



Mujeres que Inspiran...

Grandes historias de guerreras



FUERZA





Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Servicio Nacional de Aprendizaje SENA

Centro Nacional de Asistencia Técnica a la Industria

Aura Elvira Narvárez Agudelo
Subdirectora de Centro

Marzo de 2019

César Alveiro Trujillo

Director Regional Valle

Aura Elvira Narváez AgudeloSubdirectora Centro Nacional de Asistencia
Técnica a la Industria ASTIN

Este documento ha contado con la participación de integrantes del Centro Nacional de Asistencia Técnica a la Industria ASTIN

Mujeres que inspiran...**Grandes Historias de guerreras**

Autores: Centro Nacional de Asistencia Técnica a la Industria ASTIN:

Yamel Rodríguez

Iber James Quiñones

Diana Yamileth Velasquez Maldonado

Nidia Karina Mora Londoño

Aura María Rosero

Catherine Caicedo

David Alejandro Mera Benavides

Elizabeth Cárdenas Berrio

Jhon Jairo Leal F.

Miguel Ángel Solís

Milton Cesar Mera Osorio

Elizabeth González Londoño

Lorena Villegas

Ana María Cortés Rosero

Jhonathan Paul Obando Vera

María Elena Realpe Delgado

Carolina Medina Alcalde

Yaneth Arias

Editorial:Servicio Nacional de Aprendizaje
SENA**Diseño y diagramación:**Elizabeth Enríquez Quintero
Centro Nacional de Asistencia Técnica
a la Industria ASTIN.**Corrección de estilo:**María Andrea Benítez de la Ossa
Ana María Cortés Rosero
Centro Nacional de Asistencia Técnica
a la Industria ASTIN.**Apoyo editorial:**Johanna Andrea Chamorro
Centro Nacional de Asistencia Técnica
a la Industria ASTIN.

© Servicio Nacional de Aprendizaje SENA.

Esta cartilla salvo las excepciones previstas por la ley, no puede ser reproducida por ningún medio, sin previa autorización escrita del autor. Los textos publicados son de propiedad intelectual del autor y pueden utilizarse con propósitos educativos y académicos, siempre que se cite el autor y la publicación. Las opiniones aquí contenidas son responsabilidad del autor y no reflejan necesariamente el pensamiento del editor del SENA.

Santiago de Cali, marzo de 2019





Tabla de contenido

Yamel Rodríguez.....	6
Iber James Quiñones.....	8
Diana Yamileth Velasquez Maldonado.....	9
Nidia Karina Mora Londoño.....	11
Aura María Rosero.....	12
Catherine Caicedo.....	14
David Alejandro Mera Benavides.....	16
Elizabeth Cárdenas Berrio.....	18
Jhon Jairo Leal F.....	20
Miguel Ángel Solís.....	21
Milton Cesar Mera Osorio.....	22
Elizabeth González Londoño.....	24
Lorena Villegas.....	25
Ana María Cortés Rosero.....	26
Jhonathan Paul Obando Vera.....	28
María Elena Realpe Delgado.....	29
Carolina Medina Alcalde.....	31
Yaneth Arias.....	33

Presentación

La inspiración permite hacer un alto en el camino para estimular la creatividad, la fuerza y la valentía necesaria para confrontar diferentes situaciones. Desde el Centro Nacional de Asistencia Técnica a la industria del Servicio Nacional de Aprendizaje SENA contamos en esta cartilla Mujeres que inspiran...Grandes Historias de guerreras, historias propias o contadas por otros, de mujeres que han superado retos, dificultades, competencias y han alcanzado hazañas que enseñan que cada mujer desde su forma de ser, su profesión, su oficio, o su rol en la sociedad es capaz de ser un ente transformador de alto valor y que sin importar cuántas veces caigan, ellas se levantan cada vez con más fuerza. Ellas nos inspiran a saber que todo es posible, sólo hay que creer y trabajar en pro de ello, nos inspiran a encontrar nuestro talento, nos inspiran a superar obstáculos, nos inspiran a amar con pasión y al mismo tiempo ser fuertes ante cualquier circunstancia y nos inspiran a aprovechar cada oportunidad de la vida.

Mujeres que inspiran...Grandes Historias de guerreras, enseña la importancia de reconocer el poder y el valor de la mujer, esa que no es débil y que aunque con miedos se sobrepone a ellos, trascendiendo de forma significativa en la sociedad desde el rol que desempeña en ella, no sólo para inspirar a otras mujeres, sino para inspirar a toda una sociedad, ya que cuando somos capaces de reconocer lo valioso de cada persona y de cada uno de nosotros mismos, nos damos cuenta que cada quien tiene capacidades y talentos suficientes para superar cualquier reto, sueño o proyecto y alcanzar grandes éxitos en diferentes ámbitos tanto a nivel personal como a nivel de sociedad.

Le invitamos a que a través de estas historias se deje inspirar y crea nuevamente que la vida da oportunidades grandiosas y que el éxito de la vida se basa en la fe, en la perseverancia y en creer en uno mismo.



6

A veces pienso en contar una historia con nudo y desenlace y pareciera que no tengo historia. Hay quienes dicen que quien ríe mucho tiene algún dolor guardado, pero si el chiste es bueno, ¿por qué no reír a carcajadas? La vida es un chiste muy gracioso y además, creo que no guardo nada diferente a amor (en realidad creo que no recuerdo si guardo recuerdos) y para mí es lo más importante.

No considero que el éxito tenga connotación económica sino amorosa: mi familia, mi copia “sin tinta” en tamaño petit, esos ojos multicolores que se posan sobre el rostro con barba que me mira cada mañana, con entrega y generosidad personificada en esos dos que caminan juntos y agarrados (literalmente) de la mano desde hace 42 años.

Cumplí 20 años fuera de casa y en una tierra que hasta ese entonces no sentía como “mi tierra”: la sucursal del cielo. Fue triste (aunque no deprimente) ver limitación y que el metal que abundaba no fuera precisamente el oro. Salí tratando de hacer lo que consideraba que era mi parte, porque era turno de devolver tanto amor a ese par (los que caminan agarrados de la mano, ¿recuerdan?) que hizo que me enamorara de la lectura, del baile, de la música y que me enseñaron a reír a carcajadas.

