



Centro de Eco alfabetización
y Diálogo de Saberes



Universidad Veracruzana

Maestría en Estudios Transdisciplinarios para la Sostenibilidad

Trabajo recepcional que se presenta
para obtener el grado de maestría

GRUPO DE HERBOLARIA "CUNDE AMOR": Plantas medicinales y mujeres que trascienden y sanan al entrelazar saberes.

Teodora Landa Valencia

Asesor. Mtro. José Alejandro Sánchez Vigil.
Co-asesoras: Dra. Adriana Menasse Temple.
Dra. Cristina Núñez.

Xalapa, Veracruz
16 de junio de 2011

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	3
I.- En el aquí y ahora dialogan el para qué, quién, dónde y cómo	6
1. Para qué participar.....	6
2. Quién escribe.....	8
3. La Comunidad que elijo y me acepta.....	11
4. Mi participación con las mujeres del grupo de herbolaria “Cunde Amor”. 13	
II.- Los caminos de la vida	16
Historias de vida de las mujeres del grupo de herbolaria “Cunde Amor”.	
III.- Co-creando la espiral para recrear el Ser	39
Reseña del taller “La indagación coparticipativa y sus repercusiones a nivel personal y de equipo.	
IV.- Antes de usarse consulte a...Casilda	68
Recetas de plantas medicinales, tónicos y preparados.	
REFLEXIONES FINALES	73
BIBLIOGRAFIA	76
ANEXO	78
Manuscritos.	

Dedicat6ria

A Ti...

*Mujer, madre,
maestra, hija, abuela,
ama de casa, labradora,
asesora, trabajadora,
sobrina, chamana, ni1a, amiga,
co-aprendiz, acompa1ante, tía,
lectora, cu1ada, esposa, m6dica, amante,
compa1era... loba*

*Tercero
oculto*

A Ti...

*Energía masculina,
complementaria e igual
presente desde el inicio de este
trabajo... gracias a: Mariano,
Raúl y especialmente al Mtro.
José Alejandro por su invaluable
apoyo, guía y acompa1amiento.*

PRESENTACIÓN

Heme aquí frente a la hoja en blanco. En blanco está la hoja; no así mi mente consciente. Imágenes, rostros, episodios, palabras, preguntas, se entrelazan y forman el caudal de los recuerdos que existen y están presentes en mí; son vivencias que hoy ascienden y descienden configurando una espiral que pareciera cobrar fuerza y busca la oportunidad de engancharse a la voz, al trazo, a la escritura, para dejar de ser sólo un recuerdo personal y pasar, además, a formar parte de la experiencia colectiva que al ser escrita trascienda el lugar del cual proviene y aún más trascienda el actuar y el servicio que da pie a un saber de convivencialidad y una alternativa que atiende el dolor corporal, emocional, que escucha ideas o pensares y cuida el alma e incluye el área espiritual.

Si para que el saber trascienda se requiere delinear un camino, comienzo entonces por recrear los renglones que el lector ha de transitar y “andar”, lectura que no forzosamente habrá de realizarse de manera lineal o desde el primer párrafo hasta los últimos renglones de este proceso de reaprendizaje; menos aún si se reconoce la naturaleza circular del conocimiento humano (Maturana y Varela, *El árbol del conocimiento*) y de ahí el proceso de interrelación circular existente entre la actividad subyacente, la consciencia y la relación conductual que da origen a toda cultura. Por ello el lector, si así lo desea, podrá abordar aleatoria y circularmente los apartados de esta memoria escrita.

Generalmente es el planteamiento consciente de una interrogante, de una pregunta, de una duda o de una necesidad lo que, en un momento dado, activa y motiva a las personas para iniciar, reiniciar o continuar la práctica del vivir cada día más consciente de uno mismo (Branden, *Los seis pilares de la autoestima*), aceptando y asumiendo la responsabilidad del bienestar personal, en pro de la autoafirmación en el presente e incluso practicando el vivir intencionalmente.

Entrar en un proceso de conocernos a nosotras mismas, cualitativa y no tanto cuantitativamente, eso es sostenibilidad; para acceder a ésta, el primer requisito es comenzar a cuestionar nuestras creencias, condicionamientos y nuestras formas de aprender, pues durante el proceso de formación como individuos de una sociedad determinada o como profesionistas se nos educa de forma no integral. Generalmente los

métodos de aprendizaje no consideran la enseñanza a través de los sentidos, de la creatividad y menos del saber popular, ni del placer; dicha formación tradicional se aboca sólo a la mente y desatiende el resto del potencial del ser humano. Dicho potencial contiene información genética, histórica y habilidades o capacidades intelectuales, emocionales, perceptivas y espirituales, fortalezas de la persona que en conjunto, reconociéndolas y poniéndolas en práctica, facilitan el autoreconocimiento y el reconocimiento de uno mismo en el otro, del otro en uno mismo y de uno mismo con el resto de la naturaleza. Para mí tales reconocimientos son y le dan significado al concepto de sostenibilidad, misma que se traduce y da pie a una participación comunitaria más efectiva, bajo “un nuevo paradigma de la sustentabilidad; que requiere abandonar el antropocentrismo y concebir una nueva relación entre las personas y el medio ambiente. Hay que potenciar todos aquellos valores y actitudes que nos lleven a otorgarle a la naturaleza la categoría de sujeto de derechos” (Vergara, Silva y et al, *Estrategias Educativas: e Institucionales para sociedades sustentables*, p.21).

Como nos dice Edgar Morin, a lo largo de este trabajo “nuestros parientes y nuestros ascendentes están en nosotros” (Morin, *El Método 5: La Humanidad de la Humanidad*, p.96), su voz también forma parte del diálogo que estoy estableciendo entre mi voz y la voz del otro, así como con la voz de los autores; voces que al final dan origen a una sola voz o actitud transdisciplinaria y es entonces cuando la pregunta surge, no sólo para captar la atención del lector sino para guiar la narración de la historia de las personas y la descripción del lugar. La pregunta pasa a ser la lámpara que le ayuda a la mujer a reconocer ante sí misma su sentir y desde esa emoción cuestionar “su situación como mujer, las características que le han adjudicado por ser del género femenino y sus circunstancias históricas particulares” (Lagarde, *Cautiverios de las Mujeres: Madres, esposas, monjas, putas, presas y locas*, p.18). Cuestionando los introyectos personales y reconociendo nuestras capacidades reales las personas llegamos a decidir voluntariamente como será en adelante nuestro actuar y nuestro servicio.

Así hilando preguntas se hila la narración de mi participación en el reencuentro de los saberes. El saber de la medicina institucional y los saberes sobre herbolaria que tenían mis tías maternas y mi madre, o con el saber alternativo de la homeopatía que busco para atenderme médicamente hoy en día, o el saber de las mujeres del grupo “Cunde Amor”

quienes no sólo saben de plantas y otras alternativas de sanación, sino que con su actuar y servicio también cuidan el alma (Moore, *El Cuidado del Alma*) de las personas (en su mayoría mujeres) que llaman a la puerta de sus casas o acuden al consultorio de Teocelo o Cosautlán. Estos dos Municipios están ubicados en el centro del Estado de Veracruz y dentro de la región conocida como “la ruta del café”.



I.- EN EL AQUÍ Y AHORA DIALOGAN EL PARA QUÉ, QUIÉN, DÓNDE Y CÓMO

1.- ¿Para qué participar en este grupo y en esta investigación colectiva con estas mujeres?

La primera respuesta que casi en automático emerge de mi interior es para no ser candil de la calle y oscuridad de tu casa. Mi casa temporal fue la Estación Ecodiálogo y el espacio del huerto medicinal están todavía de alguna manera presentes en mí, tan presentes como mi casa familiar-generacional; en mi familia hubo mujeres que también conocían de hierbas y palabras que curaban el cuerpo y el ánimo. Así me llenó de entusiasmo el llegar a convivir con las mujeres del grupo Cunde Amor, los jueves en el espacio de AUGE y los sábados en la parcela que el suegro de una de ellas les prestó -en Cosautlán. Allí siembran, allí se reúnen cada 8 días. Jueves y sábado son los días que las mujeres del grupo “Cunde Amor” toman como su tiempo libre, son los días que entre ellas comparten sus saberes sobre herbolaria, son los días en los que el potencial de curación de las plantas medicinales se suma al potencial personal de cada una y del grupo para sanar, fortalecerse e incursionar en proyectos sustentables para la comunidad de su bio-región.

Aunado a la espontánea respuesta de para qué participar con las mujeres de este grupo asciende desde alguna parte de mi ser, una segunda respuesta: para acompañar y fortalecer la convivencialidad en la segunda etapa del grupo de herbolaria “Cunde Amor” y para servir de enlace, de conexión entre dos sistemas de saberes, el científico y el saber popular-tradicional, que aunque coinciden en su finalidad prioritaria de curar, difieren en el actuar y el servicio que prestan. Esta segunda reflexión me incluye ya que está relacionada con mi proceso personal el cual me ha llevado a plantar y reafirmar el existir en esta vida; y viene a recordarme la imprescindible práctica de encaminar activamente mi energía para atender las necesidades personales y las necesidades de otras comunidades.

De esta manera el objetivo general del trabajo que aquí se presenta es el de co-crear la memoria escrita para compartir, trascender y aprender de las experiencias de vida y del servicio que, a través de las plantas medicinales y otras alternativas de sanación, brindan las mujeres del grupo de herbolaria “Cunde Amor”. Asimismo con este trabajo busco sistematizar y describir el quehacer de sanación que, brindan Casilda y su discípula,

Alejandra en el consultorio de AUGE. Y escuchar la voz de los ancestros de las mujeres de este grupo, desde su actuar y servicio integrado a la sociedad, así como escuchar la voz de la mujer que se afirma y ES en su crecimiento.

2.- Quién escribe

Haciendo un poco de historia:

El primer lunes del mes de mayo de 2008 estaba escuchando la radio cuando oí hablar por primera vez de la Maestría en Estudios Transdisciplinarios para la Sostenibilidad. En el mismo mes, Cristina Núñez Madrazo dio una plática informativa a algunas personas aspirantes a ingresar a este posgrado. Después de la plática nos invitó a recorrer el terreno de la Estación EcoDiálogo, en dos grupos: uno visitaría las hortalizas y otro el área de atrás, donde está el huerto de plantas medicinales. Aunque los dos espacios me atraían, me jaló más el de las plantas medicinales.

Humberto, compañero de la maestría que colaboraba en la Estación EcoDiálogo, nos guió y novateo en el huerto medicinal ese día, dándonos a probar algunas de las distintas hierbas que ahí había; mientras masticábamos el pedacito de hoja que él nos daba, nos observaba y terminaba riéndose por los gestos que ante lo amargo, ácido o rasposo de la planta, en algunos momentos hacíamos. Durante ese recorrido recuerdo que me acompañó cierta añoranza que me animaba a preguntar e imaginar cómo utilizar las hierbas, para qué servían. Esta primera visita, creo que significó ahora en retrospectiva, el reencontrarme con vivencias infantiles; recuerdo que cuando tenía 6 o 7 años de edad los fines de semana iba a la casa de la hermana mayor de mi mamá. Allí mi tía tenía un arriate donde sembraba ruda, epazote zorrillo, albahaca, mirto, zacate limón y otras plantas más. En esas tardes yo era su ayudante y mientras ella trabajaba arreglando sus plantas yo le ayudaba y platicábamos. Alguna vez siendo yo adolescente, mi madre usó la hoja de higuerrilla junto con una cataplasma de bolillo mojado en vinagre, para ponérmela en la zona del estomago-vientre, pues tenía mucha fiebre. Recordé charlas amigables y familiares que más adelante he usado como alternativas de apoyo: los psicólogos podemos sugerir en algunos casos un té de hojas de lechuga o de 2 o 3 hojas pequeñas de naranjo agrio para conciliar el sueño o disminuir la ansiedad.

Durante mi estancia en la Maestría, como parte de las reflexiones sobre nuestros proyectos de investigación-acción, resurgió en mí un proyecto que llevé a cabo a finales de los años ochenta. En aquella década abrí una estancia infantil que funcionaba de jueves a sábado por la tarde y noche, “Tiempo Libre” fue el nombre que le puse a este proyecto, con el cual pretendía resolver el déficit económico que en ese entonces

atravesaba; más también estaba considerando la necesidad de guarderías vespertinas-nocturnas. En aquel entonces comencé a escuchar activamente la presencia de una problemática que, sin ser exclusiva de ese período, afectaba y sigue afectando a personas, en su mayoría mujeres amas de casa, profesionistas, funcionarias, empleadas y subempleadas que dedican buena parte de las horas que tiene un día para atender las necesidades laborales, del hogar, de los hijos, de la escuela (si es que también estudian), del marido, de la familia extensiva y hasta de las amistades; mujeres que al concluir el día se van a la cama satisfechas por haber cumplido con los demás pero también acompañadas por cierto desasosiego al percatarse de que para ellas son sólo los últimos minutos de ese día y las primeras horas del siguiente; así deciden atender su necesidad de dormir, cargar energías, pensando que quizá el día de mañana al despertar o durante el trayecto puedan contar con un tiempo libre para ellas mismas mientras sus hijos permanecen en estancias infantiles seguras y formativas. Tiempo libre para auto-escucharse y auto-atenderse en sus necesidades, para estar consigo mismas o junto con otras mujeres generar procesos de auto-ayuda. El pretexto de reunión con tal fin en aquel entonces pudo haber sido recreativo o, como hoy pudiera ser, la parcela y el consultorio del grupo “Cunde Amor”.

Así, releo y escucho como constantes en mí, la inquietud y la preferencia profesional para trabajar dentro de una comunidad -sub-urbana o rural-, para trabajar con mujeres, para indagar con plantas medicinales creando espacios de crecimiento y sanación para facilitar más que anteponer mis preceptos, respetando las formas del otro para relacionarse con la vida; sin etiquetar como problema algo que quizá para los demás no lo es.

Entre las líneas de esta breve historia están las vivencias personales y colectivas que desde hace muchos años me han llevado a vivir un reaprendizaje permanente que se conjuga y pareciera ser el antecedente para participar en este programa de maestría que rompe con la formación individualizada, que rompe con las formas convencionales racionalistas del conocimiento y que nos conduce en cambio a re-integrarnos como individuos en el cúmulo de las áreas que constituyen a la persona y al profesionista con una actitud transdisciplinaria. De acuerdo a Basarab Nicolescu, la actitud transdisciplinaria se consituye a partir de tres rasgos fundamentales: rigor, apertura y tolerancia (Nicolescu, *La transdisciplinarietà. Manifiesto*, p. 100).

Desde el taller propedéutico (12, 13 y 14 de Junio de 2008) con el cual iniciamos el proceso de selección al programa, hasta el último semestre de esta maestría hubo

experiencias de reaprendizaje muy significativas para mí. Como aquella *representación estética* que co-creamos como trabajo final entre mis compañeras co-aprendices Lourdes, Mirna, Selene y yo para la experiencia de bioregionalismo y sostenibilidad, a la que le dimos el nombre de **El consumo consciente y la presencia del maíz en nuestras vidas**, en la cual estuvo presente el maíz combinado con el cacao y el agua, el maíz aún en mazorca, el maíz que ya molido pasa a ser masa y agregándole agua resulta una refrescante bebida o la masa que abraza una rajita de chile xalapeño, una ramita de epazote y una tira de queso y entonces se conoce como burrita. El maíz alimento tan antiguo como nuestro país, México y tan diverso como la biorregión y el consumo que en ésta le dan. Esta fue una de las experiencias del reaprendizaje que hoy me incluye a mí e invita a buscar “un lugar para habitar, un lugar para trabajar y satisfacer las necesidades de la existencia, un lugar en la jerarquía social para satisfacer la imagen que tenemos de nosotros mismos” (Nicolescu Transdisciplinariedad: Manifiesto, p.74) y quizá así reconstruir una perspectiva diferente de la investigación.

- - -

3.- La comunidad que elijo y me acepta.

Insertarnos en una comunidad o grupo para participar como sujeto transdisciplinario que se incluye a sí mismo en la investigación participativa, cooperando en la búsqueda de posibles soluciones alternativas a una necesidad previa y colectivamente identificada. Era la intención que en un inicio, a todos y cada uno de los alumnos de la Maestría en Estudios Transdisciplinarios nos lleva a buscar el marco contextual geográfico dentro del cual realizar nuestros proyectos de investigación-acción. Tal requerimiento institucional pasó a ser en mí, desde mediados del 2009, como una pequeña e imaginaria antena parabólica que sobresalía en mi cabeza y me mantenía atenta a las señales o reconocimiento de espacios donde existiese una necesidad ya identificada por las personas.

Los primeros días del mes de septiembre de 2009, Mirna, compañera de la maestría, me invitó al Foro Académico Herbolarium: encuentro internacional en el que se le otorgó un reconocimiento al Dr. Erick Estrada, a quién varios años atrás yo había escuchado entusiasmada en una charla que él vino a dar al UNCADER¹ sobre plantas medicinales.

Al segundo día de este foro, durante el receso entable plática con una mujer que desde el principio se mostraba involucrada y con amplio conocimiento en las plantas medicinales. Al preguntarle sobre el lugar donde prestaba su servicio voluntario me dice: “desde Cosautlán agarro mi camión y llego a Teocelo, ahí está AUGE², ahí los jueves van mujeres para curarse con plantas y jarabes medicinales que nosotras hacemos y yo les doy...”. La plática sigue y en algún momento yo le digo que siento que el servicio que a través de las plantas medicinales ella les está proporcionando a las mujeres es muy valioso. A lo cual ella me responde: “eso me dice la doctora, ella me dice que son muchas las cosas que hago y que se necesita hacer un escrito sobre todo esto”. Estas últimas palabras son captadas por mi antenita como la señal que andaba buscando, lo cual se refuerza cuando le pregunto si ella trabaja con alguna doctora a lo cual me responde: “ella es como mi maestra, de ella he aprendido muchas cosas y en AUGE es como nuestra asesora; además de que a ella le mandamos las pacientes que están más mal y las atiende en la Clínica de Displasias”. En ese momento me sentí muy emocionada y me percaté de que se estaban dando un conjunto de coincidencias

¹ Unidad de Capacitación y Desarrollo Ecológico Regional.

² Desarrollo Autogestionario A.C.

que estaba yo en ese instante identificado: la primera fue el oír nuevamente al Dr. Estrada y sentir una vez más la atracción por el conocimiento sobre plantas medicinales; la segunda fue el hecho de que yo ya conocía desde tiempo atrás a la organización civil –AUGE-. Esta organización se crea en la zona cafetalera Coatepec-Teocelo-Cosautlán durante la década de los setenta y uno de sus objetivos es generar grupos autogestivos de mujeres ahorradoras. Precisamente la mujer que conocí en el Congreso de Herbolaria, Casilda está dentro de un grupo autogestivo de ahorro, como también lo están algunas de las mujeres que se interesan y reagrupan alrededor de la herbolaria y de la filosofía de Casilda; de quien también proviene la tercera coincidencia cuando claramente la escucho expresar la necesidad de sistematizar su quehacer. Me preguntaba si sólo era una casualidad o era el resultado de mi búsqueda; finalmente, todavía dudando de haber encontrado el camino para mi proceso de investigación-acción, escuché el nombre de la doctora que fungía como asesora médica del grupo, quien era amiga mía desde hace 20 años. Ante este conjunto de cuatro coincidencias me doy cuenta que había por fin encontrado el lugar para desarrollar mi trabajo de investigación-acción de la maestría.

Contactarme con la médica, Silvia Mendoza y con la Lic. Norma, directora de AUGE fue el comienzo del camino de ida y vuelta que los jueves y sábados, desde el 5 de noviembre de 2009 hasta finales del mes de julio de 2010, yo emprendía a la región de Teocelo-Cosautlán para reunirme con Casilda (fue ella quien me expresó su necesidad de que sus saberes se plasmasen por escrito, quiere que su saber la trascienda y desearía que un mayor número de mujeres comparta y aprehenda esos saberes, sólo que a ella le gusta platicar pero no escribir) y otras siete mujeres más que conforman el grupo de herbolaria “Cunde Amor”. Nombre de un bejuco que “previene y cura la diabetes, el cáncer e infecciones por el V.I.H³

³ Virus de Inmuno-deficiencia Humana



4. Mi participación con las mujeres del grupo de herbolaria “Cunde Amor”.

Durante un periodo de 8 meses, casi todos los jueves estuve viajando a Teocelo, al consultorio de AUGE. Ahí de 11 a 17 horas, atenta a mi convivencia y mis percepciones, participaba observando, y en la medida de lo posible, sin juzgar el quehacer de Casilda y su discípula Alejandra.

