



Revista de teología
feminista

AnDanzas

En la vida cotidiana

En un mundo que duele,
los cuerpos resisten
y las espiritualidades sanan

AÑO
5

NÚM
12

NOV
**20
25**



CÁTEDRA DE
TEOLOGÍA
FEMINISTA



En un mundo que duele,
los cuerpos resisten
y las espiritualidades sanan

AÑO
5

NÚM
12

NOV
2025



AnDanzas en la vida cotidiana. Revista de teología feminista.

Año 5, número 12, noviembre 2025

Consejo editorial

Rebeca Montemayor López

María Isabel Huerta Armenta

Karen Castillo Mayagoitia

Ana Lilia Salazar Zarco

Karina de la Rosa Morales

Dania Alejandra Velázquez Cano

Rosa Margarita Mayoral

Patricia Moreno Becerra

Reserva de derechos e ISSN en trámite.

Licitud de contenidos y título en trámite.

© **Cátedra de Teología Feminista**

México

Los puntos de vista, opiniones y experiencias compartidas en cada uno de los artículos son responsabilidad de las autoras y no necesariamente representan el punto de vista de las editoras.

Se permite la reproducción total o parcial de los contenidos citando la fuente y a la autora de los mismos.

ÍNDICE

5

Introducción

Isabel Huerta

7

**El cuerpo como templo de afectos, símbolos
y curación desde la raíz**

Stephanie Morales Sánchez

10

Habitando un cuerpo desconocido

Marissa Har

14

Cuerpa resistente, alma vigilante

Vivir con diabetes en un mundo que exige productividad, delgadez y control

Yessica Isabel Santana Méndez

17

Cuerpos en Disputa

Relatos de una Guerra Invisible

María Guadalupe Flores Arteaga

21

Cuidados, espiritualidad encarnada y resistencia femenina

Una mirada feminista frente a la injusticia estructural

Aida Ortega Velázquez

24

Las de la historia

Gloria Sofía Martínez Moreno

27

La fuerza de Dios en la discapacidad

Miryam Argüelles Farias

29

Dios de Rispa, eco que perdura

Teresa López Olvera

34

Espíritus en guerra

Ailin Katherine Palmera Amaya

36

Mujeres constructoras de paz

Experiencia y desafíos desde la Iglesia

Estefanía Navarro

INTRODUCCIÓN

AnDanzas XII nace en medio de un mundo herido, atravesado por guerras, exilios, crisis ecológicas, precariedad y múltiples formas de violencia que hieren los cuerpos y las memorias. Sin embargo, en medio de estas fracturas, los cuerpos no se reducen al dolor: son también fuentes de resistencia, de memoria encarnada y de espiritualidades vivas que sostienen la esperanza.

En un mundo que duele, los cuerpos resisten y las espiritualidades sanan. Esta edición surge de la urgencia de nombrar lo que a menudo se silencia: la herida que no cesa, las violencias invisibles que laceran, los miedos que condicionan, pero también las fuerzas que brotan del cuidado, de la ternura y de la memoria compartida. Cuando las espiritualidades se encarnan en lo cotidiano, no constituyen una evasión ni un refugio lejano, sino una raíz que sostiene, un gesto que transforma y un vínculo que hace posible seguir viviendo.

Las autoras que aquí escriben lo confirman desde distintas experiencias y territorios. Stephanie Morales nos recuerda que el cuerpo no es un enemigo a domar, sino un templo de curación donde la vulnerabilidad se convierte en fuerza. Marissa Har nos abre a la experiencia de habitar un cuerpo desconocido, recordándonos que la identidad también se forja desde la extrañeza y la transformación. Yessica Santana muestra cómo la vida con diabetes, lejos de ser derrota, se convierte en una forma de resistencia frente a un mundo que exige control, perfección y rendimiento. María Guadalupe Flores denuncia las guerras invisibles que atraviesan nuestras existencias, aquellas que no dejan huellas en los periódicos, pero que marcan profundamente la piel y la memoria.

Por su parte, Aida Ortega rescata el poder político de los cuidados como resistencia frente a la injusticia, recordándonos que cuidar es sostener la vida frente a la deshumanización. Gloria Martínez devuelve la memoria a mujeres de la historia que se niegan a desaparecer, inscribiendo sus nombres y gestos en un presente que necesita referentes de dignidad. Miryam Argüelles nos enseña que la discapacidad también guarda esperanza, revelando espiritualidades que emergen allí donde el sistema solo ve carencia. Teresa López hace de la memoria un eco que no se apaga, una herencia que se transmite para que el pasado se vuelva semilla de futuro. Ailin Palmera nos sitúa entre espíritus en guerra que, a pesar de las sombras, siguen

buscando la luz, recordándonos que lo espiritual también es campo de batalla y de reconciliación. Finalmente, Estefanía Navarro nos comparte la paz que se construye desde las mujeres y para la comunidad, una paz que no es pasividad, sino trabajo colectivo, resistencia activa y horizonte compartido.

Este número no pretende únicamente describir experiencias; busca abrir un espacio de diálogo donde la memoria se haga palabra compartida, donde la resistencia sea acompañada y donde las espiritualidades se reconozcan como fuerza colectiva capaz de sanar. En las páginas que siguen, cada testimonio y cada reflexión son una invitación a leer con el corazón abierto y a reconocer que lo personal también es político y espiritual.

Más que una revista, esta edición quiere ser un lugar de encuentro. Un espacio donde lo que duele se nombra, lo que resiste se celebra y lo que sueña se comparte. Allí donde la vida se desgarrar, las palabras aquí reunidas recuerdan que siempre es posible volver a empezar: que los cuerpos, aun en su fragilidad, resisten, y que las espiritualidades, encarnadas en lo cotidiano, sostienen, transforman y sanan.