Mi infancia fue simple y tranquila: aprendí a leer y a escribir gracias a mi hermano y gracias a ello y a los gritos sollozantes que producía cuando él se iba a la escuela, mis papás decidieron que era necesario iniciar mi vida escolar: a los 4 años formaba parte de la escuela Santa Rita de Bogotá. Luego, por cambios en la vida resultamos viviendo en Quibdó donde estudié hasta 8° grado con alto rendimiento académico, para luego terminar mi bachillerato a los 14 años en la

querendona, trasnochadora y morena ciudad de Pereira. Creo que no fui la única desubicada luego del bachillerato y más si una carrera universitaria no ha sido planeada en términos de recursos; sin embargo, esta, mi casa, me abrió las puertas para aprender sobre Instrumentación y Control de Procesos para que 2 años y medio después, me sintiera nuevamente desubicada, al caer en cuenta que viviendo en el eje cafetero, geográficamente no estás en el mismo lugar que la industria colombiana, para poder ejercer.

Llegué a Cali, a los 19 años (luego de despedirme con lágrimas de mi hermanita y de mi familia), con una compañera del Servicio Nacional de Aprendizaje SENA y con \$50.000 en el bolsillo... Goodyear nos permitiría trabajar sin práctica, en proyectos cortos que no requerían el título; sin embargo, había que terminar y pensé: “*si en Dosquebradas hay contratador de aprendices, en Cali también debe haber*”. En ese entonces Rosario Saa (a quien después de más de 10 años tuve la oportunidad de agradecerle) era la contratadora del CEAI y me ayudó a ubicarme en PROPAL donde se abrirían las puertas laborales a mi vida. El SENA llegaría en septiembre de 2006, después de hacer un diplomado en Metrología y cuando mi contrato en PROPAL terminó en marzo sin oportunidad de renovación; en un año de elecciones, fue necesario esperar para poder iniciar trámites de contratación y esa espera en casa ajena, sin mi familia conmigo, sin empleo y con cuentas, fue más que difícil: un tiempo que desdibujó mi sonrisa y mantuvo humedecido mi rostro constantemente, pero que sin duda me fortaleció y ayudó a pulir mi carácter; a pensar que no hay piso tan bajo del que no puedas levantarte.

Al poco tiempo de estar en el SENA, mis padres vinieron conmigo y unos años después vino el amor, ese que se quedó, ese que en agosto del 2012 firmó el compromiso y en septiembre de 2015 me acompañó para dar inicio a la aventura más hermosa (y por qué no, más compleja): ser papás. Isabella llegó a acompañarnos, a hacernos mover, a hacernos correr y a enseñarnos cómo en medio de una pelea, aún bombea de amor un corazón. Hoy sin duda, TODO ES PERFECTO.

Para pensar: somos antenas y el mundo es nuestro receptor; todo lo que nos repitamos y lo que pensemos (bueno o malo) rebotará de vuelta a nosotros, así que ¿cuál es la señal que vas a emitir?

Escrito por: Yamel Rodríguez



En el municipio de Candelaria (Valle del Cauca) vivía una niña de 16 años llamada Magaly Gonzalez.

Quizás a primera vista no era una niña agraciada, pero tenía una belleza única: de esas que es difícil de encontrar en una niña de su edad: estaba marcada por la alegría de vivir, de tener vida y de saber que siempre iba a estar rodeada de su tesoro máspreciado: su familia.

Magaly sufría de una enfermedad que se presenta en uno de cada 100 millones de personas en el mundo: Progeria (trastorno genético progresivo que ocasiona el envejecimiento prematuro de los niños).

El año pasado, después de intensos tratamientos y de luchar contra el estigma social de la belleza, Magaly murió, dejando un mensaje claro a las nuevas generaciones: no importa tu condición social, tu estado de salud o el tipo de vivienda: si no sonríes en las situaciones complejas y difíciles ¿cómo podrías hacerlo si en tu vida todo transcurre con normalidad, sin enfermedades, sin tratamientos, sin dolor?

Escrito por: Iber James Quiñones



Tereza...

Tereza era una mujer de raza negra que nació en un municipio de Risaralda llamado Santuario, de condición muy humilde, pero con muchos sueños y deseos de salir adelante. Tereza era la menor de nueve hermanos, su madre una mujer paisa que se enamoró de un hombre de raza negra a quien la familia nunca aceptó. De manera curiosa Tereza fue la única hija que sacó el color de piel de su padre, lo cual a diferencia de lo que todos pensaban la hacía sentirse muy orgullosa. Tereza amaba y admiraba a su padre.

Cuando Tereza cumplió los 15 años conoció a Joaquín un joven de 20 años que también era de raza negra y de un gen más humilde que el de su familia. Su madre no estuvo de acuerdo con la relación, pero a ellos eso no les importó.

Joaquín y Tereza pese a todos los obstáculos sacaron adelante su amor, lo defendieron y le demostraron a todos que era verdadero amor. Después de 10 años de estar juntos y tener 4 hijos, Joaquín empezó a sentirse muy mal, no hizo caso a su situación y continuó su vida, pero al paso de un año estaba postrado en una cama con un diagnóstico de un cáncer en el estómago en un estado muy avanzado.

Al cabo de 3 meses Joaquín murió...

Tereza tuvo que asumir el rol de madre y de padre de sus 4 hijos, buscar empleo en la única cosa que sabía hacer...labores de ama de casa. Le tocó aceptar ser empleada de servicio, lavar ropa, cuidar enfermos, en algunas situaciones recibir humillaciones y mal trato... Pero ella,



siempre firme en su propósito de sacar adelante a sus hijos.

Sus hijos crecieron observando el amor y el sacrificio de su madre a quien respetaban, obedecían y admiraban mucho. Tereza inculcó en sus hijos el amor al estudio, las ganas de salir adelante y la responsabilidad.

Pasados los años, sus hijos lograron graduarse de profesionales en carreras como: Medicina, Derecho, Ingeniería electrónica y Administración de empresas.

Tereza cumplió su sueño de ver a sus hijos hechos unos grandes seres humanos, y unos excelentes profesionales, seres maravillosos que nunca olvidaron su origen humilde.

Tereza representa a todas las mujeres que trabajan y luchan para sacar adelante a sus familias...

Tereza es la mujer que me inspiró, me inspira y me seguirá inspirando... Desde hace dos años desde el cielo.

Gracias + Tereza..... 😊

Escrito por: Diana Yamileth Velasquez Maldonado



Una mujer que trabajaba en el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA como aseo, se caracterizaba por desempeñar muy bien su labor.

