deseo que subyace en los rincones que recorre a diario y los fríos hierros que lo separan del mundo exterior. El arte encuentra caminos que pudiéramos pensar insospechados para dar luz a aquello que los seres humanos quisiéramos expresar o que fuera una realidad cuando de insatisfacciones se habla. Y, mirándolo, puede reconocerse que se trata de algo más que un sueño, pues la libertad es inconmensurable al perderse.

En días pasados, visité el Cereso de Mérida, con la finalidad de fungir de jurado en un concurso de dibujo y pintura, donde las obras presentadas por los reclusos evocaban más que ideas, al recrear esas emociones que la vida carcelaria agudiza y/o reprime. Los concursantes referían en especial tres realidades que se pudieran interpretar como parte de la identidad asumida por sus autores, todas ellas, nos acercaban a contextos de la vida diaria, pero, también, a esas añoranzas que nos fortalecen en tiempos de tormenta.

Las primeras obras evocaban a la cultura maya y su legado, esa persistencia a pesar de las adversidades y al orgullo de una identidad que resiste a todo embate; sus autores -de diferentes generaciones- coincidieron en la grandeza de la herencia y su continuidad, aunque con marcadas diferencias al referirse a la línea continua de los años, donde lo milenario se hace actual mediante las figuras elegidas. Un artesano tallando en piedra la memoria de su pueblo y la majestuosidad de los vestigios resguardados en el universo, son imágenes que nos pudieran hacer pensar en lo perdurable de la creación humana.

Un segundo grupo de obras reflejaba el reconocimiento del entorno, la conciencia sobre el medio ambiente, su belleza y el riesgo de la intervención humana, así como aquellos paisajes que a diario nos acompañan y a los cuales no siempre prestamos atención, o al contrario, se convierten en piezas esenciales de nuestra cotidianidad, llegando a ser indispensables en la socialización y el disfrute mundano. ¿Qué puede ser más consciente que reconocerse parte del entorno que nos rodea y procurar su armonía? Las imágenes de este bloque nos acercan a la percepción de los autores que se asumen sujeto activo en el contexto y se apropian de lugares para darles un significado particular. Así, el flamboyán con las viejas estructuras que recuerdan a las comunidades del Mayab, se hace presente entretejiendo la nostalgia que generan las visitas familiares, al igual que esa añoranza de volver al terruño que nos vio nacer.



Fuente: www.tenvinilo.mx

Un último conjunto, compuesto por la mayoría de obras, abre de manera intrínseca un camino a la subjetividad compartida (autor-observador), ya que al desglosar cada parte compuesta de trazos y figuras, podemos dilucidar esos sentimientos y deseos incrementados por la condición física de las limitaciones que supone vivir en el Cereso, pues la tristeza y alegría, el dolor y el perdón, la familia y la soledad, la risa y el llanto, se vuelven binomios de una sola realidad que pareciera no ser, pero en realidad es absoluta.

El acercamiento al arte y al mensaje que en él se encuentra siempre nos pondrá en un espejo que nos refleja a nosotros mismos y, a la vez, nos da señales sobre el autor, aunque nunca lleguemos a conocerle. Así es como me hace sentir esa primera imagen referida evocando la libertad, a través de un hombre sentado mirando al horizonte en un campo reverdecido. No sé la naturaleza del encierro de su autor, pero sí sé que a pesar de todo, el arte es humano y otorga libertad...

Comentarios y colaboraciones: gacetamiradasalmagisterio@gmail.com