Comité Editorial

AnDanzas en la vida Cotidiana

EL CUERPO COMO TEMPLO DE AFECTOS, SIMBOLOS Y CURACIÓN DESDE LA RAIZ

Stephanie Morales Sánchez¹

El cuerpo siempre ha sido visto como un territorio el cual se puede controlar, silenciar y violentar de diferentes formas, para la mujer cobra mayor relevancia a través del tiempo, de ahí la importancia de nombrar al cuerpo como templo ya que implica reconocer su sacralidad, su derecho al cuidado, al placer, a la autonomía y la sanación, especialmente para quienes han sido históricamente despojadas de ese derecho: las mujeres, las personas racializadas, disidentes sexuales y de género.

Por esta razón la curación espiritual del linaje se vuelve un eje central, para sanar el cuerpo, pero no solo restaurarlo del dolor físico o emocional, sino reconectar con su simbolismo, su lenguaje oculto y sus formas propias de conocimiento, es un viaje hacia la raíz de los saberes ancestrales, a las prácticas comunitarias, a las historias silenciadas por el patriarcado y el colonialismo convertido en un acto espiritual.

Nuestro cuerpo es un templo que se alimenta de emociones y sentimientos, aquello que alimenta alma, como el amor y la amistad, ya lo decía Juan Pablo II;

“El ser humano no puede vivir sin amor. Permanece para sí mismo un ser incomprendible; su vida está privada de sentido si no se le revela el amor, si no se encuentra con el amor, si no lo experimenta y lo hace propio” (Juan Pablo II, 1979, Redemptor Hominis).

El cuerpo físico es capaz de mostrar símbolos en su propio lenguaje silencioso, memorias guardadas de aquello que nunca fue dicho, de las cosas que no se tocaron con ternura por miedo a los estereotipos, prejuicios y estigmas, que fueron reprimidos y ahogados en el interior.

En muchas generaciones en la cual la mayoría de su descendencia son lo que conocemos como “mujeres fuertes”, pero contrario a esto, muy en el silencio, son mujeres que tuvieron que aprender a sobrevivir sin amor, sin palabras amables, sin abrazos o demostraciones de aliento, haciendo que esta conducta sea reproducida constantemente, realizando un vacío existencial el cual no desaparece, pero si, se transforma aferrándose al cuerpo físico y saliendo al exterior.

¹ sthepmorr24@gmail.com

El ser humano no solo es biología, es un entrelazamiento entre el alma y la historia de vida de una persona, cuando no hay ese amor transformador que cura, la mujer junto la expresión del miedo se vuelve una norma en su desarrollo, la frustración no nace sola, viene de una herencia emocional, haciendo al cuerpo biológico un campo fértil para algunas enfermedades o patrones repetitivos, las famosas enfermedades que pasan de generación en generación y que con orgullo solemos mencionar en frases como “Tienes la misma herencia de la abuela”.

El cuerpo hereda lo que el alma no libera, en este caso la historia de una bisabuela que no pudo amar porque nunca fue amada, transmite una rigidez en los vínculos de la descendencia, pues no puedes ofrecer algo que no tienes y que tampoco está interesada en trabajar en ello, su hija no comprenderá, porque le cuesta tanto confiar en las personas, porque le duele el pecho sin ninguna razón, porque se le cierra la garganta cada vez que intenta hablar sobre lo que siente y ni hablar del vacío en la boca del estómago, ese vacío que no puede ser llenado con nada.

El dolor de la bisabuela, que oculto siempre su tristeza bajo la fachada de mujer fuerte, mujer correcta, decente ante la sociedad, su hija tendrá una manifestación de tristeza sin nombre, gastritis y la sensación de que algo no está bien, si a esto aumentamos la crianza que recibió, la herida se vuelve más grande.

Este es un principio espiritual de la transgeneracional popularizado por la psicóloga (Anne Ancelin Schützenberger, 2024) usándose para describir un enfoque terapéutico que parte de la premisa de que las experiencias no resueltas especialmente traumas, secretos familiares o deudas emocionales pueden

transmitirse inconscientemente de generación en generación, condicionando la vida de los descendientes.

Desde esta perspectiva exploraremos algunos términos como son:

Lealtades invisibles: vínculos inconscientes que empujan a una persona a repetir situaciones vividas por sus ancestros, incluso sin saberlo.

Deuda familiar no saldada: lo que ella denomina “pagar las deudas del pasado” estas deudas pueden manifestarse como patrones dolorosos o dificultades repetitivas en generaciones posteriores

Vía del “inconsciente del clan” (o inconsciente familiar): que contiene memorias silenciadas o no resueltas del linaje.

Para Schützenberger, lo transgeneracional implica:

- Reconocer que somos parte de un eslabón en una larga cadena generacional.
- Identificar las dinámicas inconscientes familiares que nos afectan hoy (síndrome de aniversario, no-dichos, secretos).
- Ser conscientes de aquellas replicaciones y recuperar libertad individual al evitar repetir patrones heredados inconscientes.

Schützenberger, A. A. (2024)

Bajo esta visión podemos deducir que cada síntoma reconocido en nuestro cuerpo y por lo tanto en el genograma familiar se presenta una gran oportunidad, una invitación a escuchar lo que no ha sido escuchado,

lo inconcluso de deseos no vividos y oprimidos de una antepasada o el amor que quedó atrapado entre la culpa y el deber.

Cuando se abren estos temas debemos recordar que, sanar no es olvidar ese pasado que nos marca aun en el presente, por el contrario, sanar es darle espacio al amor donde por muchas generaciones hubo solo represión y miedo.

El ser mujeres fuertes no es igual a callar los horrores vividos en un patriarcado machista, que por siglos fue la represión de todo lo que representaba, la ideación una mujer libre de estereotipos, prejuicios y estigmas, por el contrario, ser una mujer fuerte significa elegir dejar de cargar lo que ya no le corresponde, tomar el camino del amor, la sanación espi-

ritual para curar el alma familiar desde el presente, romper con el miedo, la frustración, para que las nuevas generaciones de mujeres puedan respirar más libres y nuestras antecesoras sean liberadas a través de cada una de nosotras.