Dentro de esos 8 meses también viajaba los sábados a la congregación de Cosautlán. Estos viajes iniciaron el 17 abril de 2010 y terminaron el 10 de julio del mismo año. Sábado a sábado durante 3 horas, nos reunimos, compartimos y reímos. Así entre viaje y viaje, entre diálogos y compartiendo, cada mujer fue narrando su historia de vida y cada mujer participó en el taller que se fue diseñando en base a algunas de las voces teóricas ya mencionadas en la presentación de este trabajo y principalmente conforme a los avances del grupo, del colectivo. ¿Por qué no planear desde la primera hasta la última sesión? Porque las necesidades del grupo, que emergen en el propio desarrollo del trabajo dentro del taller y se van expresando en la medida en que se avanza, son fundamentales para el diseño y desarrollo de las actividades por seguir.

Cada que tomaba el autobús para regresar a Xalapa, viniera de Teocelo o Cosautlán, me acompañó la sensación de haber dejado algo y haberme traído algo. Generalmente así me percibía al mirar por la ventanilla y dejarme abstraer por el camino sinuoso o por los altos peñascos o precipicios profundos, paisajes ante los cuales mi mente divagaba pero mi ser sabía que algo de mí se había quedado ese día con esas mujeres y de ellas, de sus experiencias de vida o quehaceres yo retornaba convidada y renovada.

Como se lee desde las primeras líneas de esta presentación, fueron muchas las facilidades que las personas, las agrupaciones, el lugar y la comunidad me brindaron; muestra de ello fue la facilidad del lugar donde realizamos nuestras actividades, ya que los sábados el taller era al aire libre y sólo el último sábado llovió; los otros días fue el sol y el aire fresco los que nos acompañaban también.

La única dificultad que experimenté fue el tratar de conciliar las diversas posturas que las personas tienen ante las problemáticas de salud pública y las diferentes expectativas que guían su actuar.

Estas dificultades experimentadas son un reflejo de la contraposición existente entre el saber científico y el popular-tradicional. Problemática que determinan la voz y la forma de actuar y servir. Trabajar en la Secretaría de Salud, hoy conlleva la responsabilidad no sólo de brindar atención médica o psicológica, sino que el médico, por ejemplo, también sea responsable de recabar información sobre la salud del consultante. Información que verbalmente el paciente va respondiendo mientras el médico la registra en un formato denominado S.I.S. (Sistema de Información en Salud). El formato es extenso, llenarlo ocupa casi la mitad de los 20 minutos que se le dedican a cada uno de los consultantes durante un día de trabajo. Trabajo que además de tiempo, requiere y en buena medida depende de la existencia de instrumental médico que cubra las condiciones indispensables para brindar un servicio satisfactorio y de calidad.

En los últimos años dentro de la Secretaría de Salud, el tiempo y los recursos materiales y humanos han disminuido, mientras que aumentan las personas que día a día acuden para consultar a un médico y recibir un medicamento que alivie el dolor que se expresa en la corporalidad. A mayor número de consultantes menor el tiempo e insumos médicos que se le confieren a los pacientes.

Si no en todas las áreas de la Secretaría de Salud, esta circunstancia hace resaltar la realidad paradójica de la proporción inversa de elementos que, de una u otra

forma, inside en el servicio brindado por la Clínica de Displasia ubicada dentro de las instalaciones del hospital Dorantes Meza. Influye en la percepción y la sensibilidad de la persona a quien se sirve (no se involucra efectivamente en su auto-cuidado y no ve al médico institucional como un igual); al mismo tiempo afecta a la actitud de quien está ahí para servir, pues bajo tales condiciones resulta muy difícil que el médico o profesionalista de la salud pueda escuchar y dejarse guiar por la voz que viene de su corazón.

Los jueves, alrededor de las 11:00 am. Casilda y Alejandra inician actividades en el consulto de AUGE. Si aún no llega ninguna consultante, platican entre ellas mientras preparan su material ginecológico, empaican plantas medicinales y actualizan el inventario de los productos elaborados por ellas mismas y que ahí venden.

Llegado un momento alguien toca a la puerta, Casilda recibe a la persona como si la conociera (generalmente si la conocen y se percibe que la estiman), la invita a entrar y así comienza a brindar el servicio que, al parecer no tiene un patrón; más bien el primer acercamiento parece espontáneo, sin formulismos.

Por ejemplo: a una señora de primera vez, Casilda la invitó a sentarse, platico con ella, la escuchó casi sin interrumpirla y luego hizo la pregunta que seguro le sirvió como respuesta afirmativa lo que probablemente ella ya se sospechaba, pues entró en acción. A esta señora primero le dio un masaje con belladona y entre masaje y masaje le platicaba sobre lo pesado de los quehacer del campo, le habla de sí misma y antes de que la señora saliera de la consulta le dio las medicinas.

Con otras mujeres, aún si es primera vez o fueron canalizadas por presentar una I.T.S. Lo primero que hacen es de la puerta directo a la mesa de exploración ginecológica. Estando ahí también les platican y hasta bromean sobre los maridos. En algún momento, Alejandra pregunta uno que otro dato general: nombre, de donde viene y quizá después ella registre el motivo de consulta.

Desde que estoy yendo he observado que, si no en todos, sí la mayoría de las veces dan una atención más integral; pues a una misma persona puede que además de hacerle su exploración y curación vaginal, le den un masaje, le pongan una ventosa, todo esto sin dejar de platicar, de reírse entre ellas y con la consultante. Sin dejar de hablar de sus experiencias y cotidianidades diarias. Sin dejar de ser ellas en su relación con las personas, las plantas, su comunidad y sus ancestros.

Escuchando, incluyendo sus sentires y experiencias, teniendo como guía la voz que viene de su corazón, las formas arriba descritas develan un actuar y servir sin

importar si la persona paga los \$20.00 que tienen como cuota de recuperación o compra al contado o fiado los productos derivados de las plantas que ellas elaboran y allí venden.



II.- LOS CAMINOS DE LA VIDA.

La presencia y uso de las plantas medicinales, más otras alternativas de curación, forman parte de mi historia familiar y personal. Siendo niña acompañaba a mi madre al mercado Jaúregi o sus alrededores, para buscar y comprar “los azares del 1° viernes de marzo. El ritual que, ahora me parece, iniciaba con la búsqueda de los azares más frescos, continuaba al llegar a la casa y colocar sobre la mesa el bultito de azares, las ramitas de las hierbas digestivas que mi madre había podido comprar para, bien lavadas echarlas en un frasco limpio de vidrio, agregarle los azares y la cantidad de aguardiente de caña que le cupiera al frasco, preparado al que no le podía faltar su cascara de naranja, de limón y rajita de canela. Esas eran tardes especiales, hoy siento y recuerdo la actitud de mi madre, la atmosfera de respeto y creencia en que la tintura que se estaba preparando iba a quitar el dolor de estómago, de hígado y hasta ayudaría al cuerpo para reponerse de un susto. Desafortunadamente en algún momento de mi vida este saber lo relegué. Con ello inconscientemente oculté también una etapa de la historia de mis congéneres femeninas y de mí misma. Pero hoy, al escribir la historia y saberes de las integrantes del Grupo “Cunde Amor”, tengo la oportunidad para reescribir sus historias

y reescribir la historia de las mujeres de mi familia y la mía propia. Con ello, desde la actitud afectiva y atenta que ofrece la transdisciplinariedad, podré trascender el ocultamiento y el tiempo a través de la reconexión con la experiencia de vida y la nueva visita a mi interpretación primigenia.

En el fluir de la causalidad, desde el jueves 5 noviembre del 2009, estoy yendo a AUGE. Los jueves ahí se reúnen tres mujeres que se apoyan, confían una en la otra y cada una aporta sus experiencias y saberes para sanarse y para contribuir en la sanación de otros. Ellas son: Cande Espinoza Contreras -tiene 44 años de edad y vive en Cosautlán desde hace más o menos 35 años-; Alejandra Espinoza Contreras -hija mayor de Cande, nacida en Cosautlán hace 27 años-; Casilda Ramírez Caballero -la mayor de este trío pues nació el 27 de Abril de 1954 en la localidad de Piedra Parada, donde sigue viviendo-.

Más adelante de Teocelo, entre barrancas y llanos verdes se encuentra Cosautlán. En este lugar ellas tres junto con otras cinco o seis mujeres más se congregan los sábados por la mañana para atender su huerto de plantas medicinales, preparar sus tinturas o jarabes de plantas medicinales y vegetales. Este es un logro más de ellas como parte del Grupo de Herbolaria “Cunde Amor”. Es suyo porque es su tiempo, su espacio, su grupo de complicidad acompañante y revitalizante.

“Si la montaña no viene a mí, yo voy a la montaña”. Desde el sábado 17 de Abril del 2010 soy yo quien, para estar con las mujeres del Grupo “Cunde Amor” agarro camino; mas al llegar y participar con ellas en las dinámicas del taller, lo que realmente estamos haciendo es reandar nuestros caminos para rehacer y cimentar la senda que nos espera más adelante.

¿Qué tenemos en común las mujeres que en estos sábados nos reunimos durante tres horas y sentadas bajo un árbol compartimos y reímos? La mayoría es de la región, son ahorradoras, viven con su pareja y tienen hijos. Cultivan, recolectan, procesan y recetan plantas medicinales y otras alternativas de sanación. Estas coincidencias son visibles, son las primeras que saltan a la vista; algunas de éstas también las comparto yo: intento ayudar a otros y busco integrarme o pertenecer a un grupo. Lo más importante es que somos mujeres que hoy, conforme a las condiciones reales de cada una, hemos logrado transformar creativamente nuestras situaciones de vida como mujeres.

¿Cuál será el sentir de cada una en relación con su ser femenino? ¿Qué otras coincidencias tendremos en nuestras historias de vida y cuáles de éstas nos llevan a trabajar con las plantas medicinales? Finalmente: ¿qué queremos sanar?

Para comenzar a ir un poco más hondo me doy cuenta que durante nuestros encuentros, entre plática y plática, las palabras comienzan a recrear imágenes que hablan de experiencias vividas, de recuerdos que no han sido olvidados; se han mantenido silenciosos, guardados en el cobijo de las intimidades personales de cada una a la espera del momento oportuno para ser contados, compartidos y emocionalmente reconocidos, liberados. Ese momento oportuno se dio a través del taller y de las conversaciones que surgieron dentro del consultorio o en la cocina de AUGE.

Las historias

La voz que emerge del corazón, desde la relación femineidad/masculinidad, pasando por el filtro de la razón, se deja oír y, así continúa, aquí la narración de los caminos andados, de las historias de vida de cada una de las mujeres que forman el grupo de herbolaria “Cunde Amor”. Su orden de aparición está basado en el azar y no en algún tipo de selección jerárquica o cronológica.

Cándida Contreras Arguello.

Nació en un ranchito cerca de Acayucan. “En ese lugar mi niñez fue bonita. Fui muy feliz pues aunque éramos pobres nunca nos faltaba que comer. Mis abuelos y todos allá sembrábamos maíz, chayotes y otras cosas que después entre todos cosechábamos. Mientras cortábamos los elotes o en el desgrane, yo platicaba mucho con mi abuelita. Fui una de sus nietas consentidas, la quería mucho y ella a mí”.

Cándida tenía 11 años cuando su padre tuvo un problema con algunas personas de la comunidad pues cabía la posibilidad de que pudiesen atentar no sólo contra el señor, sino también contra su familia. La mamá de Cándida planteó irse junto con sus hijos por un tiempo. El papá aceptó la salida de su familia pero él decidió quedarse para cuidar su pequeña parcela y hacerle frente a lo que viniera. Al momento de avisar a sus hijos el acuerdo tomado por ellos, Cándida, sin que se lo preguntasen, **decidió no irse con su mamá** a pesar de ser la hija más chica. Dicha decisión le generó una gran tristeza, la cual hasta hoy ha podido reconocer y expresar; se ha permitido dejar fluir dicha emoción guardada por tanto tiempo. En una de nuestras jornadas nos ha compartido los siguientes sentimientos:

Gracias a este taller, estoy sintiendo que ya no me oprime el pecho al recordar y hablar de esto, pues aunque yo sabía que mi mamá no me estaba abandonando, que me quería, preferí quedarme con mi papá. Como niña creía que él se iba a quedar muy solo y si algo le pasaba ¿quién lo iba a cuidar? Yo sentía que tenía que cuidarlo y sí me quedé muy triste, pero me quedé. Recuerdo que en el mismo momento que mi mamá y mis hermanos se fueron, le dije a mi papá que para entretenerme me compraré unos pollitos, y sí primero me compró unos pocos y después llegué a tener como setenta gallinas. Para mí no era un trabajo atenderlas, por el contrario se volvieron mis compañeras, platicaba yo con ellas y claro también teníamos siempre huevos y cada que queríamos comíamos pollo.

La madre y los hermanos de Cándida tardaron en regresar aproximadamente cuatro años. Durante todo ese tiempo no dejaron de estar al tanto unos de otros, se mandaban mensajes con los conocidos. El regreso de la familia marcó el fin de un periodo en la vida de esta mujer que si bien fue emocionalmente muy doloroso, también fue un momento determinante para su crecimiento personal presente y futuro.

Se dedica a trabajar en el campo junto con su marido hasta la fecha. Ella comenta que a los diecisiete años se casó, pensaba que iba a tener menos quehaceres y más libertad pero llegó a vivir con los suegros y entonces su encierro fue mayor durante muchos años. Tuvo siete hijos (con más o menos dos años de diferencia entre cada uno), el suegro estaba enfermo, la suegra no era tan viejita como el suegro “mas también ya estaba grande”. Ante este panorama prácticamente ella se hizo cargo de la casa, el cuidado de los hijos e incluso era la que tomaba la iniciativa para mejorar las condiciones de vivienda, de la parcela y en sí de su situación económica. Nos platicaba:

Mi marido sí trabajaba pero no buscaba hacer más de lo que teníamos o cultivábamos. Yo lo tenía que estar animando o diciéndole vamos a hacer esto, vamos a hacer lo otro... Con tanto quehacer y todos mis hijos chicos mis únicas salidas eran a la iglesia y de vez en cuando a ver a la familia, por eso cuando salía a la calle me daba vergüenza, pues se me figuraba que iban a pensar mal de mí por andar en la calle y no en mi casa, donde era mi lugar.

Antes de apartarse de la casa de los suegros, Cándida logró que su marido comprara un lote en la cabecera municipal que es Cosautlán y así, después de vivir catorce años con los suegros y después del nacimiento de su última hija, ella, su marido y casi todos sus hijos se establecen definitivamente en Cosautlán. Su hija mayor, quien hoy tiene cuarenta y cuatro años (en aquel momento escasos trece), se queda a vivir dos años más con los abuelos paternos.

Hasta sus cuarenta y tres años Cándida nunca había salido a trabajar en lo ajeno:

Pero siempre hay una primera vez. Un domingo mi marido se cayó de un árbol y durante tres años no pudo trabajar. Entonces por necesidad, primero me destiné con una señora que era muy tranquila; mi segunda patrona tenía un carácter difícil pero le aguanté y nunca tuvimos un problema. Pasados tres años mi marido mejora y yo dejo de trabajar con esta señora pero le llevé a una de mis hijas, advirtiéndole que mi chamaca estaba chica y no iba a poder hacer todos los quehaceres que yo hacía, por ejemplo: lavar las cobijas que eran grandes y pesaban.

Abundando sobre su situación actual nos comenta:

Todos mis hijos ya están grandes, ya no los tengo a mi cargo; hoy tengo a mi cargo a cinco nietos, son hijos de tres de mis hijas, ellas están fuera y sólo vienen los fines de semana. Hasta ahorita siento que todavía puedo aunque a veces ya me canso y no sé si más adelante tenga fuerzas para seguir apoyándolas con estos nietos u otros, veces esto me preocupa y más por la situación económica que ya ve que no está fácil.

Y añade, acerca de lo que le parece nuestro taller semanal:

Para mí venir aquí los sábados es olvidarme del quehacer, de los problemas de la casa, me distraigo y se me olvida todo; me siento muy bien, un poco veces el dolor de mi rodilla me molesta pero por ratos hasta ni me acuerdo de él. Por eso yo procuro no faltar, sólo que no haya quien me acompañe o de plano tenga un compromiso o una enfermedad; si no aquí estoy y hasta me río.

Cándida Espinoza Contreras

Es la hija mayor de aquella, Cándida Contreras Arguello. Esta Cándida, a diferencia de su mamá, desde muy chica aprendió a desenvolverse sola en la calle pues ella era la encargada de llevar y traer los mandados de la casa y más adelante también salió a trabajar. Más o menos a los quince años de edad la joven Cande se embarazó, nació su primera hija y fue a partir de este momento que se regresó a vivir con sus padres, quienes la apoyaron cuidándole a la pequeña mientras ella salía a trabajar, pues es madre soltera y además la situación económica que imperaba en su casa era difícil. Sus padres con mucho esfuerzo les mandaban a la escuela pero si no querían estudiar o si ya estaban grandes entonces había que trabajar: “si no dan tampoco piden”. A sus diecisiete años vuelve a ser madre, ahora de un niño (él hoy tiene veintiséis años) y tiempo después nace otro más aunque muere al poco tiempo de nacido.

Desde que nací viví con mis papás y mis hermanos pero en la casa de mis abuelos paternos, por eso cuando mis padres y mis hermanos se van a vivir a Cosautlán yo me quedé ahí con mis abuelos. La hermana mayor de mi papá me cuidaba y me quería mucho, en sí todos en aquella casa me querían pues fui la primera nieta, era la niña. Aún ahora con uno de mis tíos más chicos nos buscamos y convivo mucho con él, me quiere mucho y yo a él.

Cuando Cande tenía veintidós años conoció a su pareja actual, padre de sus cuatro últimos hijos (tres mujeres de entre veintiuno y dieciséis años y un niño de ocho). En aquel momento decide irse a vivir con su pareja, sin llevarse a sus dos primeros hijos. Semejante decisión la confronta con una de sus hermanas, sin embargo ella se mantiene en su parecer y se va de la casa dejando a sus hijos definitivamente al cuidado más permanente de los abuelos. La convivencia con sus hijos no se rompe, si bien pasa a ser la hija o la madre que visita; a su manera trata de estar enterada de lo que hacen y lo que les sucede a sus hijos mayores.

A la edad de veintitrés años, Cande toma su primer taller que fue de corte y confección. Además comienza a ahorrar y así a formar parte de los grupos de mujeres ahorradoras AUGE*. Como promotora de AUGE, Cande ha cursado diversos talleres,

* AUGE: diseña talleres en pro de un desarrollo más integral de las personas y su calidad de vida.

por ejemplo: Nutrición Alimentaria, Autoestima, Violencia Intrafamiliar, Sexualidad, Planificación Familiar, etc., talleres que tienen como objetivo contribuir al desarrollo personal y, en su caso, capacitarla para que, más adelante los replique a otras mujeres. Hoy es promotora y capacitadora de grupos de mujeres ahorradoras AUGE y recientemente en Jalcomulco es la gestora de un Grupo de Herbolaria, en el que está compartiendo lo aprendido dentro del grupo “Cunde Amor” y lo que sigue aprendiendo de Casilda.

En el presente Cande expresa: “Me siento a gusto con lo que he hecho en la vida, con lo que ahorita tengo y hago. A pesar de todo lo que decían de mí las familias de mis dos primeras parejas, yo he podido salir adelante y ahora hasta me llevo con mis ex cuñadas, ellas me visitan”.

Cuando a Cande se le pregunta, ¿De dónde viene la voz o el impulso que le lleva a seguir trabajando con mujeres?, ella contesta: “Es algo que viene de aquí [señala] del pecho que me hace querer apoyar porque yo ya viví esa experiencia. Tiene que ver con la espiritualidad, se hace no por querer quedar bien o por obtener recursos. El espíritu hace hacer bien las cosas, con dedicación y así apoyarnos entre todas”.