Su principal sueño era comprar una casa y dejar de vivir en arriendo, empezó a realizar la gestión en el Fondo Nacional del Ahorro (FNA), en su primera consulta le informaron que ella estaba reportada en data crédito (central de riesgo colombiana) por lo tanto no podría inscribirse, debía primero solucionar este inconveniente. Salió muy triste y desilusionada pues su objetivo se alejaba. Sin embargo, sacó fuerzas y dedicación para resolver ese inconveniente lo antes posible, lo que la llevó a organizarse económicamente, planear un acuerdo de pago que le permitiera resolver este obstáculo, el cual le tomó cerca de un año.

Después de ese tiempo retomó su visita al FNA y logró inscribirse e iniciar su proceso de ahorro programado, para esa fecha lo hizo con un apoyo, su hijo, el cual también trabajaba, y de esa manera se acercó un poco más al el objetivo de obtener su casa. Durante dos años, fueron constantes, persistentes y disciplinados en el ahorro. Llegó el momento de buscar su soñada casa y empezaron a hacer los trámites y finalmente obtuvieron buenos resultados, una casa en un barrio popular de Cali y una posible mejora en su calidad de vida, actualmente ésta mujer ya no trabaja en el SENA, y de no haber sido dedicada y persistente quizás no tendría empleo ni casa.

Enseñanza en la vida, además de pensar, es muy importante actuar, establecer objetivos, luchar, persistir, resistir y nunca dejar de desistir.

Escrito por: Nidia Karina Mora Londoño



¿Qué es lo que la sociedad tradicional espera de las mujeres? Casi siempre se espera que se casen, tengan hijos y si le queda tiempo y energía, podrían dedicarse a trabajar para “ayudarle” a su esposo con las obligaciones económicas propias del rol que le corresponde, eso sí, sin descuidar su hogar. Laura estaba destinada a vivir esta vida. Desde niña, su familia pasaba muchas penurias económicas que hacían difícil mantener un hogar unido y feliz. Por tanto, casarse era el tiquete de salida perfecto para buscar una vida más próspera y llena de felicidad, así como nos lo han hecho creer los cuentos de hadas.

A pesar de que Laura que tuvo una historia de amor, esta no terminó con un matrimonio, como era de esperarse. Muchas circunstancias la obligaron a tomar una decisión apresurada y terminó casándose con otra persona que apenas conocía, pero que parecía una buena opción para lograr esa vida soñada.

Pero, ¿Quién dijo que el matrimonio era fácil? Los problemas de convivencia, y especialmente los económicos no se hicieron esperar. A pesar de ello, Laura enfrentó este reto con coraje y valentía, que le permitieron salir adelante, criar a sus hijos (cuatro mujeres y cuatro hombres) y darles una vida digna.

Con el paso del tiempo, se dio cuenta que el destino de sus hijas sería el mismo que estaba viviendo ella y Laura no quería que esa historia se repitiera. Así que, con mucha insistencia, logró que las religiosas franciscanas les dieran a sus hijas el chance de educarse, primero en la escuela

primaria y luego en el colegio para terminar el bachillerato. Laura ahora tenía en la certeza de que la educación era ese tiquete de salida que ayudaría a sus hijas no solamente a mejorar su calidad de vida, sino también a tener mejores oportunidades en un mundo que poco creía en las mujeres. De hecho, su marido consideró que era una lucha en vano: ¿Para qué educar mujeres, si terminarán casándose? ¡No se necesita tener títulos para ser madre! Pero, esa lucha incansable de Laura contra los pensamientos de su esposo, y sobre todo de una sociedad machista, motivó a sus hijas a tomar como propia esa causa que las motivó a continuar sus estudios en la Universidad, un mundo en el que los hombres aun eran mayoría. Y para la alegría de Laura, todas terminaron sus estudios y lograron, como dirían los viejitos, ser “alguien en la vida”.

Laura no pudo terminar de ver ese sueño cumplido para todas sus hijas, porque una enfermedad que le detectaron muy tarde, terminó con su vida a sus 48 años de edad. Pero estoy segura que desde el cielo ella sigue siendo una gran inspiración para ellas y para mí.

Gracias a mujeres luchadoras como Laura, quienes creen firmemente que la educación es la mejor herencia que nos pueden dar a las mujeres, es que hoy puedo contarles esta historia inspiradora y decirles que elegí un destino diferente a lo que la sociedad tradicional espera de nosotras.

Escrito por: Aura María Rosero



Esta es la historia de una joven que disfrutaba mucho de los viajes. Ella se esforzaba enormemente en su trabajo para ser la mejor y ganar dinero, para luego, al final del año, poder pagarse un lindo viaje a algún lugar desconocido por ella.

Un día pensó que era tan feliz viajando que no valía la pena esperar todo un año para lograrlo, ella quería hacer de los viajes su forma de vida, así que decidió planear un largo viaje donde la mayor parte del tiempo estaría recorriendo el camino de Santiago. Este viaje tomaría cuatro meses y tenía un propósito: “Pedir un milagro, el milagro de vivir en “libertad total”.

Confió tanto en su plan, que un día reunió todo su coraje, sus ahorros y renunció a su empleo para iniciar su viaje al camino de Santiago. Fue muy afortunada en conseguir compañía de una amiga cercana con quien emprendió esta aventura.

Un 13 de mayo salieron de Colombia, preparadas mental y físicamente para caminar 24 Km diarios. Pero la preparación no fue suficiente; el primer día de la caminata, sintieron el peso de las maletas que debían cargar, sentían mucho dolor en sus hombros y sus pies se ampollaron. Aun así, siguieron insistentes, pidiendo el milagro de la verdadera libertad. Superaron 30 días de camino, en los que a veces, encontraron un lugar donde dormir, otras noches tuvieron que armar carpas y en otras noches lluviosas se enfermaron. Pero siguieron con fe hasta llegar a su meta. Se sintieron libres por un momento y pensaron que el milagro estaba ocurriendo. El regreso fue otra prueba no menos dura, pero la superaron con fe y entusiasmo. Estaban muy cerca de la verdadera libertad, sólo era esperar un poco más.