La falta de amor, los miedos y la frustración no desaparecen al morir: se transforman en huellas que el cuerpo memoriza, generación tras generación, pero, así como se hereda el dolor, también puede heredarse la luz, la conciencia y la reparación,

Sanar es un acto espiritual, que comienza cuando elegimos mirar el cuerpo no como un enemigo, si no como un altar sagrado, donde el alma familiar esta sedienta de amor a través del tiempo.

REFERENCIAS

Juan Pablo II. (1979). *Redemptor hominis* [Carta encíclica]. Vaticano. https://www.vatican.va/content/john-paul-ii/es/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_04031979_redemptor-hominis.html

Schützenberger, A. A. (2024). *¡Ay, mis ancestros!* (M. Martínez, Trad.). Taurus.

HABITANDO UN CUERPO DESCONOCIDO

Marissa Har¹

Hoy escribo este texto de cerca y de lejos. De cerca a mí misma porque toda mi vida he sufrido violencia sobre mi cuerpo y de lejos porque es esa distancia la que me hace ver los aprendizajes y me permite tomar el valor para poder escribir sobre algo que está ahí y que necesita ser puesto sobre la mesa, por mi seguridad lo hago bajo un seudónimo y desde este espacio como un lugar seguro, que puede ser puente para quienes han vivido lo mismo que yo.

Desde niña crecí en un ambiente hostil, mi papá es proveniente de una cultura tradicional y machista, por lo que su forma de mantener el control, su forma de educar era a través del uso de la violencia física y verbal, generando en mí desde pequeña más miedo que amor. Mi madre llena de malas experiencias, con un matrimonio fallido (anteriormente) en el que hubo violencia emocional e infidelidades prefirió someterse y acostumbrarse, para evitar que nuevamente le pasara, quizá por el mismo miedo, por sentirse sola, por creer que hacía lo mejor para mí y mis hermanas, se mantuvo callada ante la violencia que mi papá, ejercía hacia ella, pero sobre todo hacia mí, pues recuerdo desde

pequeña ver los golpes en mi pequeño cuerpo, golpes que iban acompañados con palabras fuertes y ofensivas, que me hacían creer que me lo merecía y que debía soportar, porque quien debía protegerme no lo hacía; en este sentido, el silencio de mi madre lo sentí como otra forma de violencia, porque muchas veces hubiera deseado que lo hubiera detenido, o me hubiera defendido, pero no pasó y me acostumbre.

Entonces crecí con este sentido de creer que merecía esos golpes y así, cuando tenía 7 años experimenté mi primera experiencia de acoso, por parte de uno de mis primos muchos años mayor que yo, quien ya era un adulto. Ese día, mientras yo tomaba una siesta en casa de mi abuela, comenzó a tocarme y a besarme en la boca, yo, desperté asustada no había nadie más en casa, o alguien a quien yo pudiera decírselo, más tarde cuando mi madre llegó, le dije mientras ella me cepillaba el cabello, pero su respuesta no fue lo que necesitaba, me dijo: *guarda silencio, no se lo podemos contar a nadie, porque eso ocasionaría un problema más grande, mucho menos a tu papá porque podría matarlo y no queremos eso...* y así me

¹ Este es un seudónimo que la autora eligió para proteger su seguridad y la de su familia.

fui dando cuenta que no era la única, que en mi familia materna, la tercera generación es decir los hijos de mis tíos (en su mayoría), influenciados por el esposo de la hermana de mi mamá y los primos grandes eran acosadores y violadores, pues a todas nos había pasado lo mismo, incluso a mi mamá quien había sido víctima de su cuñado en varias ocasiones, ella eligió guardar silencio, por su seguridad y la de mi hermana mayor, sin embargo la situación seguía ahí.

Dos años más tarde cuando yo tenía nueve, uno de ellos estuvo tocándome durante 6 meses, nunca dije nada había aprendido a sostener el silencio de las mujeres de mi familia, así que un día de esos fui abusada sexualmente por él, era solo unos cuantos años mayor que yo, era adolescente y menor de edad, sin embargo tenía la fuerza física suficiente para someterme y poder hacerlo, yo físicamente era más pequeña y delgada de lo común, recuerdo que después de la violación sin que nadie me lo dijera sentí la necesidad de bañarme, sentía que había en mí un aroma muy fuerte y desagradable, al salir del baño me puse la misma ropa para que nadie notara la diferencia, pues era necesario mantener el pacto y guardar silencio, después fui a sentarme debajo de un árbol a tratar de entender que me había pasado, a tratar de entender ¿Cómo es que alguien que es mi sangre, mi familia, pudo haberme hecho algo así? *¿ahora que va a pasar?* Me permití sentir un miedo que me acompaña hasta el día de hoy, un miedo que me ha llevado a esconderme, un miedo que se disfraza de vergüenza, de culpa, de coraje.

Un miedo que me enseñó a ver que me quitaron lo único que era mío, que lo único que tenía a mis nueve años, era mi cuerpo, y lo

invadieron, lo destruyeron y desde entonces comencé a habitar otro cuerpo que no es mío. Pues todo cambio, incluso físicamente mi cuerpo cambio, subí de peso, me hice más robusta y hasta la fecha he tenido que lidiar con el sobrepeso, cuando yo esos primeros nueve años había sido delgada, sentí desde entonces como si mi cuerpo hubiera decidido protegerme construyendo una coraza que mantuviera lejos cualquier peligro.

Así, comenzó una lucha silenciosa conmigo misma, pues esa protección se convirtió también en un campo de batalla, ya que crecí en una sociedad que exige cuerpos “correctos”, delgados, dóciles, aceptables. Empecé a pelear con mi reflejo, a sentir que no encajaba en los estándares que el mundo me imponía. La vergüenza por mi sobrepeso no era solo física, era emocional, social, espiritual. Sentía que mi cuerpo contaba una historia que yo aún no estaba lista para decir en voz alta, y mientras intentaba esconderlo, también me escondía a mí misma.