Por haber vivido una I.T.S.⁴ y quizá como una forma más de autocuidado o prevención, ellas acostumbra probar en sí mismas los tratamientos y plantas medicinales que más adelante aplicarán o indicarán a las mujeres que les consultan y así se da la retroalimentación que a Cande la lleva a definirse como voluntaria en el trabajo conjunto de plantas medicinales-mujeres.

Josefa Melchor Sandoval

Los padres de Jose tuvieron siete hijos. Ella es la quinta. Recuerda que de niña muy rara vez los llevaron a pasear, mas expresa que fue una niña feliz, jugó mucho y -si bien al igual que sus hermanos desde niña trabajó en la finca de la familia- para ella puede más el recuerdo de los momentos alegres, cuando se subía a los árboles, corrían y jugaban casi toda la tarde. A sus treinta y nueve años de edad se siente contenta con la familia que le tocó, de la familia que ella y su marido han formado (tienen un hijo de dieciocho

⁴ Infección de Transmisión Sexual.

años y una niña de diez años de edad) y reconoce los beneficios que acarrea una alimentación preferentemente vegetariana.

Valora su salud, su cuerpo y se percibe orgullosa de su pareja a quien describe como un hombre que no tiene vicios y es muy casero.

Esta mujer procura ser puntual, no sólo en los tiempos, sino en sus observaciones y filosofía de la vida. Ríe constantemente y constantemente también expresa que “en lugar de preocuparse hay que ocuparse”. Parece una madre complaciente, de manera consciente y respetuosa apoya no sólo a sus hijos sino también a su familia. Por ejemplo, hace más o menos ocho años, su hermana menor se embarazó y como era soltera sus papás la corrieron de la casa; de las hermanas mujeres fue Jose quien la aceptó y se hizo cargo, junto con su marido, de cuidar al recién nacido como un hijo más; pues la hermana salió de Cosautlán en un inicio para trabajar y tiempo después se casó. Recuerda que su hermana platicó primero con ella y acordaron que no se llevaría al niño hasta conocer un poco mejor a su nueva pareja. Así por cuatro años:

Tuve un hijo más y aunque estaba consciente de que en algún momento se iba a ir con su mamá, cuando esto pasó yo sentí como si a mi corazón le hubieran quitado un pedazo, lloraba mucho y tardé para volver a sentirme bien, lo logré y en parte fue gracias a que mi marido y mis hijos me animaban; también a que en ese tiempo agarraba seguido camino para el campo, allí clarito sentía una alegría que me entraba y aunque me acordaba de mi niño no me sentía tan triste.

Jose entró al grupo de Herbolaria hace más o menos tres años, cuando recién se había ido su sobrinito. Para ella el grupo, al igual que la finca, le ayudó a mitigar poco a poco la tristeza: “Cuando cuido las plantas, cuando veo las flores y dando mis remedios, en esos momentos me siento más en paz, mi corazón se alegra cuando oigo el agradecimiento de la gente, me alegro de darle alegría a otros pero principalmente porque en mí y en mi familia veo los resultados del uso de las plantas medicinales y de comer más sano, menos carnes, yo he bajado de peso, me siento bien”.

Por lo que Jose manifiesta y por la oportunidad que en una ocasión tuve al coincidir en una celebración con ella, su esposo y su hija, me parece que ella y su marido acuerdan y deciden sobre aspectos familiares, económicos e incluso recreativos.

Recuerdo el día que por primera vez me presentaron con el grupo, mientras yo hablaba y escuchaba a las demás, sentía su mirada y parecía desconfiar. Cuando ella

habló en ese mismo momento confirmé mi percepción y entendí el porqué de su desconfianza, pues fue la única que sin rodeos y directamente me cuestionó diciendo: ¿“Qué es lo que un psicólogo puede hacer aquí, entre nosotras y con nuestro trabajo de las plantas medicinales; sinceramente yo no veo que pueda hacer?”

En aquel momento sólo le agradecí su pregunta, misma que respondí diciéndole: “Una de las cosas que los psicólogos hacemos es conversar y escuchar lo que las personas quieren o estén dispuestas a hablar con nosotros y así yo aprendo de ustedes y a lo mejor ustedes aprenden algo sobre ustedes mismas o algo de mí”. En contraste, el sábado pasado Jose expresó: “En estos sábados cuando regreso a mi casa, revisan mi morral y me preguntan ¿Pues qué hicieron hoy que no traes ningún remedio? Y yo me río, no les digo nada, pero sí me acuerdo de todo lo que hicimos y hablamos en el taller que usted nos está dando y entonces sólo les contesto: Mi morral viene vacío pero las cosas que llevo no se ven y son cosas más, yo me siento contenta”.

Vanessa Espinoza Contreras

Es una jovencita de trece años de edad. Ella va al grupo como acompañante de su abuela, Candelaria Contreras; sin embargo con su participación y constancia nos aporta la visión de los ambientes donde se desenvuelve (comunidad, familia nuclear) y las soluciones que desde su corta experiencia daría a dichas problemáticas. Es hija de madre soltera, tiene un hermano mayor de dieciocho años, los dos viven con su abuela materna durante la semana, ya que la mamá trabaja en Xalapa y sólo tiene la tarde del sábado y el domingo para estar con ellos.

Vanessa escucha, habla poco, mas cuando participa, de manera sucinta se transparenta su capacidad de empatía para con las demás y seguridad en sí misma. Criarse entre mujeres que no se cruzan de brazos esperando la llegada del príncipe azul o a que las cosas se den solas, genera experiencias que facilitan el reconocimiento de las fortalezas personales.

Ver y oír a Vanessa en ese grupo, deja de ser una visualización para convertirse en una realidad. La realidad del autocuidado y el cuidado del prójimo y del ambiente bajo la perspectiva de género; la realidad posible de la reeducación para estar un poco más presente en uno mismo y en resonancia con el entorno ambiental.

Alejandra Hernández Sedas

De todas las mujeres del grupo Alejandra es la que ha faltado con más frecuencia a nuestro taller. Cuando terminamos y en grupo nos vamos caminando hasta la carretera, a ella la veo adelantarse unos cuantos metros o se queda atrás:

Atrás -dice- quedaron las cosas que vivió una cuando fuimos chicos -aquí su semblante cambia, se acentúa más el movimiento de sus ojos y cabeza sobre un cuello que en esos instantes lo percibo tenso-, ahora está todo muy difícil para los chamacos. Yo me crié con una tía y sí me cuidó, pero ahora yo le dije a mi hija: piénsale si te quieres ir a trabajar y tengas que vivir con mi tía, porque ella tiene su modo. A lo mejor por eso yo no le decía que cuando me mandaba a la calle por mandados a mí me daba mucho miedo, le tenía miedo a los hombres nomás con que se me quedaran mirando. Casi iba corriendo al mandado y me regresaba igual, no sé porqué pero de muchacha así era. Después ya me casé, tuve mi chamaco y las dos chamacas, pero los hombres no son muy buenos, yo ya me separé y así estoy mejor, puedo ir y venir sin tener que darle cuentas a nadie, luego el marido nada más quiere que esté una metida en la casa.

Hoy en día a su manera trata de rescatar a su hija mayor de una relación donde al parecer hay violencia intrafamiliar. Principalmente le angustia lo que pueda pasar con su nieta de ocho años, ya que su pareja actual no es el padre de la niña y le han dicho los vecinos que este hombre es alcohólico, violento, no trabaja, y ella además teme que pudiera abusar sexualmente de la niña. Para esta joven abuela la tranquilidad le va a volver cuando su hija se separe de ese hombre o la nieta se vaya a vivir a su lado, lugar de donde no tiene mucho que su mamá se la llevó, pues no quiso dejarla cuando se unió a su actual pareja. Doña Ale ha buscado apoyo legal, sólo que al no haber pruebas o denuncia alguna, sus intentos de recuperar a la nieta no resultan justificables para un proceso legal, a través del cual le llegasen a asignar a ella la custodia de su nieta. Esto la entristece y angustia.

Esta mujer está muy pendiente de cumplir con sus responsabilidades del hogar. Si la enfermedad es sólo un síntoma, Doña Ale padece desde hace muchos años de “artritis en la espalda” y es notorio el cambio en su estado de ánimo cuando no le duele esa parte: se le nota relajada, más platicona y sus ojos negros, redondos y grandes

parecieran más integrados al resto de ese rostro moreno; rostro que percibo tenso y hundido cuando llega y aunque no lo diga, viene con ella el dolor.

En más de una ocasión, durante el cierre de la sesión del día, al preguntarle yo cómo está en ese momento su espalda, ha contestado: “Hasta se me olvidó el dolor, ahorita no lo tengo” y entonces sonrío en complicidad y complacencia.

Ángeles Ortiz Morales

Se ríe y dice:

Mis papás no tenían televisión pues nosotros fuimos doce hijos. Nací en Limones y soy la primera mujer pero antes de mí están tres hombres. Nosotros sí fuimos muy pobres, pues imagínese con tantos hijos y mi papá campesino; por eso desde chamaquilla mi mamá nos enseñó a trabajar, ella tenía mucho quehacer pero se daba tiempo y hacía tamales, gorditas o lo que fuera y nosotras íbamos a venderlo. Yo sentía bonito cuando regresaba y le entregaba el dinero a mi mamá. Fuimos tan pobres que por aquí cerca había unas chamacas que tiraban a la basura zapatos buenecitos, entonces nosotros los recogíamos y mandábamos a componer y así crecimos con mucha pobreza y mucho encierro pues mi papá era muy estricto, que capaz que nos dejara salir a ningún lado.

Luego comenta un poco más:

Puede ser que por haber tenido muchos hermanos yo recuerdo que me divertí mucho, al regresar de la escuela o de trabajar, nos íbamos a jugar todos, en el campo nos divertíamos mucho. Ya de más grande yo quería saber lo que era ir a otros lugares y no sólo a la finca, quería tener más libertad; y sí la tuve cuando a los diecisiete años me casé con mi marido, pues aunque llegué a vivir a la casa de mis suegros, sentía que casi yo no hacía nada de quehacer, pues como le dije yo en mi casa sí que hacía quehacer. Mis suegros en ese entonces salían y me llevaban o cuando mi marido llegaba del trabajo, igual que hoy, nos salíamos

juntos al campo. Para mí sí tuve la libertad que quería y no me arrepiento de haberme casado tan joven.

Ángeles sigue saliendo a vender los antojitos que prepara en su casa y sus preparados de plantas medicinales; por ello dice: “A mí no se me cierra el mundo, yo sé trabajar y puedo salir adelante sola”.

Puede ser que el saberse capaz de su manutención y la de sus hijos y el respaldo de sus suegros hayan sido las fuentes de apoyo que la sostuvieron cuando, a los trece años de casada, su marido la deja y se va a vivir durante seis meses con otra mujer. Pasado este tiempo él le pide que lo perdone y vuelvan vivir juntos. Ángeles accede pero ahora pone condiciones, como construir aunque sea un cuarto en un terreno propiedad del marido y así vivir ella sola con él y sus hijos: “tener mi propia casa”.

La separación fue como un parte aguas: “de aquí en adelante yo ya no voy a estar encerrada en mi casa esperando que mi marido me dé permiso; sí le voy a avisar adónde voy pero por respeto. Y viera que hoy nos llevamos mejor que antes”.

Ella es madre de dos mujeres, una de veintidós años y otra de veinte, ambas están casadas, tienen hijos y precisamente la más chica acaba de irse con su pareja a la Ciudad de Monterrey en busca de un mejor trabajo. Mientras su hija y yerno se establecen, le dejaron a su niño. Ángeles se siente muy contenta con el niño pequeño Jhoset de un año y cuatro meses.

Flor Amelia Melchor Sandoval

Siendo ella la penúltima de los siete hijos que sus papás tuvieron, ya no le tocó trabajar tanto, al menos ya no cargó todos los días la cubeta del nixtamal para llevarlo a moler hasta el pueblo pues, en Limones (lugar donde nació y aún vive), en aquel entonces no había luz

Entre risas y algo seria se queja de que cuando jugaba, a veces sus hermanos más grandes le pegaban. De todas formas recuerda con gusto todos los juegos que inventaban y sus travesuras infantiles.

Flor Amelia vivió por un tiempo con una pareja pero por “cosas que yo no tenía por qué aguantar, pues ni hijos teníamos y tengo aún a mis papás”, se separa y hoy vive con sus padres, trabaja con ellos y como aprendió a manejar automóvil se siente que

puede hacer muchas cosas. Hoy a sus treinta y siete años es posible que tenga la intención de hacer cosas fuera de su casa y sin embargo parece preferir quedarse adentro, donde sabe que su presencia es muy útil y puede ahí mismo tener una fuente de ingresos. Cría pollos y cochinos para vender, puede hacer esto junto con la complacencia y apoyo de sus padres pues todos sus demás hermanos ya andan por otra parte y a la casa paterna sólo van por ratos o los fines de semana.

A veces siento como si su rostro muy sutilmente se dividiera en dos y sus ojos dijeran cosas diferentes a lo que dice su boca y la sonrisa que en ella se dibuja. Esta percepción sobre ella surge en mí cuando alguna de las mujeres del grupo habla específicamente de la pareja. En esos momentos recuerdo para mis adentros que no estoy ahí para interpretar sino facilitar. Lo que no es una interpretación mía es que para Flor Amelia los sábados son “para venir al grupo donde me río, aprendo y yo también me olvido de cosas y me gusta”. Entonces percibo una expresión congruente: entre lo que dice con su voz y lo que dice con su cuerpo no hay división, por el contrario una y otra forma de comunicar sólo reafirman su verdad.

Alejandra Espinoza Contreras

Como en la vida de la mayoría de las personas, es posible que en la vida de Alejandra haya habido pérdidas significativas y trascendentes, mas los principales parte/aguas en su vida son: el que su mamá la haya dejado definitivamente en la casa de los abuelos mientras se iba para formar otra familia y la enfermedad que tuvo hace más o menos dos años.

A los diecisiete años se casó. Ciertamente, ya desde antes aplica lo que le dejó la primera pérdida: “Desde que era novia de mi marido, le dije yo no quiero repetir la historia de mi mamá, si tú te quieres casar conmigo es porque le vamos a echar ganas y no vamos a dejarnos, a menos claro que algo muy grave suceda (que me golpee o ande con otras mujeres). Yo ahora que tengo mis hijos no podría hacer lo que hizo mi mamá, siento que por ningún motivo los dejaría, ellos son lo más importante para mí”.

Con su enfermedad se da cuenta que su vida era sólo su casa, sus hijos y el quehacer. Ya había olvidado lo que quería hacer antes de casarse: “Yo estudié hasta la prepa, me gustaba mucho jugar fut, quería estudiar fotografía, pero en mi casa me

dijeron que eso era muy caro y para qué servía. Siempre he sido muy amiguera, también quería ser trabajadora social, pero conocí a mi esposo y me casé”.

Hasta el momento tiene una niña de nueve años y un niño de seis. Dos años atrás, su mamá la llevó con Casilda para que se atendiera y cuidara su enfermedad. Fue en ese momento cuando entre ella y Casilda se estableció un lazo de afecto muy fuerte y palpable. Recuerda que mientras la curaba le daba consejos, le decía: “vas a ver que te vas a curar, lo que tienes si te cuidas se te va a quitar, necesitas no estar pensando nada más en eso, haz otras cosas que te distraigan, pues si uno nada más está pensando en lo que le pasa se enferma más”.

Casi a la par de conocerse, Alejandra cursó un taller de herbolaria impartido por Casilda y otras mujeres; es en ese taller donde se conocieron y decidieron agruparse las ocho mujeres que hoy forman el grupo “Cunde Amor”.

Conocer a Casilda y participar en el grupo de Herbolaria fueron los hechos que le ayudaron y quizá le motivaron para que, ante la invitación de Casilda, Alejandra se convirtiera en la primera discípula con la cual comparte su saber sobre I.T.S. y la curación de las mismas a través de las plantas medicinales y otras alternativas de sanación.

Además del saber que Casilda comparte con Alejandra, esta joven mujer fue y sigue siendo capacitada por la Dra. Mendoza, quien les asesora sobre prevención, diagnóstico y tratamiento de I.T.S., específicamente V.P.H⁵.

Dice: “Al día de hoy veo lo que estoy haciendo y me siento muy contenta, pues aunque no estudié la carrera de trabajo social, creo que la hago de trabajadora social y más. Yo me apuro en mi casa, cumplo con mi quehacer y cuento con el apoyo de mi marido para salir, mientras mis hijos se quedan con su papá”.

La participación que Alejandra tiene en su comunidad ha trascendido pues recientemente fue invitada a ser la responsable del programa de asistencia social “Setenta y más”. También ha comenzado a dar pláticas sobre violencia intrafamiliar y junto con un familiar del director del D.I.F. Cosautlán, logró ahí la creación de un consultorio para hacer lo mismo que hace los jueves en Teocelo y así considera que ayudará a aquellas mujeres que, por alguna razón, no puedan ir hasta Teocelo. “A veces ni yo misma creo todo lo que he hecho, es como si estuviera soñando y le digo a mi marido que me pellizque para ver si no estoy durmiendo; pero claro que estoy despierta

⁵ Virus del Papiloma Humano.

y desde mi corazón me viene una empatía para apoyar a otras mujeres, quizá porque yo ya sé lo que se siente cuando una está enferma y como en esos momentos una quisiera que la trataran”.

Ante los logros recientes de Alejandra, algunas de sus figuras significativas están teniendo reacciones que ella percibe y la llevan a expresar: “En estos días me pregunto para qué le dan a una alas, para qué le animan a una a hacer y aprender cosas si cuando quiere una volar, esas mismas personas que se las dieron las cortan”.

Escucho a Alejandra, la veo y se me antoja como una fotografía que al irse revelando apareciera la imagen de la sostenibilidad.

Casilda Ramírez Caballero

En los padres de Casilda se cumple la expectativa que comúnmente albergan las parejas que por primera vez van a ser papás. El primer hijo de este matrimonio fue varón y la segunda fue niña; quien falleció al poco tiempo de haber nacido. Casilda es la tercera y después de ella nace otro varón, éste vive escasamente dos años; después de él los señores tuvieron otros cuatro hijos, dos hombres y dos mujeres.

Desde muy niña esta mujer aprendió a trabajar la tierra, su papá era ejidatario y todos le ayudaban en el campo. Además antes o después del trabajo en la finca, las mujeres de esta familia hacían los quehaceres de la casa. Lejos de lo que se pudiera pensar, cuando ella habla de las responsabilidades que desde niña tuvo no lo hace en tono de reproche o de víctima; más bien se percibe orgullosa de lo que hacía y de haber podido servir a sus padres. Tanto le gustaban estas actividades que al terminar de cursar el tercer grado de primaria, les informó a sus padres que ya no iba a seguir en la escuela, “ya no me apunten, a mí no me gusta escribir” y añade: “De una o otra forma yo siempre he querido servir a los demás. Fíjese, primero quería servirle a Dios. Sí, cuando tenía trece años decidí ser monja y aunque mi mamá no estaba muy de acuerdo, me dejaron ir a un convento, del que me salí dos años después pues me di cuenta de cosas con las que no estaba yo de acuerdo. Ahora sí creo en Dios pero no mucho en los sacerdotes y monjas”.

Cuando la Sra. Casilda tenía un año de estar en el convento, nace su última hermana (esta hoy tiene 42 años) quien también se llama Casilda. “Me contaba mi pá

que mi má lloraba y decía: siento como si mi Casilda se hubiera muerto pues ya no está aquí, por eso mi papá le propuso que mi hermanita se llamara igual que yo, para que un poquito se figuraran que había yo vuelto a nacer”.

Mientras mi má vivió, yo no pensaba en casarme. Mi má se enfermó del corazón y estuvo enferma muchos años, no podía hacer esfuerzos; por eso yo como era la más grande de las mujeres le ayudaba haciendo las tortillas, iba al río a lavar la ropa de mis cinco hermanos, la mía y la de mis papás; mi má iba conmigo y sentadita en una piedra me estaba cuidando, mientras yo lavaba. Primero me cuidaba porque yo era una niña, después me cuidaba para que no se me acercaran los hombrecillos, mi papá era en esa cuestión muy delicado y me decía: Mira hija, las mujeres son como las bestias: primero poco a poquito te vas acercando a ellas, las acaricias y acaricias hasta que las montas.

