

# Metáforas en movimiento, un ejercicio práctico

Por: Alexandra Chaparro Rincón<sup>1</sup>  
alcha78@hotmail.com

Hago memoria de mis siete años de edad y recuerdo la música que bailábamos y disfrutábamos con mis tres hermanas mayores, quienes en ese tiempo eran adolescentes. Siempre me sentía consentida, protegida y amada. Cada una en la cotidianidad se encargaba de mí con algún hábito de higiene o tarea doméstica. Con Nelsy, una de las mellizas, reía en el baño mientras me bañaba y secaba, porque cantábamos o me hacía juegos; sin embargo, llegaba el secado de pies y con la toalla entraba con fuerza entre mis dedos y hasta allí iba la risa. Aun así, mediante el juego, nos reconciliábamos.

Con Nancy, el complemento de Nelsy, viruteábamos el apartamento que nos pertenecía a las mujeres; el tablado olía delicioso con la cera que se aplicaba. Recuerdo que finalmente el piso quedaba brillante porque nos cogíamos de las manos, llevábamos los trapos bajo nuestros pies y bailando ritmos como el rock and roll, a los que hasta mi mami se unía y reíamos, lográbamos que reluciera. ¡Eran momentos hermosos! Posiblemente de tanto juego

y baile, iba creciendo el gusto por crear personajes y expresiones corporales para mejorar los bailes y, más adelante, el amor por las danzas.

Fue una época en la que mis padres hacían mejoras a la casa y, mientras tanto, yo tenía espacios para juego solitario y cogía las cajas de los medicamentos y cremas, junto con los esmaltes y creaba una casa gigante, donde las personas eran los esmaltes y según el tamaño tenías su rol en la historia, me pasaba minutos... recreando la vida de mi familia y, tal vez, calmando el dolor de las problemáticas que mis padres afrontaban con sus hijos adolescentes... y mientras tanto yo absorbía su amor y sería de aliciente entre ellos con ternura y juego, queriendo ser parte y haciéndolos también ser parte de mí. Adoro traer a mi mente a mi gente bella y tantas bellas actividades compartidas que sé, hoy en día, tengo para transformar los espacios en mi presente. <sup>MAU</sup>

1. Docente Colegio Manuelita Sáenz (IED).



Por: Diana Consuelo Murcia  
consuelomur@gmail.com  
Docente Colegio El Porvenir (IED)

El cuerpo es perfección, las partículas que lo componen tienen una función, se entrelazan, se cruzan, se conectan. Esa perfección no consiste en medidas aunque las hay, somos perfectos por el solo hecho de existir.

La perfección de los movimientos que podemos realizar con nuestro cuerpo nos permite trascender mucho más allá del mismo, cuando tomamos conciencia de cada respiración estamos asumiendo y proyectando nuestro ser y haciéndonos uno con el universo.

La cotidianidad, la rutina, los afanes del día a día no permiten que miremos o hagamos una pausa para observar, presenciar lo espectacular de nuestra perfección y, mucho menos, para agradecer por la misma. <sup>MAU</sup>



## Poema

### Un diálogo en primera persona

Por: Blanca Lilia Medina  
blanlilia@yahoo.com  
Docente Colegio Gabriel Betancourt Mejía (IED).

El viento de agosto  
a una casa española me llevó  
allí mi cuerpo se relajó,  
mi mente se extasió de tranquilidad y ensoñación.

Una varita mágica, invisible como los sueños  
me hacía trascender  
respira profundo, vuelve otra vez.  
El murmullo del silencio me permitió  
dialogar, con ese hermoso ser  
que habita en mí, llamado **MUJER**.

Redescubrir ese encanto me permite renacer, para otros  
es tal vez crecer y mi cuerpo me insiste que  
así debe ser,  
dialogar y conocer los surcos de mi alma es  
un gran placer.  
En grupos de tres, no te dejes caer, mantén  
el equilibrio, confía en él.

Ese él que también intenta crecer y ser un mejor "ser".  
Ese él que a mi lado conversó y muchos dilemas a  
mi rol de docente dejó  
¿existe un antes?, ¿existe un después? No lo sé...

Todo tiene sentido si escuchas con el corazón:  
emprender un viaje,  
cocinar, nadar, escribir, amar.  
Cada instante de la vida es un momento propicio  
para volver y retomar esos sueños  
que en los avatares no pudimos materializar.

Estos dos días, un viernes soleado y  
un sábado de relax,  
un gran maestro del yoga enseñó a mi cuerpo valorar  
no fueron temas de nutrición, pero su sola sonrisa  
ponía una exquisita sazón.

Círculo de lectores retumbo en mi corazón,  
por un instante  
sentí los latidos de mi madre hablándome con amor.

Emprendimos un nuevo rumbo, tal vez para crecer,  
tal vez para conocer.  
¡Crecimiento personal! ¡Utopía! o ¡quimera!  
Nadie lo sabrá.

Cerrando mis ojos,  
Cierro mis palabras, creadas para usted  
agradezco a la **VIDA**, agradezco al IDEP  
el privilegio infinito de poder dialogar nuevamente  
con ese hermoso "ser" que habita en mí  
Llamado **MUJER**. <sup>MAU</sup>