Con esa nueva lucha y desde entonces siempre me mantuve alerta, hasta dormida sentía que debía de protegerme, que no podía confiar en nadie y mi cuerpo lo expresó. Desde los 14 años vivo con una condición que se llama disautonomía una falla en el sistema nervioso que altera las funciones básicas del organismo, pues mi sistema nervioso funciona al revés y siempre está o muy alterado o muy relajado, esta condición me fue diagnosticada hasta los 29 años, después de tener múltiples diagnósticos con varios trastornos, citas médicas, visitas a hospitales y múltiples especialistas, hoy puedo entender que mi condición aunque es física y es real tiene una fuerte carga emocional pues es la forma que mi cuerpo me dice *esta no eres tú*.

He vivido habitando un cuerpo que no es mío, un cuerpo que me quitaron, un cuerpo que nadie protegió y que no sabía y no podía hacerlo solo. Sin embargo, mi historia no terminó ahí. Después de tantos años de habitar un cuerpo que sentía ajeno, de vivirlo como territorio de dolor, comencé un largo camino hacia mí misma. Mi resistencia no nació de un instante de fuerza, sino de un proceso lento, frágil, pero constante, de reconstrucción. He pasado por años de terapia, donde aprendí a mirar de frente lo que me dolía, a ponerle palabras al silencio que había habitado mi vida. En cada sesión, en cada lágrima, he ido recogiendo a esa niña que fui, la que nadie protegió, la que tuvo que crecer demasiado pronto, la que aprendió que callar era sobrevivir.

Mi cuerpo, tantas veces violentado y señalado, necesitaba que yo le devolviera la dignidad que le fue arrebatada. Aprendí a acariciar mis cicatrices con compasión, a mirarme sin odio, a reconciliarme con este cuerpo que soportó golpes, abusos y silencios. Entendí que resistir no es solo sobrevivir, sino empezar a caminar hacia la vida que merezco, aunque me tiemblen las piernas.

En este proceso, la teología feminista ha sido un faro y un refugio. Me abrió los ojos a una fe que no exige aguantar el dolor en silencio ni perpetuar el miedo. Me enseñó que el Dios en quien creo no es cómplice de la violencia ni exige sacrificios de las mujeres para ser amadas. Descubrí un Dios que se hace presente en la sororidad, en la voz de las que denuncian, en la memoria de las que nos antecedieron, en la fuerza que nace de sabernos acompañadas.

La lectura feminista de la fe me ayudó a desatar las culpas que me habían impuesto,

a romper con la idea de que debía esconder mi historia para ser digna. Comprendí que mi cuerpo, aun marcado por la violencia, sigue siendo un cuerpo sagrado, un espacio donde habita la vida. Esta conciencia ha dado un nuevo sentido a mis vivencias, ya no son solo historias de dolor, sino también memoria viva que puede acompañar a otras mujeres.

Hoy mi resistencia se ha transformado en presencia. Me vivo desde la resistencia porque he decidido no dejar que mi historia se escriba solo desde la herida. Resisto cuando abrazo mi cuerpo sin vergüenza. Resisto cuando nombro lo que antes callaba. Resisto cuando acompaño a otras, de cerca y de lejos, recordándoles que no están solas, que su dolor también puede transformarse en fuerza, que sus cuerpos pueden volver a sentirse casa.

Y en medio de esta resistencia, he encontrado libertad. Una libertad que no borra el pasado, pero que ilumina el presente.

Hoy reconozco que la vergüenza que cargué durante años nunca me perteneció. Fue sembrada por el silencio de los adultos que debieron protegerme, por la violencia que marcó mi infancia y por un sistema que nos enseña a callar para sobrevivir. Comprendí que callar me mantenía atada al miedo, mientras que hablar (aunque duela) me devuelve a la vida. Nombrar mi historia ha sido mi manera de recuperar mi voz, mi cuerpo y mi dignidad.

Decir “ya no me escondo” es un acto de insurrección íntima. Durante años viví tratando de hacerme invisible, creyendo que mi valor dependía de mantener el secreto, de cargar con culpas que no eran mías. Hoy elijo mostrarme tal cual soy, con mis cicatrices y mi historia, porque mi vida no se define por la

violencia que sufrí, sino por la fuerza que nació de ella.

Decir “ya no me avergüenzo” es devolverle la vergüenza a quienes me hicieron daño. Es mirar mi cuerpo, que sobrevivió al dolor, y reconocerlo como territorio sagrado. Cada marca, cada temblor, cada miedo transformado en paso firme, me recuerda que sigo aquí, que mi existencia es resistencia.

Vivir “desde la verdad y el aprendizaje” significa abrazar mi historia con honestidad radical. Mi verdad es que fui herida, pero también que he aprendido a sanar; que conocí

el miedo más hondo, pero también que encontré en la fe feminista y en la sororidad un refugio que se volvió impulso. Mi aprendizaje es que la libertad se construye paso a paso, hablando, llorando, sosteniéndome en otras mujeres, reconociendo que mi cuerpo, aunque lastimado, es mío y merece ser habitado con amor.

Hoy habitar mi cuerpo es mi mayor acto de fe. No una fe que exige sacrificio ni silencio, sino una fe que se hace carne en mi resistencia, que me recuerda que mi historia tiene valor, que mi voz importa y que mi vida, ahora, se vive sin cadenas.

CUERPA RESISTENTE, ALMA VIGILANTE

Vivir con diabetes en un mundo que exige productividad, delgadez y control

Yessica Isabel Santana Méndez¹

Vivir con una condición crónica como la diabetes tipo 1 es habitar una cuerpa que resiste. Resiste la imposición de cuerpas sanas, delgadas, productivas, obedientes. Resiste al ritmo frenético de un sistema que no se detiene ante el dolor ni la fatiga. Mi cuerpa, como el de tantas otras personas, ha aprendido a sobrevivir, pero también a rebelarse: a decir “basta” cuando no puede más, a exigir cuidados, pausas y dignidad en un mundo que se empeña en negárnosla.