Casilda se autodefine como una persona “muy re fea, muy re loca”, pues:

Aunque escucho lo que me dicen, si yo quiero algo o siento algo, lo digo o termino haciendo, claro siempre y cuando no sean cosas malas para mí o los demás. Por eso cuando tenía quince años tuve un novio a quien quise mucho, pero eso sí cuando me quiso dar un beso sin mi consentimiento le di una cachetada, duramos casi cinco años, mi má sí sabía y me decía que me cuidara y pensara bien pues cuando mi papá se enterara nos iba a regañar a las dos. El día que mi pá se dio cuenta no nos regañó muy feo, pero nunca aceptó que mi novio fuera a pedirle permiso para ya no tener que escondernos.

La razón por la cual ella decidió terminar con su novio no fue únicamente por la presión paterna; más bien tuvo que ver tanto con su prioridad que tenía de atender y cuidar a su mamá como con la interpretación que ella le dio al proyecto que un día, cuando ella tenía veinte años, el novio le planteó: “El día que tu mamá se muera, ese día sí ya te llevo conmigo a mi casa”. Oír estas palabras o la forma en como lo dijo le hicieron sentir entre enojo y miedo, para sus adentros pensó: “Ah, entonces nada más estás esperando que mi má se muera para tú irme a encerrar, llenarme de hijos mientras tú

andas con otras mujeres, pues era bien mujeriego”. En esos momentos lo “cortó” y aunque le dolió mucho cumplió con aquello de “la chancla que yo tiro no la vuelvo a levantar”.

A los dos años de aquella ruptura, Casilda pierde a su mamá. Si antes como hija mayor apoyaba mucho a su madre en todo el quehacer, ahora prácticamente es ella quien se encarga de todo en la casa, al menos de dirigir. Así transcurren dos años y el padre tratando de animar a su hija mayor, le compró un vestido para que lo estrenara en la fiesta que se aproximaba del santo patrono del pueblo, San Isidro Labrador. Ese día su papá no sólo la llevó al baile sino que le dio permiso de bailar con

Un muchacho negrito, feo feo, re bien tímido pues hacía tiempo que nomás se me quedaba mira y mira pero no me hablaba. A mí no me gustaba, pues ese día en el baile quién sabe de donde sacó valor y me fue a invitar a bailar la tanda, y como mi papá dijo que sí y a mí me gusta mucho el baile, acepté. Al poquito de esto nos hicimos novios pero para ese entonces en mi casa yo trabajaba como un burro y mi pá seguía siendo muy estricto. Siempre hemos sido re bien pobres pero andaba yo siempre con mi ropa viejita y veces descalza, lavando maletísimas de ropa y sin poder salir porque mi pá se enojaba; parecía que no quería que me casara.

Seis meses estuvo de novia con Mateo (el muchacho del baile), éste le propuso que se casaran y ella, viendo la vida que llevaba en su casa, reconociendo que no estaba enamorada pero que este “hombre era trabajador, no tenía vicios, era bueno y yo ya no era una jovencita, ya tenía veinticuatro años y por la desaprobación de mi papá ante cualquier pretendiente mío, acepté casarme con Mateo bajo la condición de que no hiciéramos fiesta”. Aunque ella era “señorita” no quiso que su vestido fuera de novia. Se compró un vestido color almendra y hubo una comida sencilla. Si desde antes su padre desaprobaba el que su hija se llegase a casar, con la decisión de como sería la festividad de su enlace, el padre deja de hablarle a su hija, se distancia de ésta al grado de que, por ejemplo, cuando Casilda iba a la casa paterna a visitar a sus hermanas, el papá no se aparecía hasta que ella se había retirado.

Ya desde antes, esta forma de tratarla fue por mucho tiempo interpretado por Casilda de una manera particular: “mi pá no me quiere, es muy egoísta conmigo, yo no le importo, sólo le importa él mismo”, lo cual la llevó a sentir enojo contra él aunque

nunca se lo demostró, menos aún cuando hace más o menos dos años su papá enfermó y de todas sus hijas fue a ella a quien manda mandó llamar para que lo cuide, fue a ella a quien únicamente le permitía que lo bañara. Durante el tiempo que duró enfermo, él le pidió perdón y ella cada que pudo le decía “perdóneme usted a mí”. Así las circunstancias pasan a ser la oportunidad y el tiempo que la vida brinda a estas dos personas para reconocer sus errores, interpretaciones erróneas y los sentimientos guardados.

Casilda no tuvo que expresar sus razones por las cuales sintió la necesidad de pedir perdón a su padre. Reconocer sus sentimientos le permitió liberarse de la culpa; al mismo tiempo, su padre asumió su responsabilidad y le expresó su orgullo por ella al haber sido siempre una buena hija. Al decir esto, el padre acariciaba suavemente la cabeza de su hija. Al poco tiempo de esta reconciliación el señor muere. Hoy Casilda dice: “lo pasado olvídalo, hay que ver para el horizonte”.

Posiblemente Casilda haya superado el dolor emocional que causa la pérdida de un ser querido, pero el recuerdo “de sus difuntos” -entre ellos sus dos pequeños hijos- está vigente en ella; por breves momentos la lleva a guardar silencio mientras su cara denota cierta nostalgia.

Mateo y ella tuvieron cuatro hijos, la mayor tiene treinta y un años de edad, a los dos años de ésta nace un niño que muere poco tiempo después. El tercer hijo hoy cuenta con veintisiete años. Su cuarto hijo lo pierden a escasos dos años de nacido.

Los espacios en los cuales esta mujer se desenvuelve durante sus primeros treinta y cuatro años de vida básicamente son: la casa paterna, la finca, la casa de su marido y sus hijos y la iglesia. Es entonces, a raíz de que un familiar de su esposo la acusa de ser infiel y él le reclama y duda de ella, cuando Casilda cae en la cuenta y se cuestiona seriamente la obediencia al marido, estar siempre en la casa, si de todas maneras la gente es capaz de inventar cosas y por si no fuera poco, el marido presta más oído a lo que dicen otros que a su mujer. “Imagínese que iba yo a andar con otro si estaba toda flaca, mal vestida y además como se lo dije a mi viejo: Yo no ando con nadie por respeto a ti pero principalmente por respeto a mí misma”. En aquellos momentos su situación económica era aún estrecha: Casilda trabajaba junto con su marido en el campo pero con la venta y cobranza de la cosecha él no le daba más que para el gasto; fuera de ese ingreso él no daba más, siempre decía que no le alcanzaba:

Ahí yo me di cuenta de lo pobre que estábamos. Vi la ropita, los zapatos y el estado de salud de mis niños, la mía y hasta la de él, aunque lo que más me dolió, fue ver a mis hijos en ese estado y después de la acusación e injusta reacción de mi marido; me armé de valor y le dije: no voy a pelear contigo, yo tengo mi pecho sano y ahora para que tengan más de que hablar voy a aprender algo, no quiero descuidar a mis hijos, ni la casa, voy a trabajar en algo para tener un poco de dinero y para servirle a los demás. Algo que al mismo tiempo me permita salir por un rato de la casa, ganarme unos centavitos, no para volverme rica sino para comprar algo más de comer o para los pasajes.

Por aquel entonces existía en la región una agrupación denominada “Campesinas Unidas de Veracruz”, mujeres que a través de talleres de saberes diversos se capacitaban para elaborar y vender sus productos e incluso volverse ellas replicadoras del saber. Esas son entonces las circunstancias detonadores que le permitieron a Casilda anteponer las necesidades de sus hijos y sus propias expectativas de vida a la tradicionalidad de su familia y su comunidad. Así dio inicio esa nueva faceta de quien siempre quiso servir y hacer algo por los demás, de quien obviamente desde su niñez hasta aquel periodo de vida servía a su prójimo, aún sin salir de su casa. Pero Casilda misma lo dice: “soy re bien loca, soy re bien fea”, entiéndase: rebelde, cuestionadora, quien busca soluciones en lugar de quedarse quieta, que está en desacuerdo con las injusticias. Me parece que estos rasgos de carácter paulatinamente se fueron fortaleciendo en ella hasta el momento de facilitarle el primer paso de su andar fuera de casa, de un servicio más allá del familiar e incluso conocido, de un estar para servirse a sí misma y ayudar a otras mujeres.

A la par de aquel primer taller mencionado más arriba, Casilda participa en otros más impartidos por organizaciones no gubernamentales; talleres de diversas temáticas, con un fin coincidente: facilitar el desarrollo personal de las talleristas; mujeres que además de ahorrar, deciden autogestivamente sobre su pequeño-gran capital.

Casilda: “cuando tenía como treinta y cinco años de edad conocí a la señora Paty, mujer que no era para nada egoísta, que siempre me apoyó y animó”. Acompañada por la señora Paty y por otras mujeres más, comienza a poner en práctica su saber sobre plantas medicinales, saber que en ella existía previo a los talleres de herbolaria que comenzó a cursar en AUGÉ y con las mujeres Campesinas Unidas de Veracruz. En ésta última agrupación Casilda continuó formándose y a la par inicia el

camino del servicio, de curación con plantas medicinales principalmente a las mujeres (población que más la busca), niños y alguno que otro hombre. Dicho trabajo lo llevó a cabo, dentro de aquella agrupación, por más o menos once años. Cuando decide retirarse es, dice, porque “el sesgo que estaba tomando el grupo dejó de ser coincidente con mi forma de pensar y de servir”.

Desde aquellos tiempos Casilda ya tenía muy claro el servicio que rige su vida hasta el momento, “obtener un ingreso pero principalmente ayudar y servirle a los demás para que estén más contentos en su vida”. Este objetivo de vida es para ella un pilar que la sostiene y mantiene en contacto con su historia, su entorno y su propio estado de salud, el cual no siempre ha sido óptimo. Podríamos decir que la batalla que esta mujer diariamente mantiene contra el VPH y otras ITS, empezó hace muchos años, cuando a ella le diagnosticaron una displasia, infección que a la fecha está superada; mas no por ello deja de chequearse periódicamente y asistir al centro de salud de su comunidad, donde le llevan el control de la presión arterial y funcionamiento cardiaco. Esto último porque hace aproximadamente once años (un poco antes de separarse del grupo de Mujeres Campesinas) estuvo hospitalizada por problemas cardiacos: al parecer el tamaño de su corazón es mayor al tamaño normal.

Años después vuelve a ser internada por varios días a fin de estabilizarle su hipertensión y fatiga. Recuerda muy bien que “a pesar de los medicamentos y de la atención de mi doctora, yo me sentía cada vez más mal, por eso le dije a mi doctora: déjeme ir pues aquí de veras me voy a morir pero de tristeza por estar encerrada, por pensar en mi familia y de no hacer nada. Si me deja ir le prometo que a cada cita que me dé vengo y me tomo mi medicina pero también quiero seguir tomándome mis remedios de las plantas”.

Seguramente por causalidad -y no casualidad- desde aquellos años, Casilda comenzó a escuchar un programa radiofónico donde el nutriólogo Juan Espinosa González hasta la fecha habla y da formas de utilizar las frutas, verduras y plantas medicinales como una alternativa de curación. En esa segunda ocasión, al salir Casilda del hospital incluye en su autocuidado la jugo-terapia y desde entonces, aunque no es 100% vegetariana, casi no come carnes.

Junto con Alejandra, Casilda, quien casi se desmaya cuando por primera vez le tocó ver una vagina severamente infectada por el V.P.H., los jueves da consulta en AUGE y desde el mes de julio del 2010, con el apoyo de las autoridades del municipio de Cosautlán, Ver., tienen ya un consultorio en esa pequeña ciudad. Allí los días

miércoles cura y receta combinando las plantas medicinales, la jugo-terapia, sugerencias de alimentación y la aplicación de otros saberes que no sólo tocan el cuerpo sino también escuchan y apapachan al alma.

Casilda tiene hoy otro sueño y éste es “poner en Piedra Parada un consultorio, con hierbas, una mesa de exploración y todo lo que en AUGE tenemos, ya verá como primeramente Dios y la virgen santísima lo voy a llegar a hacer”.

La médica Silvia Mendoza

No hay mejor manera de conocer la realidad que aproximarse a ella lo más posible ¿Será entonces que para conocer el sistema médico alópata, habrá que estar dentro de él y hasta pertenecer a él? De ser así, la asesora médica del grupo de herbolaria “Cunde Amor” es alguien que conoce y ha estado buena parte de su vida en contacto con estas formas de atención médica.

Aproximadamente a los seis meses de nacida enfermé gravemente y estuve a punto de morir; después de un tiempo de estar hospitalizada, entre médicos, medicinas y los cuidados que mi mamá y papá bajo esas circunstancias me prodigaron, mi cuerpo poco a poco responde favorablemente y salgo viva. Viva para tener una infancia feliz, viva para experimentar el contacto y la convivencia amorosa con mi padre, viviendo alegre como una castañuela, extrovertida e inocente.

Esta es quizá la primera batalla de las muchas que como paciente y médica a lo largo de su vida esta mujer ha librado y le ha ganado a la enfermedad que no sólo afecta al cuerpo, sino que también puede minar el gusto por sentir nuestro cuerpo y, a través de él, la vida. En cierta ocasión le pregunté: ¿Qué te motivó para estudiar medicina?:

La respuesta no la tengo, no recuerdo haber pensado: quiero ser médica para servir a la gente o para ayudarla o para sanarla. De hecho primero pensaba ser enfermera sólo que a los pocos meses de estar en la escuela de enfermería me percaté del trato que los médicos le daban al personal paramédico y fue entonces cuando cambié mi decisión de ser enfermera por mejor ser médica. Esta elección

y el modelo de Medicina General Integral bajo el cual estudié la carrera fueron un parte/aguas en mi vida.

A mí se me formó para trabajar en la comunidad. Desde entonces aprendí a atender al paciente no como un número más sino a oírlo, dedicarle más del tiempo que la Secretaría de Salud destina para cada encuentro del médico y su consultante.

Otro parte aguas en mi vida se dio hace veintitrés años cuando, por cuestiones familiares necesité distanciarme físicamente del D.F. sin saber aún a qué lugar del interior de la República habría de irme a vivir. Por aquel entonces conocí a un biólogo que me compartió su saber sobre herbolaria y sobre la calidad de vida que, a mediados de los años ochenta aún disfrutaban los habitantes de su ciudad natal, Xalapa. Es así como decidí venirme a vivir a Xalapa y al poco tiempo de instalada comencé a participar en talleres de herbolaria diseñados e impartidos por la señora Irma (hierbera que aún tiene un estanquillo en el mercado Jaúregui). En uno de esos talleres también estaba Casilda; no te puedo explicar pero desde que la conocí sentí una afinidad con esta mujer que recién salía de su casa pero que desde aquel momento ya tenía clara su motivación para aprender más sobre plantas. Desde entonces la oías decir que quería servir y ayudar a otras mujeres, desde entonces y aunque ella dice que yo soy su maestra, para mí ella también lo ha sido.

Me preguntas mis razones para participar en el trabajo con las mujeres, con los grupos de herbolaria y particularmente con Casilda. Sabes, pienso que las plantas te equilibran a diferencia de los medicamentos alópatas. Las plantas están al alcance de la mano de las mujeres; quienes pueden aprender a usarlas y así auto-curarse. Otro de mis “para qué”, tiene que ver con nuestra identidad como mexicanos, es importante que se validen nuestros conocimientos ancestrales; precisamente el uso de las plantas medicinales es un conocimiento que de generación en generación se ha ido transmitiendo pero que por no contar con el respaldo de un médico, no se les reconoce ni se valida su poder de curación.

Esta mujer, madre de dos hijas de veintitrés y diecinueve años de edad, que libró dentro de un hospital su primera batalla contra la enfermedad hace casi cincuenta y dos años, hoy sigue librando batallas dentro de la Clínica de Displasia. Ahora no sólo se trata de

restarle terreno a la enfermedad, sino que diariamente ha de sortear realidades institucionales y farmacéuticas que inciden desfavorablemente en la atención médica brindada a las pacientes. Esto último la ha llevado a rebelarse y reconocer también que bajo tales circunstancias no le resulta fácil sentir cómo emerge desde su pecho la voz que guía su actuar y servicio con las mujeres:

Desde siempre he sentido que las mujeres merecen un servicio médico de calidad, sólo que estando en la Secretaría de Salud, la voz que guía mi actuar y servicio no siempre es la que emerge de mi pecho. Casi diariamente me confronto con las condiciones laborales reales que imperan hoy en día en la Secretaría, condiciones que trato de aceptar y desde las mismas servir lo mejor posible a las aproximadamente veinte mujeres diversas que día a día he de atender. Cada día también crece en mí un sentimiento de rebeldía contra estas condiciones institucionales, por ello y por mi propia salud he decidido jubilarme, estoy realizando ya los trámites que me llevarán a cerrar un ciclo de mi vida y al mismo tiempo abrir o darle más espacio a mis participaciones en organizaciones no gubernamentales. Hoy tengo como objetivo el formar parte o proponer proyectos de participación comunitaria donde todos ganemos, quizá yo obtenga un poco más de auto-conocimiento y auto-aceptación y, paralelamente, las mujeres reciban un servicio médico de calidad.

Casilda ha sido invitada por la médica Mendoza a formar parte de estos proyectos que pretenden proporcionar atención integral a las personas, principalmente a las mujeres y obtener recursos económicos. La atención médica dentro de estos proyectos tendrá un costo menor al de la consulta privada mas no se piensa que sea una cuota voluntaria o de recuperación.

III.- CO-CREANDO LA ESPIRAL PARA RECREAR EL SER



Reseña del taller “La indagación coparticipativa y sus repercusiones a nivel personal y de equipo”.

Para conocer a las demás integrantes del grupo de herbolaria “Cunde Amor”, previamente me puse de acuerdo con Alejandra y Casilda. El sábado 14 de noviembre de 2009 llegué a Cosautlán, población donde ellas me esperaron y ya estando allí fueron ellas las que marcaron el ritmo del andar. Entre pláticas y saludos de sus conocidos dejamos el camino pavimentado y entramos en calles de terracería, con casas espaciadas y ubicadas sólo en una acera pues frente a ella todavía hay monte y matas de café, fruto que en esos días estaba en su punto para ser cosechado. Precisamente atendiendo la necesidad de los cafetales en esta temporada son varias las personas de la región que se dedican, durante los meses de noviembre a marzo, a la pizca del café, para resolver sus necesidades económicas.

Hasta ese momento había decidido ya elaborar historias de vida, que entre plática y plática o guiándome por algunas preguntas iría “recolectando” la narración de sus vidas; historias que pensaba escuchar sábado a sábado cuando ellas y yo, estuviéramos trabajando en su parcela, con las plantas o preparando sus jarabes y tinturas. Ya me habían platicado que durante algún sábado me podría tocar esto de preparar jarabes.

El grupo de herbolaria “Cunde Amor” tiene aproximadamente tres años de haberse formado y generalmente son los días sábados cuando se reúnen para platicar, mientras labran la tierra con el azadón, siembran sus plantas medicinales o van a recolectarlas al monte e incluso alguno que otro sábado sin dejar de platicar preparan jarabes. Estos reencuentros sabatinos sólo se interrumpen cuando llega la temporada de café, pues a excepción de Alejandra el resto de las participantes del grupo “Cunde Amor” desde mediados de noviembre y principios de abril, se dedican a sus quehaceres domésticos y al corte de café. Por eso se fijó el segundo sábado de noviembre para presentarme con las otras siete mujeres del grupo. Cuando llegamos al huerto que está ubicado en el terreno propiedad del suegro de la Sra. Ángeles (a quien ya conocemos en este trabajo como integrante de “Cunde Amor”), vi y saludé a un grupo pequeño de mujeres y niños sentados a un lado del camino bajo la sombra de un árbol y cerca de uno de los límites de su parcela. Era ya casi medio día y aunque la mañana estaba fresca ellas se abanicaban e incluso algunas tenían sus mejillas rozadas; se pusieron de acuerdo y llegaron antes para atender un poco su huerto. Yo también tenía un plan para ese día: visualmente ubicarlas, presentarme y compartirlas con honestidad mi necesidad de integrarme y participar en un grupo para hacer mi tesis y así titularme. ¿Sobre qué

pensaba hacer la tesis? La respuesta generó sonrisas, miradas entre ellas y el ambiente en ese momento pareció tornarse más de camaradería; les dije: “Quiero aprender sobre el uso y cultivo de las plantas medicinales, quiero aprender de las personas que trabajan la herbolaria. En mi familia también tomamos té y ahora en la maestría he aprendido o vuelto a agarrar un azadón y trabajar con la tierra”. Así concluyo ese día de presentaciones en la parcela-huerto de plantas medicinales; el reencuentro con ese lugar, entre ellas mismas y conmigo ahora también, sería hasta el 17 de abril de 2010. Días después caí en la cuenta de que este hiato en el tiempo de alguna manera significaba un cerrar y abrir ciclos, pues aunque no había hablado con todas, Casilda ahora tenía en Piedra parada otros grupos que atender y estaba considerando ya no venir con la misma frecuencia desde allá a Cosautlán los sábados. Esta posibilidad fue para mí como un semáforo en preventiva pues, de espaciar Casilda su presencia en el grupo, éste como ente vivo cerraría una etapa y entraría en un periodo grupal donde su pilar (así sienten ellas a, Casilda) no estaría tan constante como en la primera etapa. Esta ahora iba a ser su realidad grupal traería consigo la necesidad de fortalecer un grupo que aparentemente se quedaría acéfalo.