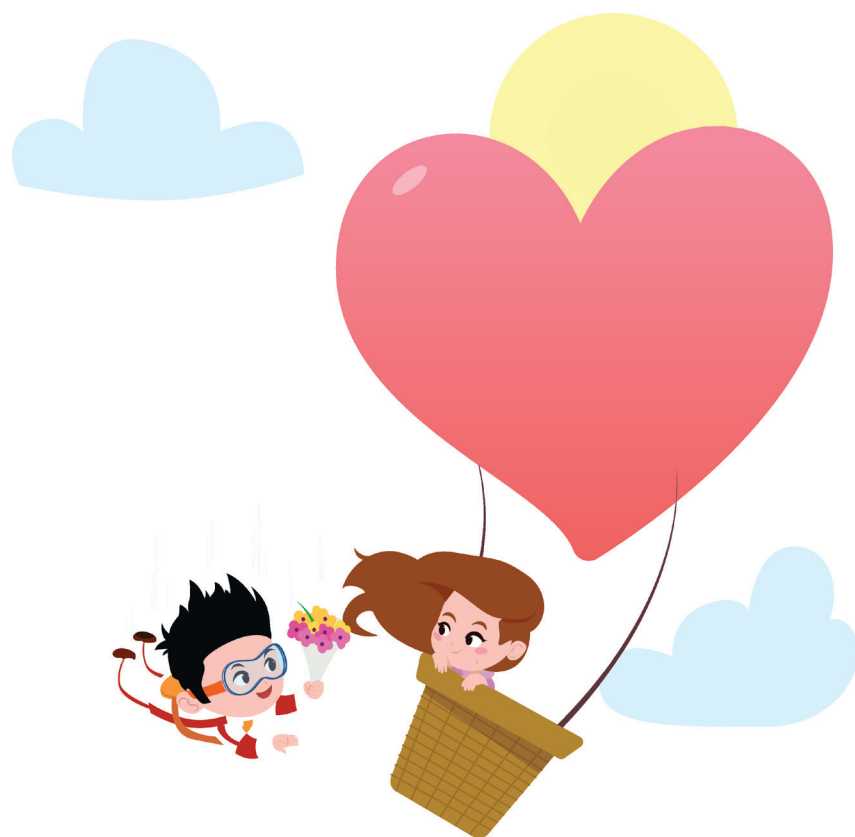
Los días pasaron y sus ahorros se estaban acabando, entonces decidieron volver a Colombia. Al llegar, los gastos no se hicieron esperar y la sensación de libertad no pagaba las cuentas.

Un día esta joven decide buscar empleo nuevamente en Colombia, con tan mala suerte de no encontrar nada apropiado a sus expectativas. Los meses pasaron y se vio obligada a vender su carro, su casa y agotar sus ahorros. En su cuenta si mucho quedaba lo de un tiquete más a algún lugar lejano. Se dijo así misma: “¿esta es tu libertad?”, pues seguro que sí, entonces emprendió un nuevo viaje y esta vez a Suiza y allí trabajó en un restaurante por tres meses, en donde le fue tan bien que pudo volver a Colombia y estar otros seis meses sin trabajar. Cuando sólo le quedaba lo de un tiquete más, decidió ir a Turquía y allí trabajó un mes para sobrevivir otros cuantos.

Justo hoy le queda sólo lo de un tiquete más: ¡¡Y está planeando un nuevo viaje!!

La joven aprendió en su casa: “La real libertad la había conducido a desprenderse de todo, de amigos, empleo, bienes y comodidades y toda estabilidad”. Ahora sabía que si tenía para un tiquete tenía resuelta su nueva aventura.

Escrito por: Catherine Caicedo



El sueño de una mujer siendo niña

Era una niña de tan solo 15 años, de aquella edad donde florecen los más hermosos sentimientos de una mujer, sentada escuchando al sacerdote como predicaba el sermón dominical, junto a sus amigas y amigos más cercanos en su momento, de repente su mirada se cruza con la de un joven que estaba a sus espaldas, un joven creyente al igual que ella y que llamo la atención de sus ojos, tal vez fue un gusto a primera vista más que el amor, puesto que este último no aparece de la nada, sino que se construye con paciencia y tesón.

Pero el amor para ella no era primordial, por el hecho de tener tan solo 15 años, donde aún sus intenciones eran las de disfrutar más de su inocencia y no llegar a embarcarse en un buque que como puede llegar a tierra y anclarse para siempre puede hundirse sin mayor esfuerzo, pero no se impidió, se dio una oportunidad y se enamoró, aun así, cuando su padre, un señor respetado y criado a la antigua, era celoso con el mayor de sus tesoros, ella.

Aunque su padre era su mayor bendición y adoración, no dejaba al lado de darse una oportunidad con alguien que podría empezar a tener diferencias con quien tanto amaba, pero lo logro, su sentimiento creció y su padre accedió, eso sí, con ciertas reglas por ser menor de edad y el aun ser una niña de su casa.

Muchos daban por hecho que su vida se quedaría en el amor y no llegaría lejos, hasta su padre era bastante incrédulo en el sentido de que el amor primaría más que sus sueños profesionales o

el simple hecho de que el hombre haría daño a su dulce e inocente corazón, pero ella siendo una niña hizo lo que pocos debían hacer en muchos casos, aunque en este era válido, oídos sordos a pensamientos tan necios, porque todos estaban equivocados.

Aunque las risas fueron más que las lágrimas, estas últimas era normal que existieran, si el dolor no fuera parte de su vida, a pesar de lo sentimental que ella ha sido, jamás lograría demostrar lo que muchos no creían en ella, porque debía ser fuerte y gracias a esos amargos momentos, llego más lejos de lo que pensaba.

Su vida continuó como el de una mujer común y corriente, creció física y mentalmente, pero en su profesión hizo lo que sus seres más cercanos no creyeron, ayudando a quienes jamás imaginarían recibir una ayuda por parte de ella y nunca materializo los miedos que tenían sus seres queridos, porque su vida por muy enamorada que estuviera sabía que jamás el amor sería una fuente de vida, sino un factor más de su felicidad.

Demostró así que en el barco en el que zarpó jamás se hundió, claro que se mojó, se fracturo y por poco se destruye, pero que ha sido fuerte, estando sola paso por tantas tormentas y peligros, pero que ya está a punto de anclarse para siempre en tierra, en ella lograra cumplir los demás sueños que ha idealizado durante su vida, pero ya no sola, sino de la mano de aquel joven que lo vio en aquella mañana del domingo.

Escrito por: David Alejandro Mera Benavides



Nunca dejes de soñar

Me encontraba en una situación difícil, estaba recién divorciada, sola y con dos hermosas criaturas para las cuales yo era todo su mundo, ellos dependían de mí, de mis estados de ánimo, de mis ganas de luchar y de salir adelante juntos.