Llevo dieciséis años viviendo con esta condición, diagnosticada desde la infancia. Mi cuerpa, feminizada, joven, con ovarios poliquísticos, con ansiedad y depresión, no encaja en los ideales médicos ni sociales. Desde pequeña aprendí a inyectarme, a cargar insumos médicos, a calcular gramos de carbohidratos en cada comida. Aprendí a obedecer un tratamiento sin fallas, porque el mínimo error puede costarme la vida. Pero también aprendí que **la enfermedad no se vive en automático ni en silencio**, y que la disciplina médica no siempre contempla el miedo, el dolor emocional o el cansancio de estar en lucha constante por sobrevivir.

Resistir en la cuerpa: la biopolítica de la enfermedad

Michel Foucault habló de las cuerpas que se gobiernan, que se regulan para producir. Yo vivo esa regulación desde la piel: cada pinchazo de insulina es una forma de control, pero también una forma de vida. Sin ella, mi cuerpa muere. Y sin embargo, el sistema me culpa si no logro las metas de glucosa ideales, si subo de peso, si me siento agotada. Como mujer, la exigencia es doble: **ser funcional, atractiva, “normal” y resiliente**. No hay espacio para decir “no puedo”.

Vivimos en un sistema que **medicaliza la existencia**, pero no acompaña los procesos reales de las personas. La cuerpa enferma no sólo es una cuerpa biológico: es una cuerpa con emociones, con relaciones, con luchas estructurales que lo atraviesan. Ser una mujer joven con diabetes en México implica lidiar con un sistema de salud deficiente, desabasto de medicamentos, médicos que minimizan tus síntomas, y la culpa constante por no “hacerlo bien”.

¹ Abogada feminista, antipatriarcal y maestra en políticas públicas por la Universidad de Guadalajara. Acompaña procesos jurídicos con perspectiva de género y ha enfocado parte de su trabajo en visibilizar la violencia a través de medios digitales y las resistencias desde las cuerpas enfermas. Vive con diabetes tipo 1 desde hace 16 años.

La espiritualidad encarnada que me sostiene no proviene de templos, sino de mis redes de apoyo, de otras mujeres que también viven con condiciones crónicas, de mi capacidad de transformar el dolor en ternura hacia mí misma. En los días difíciles me repito: “mi cuerpo no está rota, está luchando”. Y esa es una forma de fe.

El sistema de salud que nos falla y nos enferma más

No puedo hablar de mi condición sin hablar del abandono institucional. En México, el sistema de salud pública es una estructura de exclusión: largas filas, falta de especialistas, desabasto de insulinas, tiras reactivas que no alcanzan, y un personal que no siempre tiene formación en derechos humanos o perspectiva de género.

He tenido que enfrentar consultas en donde **mi diagnóstico fue minimizado por ser mujer joven**, donde se me culpó por mis cifras sin revisar mis contextos, donde se me prescribió sin explicarme. También he tenido que costear gran parte de mi tratamiento porque **el Estado no cubre lo que mi cuerpo necesita para vivir dignamente**.

Tener una enfermedad crónica no debería significar una sentencia de deuda, pero así ocurre. Cada frasco de insulina, cada sensor, cada cita con un endocrinólogo particular es una batalla económica. Muchas veces, la diferencia entre vivir bien o vivir apenas, **es cuánto dinero tienes para comprar tu salud**.

La resistencia frente al capitalismo farmacéutico

El capitalismo ha convertido nuestras enfermedades en mercados. Cada mes gasto

miles de pesos en medicamentos, insumos, consultas, y aún así, no siempre tengo lo suficiente. Las empresas farmacéuticas **no ven pacientes, ven consumidores**. Comercializan la esperanza, pero también la culpa: si estás descompensada, es tu culpa por no comprar el tratamiento ideal. Si no adelgazas, es tu culpa por no adquirir el suplemento correcto. Si te sientes mal, tal vez necesitas otra medicina (y otra, y otra...).

Las cuerpos como la mía se convierten en campos de prueba, en estadísticas, en diagnósticos. Se espera que midamos cada comida, cada paso, cada hora de sueño. Que optimicemos nuestra cuerpo para rendir. ¿Dónde queda el descanso, el placer, el gozo de vivir?

Resisto también esa narrativa. No soy un código QR, ni una gráfica médica. Soy una mujer que ama, que ríe, que se cansa, que sueña. Mi vida no puede ser medida solo en niveles de glucosa.

La espiritualidad del cuidado colectivo

En este camino, he encontrado fuerza en el feminismo, en otras mujeres que también luchan por vivir con dignidad. Nos acompañamos, nos compartimos insumos cuando hay desabasto, nos escuchamos cuando no podemos más. Creamos una espiritualidad propia, tejida con sororidad, justicia y rabia transformada en acción.

Mi espiritualidad no es de resignación, es de rebeldía. Me niego a creer que merezco menos por estar enferma. Me niego a ser útil solo cuando soy productiva. Me niego a callar cuando me duele, a sonreír cuando estoy exhausta, a normalizar la precariedad de vivir con una enfermedad en un país que no te cuida.

Mi cuerpo no es sólo el lugar del dolor: es también el lugar del amor, del deseo, de la dignidad. Y en ese cuerpo, **habita Diosa**, habita la fuerza de mis ancestras, habita una voluntad feroz de seguir existiendo con alegría.

Conclusión

Vivir con diabetes tipo 1 es resistir en cada pinchazo, en cada trámite, en cada consulta en donde no te creen. Es también encontrar

espiritualidad en lo cotidiano: en un día sin hipoglucemias, en una comida compartida sin miedo, en una red de apoyo que te recuerda que no estás sola.