Ante la posibilidad de que tuviera lugar algún tipo de conflicto relacionado con el liderazgo o con la delegación del bienestar grupal a una sola persona, me pareció que las probabilidades de desintegración del grupo y abandono de objetivos hubieran sido altas. Se hizo evidente a mis ojos la necesidad de fortalecer al grupo y a sus integrantes, de revalorar los espacios logrados para ellas y por ellas.

La percepción de la realidad y necesidad descrita en los dos párrafos anteriores fue para mí el indicador que me llevó a cambiar el **cómo** y el **para qué** participar en el grupo de herbolaria “Cunde Amor”. Ahora ellas y yo los sábados haríamos camino para reencontrarnos y estar en la parcela ubicada en la Col 12 de Abril de la localidad de Cosautlán. Allí, a partir de aquel 17 de abril y hasta el 10 de julio del mismo año llegó la esencia femenina; más también la energía masculina presente en el género femenino y así conjugando experiencias y saberes co-creamos un **Taller que tuvo como tema general “La indagación coparticipativa y sus repercusiones a nivel personal y de equipo”**.

Me correspondió diseñar y emplear estrategias de enseñanza/ aprendizaje flexibles, reflexivas y facilitadoras de aprendizajes significativos. En este sentido quedó establecido el objetivo general de este taller como un **reencuentro y reconocimiento de una misma, de las habilidades y fortalezas que nos han permitido, en ciertos**

momentos de nuestras vidas, tomar decisiones y crecer; crecimiento que permite participaciones grupales más favorables para el crecimiento personal y grupal. En mi fuero interno pensaba que si este objetivo se lograba, el riesgo de la desintegración del grupo se disminuiría.

Puesto que la enseñanza y el aprendizaje son “las dos puntas del palo” (Nicolescu, *La Transdisciplinariedad. Manifiesto*), del procedimiento de operaciones o habilidades en pro del aprendizaje decidí unir con una diagonal las palabras enseñanza/aprendizaje. Dentro de la planeación de cada estrategia estuvo considerado el uso de materiales de apoyo de fácil adquisición y manejo.

Las dos primeras sesiones de este taller fueron planeadas con anticipación, la tercera fue una plática a la que todas asistimos. A partir de ese momento comencé a percibir, escuchar y fluir con la experiencia vivencial del grupo. En ningún momento perdí de vista el objetivo del taller, menos porque durante las primeras dos sesiones Casilda no pudo llegar. En realidad no alcancé a escuchar abiertamente expresiones que dejaban sentir su preocupación por la subsistencia del grupo y de su aprendizaje herbolario; consideré sin embargo que el diseñar desde la primera hasta la última sesión del taller dejaría fuera las formas de expresar que ellas tuvieran pudieran aportar.

Para este taller les pregunté si les gustaría nombrarse de otra manera y todas riendo contestaron que sí. Estos son los seudónimos elegidos por ellas mismas para ellas mismas: Azucena, Estrella, Hortensia, Ma. Guadalupe, Montserrat, Sol, Rosa, Rosario. Casilda y los dos o tres niños que generalmente asistían no estuvieron cuando se preguntó sobre el cambio de nombre. Esto no significó que su presencia no haya contribuido con la fluidez y algarabía del taller.

1ª. Sesión. Sábado 17 de abril de 2010.

1.- CONTENIDO TEMÁTICO: Lineamientos: Respeto. No hay puntos de vista únicos o erróneos, sólo diferentes. No pensar por otra compañera. No juzgar. Escuchar. Poner límites. Confianza. No generalizar. Discreción. Apagar el celular. Ser flexible. Puedo abstenerme. Usar lenguaje sencillo. Ser juguetón. Puntualidad. Participación de todas.

2.- OBJETIVO: Generar un ambiente que facilite la integración del grupo y la elaboración de expectativas personales y para el grupo “Cunde Amor”.

3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE: Usa tu voz para definir la palabra.

4.- MATERIAL DE APOYO: Dieciséis tarjetas de lineamientos, hojas tamaño carta y lápices.

5.- PARTICIPARON: Rosario, Rosa, Montserrat, Hortensia, Ma. Guadalupe, Sol y el niño Cristian.

6.- DESARROLLO DE LA DINÁMICA Y VERBALIZACIONES: Indicaciones: las dieciséis tarjetas de lineamientos se expanden sobre el pasto. Al azar cada participante toma una o varias de las tarjetas que contienen sólo un lineamiento escrito. El significado del lineamiento que hayan escogido o por azar les tocó, se lo adjudicará esa persona; a menos que no tengan ni idea, entonces la facilitadora dirá un posible significado y así entre todas aceptan y acuerdan cuáles lineamientos se quedan y pasan a contribuir para el establecimiento del clima de convivencia y participación dentro de este taller.

Antes de cerrar la sesión, las participantes expresaron que estos lineamientos no sólo les van a servir para estar en el taller; sino también “para allá con las demás gentes. Por ejemplo, el respeto es muy necesario cuando estamos con nuestras familias o con otras gentes”.

2ª. Sesión. Sábado 24 de abril de 2010

- 1.- **CONTENIDO TEMÁTICO:** Fortalezas Individuales.
- 2.- **OBJETIVO:** Que cada una reconozca las fortalezas con que cuenta, desde cuando cuenta con ella y/o quienes contribuyeron en la formación de dichas fortalezas.
- 3.- **ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Línea de Vida.
- 4.- **MATERIAL DE APOYO:** Hojas tamaño carta, lápices, mecate, pinzas.
- 5.- **PARTICIPARON:** Azucena, Hortensia, Ma. Guadalupe, Montserrat, Rosario y el niño Pepe.
- 6.- **DESARROLLO Y VERBALIZACIONES:** Indicaciones: preferentemente a través de dibujos, contar momentos que a lo largo de tu vida hayan sido importantes y significativos para ti. ¿Qué hacías? ¿Qué sentías? ¿Qué recuerdas de lo que decían o hacían las personas a tu alrededor en aquellos momentos? Previo y durante las indicaciones se les invita a sentarse lo más cómodo posible, respirar suavemente, como suave es el tono utilizado para inducir a la dinámica.

Habiendo terminado todas, ellas deciden quien pasa primero a colgar en el tendedero su “línea de vida” y a compartirla. Si desde que comenzaron a dibujar, el ambiente se percibía de escucha interna y de respeto; para cuando inicia la verbalización de los dibujos, pareciera que todas somos la voz de la que en ese momento está al frente y hay una atmósfera de escuchar y atender a la que en ese momento habla sobre fragmentos de su vida; en los cuales las demás vemos, recordamos y sentimos algo de nosotras en esa línea de la mujer que allí, al frente, compartiendo. De alguna forma todas estamos al frente.

Así se escuchan y resaltan palabras, frases y sentimientos que en su momento y al final, la mayoría reflexiona y revalora como aprendizajes y fortalezas obtenidas a partir de los logros y vivencias más gratas durante la infancia y la adolescencia. Vivencias que hoy aquí se permitieron compartir.

A continuación las palabras, frases o sentimientos que más surgieron y en todas resonaron:

“Responsable. Enseñarme a trabajar. Amistad. Orgullo. Humildad. Sé trabajar y también realizar cosas de la casa. No me muero de hambre pues aprendí a trabajar. El no dejarse. Unión y convivencia”.

3ª. Sesión. Sábado 1º de mayo de 2010.

Previamente sabíamos que la Médica. Mendoza vendría el sábado 1º de Mayo a la Casa de la Cultura de Cosautlán para dar su plática “Por la vida sana de las mujeres”. Esta charla tuvo como objetivo informar sobre el Virus del Papiloma Humano, cómo se trata y cuáles son los riesgos de contraerlo. Ante el interés de las mujeres de “Cunde Amor” por escuchar esta plática acordamos que la asistencia a dicha plática se consideraría como la tercera sesión de nuestro taller.

Lo que yo no sabía, era que la médica, sorpresivamente para mí, iba a pedirme “en corto” que la apoyara diseñando y dirigiendo alguna dinámica para que participaran más los asistentes que ya estaban ahí y así fueran ellos los que al final elaboraron propuestas para la Secretaría de Salud. Por el material didáctico que ella había llevado, y observando que durante la plática las personas casi no participaron y menos aún se movieron de su silla, tomé las cinco preguntas que la médica llevaba y opté por la dinámica más socorrida de “formar equipos”.

1.- CONTENIDO TEMÁTICO: El virus del papiloma humano y algunas de las problemáticas en torno a éste.

2.- OBJETIVO: Integrar el saber de todos y cada uno de los asistentes para proponer a la Secretaría de Salud acciones más acordes a la realidad o a la visión y experiencia que algunos de los habitantes de esta localidad tienen al respecto.

3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE: Formación de equipos de trabajo.

4.- MATERIAL DE APOYO: Plumones y hojas de rota folio.

5.- PARTICIPANTES: Las ocho mujeres del grupo Cunde Amor, más otras once mujeres y dos hombres.

6.- DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN: Preguntas previamente elaboradas:

a) ¿A qué edad promedio inician su vida sexual los hombres y las mujeres de la localidad de Cosautlán?

Respuesta: Entre trece y catorce años.

b) ¿Por qué las mujeres no se hacen el Papanicolau?

Respuesta: “A muchas de ellas sus maridos no las dejan, o porque dicen que les da pena, pues cómo las va a andar viendo otra gente u otro hombre”.

c) ¿Cuántas parejas tienen aquí los hombres?

Respuesta: “La mayoría más de una y a veces hasta más de dos”.

d) ¿Las mujeres de Cosautlán dedican tiempo para ellas mismas o alguna otra cosa?

Respuesta: “Muchas mujeres salen de Cosautlán para buscar trabajo en Xalapa u otros lugares. Algunas regresan pues aquí están sus hijos, la familia o su pareja con la que se casan. Otras no regresan y menos regresan las que salen de Cosautlán para estudiar. Estas son las más jóvenes y casi seguro no vuelven. Las mujeres que trabajan y están aquí, tienen poco o casi nada de tiempo para ellas, siempre están haciendo quehacer o pendientes de las juntas de la escuela; menos se guardan un dinero para comprarse algo ellas, pues ningún dinero alcanza y la casa pide mucho tiempo y dinero”.

e) ¿Cuáles son los alimentos básicos de la dieta de la comunidad?

Respuesta: “Comen mucha carne, principalmente de cerdo, los chicharrones, todavía guisan con manteca. También comen pollo, harinas de maíz, por ejemplo tortillas o pan; guisan con mucha grasa. Lo que casi no comen son verduras o frutas”.

Sin pretender interpretar más allá de lo que las personas contestaron, se escucha la voz de hombres y mujeres que de una u otra forma aquí dejaron ver cómo viven y enfrentan problemáticas económicas o de género que se reflejan en el autocuidado y en la vivencia de su sexualidad. Existen problemáticas también asociadas a la salud, nutrición y expectativas de vida. Pocas son las que continúan estudiando, la mayoría se casan y pronto tienen más de un hijo.

Al final de la dinámica, entre todos los participantes elaboraron la siguiente propuesta: “Hace falta más información y reeducación en las cuestiones de la sexualidad”.

Reflexión: Ese día yo conocí un poco más sobre las formas de pensar y vivir de los habitantes de esa región y creo que para las mujeres del grupo fue una oportunidad para que ellas también conocieran un poco más de mí al ver mi desempeño durante esa jornada. Pienso y siento que ese día su confianza hacia mí creció un poco más.

4ª. Sesión. Sábado 8 de mayo de 2010

- 1.- **CONTENIDO TEMÁTICO:** Cohesión Grupal.
- 2.- **OBJETIVO:** Escuchar cómo se ubican y que papel sienten que juegan dentro del grupo. Reconocer la importancia que cada una tiene para la existencia y funcionamiento del grupo.
- 3.- **ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Construcción colectiva y participativa.
- 4.- **MATERIAL DE APOYO:** La presencia de una motocicleta facilitó y dio pie a la técnica didáctica.
- 5.- **PARTICIPARON:** Rosa, Ma. Guadalupe, Rosario, Azucena, Montserrat, Hortensia, Estrella, la niña Jessica y una de las hijas de la señora Ma. Guadalupe, que la acompañó y yo invité a quedarse si llevaba gusto.
- 6.- **DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:** Esta sesión tuvo lugar en la casa de una de las integrantes; ahí había una motocicleta y por ello, después del círculo de la palabra, lancé la siguiente invitación como un cuestionamiento lúdico: “Cada una tome su tiempo para elegir qué pieza de la motocicleta elige ser; ¿cuál es la función de esta pieza? Y reflexionen sobre la importancia de dicha pieza para el andar y ser de la motocicleta”.

Como tercera etapa de esta dinámica y para cerrar la sesión, nos volvimos a sentar en círculo y cada una verbalizó cómo vivió esta experiencia y su reflexión sobre la importancia que tiene para el funcionamiento y cohesión de grupo su estar y participar en él. En ese mismo momento expresé la siguiente pregunta analógica: “Si en lugar de la moto hablamos del grupo Cunde Amor, ¿crees que tu estar, ser y participar es igual de importante para el funcionamiento y existencia de este grupo de herbolaria al de las demás?”. Como primera respuesta se escuchan sonrisas, después cada una se pregunta y contesta al mismo tiempo y en voz alta hasta que se van quedando calladas, y pasado un breve espacio de silencio, las invito a que compartan su reflexión sobre esta analogía: “Es cierto, todas somos importantes para el grupo, cuando alguna no va, bien que se extraña. Entre todas nos animamos y lo que no se le ocurre a una se le ocurre a la otra”. También reconocen que les falta mucho por aprender; por ello, al recurrir ellas mismas a la analogía que hemos trabajado, coinciden en que el símil del motor le corresponde a la señora Casilda.

Antes de cerrar, sin contradecir sus sentires, les planteo el siguiente cuestionamiento: “¿El sólo motor puede ser motocicleta?” En ese momento vuelven a sonreír y contestan: “No, es importante pero las demás también somos importantes. La moto y el grupo no pueden ser si faltase una de las piezas”.

5ª. Sesión. Sábado 15 de mayo de 2010.

- 1.- CONTENIDO TEMÁTICO:** Fortalezas individuales y problemáticas vividas.
- 2.- OBJETIVO:** Darse cuenta de sus fortalezas y acciones para la resolución de problemas vividos.
- 3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE:** Platicando con María; lluvia de ideas.
- 4.- MATERIAL DE APOYO:** Una muñeca con indumentaria autóctona, hojas tamaño carta, lápices, hojas rota folio y plumones.
- 5.- PARTICIPARON:** Estrella, Rosario, Hortensia, Montserrat, Azucena y Ma. Guadalupe.
- 6.- DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:** Al igual que en todas y cada una de las sesiones, se inicia explicitando los sentires, sensaciones y percepciones de cada quien en ese momento; después de este compartir, aún sentadas en círculo sobre el pasto, colocó al centro a la muñeca que nombro “María”. Su presentación va seguida de una invitación a escucharla, “pues hoy María ha venido para contarles la problemática en la que hoy vive”. Después de las indicaciones, con papel y lápiz, cada una escribirá: ¿Qué fue lo que María les platico a ellas? ¿Qué le pasa a esta mujer que hoy vino a platicarle al grupo? y ¿qué han hecho o harían si estuvieran pasando por lo que les platicó? Al cierre de esta sesión se enlistan las problemáticas que emergieron y están insertas en las historias que escribieron sobre la problemática que María está atravesando:

- Hipertensión: No tiene para los gastos de la casa / Es ama de casa y campesina.
- Marido alcohólico: Vive violencia familiar / Mortificada como madre.
- Varios hijos de edades entre quince y ocho años: Embarazo no planeado / Le preocupa la salud de su bebé / No cuenta con apoyo familiar / Hay desconfianza / Pide ayuda / Es amenazada por el marido / Quisiera desaparecer / Desesperada / Padece infecciones de transmisión sexual.

- Tiene muchas dudas: No sabe si tiene derecho a decidir / Llanto y soledad.
- Se comienza a sentir escuchada: / No tan angustiada / Ahora se siente más desahogada.

Las respuestas de todas ellas sobre lo que le pasa a María son narradas en el siguiente documento colectivo que pasa a formar parte de esta quinta sesión:

Documento Colectivo (Narración de lo que le pasa a María)

Mis problemas son otros, diferentes a los de María. Yo igual que ella cuando empezaron mis problemas me sentía muda y sorda, sin nadie que me orientara. No tenía apoyo de mi familia, ni amigas a quienes pedirles ayuda. Siempre preocupada por el marido alcohólico o por los hijos que también toman y hasta se drogan; o que el marido me llegara a levantar la mano o por no saber como mantener una boca más que venía en camino y temiendo que no naciera bien por el problema del alcoholismo. Todo lo quería arreglar llorando aunque a veces no tenía tiempo ni para llorar, ni para platicar. Todo el tiempo estaba trabajando en la casa, en el campo. Me sentía sola, triste por no contar con nadie de la familia y menos tenía confianza para hablarle a alguien de mis problemas, pensaba: los problemas que yo tengo yo me los busqué, no es necesario contarle a otra gente que puede reírse de mí, o en el mejor de los casos qué puede hacer otro para orientarme. Sentía que quería desaparecer.

Hasta que llegó el día en que conocí a personas que me enseñaron que nunca se está sola y me motivaron para hacer lo posible por salir adelante con o sin la familia. Acercarse a alguien para buscar apoyo y confiar platicándole nuestros problemas y desahogándose, hablar y poder sacar todo lo que le pasa a una es una manera de liberar la tensión que se trae encima. Un poco más calmada y motivada por otras mujeres, comencé a darme cuenta que en realidad la que mantenía a los hijos era yo. Llegó el día en que yo sola dije: no más puro llanto o preocupación, así no voy a salir adelante y menos a resolver los problemas; si tengo que correr a mi marido lo voy a hacer, voy a buscar quien cuide a mis niños mientras trabajo y a conseguir medicinas para mi salud.

Ahora tengo amigas con quienes platico y me aconsejan; he aprendido que a veces los problemas le sirven a una para conocer cosas de una misma, como motivación para ser fuerte, salir adelante y poder entender a otras mujeres, escucharlas y entre todas nosotras apoyarnos y motivamos a hacer cosas. Ahora yo hablo con mi marido y entre los dos nos ponemos de acuerdo, sí se puede y sí valgo mucho.

Escuchar la narración de las otras mujeres es como una mano suave pero firme que acompaña mientras se abre el diván de los recuerdos personales y con dolor se reconoce el silencio aprendido y vivido por las mujeres del árbol de mi vida.

6ª. Sesión. Sábado 22 de mayo de 2010.

- 1.- CONTENIDO TEMÁTICO:** Cohesión grupal.
- 2.- OBJETIVO:** Reconocer y desarrollar la confianza personal y en el otro.
- 3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Caminata con los ojos vendados.
- 4.- MATERIAL DE APOYO:** Paliacates, hojas tamaño carta y lápices.
- 5.- PARTICIPARON:** Ma. Guadalupe, Azucena, Montserrat, Estrella, Hortensia, Rosa. Los niños Josué y Jessica.
- 6.- DESARROLLO Y VERBALIZACIONES:** Generalmente cuando se trabaja con la estrategia de la caminata con los ojos vendados, las personas son guiadas. Con el fin de experimentar la diferencia entre ser guiada y guiar, para este taller modifiqué la estrategia de enseñanza/aprendizaje y así cada una tuvo la oportunidad de experimentar ambos roles. La dinámica duró aproximadamente veinte minutos al final de los cuales se les invitó a escribir a partir de la siguiente pregunta: ¿cómo se sintieron desde el principio hasta el término de la caminata? Esperamos a que todas dejaran de escribir para iniciar la verbalización en la cual se compartieron sensaciones y emociones que se recrean el siguiente collage:

Pus yo me diberti andaba muy dibertida. Oi al niño que se quedo calladito el perro sentía que me jalaba y en mi hija que

*Sentía que
caía.*

se fue pero casi a lo ultimo senti algo en el pie y entose sentia que me dolía pero luego todo termino.