La vida me mostraba dos caminos con diferentes destinos, uno de ellos se presentaba relativamente fácil ya que no significaba mayor esfuerzo que el que te demanda el día a día, pero que muy seguramente nos conduciría a una vida sencilla y sin muchas oportunidades para mi familia y para mí.

En cambio el otro camino un poco más escabroso y espinado, me exigía muchos retos, sacrificios y dedicación, pero que sin lugar a dudas aún con sus dificultades representaba para mi familia y para mí un futuro mucho más prometedor.

Es en ese momento donde tome la decisión de ir contra viento y marea y lograr lo que muchos pensaban era inalcanzable, que si por mi situación actual, por mi edad, por la falta de tiempo y por un sin fin de cosas que se oponen cuando decides comenzar algo.

Quería retomar mis estudios pero la falta de dinero y de tiempo se presentaban como dos grandes e infranqueables murallas, pero mientras más grandes son los obstáculos más grandes son las soluciones que Dios pone en tu vida y es así como descubrí la maravillosa oportunidad que el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA le brindo a mi vida y a mi familia.

Comencé mi tecnología y no me conforme solo con estudiar sino con ser la mejor, es por eso que llegue a ser una aprendiz destacada, sin lugar a dudas las oportunidades que me brindo el SENA

no terminaron con mi graduación y gracias a sus convenios continúe con mi profesionalización y como siempre una cosa conlleva a la otra, seguí soñando y soñé en grande, fue tan grande mi sueño que gracias al concurso de méritos logré regresar ya no como estudiante sino como funcionaria a esta gran Entidad para devolverle con mi trabajo y con todas las enseñanzas adquiridas todo lo que ella hizo por mí y por mi familia.

Hoy solo me resta decir que no hay sueño que no se alcance a realizar por más grande que sea, eso sí le pones todo tu empeño y dedicación, nada es imposible para una madre cuando quiere buscar lo mejor para sus hijos así tengas el mundo en contra.

Las cosas buenas de la vida no son fáciles de obtener, pero cuando lo logras a base de sacrificio y entrega, no hay satisfacción más grande que la de darle a tu familia un mejor futuro gracias a tu incansable trabajo y a tus ganas de superarte día a día.

Escrito por: Elizabeth Cárdenas Berrio



María Dolores García trabajó prestando servicios de lavado ropa en casas y en el hospital en Salamina (Caldas), su pueblo natal. Jesús María el padre de sus dos hijos viajaba continuamente y cuando estaba en casa generalmente los maltrataba, sin embargo, María en su corazón siempre esperaba el regreso de su esposo. Un día, Jesús María viajó como de costumbre pero jamás regresó, pues fue víctima de la violencia siendo asesinado en Palmira, Valle del Cauca. Tras ese trágico hecho, María debió enfrentarse a la misión de criar y educar sola a sus dos hijos.

Su fe inquebrantable en Dios fue su soporte para enfrentar los embotes de la vida, siempre fue una mujer luchadora, con una inmensa vocación de servicio, un gran y profundo amor por su familia. Ese amor, fue el que le dio la fuerza para salir adelante y luchar hasta poder ver a sus dos hijos convertidos en hombres quienes luego le darían a María el regalo más preciado: “sus nietos” a quienes también ayudó a educar y les dejó el legado de la capacidad de lucha, de entrega, pero sobre todo de un profundo amor por la vida y lo que ésta representa cuando se enfrenta con tenacidad. Esta mujer es mi abuela, quien junto con mi madre y mi hermana mayor son mujeres que han marcado mi existencia para siempre, enseñándome lo valioso de trabajar y esforzarse por lo que amas a pesar de las dificultades que se presenten.

Escrito por: Jhon Jairo Leal F.



Se trata de una bióloga que estudiando las aves de los pantanos en un verano descubrió que ya no se escuchaban sus cantos. Producto de ello escribió el libro Primavera Silenciosa.

Al investigar descubrió que las aves no cantaban más porque estaban muriendo a causa de los químicos que se utilizaban en las plantaciones como pesticidas (DDT). Su posición fue denunciar ante las autoridades la situación. Esto la llevo a tener enfrentamientos en los medios de comunicación y en los estrados judiciales con las compañías que vendían los químicos.

Finalmente, su protesta fue acogida y se generó una reglamentación asociada con la restricción de los químicos que estaban envenenando las aves. Asimismo, su gestión dio lugar a la creación de la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos, lo que generó el establecimiento de este tipo de entidades en otros países.

Su ejemplo nos enseña la importancia de señalar aquello que no está bien y de la importancia de proteger el lugar donde vivimos.

Escrito por: Miguel Ángel Solís



La mujer luchadora y valiente

Ella es una mujer humilde, alta, de cabello negro y largo, ojos oscuros y con el rostro más hermoso que mis ojos hayan visto; con una educación básica porque sus padres no visualizaban un futuro prometedor para las mujeres en esa época y desde esa concepción, con la ilusión más grande de formar un hogar. Esa representación se hizo realidad a sus 17 años con un hombre al cuál amó demasiado, después de poco tiempo a sus 18 años de edad dio a luz a una hermosa bebé y pasados seis meses quedó nuevamente en embarazo; pero antes que naciera esa criatura, recibió una triste y desalentadora noticia donde le informaron que su amado esposo con tan solo 24 años de edad lo habían asesinado en una riña, esa ilusión de su proyecto de vida se derrumbó, pero tres meses después al dar a luz a su segundo hijo, volvió nuevamente la esperanza a su vida. Sin importar las vicisitudes este hogar era más bonito de lo que ella se había imaginado, así celebraron el primer año de vida de su segundo hijo, pero lastimosamente dos meses después se diluyó esa ilusión por la falta de recursos económicos que la llevaron a tomar tal vez una de las decisiones más duras de su vida; dejar a sus hijos al cuidado de la abuela paterna para dedicarse a trabajar y poderles brindar un mejor futuro.

En este camino tortuoso lleno de dificultades y mucha tristeza, tras varios años de arduo trabajo, conoce a un hombre que más tarde se convertiría en su esposo formando así su segundo hogar donde tuvo tres hermosos hijos, una mujer y dos hombres. Dedicada a los quehaceres y cuidados de sus hijos toma la decisión de trabajar, pero sin antes empezar a estudiar los principios

básicos de la modistería. Sin saber leer y escribir logró culminar su proceso educativo con mucha disciplina y dedicación y es así como empezó a trabajar independiente en el área de la modistería donde fue muy famosa por sus diseños creativos e innovadores.

