



Creencias

Por: Martha Teresa Buitrago
 marthatere60@hotmail.com
 Docente del Colegio Saludcoop Sur (IED)

Avanzan los años.
 Voy descubriendo que he fallado
 En muchas situaciones cotidianas
 Creyendo que las personas son diferentes.
 He perdido la mirada sobre mí misma
 Buscando el amor y el reconocimiento
 Halagando valores que no existen.

Tarde me doy cuenta, sin embargo,
 Que he vivido como he querido.
 Me he divertido, he trabajado, he triunfado
 También he fracasado, he llorado, me he
 frustrado.
 Me he obsesionado
 Dejando cosas importantes por miopía
 No amando como debía.

Voy llegando al piso sesenta
 He sido vital pero también débil.
 Me he cuidado con el ejercicio y la escritura
 Y descuidado comiendo más de la cuenta.
 He tenido pasiones, dolores y alegrías.
 Sigo creyendo en mis proyectos
 Aún hay muchas cosas por hacer.
 Le pido a Dios que la frustración y el dolor
 Me fortalezcan e impulsen.
 Que los que me rodean luchan por sus ideales
 Y yo esté ahí para apoyarlos.
 Que los niños crezcan al lado de sus padres.
 Que el aburrido con la vida
 No se suicide y mejor confíe.

Sigo creyendo que la esperanza tiene colores
 No solo verdes, también morados y azules
 Y que la vida es naranja o negro quizá rojo
 Que yo debo pintarla de muchos colores.
 Sigo creyendo que los sueños son realidad
 Y la realidad no es tan cruda ni tan cruel
 Si yo la vivo con esperanza y actitud.

En fin...
 Seguiré mi camino
 Creyendo apasionadamente
 En el Creador y Dios altísimo
 Que nos ama y acompaña.



La experiencia vivida

Ser: parte del todo

Por: Mauricio Pineda
 lovekosuth@hotmail.com
 Docente del Colegio Luis López de Mesa (IED)

La vida me enseña que las mejores búsquedas son aquellas que no son planeadas: dar, estar atento, valorar la sabiduría de quienes nos rodean y nos cuidan siempre, de quienes nos aprecian. Este espacio de vivencia, esta experiencia de encantamiento y reflexión con maestros y colegas es otra de esas lecciones que abren mis sentidos hacia la esperanza, la paz y la energía que una profesión como la docencia requiere y demanda.

Aceptar la invitación, vivenciar mi participación y tener la oportunidad de hacer conciencia de lo grato que es respirar, abrir las ideas, movilizar sensaciones, incorporar reflexiones pensadas con mi cuerpo son un regalo por el que ofrezco con sencillez mi agradecimiento.

...

Por: Francy Johanna Hernández León
 francyhdez@hotmail.com
 Docente del Colegio Charry (IED)

Sesión levedad del ser

Cuando soy consciente de quien soy y de lo que hago, puedo dar más, para mí, para los demás y puedo encargarme mejor en un trabajo en equipo.

Todo mi cuerpo pide que lo escuche y algunas de sus partes que no las ignore que son parte de mí y también de mi todo.

Es importante

Una buena comunicación con los demás para enriquecerme con sus pensamientos y saberes así como expresar los míos por si alguno también desea realizar ese vínculo de saberes y aprender algo de mi experiencia.

Me gusta mucho lo que he aprendido.



El movimiento

Por: Alicia I. González
 aliciagonzalezparra@yahoo.es
 Docente del Colegio Fernando Soto Aparicio (IED)

Siempre creemos que el movimiento implica fuerza, como si transportarnos fuera difícil. No lo es, tal vez es complejo, entendiendo la complejidad como una red de interconexiones, contactos.

Estos contactos se encuentran en la sutileza del movimiento, en el sentir lento de desplazarnos por cada centímetro de nuestro cuerpo. Así, el peso cargado de vida se mueve hacia donde queramos. Es posible que queramos enviarlo muy lejos o, tal vez, dejarlo ahí y cruzar el puente hacia la levedad, la liviandad, la libertad; lo que nos permitiría encontrar y regresar al verdadero estado de nuestro ser.

...

Por: Carlos Eduardo Cerón Baquero
 cerox.com@hotmail.com
 Docente del Colegio Germán Arciniegas (IED)

Si hablamos de un movimiento, podremos definir que es toda acción que requiere un esfuerzo, una distancia; un eje que requiere nuestro cuerpo, para poder conocer. Hoy, ahora, tengo un nuevo concepto de movimiento, pues es todo aquel espacio que requiere de mí ser para existir, para sentir que hago parte de un todo, pero a la vez lo puedo ser de un nada. Cada movimiento describe un suceso o acontecimiento de la vida, pues de lo que doy recibiendo y dependiendo de mi vida lo puedo brindar de una manera rápida o tal vez lenta; veo en esta actividad algo enriquecedor para mi profesión y es que mientras yo siga construyendo un propósito de vida para apoyar u orientar a la otras personas, muchos de ellos tomarán mi espacio para seguir con otros sueños mientras otros tal vez en su disposición no lo acepten. Buscar el trabajo grupal será de vital importancia para que exista una igualdad y un trabajo beneficioso y enriquecedor en la perspectiva del ser