*Que no iba
sola.*

Cuando me toco quería yebarlas por donde no les costaba.

Seguridad

(Hortensia)*

Andaba muy divertida. Pude escuchar el silencio de mi nieto y sentir claramente cuando el perro me jaló del pantalón. Por un momento pensé en mi hija que se acaba de ir a Monterrey. Fue casi a lo último que el dolor me distrajo pues se me enterró una espina en el pie. Yo me divertí.

* Estos párrafos son redacciones del manuscrito que en las líneas inmediatamente anteriores, aparece escrito tal como la participante lo redactó.

Al

principio

Cuando enpezamos a la caminata yo me sentia temerosa.

Temor

Pensava que me iba a caer pero después me sentia segura

Después

por que eramos una fila y muy bien unidas y que así unidas

Segura.

no es facil tener algun problema o algun accidente y cuando yo iba adelante centia muy dura la carga quisas por que cargaba todo el peso de toda pero si podia guiar a todas a pesar que ellas no sabian por donde iban y cuando yo iba en la fila cruzaron muchos pensamientos en mi mente a donde me yebaran si yo deberdad fuera ciega que seria de mi abra alguna persona que me guiara por donde ir.

Respon-

sabilidad.

(Ma. Guadalupe)*

Cuando empezamos la caminata me sentía temerosa, pensaba que me iba a caer; después fui sintiéndome segura porque éramos una fila muy bien unida, así unidas no es fácil tener algún problema o algún accidente. Cuando iba adelante sentía muy dura la carga, quizá porque cargaba el peso de todas, ellas no sabían por donde iban y yo sí pude guiarlas a todas, esto me da gusto.

Estando en la fila también cruzaron por mi mente muchos pensamientos: ¿adónde me llevarán? Si yo de verdad fuera ciega ¿qué – sería de mi? ¿habrá alguien que me guíe?

*Al principio sentía que me iba a caer.
Sentía subidas i bajadas sentía que
me dejaban se me salían los zapatos
y le sacaba las chanclas a otra
persona y la primera ves que me
quite el paliacate mo podía ver vien
todo amarillo le tenía miedo a las
espinas que se me enterrara una y
por acomodarme el paliacate me
dejaron sentía que no podía alcan-
zar y fue divertido.*

***Guiar me da
gusto.***

***Aunque la carga es pesada, pero -
ayudándose no se siente tanto.***

¿adonde me llevarán?

(Rosa)*

**Al principio en cada subida y bajada sentía que me iba a caer,
que me dejaban, como mis zapatos se me salían le sacaba la
chancla a la de enfrente o a la persona de enfrente o a la de atrás.
La primera vez que me quite el paliacate no podía ver bien, veía
todo amarillo. Yo tengo várices fue por eso que sentí un poco
de miedo al pensar en las espinas de los huisaches, temía que
se me enterrara alguna; esto no pasó, lo que sí paso fue que por
acomodarme el paliacate, me solté y por un momento sentí
que no podía alcanzarlas. Fue divertido, me reí mucho.**

No perder

la

Confianza

Se siente

duro

*Me di cuenta de que si podía caminar –
con los ojos tapados.*

*Porque luego siento bueno cuando
cierro los ojos y camino siento que me
voy a caer en un barranco o que me
caigo en un boladero.*

*Pero ahorita me senti muy tranquila
al principio si senti que me iba a caer
pero luego me senti tranquila y me
reía porque sentía que me trompesaba*

*y que no me sostenía en nada y me
sentí muy relajada.*

(Estrella)*

**En otras ocasiones cuando cierro los ojos y camino
siento que voy a caer en un barranco o voladero; --
pero ahorita me sentí muy tranquila, al principio
sentí que me iba a caer, pero luego me di cuenta que
sí podía caminar con los ojos tapados.
Yo me reía pues sentía que me tropezaba y no me –
sostenía en nada. Me sentí muy relajada.**

*Se
siente diferente.*

*Al principio como que no sabe uno para donde
Pero el irse deteniendo de alguien lo hace a uno
sentir seguro y al momento miedo de que te
dejen o dejar a la persona que se va apoyando
de uno. A ratos el camino se siente feo pero el
saber que alguien te va guiando y sabe para
donde lo llevan a uno.
Cuando uno va guiando se siente uno mas
responsable de para donde las debo llevar.
Al final llegamos a un lugar seguro.*

(Azucena)*

**A ratos el camino se siente feo, en un principio
no se sabe por dónde va y da miedo que lo
dejen a uno o uno dejar a la persona que se va
apoyando de uno porque el irse deteniendo de
alguien, a mí me hace sentir segura pues sé que**

*En la fila, unidas,
la unión hace que
no tengan problemas.*

*La duda es
diferente.*

Preocupación.

la persona que guía sabe donde lo lleva a uno.

Cuando yo iba guiando, me sentí más responsable de por donde las llevaba.

Al final llegamos a un lugar seguro.

Responsabilidad.

Ayuda *Cuando empezamos no sabía para donde me llevaban, porque nunca había pensado que pasaría si no pudiera ver. Sentía que me tropezaba y que no podía abanzar pero me aferraba a la persona que iba delante de mi para no caerme, sentía que me caía pero mis pies se aferraban al suelo como buscando tierra firme.*

Com- *Cuando me sentía que me dejaban quería apurarme, me*
pañe *pisaban los zapatos, escuchaba mis pisadas, sentía el sol el*
rismo. *aire, escuchaba la música.*

Cuando me lo quite fue diferente el poder ver, el poder guiarme, y guiar a mis compañeras se siente diferente y que si se puede avanzar en esta vida.

Culpa

(Montserrat)*

Nunca había pensado que pasaría si no pudiera ver. En un principio no sabía para donde me llevaban, tropezaba, sentía que no podía avanzar pero me aferraba a la persona que iba delante de mi. Cuando sentía que me caía, mis pies se aferraban al suelo como buscando tierra firme. Por momentos me parecía que me dejaban y entonces quería apurarme pero alguien me pisaba los zapatos. Escuchaba mis pisadas, sentía el sol, el aire, escuchaba la música.

Cuando me quite el paliacate y me tocó guiar, fue diferente: poder ver, guiarme y guiar a mis compañeras. Se siente que sí se puede avanzar en esta vida.

Responsabilidad.

Si se puede.

En el cierre se reflejan las mismas habilidades que les han ayudado de manera individual pero ahora les facilitan su andar en grupo.

7ª. Sesión. Sábado 29 de mayo de 2010.

- 1.- CONTENIDO TEMÁTICO:** Genograma.
- 2.- OBJETIVO:** A partir de la elaboración personal de su propio genograma, resaltar las raíces ancestrales que, en parte, las mantienen de pie en su diario vivir.
- 3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Proyectiva y participativa.
- 4.- MATERIAL DE APOYO:** El árbol “Huacalillo”. Hojas tamaño carta. Lápices y un modelo de genograma.
- 5.- PARTICIPANTES:** Azucena, Montserrat, Ma. Guadalupe, Estrella, Hortensia y la niña Jessica.
- 6.- DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:** Antes de comenzar la sesión alguien le preguntó a Montserrat: “qué te pica en los brazos que tienes esas manchas rojas”. La contestación que dio me generó curiosidad, platicó que le picó por no pedir permiso cuando pasó junto del huacalillo.

¿Qué es el huacalillo y cómo está eso de pedirle permiso?, pregunté.

“El huacalillo es un árbol, no tan alto, que si usted pasa junto de él y no le pide permiso para pasar, le pica y hasta que no va y le pide disculpas y con una varita lo toca, no se le quitan las ronchas y la comezón”.

Para ese momento de la plática ya estaban casi todas y cuando Hortensia dijo: “Aquí hay huacalillo”, les propuse acercarnos hasta cierta distancia para que yo lo conociera. Estando ahí en tono de juego se formó como un coro de voces donde cada una, con sus palabras y a su manera, le pedía permiso al árbol y le decían “te venimos a visitar”. Montserrat recogió una varita y con ella le dio suaves golpecillos en el tronco, disculpándose y pidiéndole que ya no le pique más. Como si nos hubiésemos puesto de acuerdo, nos fuimos quedando calladas y pasados unos instantes, antes de retirarnos, lancé la propuesta de mirar nuevamente al árbol para ver si notaban algo diferente en él.

Ya de regreso, al abrir el círculo de la palabra, cada una dijo como se sentía y coincidimos en estar contentas por haber ido a visitar al árbol. Cuando les pregunté:

“¿Si el árbol fuera una persona, cómo se sentiría al ser visitado?” La respuesta a una voz fue “Bien, pues era un hombre que estaba solo; no lo tomaban en cuenta y por eso se enojaba y picaba, pero cuando se fijaban en él, hablándole y mirándolo pues le daba gusto y así ya no picaba”.

En la segunda parte de esta sesión, cada una elaboró su genograma y antes de compartirlo se les invitó a observar en silencio su genograma, y así como el huacalillo que hoy algo les dijo, ¿qué les dice de ellas mismas su genograma?: “Muchas de mis gentes ya han muerto, ya no están, pero ellos son como mis raíces, como las del árbol huacalillo. Por eso estamos aquí, no solas, con familia que tenemos y nos han enseñado a trabajar. Sí queremos estar con ellos o aparte, pero nos visitamos y queremos”.

Al cierre de la jornada, destaqué y les agradecí guiar parte de las actividades de este día, se miraron y en cada una se dibujó una sonrisa de satisfacción. A partir de esta séptima sesión comienzo, paulatinamente, a dejar que ellas también guíen el taller.

8ª. Sesión. Sábado 5 de junio de 2010.

- 1.- CONTENIDO TEMÁTICO:** Reconociendo cualidades.
- 2.- OBJETIVO:** Auto escuchar las cualidades que cada una de nosotras posee y así fortalecer la propia autoestima.
- 3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** La silla vacía.
- 4.- MATERIAL DE APOYO:** Una silla.
- 5.- PARTICIPARON:** Azucena, Montserrat, Hortensia, Rosario, mas los niños Josué y Pepe.
- 6.- DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:** Como su nombre lo indica, esta dinámica consiste en formar un hemicírculo, poner al frente una silla y la indicación general es: “Evoca a una persona, animal, cosa o planta que tú conozcas y consideras que te conoce muy bien. Hoy vendrá a platicarnos cosas que le gustan de ti, cosas que haces y le gustan, compartirá el concepto favorable que tiene sobre ti”.

Sus invitados imaginarios fueron: una hermana menor, alguna flor, la hija, el amigo de la infancia. El pleno de los invitados coincidió en la solidaridad que todas y cada una de esas cuatro mujeres tienen hacia los demás, en la disposición que tienen a

dar apoyo cuando se les pide algo, incluso el cariño desinteresado con que lo hacen y en su agradecimiento.

Después pasó una mujer a sentarse en la silla y expresó en voz alta lo que pensaba y sentía con respecto a lo que escuchó sobre su propia persona. Las expresiones fueron desde sorpresa, pasando por auto reconocimiento de su capacidad de apoyar a los demás, hasta la emoción que se convierte en gotas que fluyen en un llanto pero de “alegría y sentir bonito en el corazón”.

Sabiendo que la siguiente sesión yo no asistiría, se los comuniqué y aproveché para que ellas decidieran quién abriría el próximo sábado, qué irían a hacer y quién cerraría. Se decidió por medio de un sorteo que Montserrat abriría, que Rosario facilitaría el cierre, y además que el sábado 12 de junio chapearían su huerto.

9ª. Sesión. Sábado 12 de junio de 2010.

- 1.- CONTENIDO TEMÁTICO:** Autogestión. Previamente les avisé que no asistiría a esta sesión, por ello hoy abrió Montserrat y cerró Rosario.
- 2.- OBJETIVO:** Además de rotar los roles, se busca que ellas decidan la labor para este día.
- 3.- ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Eco-horticultura.
- 4.- MATERIAL DE APOYO:** Palas y machetes.
- 5.- PARTICIPARON:** Montserrat, Azucena, Hortensia y Rosario.
- 6.- DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:** Comparten que iniciaron muy animadas y que avanzaron un buen tramo aunque el calor estuviera tan fuerte. Recuerdan que mientras chapeaban estuvieron entre ellas bromeando pues algunas estaban muy acaloradas o coloradas de la cara; aún así seguían pues no se sentían cansadas. Al terminar se pusieron de acuerdo para pedirle a uno de los cuñados de ellas que si terminaba de chapear un pedazo que les faltó.

10ª. Sesión. Sábado 19 de junio de 2010

- 1.- **CONTENIDO TEMÁTICO:** Las plantas medicinales.
- 2.- **OBJETIVO:** Escuchar a cada una el por qué optaron por las plantas medicinales.
- 3.- **ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Círculo de diálogo.
- 4.- **MATERIAL DE APOYO:** solamente la presencia participativa, la voz.
- 5.- **PARTICIPARON:** Azucena. De las demás, tres avisaron que no asistirían ese día.
- 6.- **DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:** Lo que dialogué con Azucena este día decidí transcribirlo e intercalarlo en su historia de vida.

11ª. Sesión. Sábado 26 de junio de 2010

- 1.- **CONTENIDO TEMÁTICO:** Toma de decisiones diferentes a la imposición.
- 2.- **OBJETIVO:** Identificar las sensaciones que se generan en su cuerpo cuando la convivencia está determinada o decidida por ellas, a diferencia de cuando se imponen factores externos en el grupo.
- 3.- **ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Masaje corporal.
- 4.- **MATERIAL DE APOYO:** Varias pelotas de espuma o plástico blando.
- 5.- **PARTICIPARON:** Sol, Rosario, Azucena, Montserrat, Hortensia, Casilda; niños Jessica y Josué.
- 6.- **DESARROLLO Y VERBALIZACIÓN:**

1ª. Etapa: de manera libre forman parejas, después ellas se ponen de acuerdo sobre quién se identificará como **A** y quien como **B**. A partir de ese momento no se habla más. **A** toma una pelota y por unos minutos masajeará con la pelota el cuerpo de **B**, sin tocar genitales y sin perder el contacto con la sensación que se vive al dar este masaje y cómo **B** vive el ser tocada. Antes de intercambiar los papeles se les invita a hacer algún movimiento que indique agradecimiento (las tres parejas se abrazaron) y ahora bajo las mismas indicaciones será **B** quien dé el masaje y **A** lo recibe.

2ª. *Etapa:* sentadas en círculo, cada una verbaliza sus sensaciones. En su mayoría fueron sensaciones de “bienestar, tranquilidad; como si estuvieran diciéndose donde necesitaban pasar más la pelotita, se les olvidó por momentos todo y quedaron relajadas”.

Después de esta verbalización, yo me comienzo a mover en el centro del círculo y con la pelota en mano, me acerco a cada una y sorpresivamente las toco con la pelota, presiono en sus piernas la pelota, cambio el tono y volumen de mi voz y digo: abre las manos, toma esto... cada palabra mía suena a orden. En esta etapa observo que aunque ríen, su cara tiene una expresión de desacuerdo que efectivamente verbalizan al integrarme al círculo e invitarlas a hablar sobre las diferencias que notaron en su sentir durante las dos diferentes etapas.

Además de sorpresa y desagrado, más de una reconoció que sintió coraje y por momentos ganas de levantarse. Bajo esta alegoría, y como una invitación a que sean ellas y no personas externas las que fijen e impongan los objetivos para esta segunda vuelta del grupo Cunde Amor. En ese momento construyen sus propios objetivos para su participación en el grupo: “Queremos seguir aprendiendo, estar con las plantas y nosotras, para compartir y compartirle también a otras mujeres y ayudarlas”.

3ª. *Etapa:* en grupo nos dirigimos a la parcela y ayudadas por las palas y en parejas, sembramos el maíz (que el sábado 9 de octubre del mismo año cosechamos, y con el que preparamos un rico chilatole de pollo con erizos recién cortados). Ese día nos sentamos alrededor del fogón para comer, reír y platicar, simple y ricamente platicarnos lo que en ese instante emergiera, al calor de la lumbre, el picante y la compañía.

12ª. Sesión. Sábado 3 de julio de 2010.

- 1.- **CONTENIDO TEMÁTICO:** Autoestima; reencuentro con la naturaleza.
- 2.- **OBJETIVO:** Que cada una exprese cómo se siente consigo misma en el presente.
- 3.- **ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Dialogando a través de las plantas.
- 4.- **MATERIAL DE APOYO:** Plantitas y palas.
- 5.- **PARTICIPANTES:** Rosario, Ma. Guadalupe, Estrella, Hortensia, Montserrat y Rosa.
- 6.- **DESARROLLO Y VERBALIZACIONES:** Ese día todas llegamos con nuestra planta y después del círculo de la palabra, les sugerí que cada una buscara un lugar para platicar con la planta a partir de dos preguntas iniciales: una, por qué la escogí, y dos, para qué viene hoy ella a este lugar.

Después de un rato regresamos al círculo y al compartir lo sucedido en estas pequeñas conversaciones surgen algunas respuestas, como por ejemplo: “La escogí porque a mí me ha curado, está creciendo pero está fuerte y ya tiene buenas raíces para moverla de la maceta; además viene aquí para servirle a otras mujeres o personas junto con las demás plantas”.

Al escuchar estas respuestas y sin pretender interpretar, pareciera un reflejo congruente con el aspecto físico de la mujer que en ese momento está hablando o con su etapa de vida actual, incluso con la colectividad presente del grupo.

El círculo se rompe para buscar el lugar donde sembrar nuestra planta y nuevamente dialogar con ella. “En este pedazo de tierra las plantas ahora se sienten más libres, sienten bonito el sol, el aire y además se quedan contentas pues se sienten acompañadas por sus demás compañeras. Saben también que no se quedan abandonadas, pues en algún momento alguna de las mujeres vendrán a ellas y las atenderán en lo que necesiten”.

13ª. Sesión. Sábado 10 de julio de 2010.

- 1.- **CONTENIDO TEMÁTICO:** El trabajo en equipo y la empatía.
- 2.- **OBJETIVO:** A través de la pantalla, empatizar con nuestras propias historias de vida para reforzar nuestros seres como personas y como parte del grupo y la comunidad.
- 3.- **ESTRATEGIA DE ENSEÑANZA/APRENDIZAJE:** Proyección de la película: *Corazón del tiempo*.
- 4.- **MATERIAL DE APOYO:** Película, DVD, televisión, hojas y lápices.
- 5.- **PARTICIPARON:** Ma. Guadalupe, Rosa, Hortensia, Azucena, Estrella, Montserrat, Rosario y los niños Karla, Jessica, Pepe y Josué.
- 6.- **DESARROLLO Y VERBALIZACIONES:** Antes de proyectar la película abrimos con el círculo de la palabra y aunque todas estaban ya esperando ver la película, también mencionaron que iban a extrañar estas reuniones donde habían aprendido cosas y se habían sentido bien.

Como respuesta a este compartir coincidí con el extrañarnos, les recordé que tenían un objetivo y para realizar los encuentros tendrían que continuar para platicar y seguir conviviendo en esta segunda etapa del grupo Cunde Amor.

Pareciera que el dios Tlaloc sabía que ese día nuestro encuentro iba a ser dentro de la casa, pues de todos los sábados que duró el taller, ese día fue el único que llovió por la mañana. Sentadas alrededor de las camas donde duerme Hortensia y su familia, vimos la película *Corazón del tiempo. Un viaje al corazón de la resistencia zapatista*, del director Alberto Cortés y producida gracias a una colaboración México-España en el año 2008.

Reseña: En la Esperanza de San Pedro, Chiapas, en medio de la lucha zapatista, Sonia, miembro de la comunidad, va a casarse. Ya se dio la dote: una vaca. Ya se habló con la familia del novio, pero Sonia está enamorada de otro: un insurgente. Ahora el EZLN tiene un problema y habrá que resolverlo con toda la comunidad para que la voz de sus miembros se escuche y se respete y en esta ocasión triunfe la libertad del corazón sobre la costumbre.