No quiero romantizar la enfermedad. Es dura, es injusta, es cansada. Pero también puede ser un lugar de conciencia, de crítica y de ternura radical. En un mundo que duele, **nuestras cuerpos enfermas también son sagradas**. Y por eso, seguimos resistiendo... y sanando.

CUERPOS EN DISPUTA

Relatos de una Guerra Invisible

María Guadalupe Flores Arteaga¹

Resumen

Desde la infancia, a las mujeres se les enseña a mirar su cuerpo con sospecha, a juzgarlo, disciplinarlo y, finalmente, odiarlo. Este artículo reflexiona, desde una perspectiva feminista y situada, sobre la cultura de dietas como una forma de violencia patriarcal que ha convertido el cuerpo de las mujeres en un campo de batalla. A partir de una narrativa crítica, se explora cómo la presión estética, normalizada socialmente bajo la apariencia del “cuidado”, configura trastornos alimentarios, genera culpa y fragmenta la posibilidad de habitarlos plenamente. La cultura de dietas no es una práctica aislada de autocuidado, sino un sistema estructurado de dominación que modela cuerpos dóciles, vulnerables y productivos para el orden patriarcal-capitalista. En este sentido, recuperar la relación con el propio cuerpo es un acto de resistencia política y espiritual.

La guerra empieza en la infancia

“¿Qué hacía yo a los ocho años queriendo ir al nutriólogo para enflacar?” Este título, popularizado recientemente en un trend de TikTok, no es una simple moda pasajera ni una coincidencia generacional. Su impacto masivo revela una verdad incómoda: muchas mujeres se identifican profundamente con esa vivencia. ¿Cómo es posible que una niña, aún en pleno desarrollo físico y emocional, comience a creer que su cuerpo tiene algo que debe ser corregido? ¿Qué tipo de sociedad produce infancias inseguras, hipervigiladas y culpables por no encajar en un molde ajeno?

Desde muy pequeñas, las mujeres aprenden que sus cuerpos no les pertenecen por completo. Son comentados por familiares, observados por desconocidos y evaluados por figuras adultas que, con aparente autoridad, dictan que lo saludable “se ve” delgado, recto, contenido. Sin embargo, rara vez se cuestiona el

¹ María Guadalupe Flores Arteaga es licenciada en Filosofía y Psicología, docente universitaria y estudiante de la Maestría en Estudios Sociales. Cursa un diplomado en Relaciones de Género y desarrolla investigación con enfoque feminista y perspectiva interseccional. clmlarteaga@gmail.com | ORCID: 0009-0000-4143-871X

origen de ese mandato estético. ¿Quién decidió que lo bello es lo delgado? ¿Qué intereses sostienen esa mirada? ¿Por qué nos enseñan a vivir incómodas, midiendo tallas, escondiendo el cuerpo y sentir culpa por un acto tan fisiológico como comer?

La respuesta, aunque incómoda, es evidente: la cultura de dietas es una expresión de la violencia patriarcal. Sin embargo, muchas veces, pasa desapercibida, ya que se presenta como cuidado personal, como salud, pero en realidad responde a lógicas profundas de control, dominación y castigo, ya que, en la mayoría de los casos, buscando el “cuerpo perfecto”, se pierde la salud física, mental y espiritual.

Cultura de dietas:

Una forma de violencia patriarcal

La cultura de dietas no es un conjunto aislado de prácticas alimenticias, sino un sistema ideológico que glorifica la delgadez como sinónimo de belleza, éxito y salud (Córdova, 2023). Esta narrativa se impone con especial fuerza sobre los cuerpos feminizados, a quienes se les exige ajustar su volumen, apetito y forma a un estándar inalcanzable. No es casual: desde la perspectiva feminista, esta cultura opera como una forma estructural de violencia simbólica que mantiene a las mujeres ocupadas, fragmentadas y desconectadas de su autonomía (UNAM, 2023; Bordo, 1993).

En su crítica a la condición social de las mujeres, Marcela Lagarde advierte que *“las mujeres hemos sido educadas para ser para otros, para ser vistas, deseadas, utilizadas; no para ser nosotras mismas”* (Lagarde, 1997, p. 39). Esta afirmación resulta especialmente reveladora cuando se analiza la manera en que

los cuerpos femeninos han sido contruidos culturalmente como objetos de consumo y valoración externa. Desde temprana edad, las mujeres aprenden que su cuerpo debe responder a un ideal que no le pertenece, moldeado por la mirada masculina y los mandatos estéticos patriarcales. Estar delgadas, jóvenes, suaves, visibles y deseables se convierte en una exigencia constante: no se trata de habitar el cuerpo, sino de exhibirlo; no de sentirlo, sino de ajustarlo.

En este marco, la delgadez no es solo un ideal estético, sino una condición para la legitimidad. El cuerpo se convierte en una vitrina, en un escaparate que debe ser constantemente corregido, disciplinado y ofrecido. Así, el cuerpo deja de ser un espacio de apropiación de sí, de placer, salud o existencia, para convertirse en un objeto de control externo. Ya no se es *para sí*, sino *para otros*: para gustar, para encajar, para ser reconocida. Y lo más perverso es que nunca es suficiente: siempre se puede pesar menos, ser más delgada, más tonificada, más “presentable”. La promesa de aceptación se vuelve inalcanzable, y la autopercepción femenina se fragmenta en un ciclo interminable de insatisfacción.

Desde esta perspectiva, la cultura de dietas no es simplemente una práctica alimentaria, sino una expresión profunda de una violencia simbólica que expropia a las mujeres de su derecho a habitar sus cuerpos con dignidad y autonomía. Es una pedagogía de la sumisión que enseña a las mujeres a mirarse con ojos ajenos, a valorarse en función de su apariencia y a culparse cuando no cumplen con el ideal impuesto.