Fue así que junto a su esposo construyeron un humilde hogar lleno de amor, principios y valores y sin dejar atrás a sus hijos del primer matrimonio. Tras años de felicidades y tristezas, un día de lluvia, asustada a las 5 de la mañana se despierta por la supuesta aparición de una “bruja” que se le burlaba en su rostro. Le informaron alrededor de las 7:00 am de la muerte de su hijo mayor fruto del primer matrimonio a manos de unos delincuentes a sus 21 años de edad. Fueron casi 6 años de llanto, tras llanto, ir y venir de visita a la tumba de su hijo amado, sintió que el mundo se derrumbaba, no encontraba sosiego y muchas veces maldecía por la vida que le había tocado, pero la fortaleza de su familia la mantuvo prendida de esta hermosa vida. Ese camino que para ella pareciera que no tuviera fin la volvió a marcar 9 años más tarde tras un derrame cerebral su hija del primer matrimonio muere con tan solo 30 años de edad, es decir, que esa de esa primera ilusión solo quedó ella y 4 nietos de las cuales son tres mujeres, un hombre y una de las nietas nació con síndrome de Down.

A sus 38 años de edad le fue diagnosticado una ulcera varicosa que actualmente lucha de una manera incansable por superar, sin embargo, este percance de salud no le impidió seguir trabajando para ayudar a mantener su hogar.

Las vicisitudes no paraban y años más tarde le fue diagnosticado un tumor a la altura de la hipófisis que la llevaron a cuatro intervenciones quirúrgicas una de las cuales la tuvo en coma durante un mes, por esto perdió la visión del ojo derecho y un 60% del ojo izquierdo. Todas estas situaciones que han ocurrido en su vida no le han impedido seguir luchando por esta maravillosa y hermosa vida que junto a su nieta Indira Sofía con síndrome de Down y su constante compañía y al orgullo de sus hijos la hace una mujer valiente, fuerte, luchadora a la cual cada día la vida le saca una sonrisa por más fuerte que sea la tormenta, pues es Dios quien siempre está con ella.

Por su lucha incansable, por soportar y saber sobrellevar cada una de estas batallas de la vida, Mi madre Rosalba Osorio es para mí la mujer que me inspira a levantarme cada mañana con una sonrisa, agradeciéndole a Dios por todas las cosas que el día pueda traer, por las alegrías, tristezas, dificultades y tropiezos que me han enseñado que la vida siempre te da más de una oportunidad.

Escrito por: Milton Cesar Mera Osorio



Ella es una mujer normal, en edad madura, parecida a tu madre, parecida a mi madre, una dedicada hija y una abuela orgullosa; una mujer que surgió de las cenizas, como el ave fénix. Yo la conocí viva, guerrera, elevando la voz exigiendo justicia; pero más que una sentencia, lo que ella ha querido garantizar es la posibilidad de seguir viviendo, caminar tranquila camino a su trabajo o a su casa, el encarcelamiento de quien decía la amaba representaba para ella la posibilidad de vivir en libertad.

Sus manos le recordaban a diario la lucha de aquel día, cuando recordó que en su alma apacible y confiable también vivía una guerrera, cuando toda su vida pasó enfrente de sus ojos e hizo consciente cuánto amaba la vida; las balas que recibió no solo impactaron su cuerpo, también impactaron su ser, pues alguien que creía que ella le pertenecía, decidió que si no era para él, no sería para nadie: ni para ella misma, ni para su familia.

Pero la fortuna la acompañó, al parecer todavía no era su hora y su fortaleza inspiraría a otras; ahora está entre nosotros, más viva que nunca, pues ahora puede ser ella misma, quien la limitaba ahora está tras las rejas. Ahora ella se está reencontrando con su ser, ahora puede ser quien siempre ha querido y en este proceso, la vida le está exigiendo desempolvar su sueños y ahora está recordando que es la protagonista y que es ella quien debe escribir su propia historia.

Cuando la conocí, inicialmente sentí tristeza al conocer su historia de sumisión y entrega sin valoración, luego la admiré por luchar contra la muerte, por defender la vida; hoy sigo admirando a mi queridísima AVE FENIX por recordarme que siempre se puede resurgir de las cenizas y por ser fuente de inspiración para muchos, porque su historia de vida ha sido espejo para otras, pues su encuentro con la muerte fue una historia de sobrevivencia que sensibilizó a la comunidad, la ciudad, el departamento e inspiró reflexiones sobre las violencias de género.

Escrito por: Elizabeth González Londoño



Querida Hija:

Desde antes de tu llegada a mi vida ya te amaba en el imaginario, porque ya existías para mí. El día que me enteré que venias en camino, mi vida cambio en su existir, sensaciones de ansiedad y felicidad rondaban por mi mente, era un sueño hecho realidad, iba a ser mamá.

Mientras crecías en mi vientre, te impregnaba de afecto diario, pero aun así no lograba ser consciente del significado de ser madre.

Pasaron los nueve meses, quizá los más largos por la ansiedad de tu llegada, pero cuando por fin llego ese día, mi vida entera cambio, empecé a descifrar muchas cosas, entre ellas, el amor que un ser humano puede experimentar sobre otro (cosa que no lo podía creer)

Doy infinitas gracias a la vida por permitirme ser tu madre y a ti por enseñarme a observar los valores que ya traía pero que no los podía ver con claridad.

Contigo por ejemplo descubrí, que debo apreciar más a mis padres, porque ya puedo reconocer el afecto que ellos me tienen. Me has mostrado también, el significado de la responsabilidad, del esfuerzo, de la perseverancia, de la paciencia, del deseo de ser una mejor guía, hasta de tratar mejor a la naturaleza, quien lo creyera.

Son ya casi 8 años en los cuales trato de aprender todos los días de ti, la sencillez, tu alegría, la falta de prejuicio, tu inquietud por conocer lo obvio, entre otros.

Me encanta ser tu madre y sé que tú estás descubriendo el mundo a una velocidad inimaginable y mientras lo haces, me va quedando el recuerdo de entregarte lo mejor de mí.

Escrito por: Lorena Villegas



Color en medio de la oscuridad

Soy una mujer del común, no he ganado ningún premio de reconocimiento aún. A mis 32 años de edad me han realizado 3 cirugías que no me han convertido en diva, pero si me han dado más días, ganando el mejor premio “la vida”.