Durante la proyección estuve escribiendo algunas frases de los protagonistas que resonaron en mí para compartirlas quizás al final y reforzar el objetivo del grupo. En algunos momentos al terminar de escribir discretamente volteaba a ver a esas

mujeres y en la cara de algunas de ellas se apreciaban ligeras sonrisas, sorpresa, seriedad y también lágrimas que en silencio y disimuladamente secaban.

Afuera no terminaba de llover, dentro de la casa la película había terminado y se escuchaba una lluvia de risillas, suspiros y el adjetivo calificativo de “está bonita”. Pasados unos minutos ofrecí a los niños pinturas y hojas para que buscaran un lugar dentro de la casa y dibujaran lo que quisieran e incluso cosas que les hubieran gustado de la película. Quedamos entonces mujeres adultas que ahora habríamos de compartir: “¿qué pensamos y sentimos sobre lo que estos actores nos vinieron a platicar y mostrar? ¿cómo nos sentimos en este momento?”

Fue Ma. Guadalupe quien decidió iniciar y en cuanto trató de hablar el llanto que al estar viendo la película por momentos le acompañó, ahora fluía, suspiraba, lloraba, se tocaba el pecho (me acerqué, le pedí permiso para tocarla en el hombro, mientras le recordaba que estaba en un ambiente de confianza, no sola, y que podía tomarse todo el tiempo que necesitara para que fuera su llanto el que hablara. Sin dejar de tocar a Ma. Guadalupe, volteé hacía el resto del grupo: dos de ellas también dejaron correr sus lágrimas, sólo que su expresión no me parecía que fuera de dolor, por ello invité a todas -menos a Ma. Guadalupe- a respirar cada una a su ritmo, suavemente; más sin perder contacto con lo que estaban sintiendo y preferentemente guardando silencio. Yo también respiré con esta calidad particular de atención, esperé un poco más, el llanto de la mujer a quien aún tocaba fue disminuyendo y entonces me incliné hacia ella y le sugerí respirar. Después de algunas respiraciones, levantó su cara, me miró y dijo “ya estoy bien”.

Sin dejar de tocarla le pregunté si quería platicarnos algo, dijo que sí. Retiré mi mano pero me quedé cerca de ella: “Nunca había hablado de la tristeza que tenía guardada por la pérdida de mi abuelita, ahorita me acordé mucho de ella, yo la quería mucho y así como la abuelita en la película platica con la niña, mi abuelita platicaba conmigo; yo era niña, me gustaba oírla, preguntarle cosas y ella me enseñaba. Así como a la niña de la película me enseñaba a poner el maíz, a buscar plantas para comer o remedios...”. Pasado un rato, en alguna pausa que ella hizo le di las gracias por ser aquí entre nosotras donde por primera vez se escuchara su tristeza al haber perdido a alguien tan importante en su vida con quien compartió un cariño tan entrañable y ahora que era adulta a través de ella, de alguna manera, su abuela seguiría presente y viva pues lo que le enseñó -los momentos gratos que vivieron y el cariño que se dieron- todavía hacía latir el corazón de Ma. Guadalupe con tanta fuerza. “¿Cómo está el pecho?” “Ya no me

duele y ahorita ya nada más me siento un poquito triste pero también contenta pues hoy también me acuerdo que aunque fuimos muy pobres, yo fui una niña que trabajó mucho pero feliz, si jugué mucho y mis papás no me obligaron a que me casara con alguien que yo no quería, aunque había familias que sí lo acostumbraban...” Cuando terminó de compartir, sonrió, movió su cuerpo y los músculos de su cara también se movieron: ahora tenía una expresión facial más relajada.

El compartir del resto del grupo estuvo matizado por la nostalgia de las personas que ya no estaban, por la infancia donde, coincidieron, que fueron felices y jugaron trepándose a los árboles, con los animales y con niños que crecieron y no han vuelto a ver. Recuerdos que, pienso ahora, si bien por momentos las ponen tristes, cuando sienten que esta emoción es escuchada y atendida, recibiendo incluso un abrazo, entonces la emoción cambia y se abre el espacio para poder expresar el sentirse contentas por darse cuenta de que tuvieron una familia que las cuidó, porque crecieron en lugares donde los árboles eran muy bonitos, los montes eran muy verdes y no había guerra. “Si había reglas que teníamos que obedecer, a veces sin protestar, pero los tiempos han cambiado y como en la película, ahora hay que escuchar lo que los hijos quieren y no sólo lo que una manda”.

Bajo ese reconocimiento, resalto la importancia de escuchar a todos los miembros de una familia, una comunidad o un grupo pues todos generalmente tendrán algo que les podamos aprender, algo que aportar, como por ejemplo los mensajes que escribí mientras veía la película y que procedí a compartirles:

- Sus pláticas las tienen, igual que nosotros, formando un círculo.
- Compromiso con la comunidad.
- Trabajo en equipo.
- “Qué te llama el corazón”.
- La unión frente a fuerzas externas por un objetivo: su tierra.
- Ante las dificultades, refuerzan su unión.
- “Muy valiente, sí va a seguir su corazón”.
- “La tradición ha cambiado, ahora los jóvenes deciden”.
- “Enseñamos a vivir libres”.
- “Merecemos nuestra voz”.
- Unidad.

- “Juntos en la guerra para acabar la guerra”.
- “A veces la desobediencia tiene una razón”.

Lo que percibo al terminar mi lectura es el auto-reconocimiento de sus orígenes tras haber identificado en la película una imagen vívida de las luchas y trabajos de su pueblo, de sus familias y de su compromiso actual como parte del grupo Cunde Amor en el sentido de seguir apoyando a los jóvenes y mujeres para que las cosas cambien y todos estén más a gusto y vivan en mejores condiciones

Llegado a este momento, el reloj marca casi las 13:30, se miran entre ellas, tocan sus estómagos y dicen: “Como que ya hace hambre, usted no tiene hambre, ¿falta mucho? pues nosotras trajimos comida (sonríen) para comer aquí”.

¿Quién se resiste a esta sugerencia? Yo no, pues también tenía hambre y sólo faltaba el cierre del taller, para el cuál sentí que había que tomar fuerzas del maíz a través de gorditas picadas, tamales, frijoles refritos con totopos, pan blanco con leche condensada, pambazos preparados y agua de zarzaparrilla (El maíz también estuvo presente mientras veíamos la película; con las palomitas que ofrecí).

Reímos y platicamos de todo un poco mientras comimos. La gastrofilia terminó pero la plática se extendió hasta que entre todas dejamos ordenada la cocina de Hortensia

Tomando en cuenta lo hablado, atendido y experimentado ese día así como todos los sábados anteriores que dieron vida al taller, consideré el hecho de no caer en el abuso de la reiteración y sí respetar el espacio temporal que cada quien necesita para poner en práctica los aprendizajes o re-aprendizajes recién adquiridos. Así, para el cierre del taller, les pido que escriban algo a partir de estas preguntas: ¿Qué se llevan de este taller? Si quisieran dejar algo ¿Qué dejarían hoy aquí? Cada una, sin que yo les dijera, buscó un lugar dentro de la cocina para iniciar en silencio su texto. Mientras tanto se sentía un clima de tranquilidad y en sus caras se asomaban atisbos emocionales, ya de sonrisas o de seriedad. Cuando todas terminaron de escribir, cada una fue leyendo las líneas de entre las cuales surgió su voz y habló de lo vivido en este taller.

Alejandra Espinoza Contreras, “Rosario”

“Me llevo aprendizaje. Como mujeres, como personas podemos ayudar a más personas directa o indirectamente. Me ha enseñado que puedo decir lo que siento y pienso sin temor a lo que puedan pensar los demás y sobre todo a valorar que las cosas que pasan son experiencias sin las cuales no tendría los conocimientos o los saberes que ahora tengo para ayudar a otras mujeres y ayudarme sobre todo a mí. Aprendí que la falta de valor, fuerza y sobre todo de voluntad, son obstáculos que uno mismo se pone para no hacer lo que queremos. Ahora, con lo que nos enseñó, entiendo el comportamiento de las otras gentes y comprendo que cuando en la vida pasa uno por adversidades, al final queda la experiencia y el aprendizaje para no volver a pasar por las mismas dificultades o vivirlas de manera diferente, tratando de hacer mejor las cosas.

“Creo que lo más importante es el haber conocido a una persona que me hizo comprender y sobre todo recordar, cosas del pasado, algunas no tan gratas; más sin embargo entendí que todo pasa por algo y si es para esto que soy ahora, lo acepto y con mucho gusto, porque al final sólo queda el aprendizaje y es esperar lo que el mañana, a mi y al grupo, nos traiga.

“Gracias Teo por todo el apoyo. Alguna vez una persona me dijo: somos piedras en el camino y las piedras rodando se encuentran. Yo espero rodando, encontrarla.

“De mi vida anterior creo dejar: rencores, malas experiencias, la insensibilidad e indiferencia; creo que dejo todo lo malo”.

Alejandra Hernández Sedas, “Rosa”

“De los días que estuvo con nosotras, me llevo cosas muy buenas que viví con mis compañeras. Estos sábados fueron para mí como un descanso. Aprendí mucho: me acuerdo del ejercicio de la moto, ese día sentí que cada pieza es importante; yo fui el espejo que es muy importante.

“El día que fuimos a la plática de la doctora se habló de muchas cosas, nos dijo: hay que tener confianza y hablar con los hijos para que no se crean de cualquiera. Sólo que yo he visto que no todos nos hacen caso, no oyen, sea por capricho o por que los tienen amenazados.

“Aprendí también que todos tenemos una venda en los ojos y hay que irle haciendo hoyitos.

“La planta que aquí dejo sembrada, a mí me ha servido para los vinos que hago”.

Ángeles Ortiz, "Hortensia"

“Aprendí a tomar las cosas como se dan. No hablar por otra persona hasta que ella nos explique y comparta lo que le sucede. Me llevó un bonito recuerdo de usted; quien nos hizo recordar cosas bonitas y tristes. Volvía a recordar cuando era niña, sentí como si mi hija, la que vive en Monterrey, estuviera por momentos entre nosotras y recordé a mis hermanos fallecidos.

“Ahora viendo la película, recordé que antes pastoreaba los becerros y caballos. Aquí dejo un planta que sembré, una planta bien sembrada y al verla sentiré como si estuviera cada una”.

Flor Amélia Melchor Sandoval, "Montserrat"

“Yo siento como que más unidad con mis compañeras, el poder escuchar opiniones de todas y entre todas poder decidir las cosas que vamos a hacer; porque cuando caminábamos con los ojos vendados nadie quería dejar a las demás, ni queríamos que nos dejaran o con el ejemplo de la moto sentí que todas y cada una somos importantes en el grupo y aunque no estemos presentes por alguna cosa, valen las opiniones de cada una de nosotras.

“Me llevo la decisión de:

- Seguir asistiendo a nuestras reuniones pero como que con más fuerza y tal vez con nuevos proyectos.
- El aprender a valorarme como mujer y superarnos cada día más en todas las cosas que hacemos ya sea aquí en el grupo o fuera de él.

“Dejo atrás algunos malos momentos que en la vida no han sido gratos para mí, malas experiencias y malas decisiones.

“Usted nos ayudó a comprender que hay que aprender de los errores y tratar de no volver a cometerlos.

“Gracias por haberla conocido y por darnos su tiempo, por venir hasta acá y motivarnos a seguir adelante.”

Josefa Melchor Sandoval, "Azucena"

“Del taller me llevo muchas cosas bonitas:

- darse cuenta de cosas que uno tiene y no se había uno dado uno cuenta.
- Decidir que el sábado me voy, dejo lo de todos los días (lavar, barrer, moler, etc.).

“Aprendí que puedo poner límites, decir no cuando es necesario; a valorar lo que tengo: mi familia principalmente y mis compañeras. Aprendí a valorar las plantas y ver que puedo platicar con ellas. Con las experiencias que escuché de las compañeras me di cuenta que no me ha tocado sufrir tanto.

“Me llevo el saber que si algo me pasa cuento con el apoyo de ellas, se siente uno tranquilo”

“Gracias a mis compañeras y gracias Teo”.

Cándida Contreras Arguello. “María Guadalupe”

“De las reuniones que hemos tenido, me llevo en mí persona mucha paz y tranquilidad. A la vez me siento muy contenta porque siento que es como si de mi cuerpo me hubieran quitado una carga muy pesada de encima, veo las cosas de otra manera... como si hubiera yo abierto lo ojos. Quiero seguir viviendo los momentos que vivimos en estas reuniones, porque la verdad fueron muy bonitas las reflexiones que tuvimos con la compañía de usted, Teo.

“El día de hoy que es el cierre de nuestras pláticas, siento que dejé las tristezas que yo cargaba, me da cuenta que sí se puede poner fin a lo que no nos sirve, ¿para qué recordar el pasado?. También me doy cuenta que no nada más nosotras hemos tenido esas clases de experiencias, sino que a otras personas les ha pasado lo mismo, por ejemplo las de la película que acabamos de ver.

“Lo único que me queda por decirle gracias amiga y a todas mis compañeras”.

Vanesa Espinoza Contreras, “Estrella”

“Desde hace algunos sábados me di cuenta que había cosas que yo pensaba que estaban bien y aunque mi familia me decía que eso estaba mal, yo no les hacía caso. Hoy dejo todas esos malos pensamientos, me llevo cosas buenas. También dejo las cosas que ya no me sirven: como cuando me enojaba por cosas sin importancia, a veces todavía me enojo o empiezo con caprichos tontos que no me sirven para nada. Dejo cosas que afectan a mi familia y a mí”.

“La primera vez que me dijeron que iba a venir estaba aburrida, pensaba que todo iba a ser muy aburrido, pero no fue así.

“Aquí me siento tranquila, me relajo oyendo a los pájaros, sintiendo el viento fresco y junto a un grupo de personas que hacen lo mismo que yo. Me llevo buenos

momentos, relajación y entretenimiento. Hoy se va conmigo la información que me ayudó a dejar las cosas que pensaba estaban bien y no era así.

“Para mí es gracioso poder estar aquí, junto a todos los del grupo y junto a mi familia. Me llevo sonrisas, alegrías; es extraordinario lo que hacemos aquí y lo que sentimos”.

Lo expresado en las líneas escritas nos entrelazó aún más cuando, para finalizar, les pedí que nos levantáramos y tomadas de las manos volviéramos a formar nuestro círculo de la palabra, volver a hacer uso de la voz, que cada una dijera una palabra u oración de auto-reconocimiento y ánimo para sí mismas, para las mujeres que conocemos y las que llegaremos a conocer allá afuera formando parte de nuestra comunidad.



Antes de Usarse, consulte a...Casilda.

Conocer el nombre de una planta medicinal y su uso, no es suficiente y menos aún cuando se recomienda para tratar molestias o enfermedades físicas y del estado anímico; además es necesario conocer las combinaciones, modo de preparar las plantas medicinales y las dosis o tomas de tales medicamentos alternativos. Por ello y como una pequeña muestra de los saberes de Casilda, incluyo aquí algunas recetas de plantas medicinales, tónicos, preparados caseros y una que otra forma de curar, por ejemplo: el espanto.

Son saberes que ella a lo largo de su vida ha ido adquiriendo y compartiendo, y que yo fui escribiendo en el momento justo cuando, Casilda le explicaba a la persona que parte de su cuerpo estaba enferma, las plantas medicinales que contenía el producto recetado y la forma de usarlo e incluso de prepararlo, una vez que se les terminara el frasco comprado a ellas.

Considero importante resaltar mi percepción en cuanto a la **habilidad** de, Casilda **para escuchar activa e integralmente a la persona que tiene enfrente**; pues aunque dos personas se quejen del mismo dolor, puede ser que no les recete lo mismo o que a uno le de masaje y al otro le ponga ventosas o varíen los jugos y alimentos sugeridos a cada uno.

El por qué del énfasis sobre la habilidad descrita en el párrafo anterior, es porque: si bien las recetas que a continuación aparecen fueron, en un momento dado, checadas con Casilda; **el uso y recomendación de este recetario, es responsabilidad del lector.**

“En el nombre de Dios y Ma. Santísima”. Mientras Casilda expresa esta oración, hace con su mano derecha la señal de la cruz; esto último cuando toca el cuerpo de la persona consultante. En otros momentos antes de recetar o indicar tratamientos para preparar y aplicarse en casa, expresa de forma natural y respetuosa su oración e inmediatamente comienza el compartir o aplicación de su saber.

R E C E T A S

CONTROL DE LA PRESION ARTERIAL ALTA.

Ingredientes:

- 5 cdas. Soperas de alpiste
- 1 litro de agua hervida.

Modo de hacerse:

Dejar remojando el alpiste, toda la noche. Al día siguiente licuarlo con el litro de agua.

Toma: Colarlo, tomar sólo el agua por la mañana.

QUEMADURAS LEVES DE LA PIEL.

Tintura de la planta de Cuachalalote.

Lavar perfectamente la parte afectada y aplicar la tintura.

IRRITACION Y GRANOS LEVES EN LA PIEL.

Tomar por la noches, 2 cucharadas de aceite de oliva con limón.

TE PARA DESAJUSTES MENSTRUALES.

Ingredientes:

- 1 raíz de milpa.
- 1 rama chica de perejil con raíz.
- 2 palmitas de ruda.
- 1 rollo de nogal.
- 1 litro de agua.

Modo de hacerse:

Hacer un té con todos los ingredientes y tomar 3 veces al día.

INFLAMACION ABDOMINAL.

TRIGLICERIDOS

ELEVADOS.

DESINTOXICAR LA SANGRE.

TONICO ESPECIAL:

Ingredientes:

- ½ Ltr. de pulpa de sávila.
- ½ Ltr. de miel
- 10 limones.
- ¼ de aguardiente.

Modo de hacerse:

Todo se licua y deja reposar por 8 o 15 días.

Tomar:

1 copita en la mañana y 1 por la tarde o 2 cdas. Soperas 3 veces al día.

CURACIONES VAGINALES

Ingredientes:

Tintura preparada com sangre de dragón más ozonol.

PURGANTE PARA BICHOS.

Ingredientes:

Chaparro amargo em tintura.

Tomar:

20 gtas. por la mañana y por la tarde, durante 3 días.

ULCERAS VAGINALES E HIGIENE EXTERNA DE “LA CABEZA DEL PENE”.

Ingredientes:

- 1 Ltr. De agua.
- 2 pedazos de Olcaca
- 1 puñito de carbonato.
- 1 cánula.
- 1 bolsa chica de nylon

Modo de hacerse:

En el litro de agua se ponen a hervir los 2 pedazos de olcaca junto con el puño carbonato.

Aplicación:

El líquido se deja enfriar y se vacía em la bolsa de nylon antes de anudar la boquilla de la bosa, se coloca la cánula; misma que se introduce em la vagina para practicarse el lavado vaginal.

ULCERAS GASTRICAS.

Tintura de Cuachalalote.

3 veces al día, em medio vaso de agua echar 20 gotas de la tintura de cuachalalote y tomarlo por varios días.

CONTRA LA BILIS, COLESTEROL Y TRIGLICERIDOS ALTOS.

VINO DE 7 PLANTAS.

Ingredientes:

- 2 ½ ltrs. De agua hervida.
- ¼ de azúcar morena.
- Yerba maistra.
- Quina.
- Marrubio.
- Mozote blanco.
- yanten.
- Jegibre.
- Flor de Tila.
- 20 mlts. de estrato de jeréz
- 150 mlts. de alcohol del 96°

Modos de hacerse:

A los 2 lts. de agua, agregarle el azúcar, el estrato de jeréz y el alcohol. Al ½ libro de agua restante, agregarle las 7 hierbas y licuarlo. Lo licuado se vacía a los 2 litros de agua ya preparado con el resto de los ingredientes. Se deja reposar.

Tomar: 3 copitas durante el día.

PARA PREVENIR ENFERMEDADES INFECCIOSAS.

TONICO DE LA VIDA.

Ingredientes:

- 1 ltr. De Miel de abeja.
- 100 grs. De Zanahoria rayada.
- 100 grs. De apio rayado.
- 50 grs. De Jengibre en polvo.

Modo de hacerse:

Mezclar todos los ingredientes. Dejarlos reposar por 3 días. Después colarlos.

Tomar: 1 cda. Sopera cada 8 horas.