Susan Bordo (1993) afirma que los trastornos alimentarios como la anorexia y la bulimia no son fenómenos individuales, sino síntomas

sociales. En un contexto donde el valor de la mujer se asocia a su apariencia, el cuerpo se convierte en territorio de disciplinamiento. La feminista Naomi Wolf (1991) va más allá: la delgadez extrema ha sustituido los viejos mecanismos de control como el corsé, funcionando como una “dama de hierro” contemporánea que aprisiona desde dentro. Esther Pineda (2023), por su parte, denuncia esta cultura como una forma letal de violencia de género, que ha causado la muerte de mujeres a través de cirugías estéticas o complicaciones derivadas de conductas alimentarias extremas.

La violencia estética actúa de manera silenciosa pero devastadora. Las mujeres aprenden a desconfiar de su hambre, a sentirse culpables por comer, a recompensarse con restricciones. Comer se convierte en una acción moral. Adelgazar, en una obligación emocional. Fallar, en una culpa personal. Pero la culpa no es del cuerpo: es del sistema que enseñó a negarlo. (UNAM, 2023)

Trastornos normalizados: Cuando el cuidado es castigo

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) se han normalizado al punto de que muchas mujeres viven con síntomas sin saber que los padecen. Contar calorías, evitar grupos enteros de alimentos, hacer ejercicio para “compensar”, sentir culpa al comer, temer engordar: todas estas conductas, lejos de ser señaladas como señales de alerta, son aplaudidas como muestras de autocontrol (Salud Colima, 2024; Universidad de Guadalajara, 2023).

Las cifras son alarmantes. A nivel mundial, las mujeres tienen 2.5 veces más probabilidades de desarrollar un TCA que los hombres (Univadis, 2023). En México, se estima que

por cada varón con un TCA hay diez mujeres afectadas (Salud Colima, 2024). Además, el 33% de las mujeres mexicanas ha presentado síntomas asociados a estos trastornos en algún momento de su vida (UdeG, 2023). Pese a ello, los diagnósticos tardan en llegar: muchas buscan ayuda hasta una década después del inicio de los síntomas. La vergüenza, el estigma y la creencia de que deben “aguantarse” o que esto es lo “correcto” las mantienen en silencio.

Kim Chernin (1981) y Susie Orbach (1986) sostienen que el hambre de las mujeres por adelgazar es, en realidad, una metáfora del hambre de autonomía en un sistema que les niega la posibilidad de ser plenamente. Así, la batalla con la comida es también una batalla con el deseo, la voz y el derecho a ocupar espacio.

Cuerpos que no se habitan: Espiritualidad y castigo

La cultura de dietas no solo disciplina el cuerpo, sino también el alma. Se asienta en una ética heredada del cristianismo patriarcal, donde el sacrificio y el dolor son caminos hacia la pureza. Comer “limpio”, “portarse bien”, “no caer en tentaciones” son expresiones que revelan esta moral del control. El cuerpo se convierte en objeto de expiación: hay que sufrir para merecer, hay que restringirse para valer.

Desde esta lógica, el cuerpo femenino es, simultáneamente, pecado y altar. Se le venera y se le mutila. Se le celebra y se le castiga. Esta contradicción no solo genera enfermedad, sino una profunda desconexión espiritual. Las mujeres dejan de habitar, de confiar en sus sensaciones, de reconocer sus límites. Viven para verse, no para sentirse. Su existencia se convierte en una constante vigilancia.

Reexistir: El cuerpo como trinchera

En un mundo donde las mujeres buscan empoderarse, pocas han podido empoderarse de su propio cuerpo. Siguen atrapadas en una batalla que no eligieron pero que aprendieron a librar desde niñas, y que muchas veces, aún no saben que la viven. El cuerpo, que debería ser refugio, placer y movimiento, se transforma en campo de guerra.

Sin embargo, en medio del dolor, muchas han comenzado a resistir. Nombran la violencia

estética, cuestionan los estándares y desobedecen los mandatos. Se atreven a mirar su cuerpo con ternura, a reconciliarse con su hambre, a recordar que habitarse es también un acto político.

Recuperar el cuerpo es un proceso de sanación individual y colectiva. Implica desaprender la culpa, desarticular el odio, desobedecer la vergüenza. Significa dejar de contar calorías y comenzar a contar historias: las de miles de mujeres que, a pesar del castigo, se reencuentran con su carne como territorio sagrado.

Referencias

- Bordo, S. (1993). *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. University of California Press.
- Chernin, K. (1981). *The Obsession: Reflections on the Tyranny of Slenderness*. Harper & Row.
- Córdova, L. (2023, 7 marzo). La Fatshionista: “La cultura de dietas es violencia patriarcal”. *Pikara Magazine*.
- Lagarde, M. (1997). Los cautiverios de las mujeres: madres, esposas, monjas, putas, presas y locas. UNAM / Programa Universitario de Estudios de Género.
- Orbach, S. (1986). *Hunger Strike: The Anorectic’s Struggle as a Metaphor for Our Age*. W.W. Norton.
- Pineda, E. (2023, 6 julio). Violencia estética: otra forma de opresión patriarcal. *Afrofeminas*.
- Salud Colima. (2024, 2 mayo). TCA afecta a 10 mujeres por cada hombre. Gobierno del Estado de Colima. <https://saludcolima.gob.mx/noticia.php?id=7728&utm>
- UNAM. (2023, 6 marzo). La violencia estética existe. *Gaceta UNAM*. <https://www.gaceta.unam.mx/violencia-estetica-hacia-las-mujeres-ligada-al-machismo/>
- Univadis. (2023, 25 mayo). TCA: más frecuentes en mujeres y con subregistro en hombres. Univadis México. <https://www.univadis.es/viewarticle/las-niñ-y-mujeres-representan-9-de-cada-10-casos-de-2023a100068k?utmm>
- Universidad de Guadalajara. (2023, 30 noviembre). 1 de cada 3 mujeres padecen síntomas de TCA. UDGTV Canal 44. <https://www.udg.mx/es/noticia/uno-de-cada-cinco-adolescentes-puede-padecer-trastorno-de-conducta-alimentaria>
- Wolf, N. (1991). *The Beauty Myth: How Images of Beauty Are Used Against Women*. Harper Collins.