En octubre de 2014 cuando recién había cumplido mis 28 años amanecí un día ciega de mi ojo derecho y sintiendo un hormigueo en mi espalda. Pensé: “no puede ser que esté pasando nuevamente”. Resulta que llevaba 12 años estable en mi salud, pues a mis 9 y 16 años de edad fui diagnosticada de enfermedades autoinmunes y denominadas enfermedades huérfanas por ser poco comunes. Había logrado recuperarme y no sentir ningún síntoma de ellas y confiaba plenamente en que Dios había obrado un milagro en mi vida. Sin embargo, ese día de octubre todo parecía oscurecer “literalmente”. Luego de todos los exámenes llegó el veredicto, un nuevo diagnóstico para mi historia clínica llamado neuromielitis óptica o síndrome de Devic, otra enfermedad autoinmune y huérfana, y con el dolor de darme cuenta de que una de las enfermedades que me habían diagnosticado en mi adolescencia no era más si no la neuromielitis, es decir que a pesar de que me sentí bien durante todos esos años la enfermedad siempre estuvo allí, me sentí confundida pues yo creía en que Dios me había sanado, sin embargo no hubo ningún reclamo hacía Él, por el contrario le dije: “Bueno Dios ayúdame a salir de esta oscuridad, refiriéndome a mi ojo”. No puedo negar que tuve momentos de tristeza y dolor tanto físico como emocional, pero en medio de todo eso Dios me fortaleció y me hizo ser consciente de mí y de la vida con cada detalle.

Al llegar a casa después de estar hospitalizada y de haber recibido el diagnóstico escribí en hojas tamaño carta versículos de la biblia, los pegué en una pared de la sala de mi casa y todos los días me paraba aproximadamente a 2 metros intentando poder leerlos bien, hasta que un día pude leerlos sin dificultad. Mientras me recuperaba confiando plenamente en que Dios estaba obrando en mi vida tuve momentos de pena, pero que en realidad me hacían reír en medio de esa oscuridad, como el día que me puse aretes diferentes en cada oreja porque en medio de la dificultad visual no distinguí si era el par correcto, me reí mucho con la amiga que lo descubrió. Cada día debía preguntarle a mi esposo si estaba bien maquillada, a veces él debía quitarme el exceso de polvo y de rubor, era muy chistoso. Quiero resaltar, que el hecho de poder rodearme de mi familia y amigos ha hecho todo esto proceso sea más ameno, la familia es una fuente de bienestar con un poder milagroso.

En el año 2015 me sentía mejor y quería hacer algo para sentirme nuevamente útil, pero no me sentía tan bien como para trabajar nuevamente, entonces decidí inscribirme en el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA a estudiar. A mediados del año 2016 estando a 6 meses de terminar mi etapa lectiva tuve una recaída y nuevamente estaba ciega de mi ojo derecho, quise retirarme, pero gracias a mi instructor líder y vocera del grupo quienes me insistieron para seguir adelante logré terminar mi etapa lectiva, acompañada de Dios y de mi familia. Gracias a ello se me presentó la oportunidad de hacer mis pasantías en el mismo centro y hoy por hoy ser contratista de la institución más querida por los Colombianos “el SENA”.

La vida me ha enseñado a ponerle color a cada momento de ella, así sienta que estoy en oscuras. “No nos afecta lo que nos sucede, sino lo que nos decimos acerca de lo que nos sucede” (Epiceto, filósofo griego). Así que, en momentos difíciles respira profundo, pronuncia con tus propias palabras “todo va a estar bien”, y decide crear momentos mejores rodeándote de tu familia y de los seres que amas.

Dios es bueno y para siempre es su misericordia.

Escrito por: Ana María Cortés



Si lo pensamos bien son pocas la personas que influyen de manera profunda y positiva en nuestras vidas, en mi caso para contarlos me bastarían los dedos de una mano.

Muy gratamente puedo decir que una de estas personas es mi anterior instructora y actual compañera de trabajo Elia Yamel Rodriguez Garces, principalmente su influencia ha sido en el ámbito profesional aunque como persona es un ejemplo en todos los demás.

Transcurría el año 2013 y en este año decidí emprender una carrera tecnológica en el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, el curso fue Aseguramiento Metrológico. Ya habían pasado tres meses y aun no contábamos con instructor de Metrología, después de una gestión de la coordinación académica se asignó a Yamel Rodriguez profesional de laboratorio de Metrología como la nueva instructora.

En este breve escrito quiero hacer reconocimiento, no por simple formalismo, si no junto con agradecimiento. Su labor realizada con el curso TAMI 4 fue un hito en la vida profesional de varios que supimos aprovechar los conocimientos, la entrega y la disciplina que con los motivos más sinceros Yamel nos supo transmitir.

Es una lección importante el saber que podemos ayudar a cambiar vidas con los recursos que tengamos ya sean tangibles o intangibles, de esta manera nuestro paso por la vida tendrá más sentido y cobrara valor, esto hace parte del verdadero éxito.

Actualmente me desempeño como profesional de laboratorio de Metrología Dimensional del Centro ASTIN junto con Yamel. En este tiempo como compañeros de trabajo sigue siendo una excelente influencia en todos los sentidos.

Escrito por: Jhonathan Paul Obando Vera



¿Quién es un rayo de luz?

Rayo de luz es una mujer, una mujer casada, con dos hermosas hijas y su esposo, vive en una zona muy hermosa de Colombia, trabaja en docencia, enseñando con mucho amor a los niños. Un día le diagnosticaron lupus eritematoso sistémico, su sistema inmune comenzó a decaer y sus riñones ya no funcionaron, le comenzaron a realizar diálisis periódicas y llegó al punto que era muy difícil el desplazamiento, ella fue muy valiente, decidida y solicitó le enseñaran a realizarse las diálisis, cada noche con mucha paciencia, esperanza y calma se realizaba su terapia.

¿Cómo conocí esta historia que me dejó una lección de vida?