CURACION PARA EL SUSTO:

Ingredientes:

- Martanche desvoronado en agua.
- 1 botellita de Espíritus de untar.
- ½ litro de agua fresca, previamente hervida.
- 2 lienzos.

*** Modo de curar:**

1° Quien cura, se moja la mano con el agua de los espíritus de untar, la mano mojada talla varias veces del codo al pulso del brazo de la persona asustada.

2° Quien cura se echa agua fresca en La boca y sin tragarlo chupa El pulso Del asustado.

3° Sobre los dos lienzos se coloca El martanche y cada uno se amarra al pulso de ambos brazos. Dejarlo allí durante toda La noche.

4° En forma de cruz apretar La cabeza de La persona que está asustada.

5° Echarle una “bufarada” de agua en el pecho, Del lado izquierdo.

6° Aprepar pecho y espalda, mientras en voz alta se dice el nombre de La persona asustada junto con lãs palabras: “regresa, vuelve”.

*La curación será por 3 noches seguidas, antes de dormir.

GRANOS EXTERNOS EN GENITALES.

Ingredientes:

- Yerba maistra.
- Marrubio.
- Bicarbonato.
- 2 lts. de agua.

Modo de hacerse:

La yerba maistra y el marrubio se ponen a hervir en los 3 libros de agua. Se saca Del fuego y se Le incorpora el bicarbonato.

Aplicación:

Externa, a través de baños de asiento.

OJOS CON TERIGION.

Gotas elaboradas a base de:

Ingredientes

- Miel virgen.
- Un pedacito de cristal de sávila.
- Agua hervida.
- 1 gotero.

Modo de hacerse:

Los 3 ingredientes se licuan.

Aplicación:

3 veces al dia, en cada ojo aplicar 3 gotas.

PARA FORTALECER (Anemia) Y PURIFICAR LA SANGRE.

1. Agua de Olcaca.

Ingredientes:

- 3 palitos de Olcaca.
- 1 ltr. De agua.

Modo de hacerse:

Se pone a hervir La olcaca em el litro de agua.

Tomar:

Como agua de tiempo.

2. Ensalada de Betavel, manzana, zanahoria, miel y limón.

3. Alimentos verdes como: guias, quelites, hierba mora, espinacas, acelgas, etc.

Hasta aqui La pequeña muestra de la gran variedad de plantas medicinales y productos que Casilda conoce, elabora, receta y comparte con las mujeres del grupo de herbolaria “Cunde Amor” y con la mayoría de sus consultantes; a quienes lês dice “para que no gaste tanto le vamos a escribir lo que lleva y como se prepara esta medicina que, ahorita usted me la va a comprar, pero cuando se Le termine usted la puede hacer y seguirse cuidando, por el dinero no vamos a parar”.

REFLEXIONES FINALES

Por el momento toca cerrar... Ahora que toca cerrar un ciclo...

Por qué mi mano detiene el trazo, por qué las ideas no fluyen más y por qué al releer la oración o frase que antecede a los punteados pareciera que contengo la respiración y siento una ligerísima opresión en el esternón.

Al inicio de este Trabajo Recepcional igual, por un tiempo, la hoja estuvo en blanco. En aquellos momentos las vivencias, los rostros, los recuerdos ascendían y descendían en una espiral que buscaba la oportunidad de engancharse a la voz que guía el trazo, la espiral cobró fuerza y así comenzaron a dibujarse las líneas que dan vida a esta Memoria y principalmente a la experiencia que hoy me deja el haber **estado**, durante 8 meses, con **las mujeres del grupo de Herbolaria “Cunde Amor”**. En ese periodo de tiempo yo trascendí espacios pues hasta antes del 5 de Noviembre de 2009 mi desempeño laboral había sido y hoy ha vuelto a ser en espacios cerrados, espacios adonde, si bien la gente se presenta por una necesidad previamente identificada por ellos mismos, generalmente es el consultante quien llega y está dentro del territorio institucional. Este tipo de servicio, como todo en la vida, tiene sus pros y contras e incluso hay casos o formas de intervención para los cuales es indispensable que el encuentro entre el consultante y consultado se lleve a cabo dentro de espacios cerrados. Sin embargo cuando las necesidades de la persona o el objetivo de participación no requieren espacios cerrados, es un reto y al mismo tiempo una gran oportunidad auto-valorativa y de reaprendizaje el salir a la comunidad.

El contexto no es todo pero, al menos para mí en esta experiencia, el contexto marco la diferencia. Diferencia por la cual precisamente, ahora me parece y reconozco, un posible por qué, en esta reflexión final cuando me dispongo a cerrar, el trazo se detiene. El vocablo cerrar ahora para mí cobra un significado que no facilita la efectividad y menos va con la transdisciplinariedad pues hoy la palabra cerrar me lleva a imaginarme las burbujas de jabón que al entrar en contacto una con la otra se rompen, por ello y para que existan por más tiempo han de flotar aisladas, desconectadas. Aquí alguien, con justa razón, me podría refutar y decir: *aunque las burbujas de jabón no parezcan unidas, en realidad están unidas, se mantienen “vivas” por el oxígeno invisible del medio ambiente*. Cierto e igual los seres humanos también estamos conectados a la vida por el oxígeno compartido; sólo que debido la complejidad

humana y aunque paradójicamente sin el oxígeno no podríamos vivir, éste no basta para realmente sentirnos vivos, para construir o reconstruir nuestra identidad y menos aún para afirmar nuestra existencia como seres valiosos y con derecho a estar lo mejor posible.

Fue necesario abrir el panorama de las creencias personales, de los sentidos y sentires, del saber disciplinario e insertarse en la colectividad para hallarse en los otros, reencuentro que forma parte del inacabable proceso de identidad. Viajar los jueves a Teocelo y los Sábados a Cosautlán y allá entrar al contexto del grupo de mujeres que saben de plantas medicinales y otras alternativas de curación, para mí significó no sólo trascender el espacio y el servicio individual; sino de alguna manera traspasar el umbral del tiempo para reencontrar y reconocer las coincidencias que surgieron entre las historias de las mujeres del grupo “Cunde Amor” y la historia de mis congéneres femeninas. Todas ellas mujeres poseedoras de un saber popular guiado por la voz del corazón y por ello al momento de atender al otro enlazan afectos y seres vivos, facilitando así el despertar de la memoria biológica, de la memoria afectiva, la reconexión y el reconocimiento del potencial personal y de la necesidad de que exista el otro, la colectividad para continuar desarrollándonos a nivel individual y grupal.

Ahondando en la revisión de este trabajo recepcional emerge una nueva imagen donde ancestros y descendientes mantenemos una conexión similar a la conexión que hoy siento impera entre las personas y los demás seres vivos, incluso entre el saber popular y el saber disciplinario la coincidencia y conexión existe desde el hecho de que ambos tienen por ética el servir a los demás, son entonces las formas a través de las cuales servimos las que llevan a diferenciar, discriminar o criticar destructivamente el saber y/o al representante de dicho saber simplemente porque en apariencia difiere con nuestras ideas en relación a lo que debería o no debería ser la realidad. Hoy por el contrario siento y creo que no siempre mi realidad es la realidad del otro, hay saberes que desconozco pero que sin embargo determinaron y determinan la coexistencia de más de una realidad.

Reconozco en este trabajo la afectividad que en los dos primeros semestres de la Maestría en Estudios Transdisciplinarios para la Sostenibilidad nos alimentó y dio ánimo para continuar caminando y **hoy como resultado de este andar, se registra hasta aquí el enlace entre el saber científico, el saber popular-tradicional y la voz**

de la mujer que se afirma y crea espacios de crecimiento, trascendiendo así el ocultamiento, el tiempo y las localidades.

Ahora que casi finalizó el último párrafo de esta reflexión estoy convencida que aquí no cierro más nada, sólo hago un alto en la espiral de la participación comunitaria pero manteniendo el sentimiento de reconexión que este trabajo junto con la visión transdisciplinaria al día de hoy me aporta.

Hallarme a mí misma en los otros: es reconciliar las voces de la razón y el corazón para dar cabida a la aceptación y sentir que algo de mí se ha quedado con las mujeres “Cunde Amor” y con mis congéneres. De ellas, de sus experiencias de vida, de sus quehaceres yo retorno convidada, renovada y revalorando mis raíces que me sostienen sin limitar mi libertad ni la reconexión y enlace con la naturaleza de la cual, hoy no sólo lo creo también lo siento, todos los seres humanos somos parte.



BIBLIOGRAFÍA

- ÁLVAREZ-GAYOU, Jurgenson. *Sexoterapia Integral*, Manual Moderno, México, 1986
- BARBIER, René. “El método de la investigación-acción”, *Revista Visión Docente Conciencia*, año VIII, No. 46, ene-feb 2009; pp. 4-19
- BATESON, Gregory y Mary Catherine Bateson. *El temor de los ángeles: Epistemología de lo sagrado*, Gedisa, España, 1986
- BERMAN, Morris. *El reencantamiento del mundo*, Cuatro Vientos, Chile, 1987
- BERTALANFFY, Ludwig von. *Teoría General de los Sistemas: Fundamentos, desarrollo, Aplicaciones*, Fondo de Cultura Económica, México, 2004
- BLY, Robert y Iron John. *Una nueva visión de la masculinidad*, Gaia ediciones, España, 1998
- BRANDEN, Nathaniel. *Los seis pilares de la autoestima*, Paidós, México, 1995
- CORTASÃO, Luisa. “Investigación-Acción: Una invitación a prácticas científicas Transgresivas”, *Fénix. Revista pernambucana de educación popular y de educación de adultos*, No. 7, NUPE/UFPE, Recife, 2006
- DiCAPRIO, Nicholas. *Teoría de la Personalidad*, Interamericana, México, 1976
- EISLER, Riane. *Sexo, mitos y política del cuerpo*, Pax México, México, 2005
- El despertador Mexicano. *La palabra de los armados de verdad y fuego*, Fuenteovejuna, México, 1994
- GARCÍA VEGA, Luis y José Moya Santoyo. *Historia de la Psicología II: Teorías y sistemas psicológicos contemporáneos*, Siglo XXI, España, 1993
- HERON, John. *Co-operative inquiry: Research into the human condition*, Sage publications, Londres, 1998
- _____ *The complete facilitator's handbook*, Kogan Page, Londres, 1999
- ILLICH, Iván. *Convivencialidad*, Planeta, México, 1985
- LAGARDE, Marcela. *Cautiverios de las mujeres: madres, esposas, monjas, putas, presas y locas*, UNAM, México, 1990
- MARLINO, Diego. “Bioregionalismo: Introducción a los conceptos y alternativas para América Latina”, en *Revista sobre desarrollo sustentable, ecología y empresas en México y América Latina*, Centro Latinoamericano de Ecología Social, Uruguay, marzo 2007; pp. 1-6
- MATURANA, Humberto. *Amor y Fuego: Fundamentos olvidados de los humano*, Paidós, Barcelona, 1993

- _____ y Francisco Varela. *El Árbol del Conocimiento*, Lumen, Argentina, 2004
- MONCARZ, Esther y Susana Velásquez. *El malestar de las mujeres: la tranquilidad recetada*, Paidós, Argentina, 1990
- MOORE, Thomas. *El placer de cada día*, Plural, España, 1997
- _____ *El cuidado del Alma: Guía para el cultivo de lo profundo y lo sagrado en la vida cotidiana*, Urano, España, 1998
- MORENO URIBE, Verónica. *Herbolaria y tradición en la región de Xico, Veracruz*, Graphos, México, 2004
- MORIN, Edgar. *El método 5: La humanidad de la humanidad*, Kairós., España, 2003
- _____ *El método 6: Ética*, Kairos, España, 2006
- MUÑOZ RAMÍREZ, Gloria. *EZLN 20 Y 10: El fuego y la palabra*, La Jornada, México, 2003
- NICOLESCU, Basarab. *La transdisciplinariedad: Manifiesto*, Du Rocher, París, 1994
- PINKOLA, Clariza. *Mujeres que corren con lobos*, Ediciones B, S.A., España, 1998
- RENGIFO, Grimaldo. “Hacemos así así”, *Pratec*, Lima, Septiembre 1998
- ROSALDO, Renato. *Cultura y Verdad: Nueva propuesta de análisis social*, México, 1991
- WERNER, Wolff. *Introducción a la Psicología*, Fondo de Cultura Económica, México, 1975
- WHITE, Michael y David Epsom. *Medios narrativos para fines terapéuticos*, Paidós, España, 1993
- ZEMELMAN Merino, Hugo. *Conocimientos y sujetos sociales: Contribución al estudio del presente*, Colegio de México, México, 2000
- _____ *Uso crítico de la Teoría: Entorno a las funciones analíticas de la totalidad*, Colegio de México, México, 1987

A N E X O:

- **MANUSCRITOS.**

Realizados por cada una de las integrantes del grupo de herbolaria “Cunde Amor”, al finalizar el taller en el cual participaron y tuvo como tema general **la participación grupal y sus repercusiones a nivel personal y de equipo.**

— Qué me llevo del taller

Pues me llevo un aprendizaje, de que como mujeres, como personas podemos ayudar a más personas directa o indirectamente, también me enseñó que puedo decir lo que siento y pienso sin temor a lo que puedan pensar las personas y sobre todo a valorar que las cosas que pasan son experiencias y que si eso no pasara no tendría los conocimientos o los saberes que ahora tengo para ayudar a otras mujeres y ayudarme sobre todo a mí, también me llevo como aprendizaje que hasta uno mismo puede ser un obstáculo para no hacer lo que uno quiere, con la falta de valor de fuerza y sobre todo de voluntad. Esto también me enseñó a poder entender el comportamiento de otras mujeres.

mujeres (Rosario)

Tambie He comprendido que cuando en la vida pasa uno por adversidades que al final quedan solo experiencias y aprendizaje para no volver a pasar por ellas ó si pero de diferente manera tratando de hacer mejor las cosas sobre todo y creo que lo más importante el haber conocido a una persona que me hizo comprender y sobre todo recordad cosas del pasado que aunque algunas no tan gratas, me hizo entender que todo pasa por algo y si es para esto que soy ahora lo acepto y con mucho gusto, por que al final solo queda el aprendizaje y el esperar que nos traiga el mañana a mi y al grupo.

Gracias Seo. x todo el apoyo y como alguna vez me lo dijo una personas somos piedras en el camino y que sobre todo las piedras rodando se encuentran.

Que deajo de mi vida
anterior.

Yo creo deajo rencores, malas
experiencias, lo insencible que
fue lo indiferente. creo que
deajo todo lo malo.

me vebo cosas muy buenas con mis compañeras
por los días que es tuvo con nosotras

Aprendí mucho eso fue para mí como un
descanso los sábados

La suoto una pieza de cada una
yo fui el Espejo

con la Doctora se Ablo de muchas
cosas con fianza a si a los hijos Ablov
como Ellas para que no se grean de cualquier
no todas nos ase caso no ollen o por
capricho o la tiene Amenasada

nos tapamos con la venda los ojos

la planta la araque porque sí ve para
lo vinos a mi me a servido

"Rosa"
A 10 de Julio 2010 Alejandra Her. Sedas

~~yo vine x el do~~
un bonito Recuerdo
de usted nos y se Recorde

cosa bonitas x trites

como Recordar cuando era

niña y muchas cosas

y ahora con la Pelicula

Recordo que antes Pastoriaba

los becerros los caballos

y de jo una Planta

bien Plantada

x

ortensia. om

angel es otiz

yo aprendi tomar
las cosas cuando se van
a ocupar no hablar
por otra persona
así que ella nos es
pliquel y en copartido
las cosas

y el último R es sombra
una planta
que es como si estuviera
haba una

y de mi hija nos esta
y Recordar mis ~~errores~~
fallasidas) ortophona.com
ah g+los mt12

¿Que me llevo?
Pues Ya me llevo como que mas
Unidad con mis compañeras, el poder
escuchar opiniones de todas y entre
Todas poder decidir las cosas que
Vamos a hacer

Sandra

Melchor

Amelia
Monse
raff

Porque cuando caminamos con los ojos
vendados nadie queria dejar a las
demas, ni queriamos que nos dejaran
o cuando el ejemplo de la moto que
todas y cada una somos importantes
en el grupo y aunque no estemos
presente por alguna cosa, Valen las opinion
de cada una de nosotras

El seguir asistiendo a nuestras reuniones
Pero como que con mas fuerza y fulu
tomo con nuevos proyectos

El aprender a valorarme como mujer
y superamos cada dia mas en todas las
cosas que hacemos ya sea aqui en el
Grupo o fuera de el

y Darle las gracias por haberla conocido
y por darnos su tiempo por venir asta
a motivarnos a seguir adelante

GRACIAS a TODAS

Desar a tros

Quizá algunos malos momentos
que en la vida no han sido gratos
para mi, Malas experiencias y malas decisiones

Aprender de los errores y tratar de
no volver a cometerlos

Flor Amelia Melchor Sandoval

Monseratt

Julio 2010

Que me llevo

me llevo en recuerdos por que
en la primera vez que me dijeron que iba a
venir estaba abullida y pensaba que
todo iba a ser muy aburrido pero
no fue así aquí me siento
tranquila porque me relata a los
pajaros sintiendo el viento fresco y
junto a un grupo de personas que hacen
lo mismo que yo.

me llevo buenos momentos
de relajación en el momento y
una información de cosas que
yo pensaba que estaban bien pero
estaban mal me llevo una gran alegría
y razonamiento porque es gracias a
estar aquí junto a todas las del grupo y
junto a mi familia.

Estrella = Vanessa
solo 2090

Que Dejo

pero los malos pensamientos
las cosas que pienso que estan
bien y sin embargo mi familia me
decia que eso estaba mal pero no
les hacia caso pero desde unos
sabados pasados dejo todas esas
cosas malas y me llevo cosas buenas

y tambien de las cosas que ya no
me sirven ~~para~~ como cuando me
malaba por cosas sin importancia me
e no ~~le da~~ ^{daia me gale} ~~porque~~  abeccc

empizo con cartuchos ~~para~~ que
me sirven para  

~~esto~~ ~~apareto~~  cosas que me afectan

mi y a mi familia de los
enadas y me llevo ~~de los~~

extraordinario ~~de los~~ sonrisas y es
Estrella = Vanessa que haecras aqui y loque sentimos

100%

50%

del taller me llevo muchas cosas bonitas, darse cuenta de cosas que las tiene uno y no se da uno cuenta a decidir. yo el sabado me voy deajo lo de todos los dias lavar barrer moler etc.

aprendi que puedo poner limites, decir no cuando es necesario

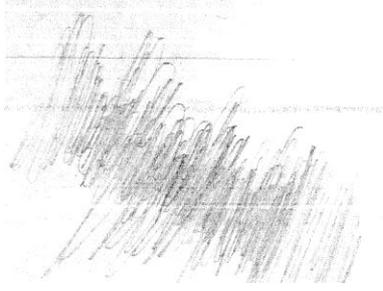
aprendi a valorar lo que tengo mi familia principalmente y mis compañeras

aprendi a valorar las plantas y ve que puedo platicar con ellas y con las experiencias que escuché de las compañeras

me di cuenta que no me ha tocado sufrir tanto

el saber que si algo me pasa cuent con el apoyo de ellas se siente uno tranquilo "gracias a mis compañeras"

"y gracias Teo"



Jose o Azucena

Fidelidad de oy que
es el sírre de nuestro
Pláticas siento que deje
mis Tristesas que yo
cargaba me di cuenta
que si se puede poner
fina lo que nosotros sirbe
para que Recordar
el pasado y que no ^{no} mas
nosotros emos teniesas n
elases de experiencias
sino que otro pensa ^{nas} / les
a pado lo mismo por
ejemplo la película que
arabamado her. sano ^{iso} ^{reflec} ^{cina}

En las Reuniones que emos
tenido me llevo en mi
persona mucha pas y traguili
dad, a la ves me siento muy
contenta por que siento que
es como si de mi cuerpo
me uvieran quitado una
carga muy pesada de ensi
mo
veo las cosa de otra manera
como si uviera yo abierto los
ojos. guiera seguir bi bie
do, los momento que vivimos
en estas Reuniones por que
la verdad fue muy bonita
las Reflesion que to vimos,
con la compania de usted Geo.

Y lo unico
que me queda
por decir. Gracias
amiga

Ya todas mis
compañeras

"Maria guadalupe"
Contreras A.