Por mi trabajo debí viajar a dicha zona del país y su hija me ofreció hospedarme en su casa, encontré en aquella casa una mujer con una sonrisa permanente, con un corazón repleto de plenitud y unas manos abiertas y generosas. Comencé a conversar con ella y en cada frase encontraba la presencia de Dios en su corazón, me invitó a acompañarla a realizarse su terapia, cada minuto que pasaba me sorprendía más, ella se realizaba su terapia con mucha paciencia, me indicaba cómo funcionaba la terapia en sus riñones y a la vez me iba contando su historia de vida, los años que llevaba en esta situación, las consecuencias, enseñanzas y esperanzas que llegaron con esta experiencia de vida. Me decía, “mis hijas son mi vida, son mi motor, en cada etapa de la vida de mis hijas le he pedido a Dios que me de vida, porque he querido estar con ellas en su



primera comunión, sus quince años, el grado de secundaria, su grado de profesionales” y Él me ha concedido esos años de vida. Ella vive cada día a plenitud con su esposo y sus hijas, familiares, alumnos, compañeros y cada día espera con Fe, serenidad y esperanza recibir una llamada donde le digan ya están los riñones para su trasplante.

Dejo en mí una lección de vida, me impactó su manera de llevar cada día de su vida, a pesar de las circunstancias por las que está pasando vive para darse y dar amor, verdaderamente, es un ser que da “Luz en la oscuridad”.

Escrito por: *María Elena Realpe Delgado*



Era una mujer maravillosa de profesión docente que se encuentra en su edad de oro, es una docente de primaria graduada de la Universidad San Buenaventura de Cali con una titulación en Preescolar. Es una mujer que en sus venas lleva la docencia y que siempre ha demostrado el gran amor por sus niños independientemente del carácter de casa uno de ellos, quien se mostraba aún más amorosa con el alumno más necio de su grupo.

Es una mujer diestra para las manualidades, con gran ingenio para crear cosas hermosas y sorprendentes del arte manual.

La mujer de la que quiero hablarles tuvo una niñez fuerte, ya que perdió a su padre siendo muy niña del cual recibía mucho amor. Su madre se unió en matrimonio con el hermano de su padre como era costumbre en aquellos tiempos y a partir de este momento inicia su sufrimiento, pues sus hermanos después de ser única hija, ellos inician junto con otros familiares a burlarse de ella por tener sus pies torcidos y una pequeña desviación en sus ojos, su madre no hacía nada por defenderla y ella tuvo que armarse de valor y templanza para superar dichas agresiones. Una vez ya siendo una adolescente conoce al hombre que ella consideraba el gran amor de su vida, un hombre con quien contrae matrimonio y busca realizar el sueño de ser madre. Ella no contaba con la gran sorpresa de que a su pareja no compartía el mismo sueño, este hombre empieza a volverse agresivo y en muchas ocasiones la maltrato físicamente con la intención de que perdiera a su bebe.

Esta gran mujer se aferró a ese ser que llevaba dentro de su vientre y logro protegerla dando a luz un hermoso hijo, el cual fue la razón más fuerte en su vida para realizarse profesionalmente y como ser humano. Ella busca terminar con éxito sus estudios en la normal y logra el cupo en la Universidad San Buenaventura para iniciar carrera como docente de preescolar.



Tiempo después finaliza sus estudios e inicia la etapa de ejercer su carrera y empezar a percibir ingresos de su amada labor. Con grandes esfuerzos académicos logra vincularse al Magisterio convirtiéndose en una docente del sector público, labor a través de la cual pudo darle estudios y mantenimiento a su único hijo con quien se quedó viviendo sola y saliendo adelante.

Hoy es una mujer luchadora, de retos, de metas a alcanzar, sigue en su labor, pero desde otras esferas, ya que logro pasar los exámenes para ser ciudadana americana y validar su profesión en los Estados Unidos y ser maestra de grados inferiores y aun con la edad que tiene nunca se ha dado por vencida, su ultimo logro fue adquirir una vivienda a través de labor social y de sus ingresos.

Para mi esta mujer es un ejemplo de lucha, de esfuerzo, de creer que, si se puede, de no creer cuando te dicen que es imposible, en saber que con la ayuda de Dios todo se puede lograr y que siempre hay que insistir, persistir y nunca desistir.

Escrito por: Carolina Medina Alcalde



Yanet Arias es una Mujer Barranquillera, de 35 años, Especialista en Gerencia de proyectos e Ing. industrial, deportista profesional. Hija de dos padres como discapacidad auditiva.

Crecí con mi mamá y mi abuela, mi padre no estuvo a mi lado en mi infancia (no se entendió con mi madre) pero eso no fue un impedimento para que fuera una niña feliz. Siempre en casa estuve rodeada de muchos tíos y amor por parte de todos.

En el colegio me gustó el deporte, poco a poco me fui inclinando por el Baloncesto, sin entender cuál era el plan de Dios en mi vida. Mi abuela no le gustaba estos temas deportivos, no los entendía bien pero con tal de no verme jugar fútbol (deporte según ella para niños) me apoyó en el básquet. Ahí sobresalí por mi talla y talento hasta llegar a Selección Colombia y ya empezar a destacarme.

Después de terminar el bachillerato (gracias a mi abuelo que en paz descansa), no tenía opciones financieras para seguir estudiando, y es cuando empiezan a aparecer las oportunidades y la federación colombiana de baloncesto me contacta y me voy a estudiar a Bogotá.

Empecé mis estudios de Ing. Industrial y pensé en convertirme en la mejor Basquetbolista de Bogotá, en los 5 años de Estudio ganamos todos los torneos regionales y efectivamente comence a diferenciarme.

Mi carrera deportiva se disparó y pude jugar como jugadora profesional 2 temporadas en Austria, 1 en España, 2 en Brasil, ser 14 veces selección, obtener múltiples medallas, y ser un referente de motivación para jóvenes que les gusta el basquetbol en Colombia.



Actualmente, soy la capitana de la selección mayores de baloncesto femenino, continuo entrenando, compartiendo mi testimonio con jóvenes que empiezan su carrera deportiva y cualquier oportunidad que Dios me ponga en el camino la aprovecho para sembrar la idea que los sueños se hacen realidad y el deporte es una bonita forma de llegar a ellos.

Soy consciente que toda esta historia es el plan de Dios, tengo la responsabilidad de mejorar cada día esforzarme al máximo, y para ello nunca quiero alejarme de DIOS por nada del mundo, la gratitud que siento en mi corazón es infinita.

Colosenses 3:23

Y todo lo que hagáis hacedlo de corazón, como para el señor y no para los hombres; por qué has nacido para un propósito, Dios te ama y quiere que descubras ese amor.

Escrito por: Yanet María Arias Acosta
*Capitana de la selección colombia mayores femenino,
Profesional del SENA Centro Astin.*