CUIDADOS, ESPIRITUALIDAD ENCARNADA Y RESISTENCIA FEMENINA

Una mirada feminista frente a la injusticia estructural

Aida Ortega Velázquez¹

¿A quién recuerdas que te cuidara cuando eras pequeña? Es muy probable que una mayoría responda que una mujer, pudiendo ser la madre, la abuela o alguna tía. La realidad es que en la mayoría de los hogares mexicanos, las mujeres destinan un porcentaje de tiempo considerable al cuidado y protección de otras personas, un rol que a menudo implica la supervivencia de sus familias. Estas labores incluyen cocina, limpieza, educación, atención y esfuerzos por mejorar las condiciones de vida en el hogar. Con el tiempo, esta responsabilidad se ha normalizado como una tarea exclusivamente para las mujeres, e incluso ha llegado a atribuirse como una obligación. Pese a no asignarle una remuneración económica, el tiempo dedicado al trabajo de cuidados limita las oportunidades de las mujeres para acceder a un empleo remunerado, realizar actividad física o desarrollarse personalmente (Lexlatin, 2025).

El estudio de los cuidados y trabajo doméstico no remunerado ha tomado relevancia,

tanto en la investigación científica contemporánea, como en los debates sobre la política pública (Ceballos y Duque, 2023). De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) el cuidado es un derecho humano pero como se menciono anteriormente históricamente este trabajo ha sido feminizado y relegado al ámbito doméstico, generando desigualdades estructurales.

Hablar de “cuidados”, y más concretamente de “trabajo de cuidados”, se refiere a todas aquellas actividades y tareas que gestionan y garantizan la supervivencia de todas las personas y colectivos, cotidiana y generacionalmente (Lázzaro, 2020). Con base en lo anterior dada la importancia del tema, este trabajo tiene como objetivo; analizar los cuidados y su relación con la espiritualidad encarnada desde una mirada feminista y de derechos humanos.

El trabajo de los cuidados se sitúa en la intersección del feminismo y los derechos humanos,

¹ Profesora Investigadora en la Facultad de Contaduría y Administración (FCA) de la Universidad Autónoma de San Luis Potosí (UASLP). Titular de la Unidad de Género (FCA-UASLP). Doctora en Psicología de las Organizaciones y del Trabajo por la Universidad Complutense de Madrid (UCM). Maestra en Dirección de Empresas y Recursos Humanos (UCM). Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de México (UNAM). aida.ortega@uaslp.mx

la invisibilidad del trabajo doméstico se relaciona con dinámicas de poder y dependencia económica, lo que a su vez desencadena la violencia de género y la violación a una vida libre de violencia de las mujeres (Bernal y Gutiérrez, 2024). La dependencia económica de las mujeres intensifica su vulnerabilidad frente a la violencia de género. Un estudio reciente sobre violencia económica señala que la falta de autonomía financiera “limita la capacidad de las mujeres para tomar decisiones en sus vidas” y es una forma de abusos estructural (Ramírez, 2024). Dada la relevancia del tema, la Asamblea General de la ONU declaró el 29 de octubre como “Día Internacional de los cuidados y del apoyo”, respaldando su reconocimiento como derecho humano, garantía de condiciones dignas y autocuidado.

El feminismo ha desarrollado diversas perspectivas teóricas sobre el trabajo de cuidados, que pueden ubicarse en un continuo. En un extremo, se encuentra el enfoque ético o del “pensamiento maternal”, representado por autoras como Carol Gilligan y Sara Ruddick. Este destaca por una orientación basada en el cuidado, la empatía y la responsabilidad afectiva. En el otro extremo está el enfoque materialista y no diferencialista, que interpreta la asignación desigual de los cuidados como producto de una rígida división sexual del trabajo. Esta perspectiva subraya la necesidad de redistribuir las tareas de cuidado entre géneros y generaciones, y de fortalecer los servicios públicos para garantizar una atención adecuada (Esteban, 2017).

Desde la teología feminista, el concepto de la espiritualidad encarnada permite resignificar el trabajo de cuidados no solo como una práctica social, sino también como una experiencia profundamente corporal, ética

y espiritual. Esta noción, desarrollada por la teóloga feminista Ivone Gebara, propone que los cuerpos —particularmente los cuerpos feminizados— no solo son agentes de cuidado, sino también territorios de resistencia, dignidad y trascendencia (Comesña, 2010).

La espiritualidad encarnada se aleja de visiones abstractas y dualistas, y se manifiesta en las prácticas cotidianas de sostener la vida, sanar, alimentar, escuchar y acompañar, aun en contextos de precariedad. En este sentido, el cuidado se convierte en una forma de espiritualidad vivida, donde lo sagrado se encuentra en los gestos de entrega, en la compasión encarnada y en la lucha contra la injusticia estructural que oprime a quienes cuidan.

A modo de conclusión, se puede decir que el trabajo de cuidados, históricamente invisibilizado y feminizado, constituye una dimensión central en la reproducción de la vida y en la configuración de las desigualdades estructurales de género. A través de un enfoque feminista y de derechos humanos, este artículo ha evidenciado cómo el cuidado —lejos de ser una tarea privada o natural— responde a una lógica patriarcal y económica que explota los cuerpos y tiempos de las mujeres, limitando su autonomía y bienestar.

Asimismo, al incorporar la noción de espiritualidad encarnada, se propone una lectura más integral del cuidado como práctica relacional, afectiva y ética, que da sentido a la vida cotidiana y se convierte en una forma de resistencia frente a contextos de exclusión. Reconocer esta dimensión espiritual y política implica revalorizar el cuidado no solo como derecho humano, sino también como acto de justicia, dignidad y transformación social.

Por tanto, avanzar hacia un modelo de corresponsabilidad social del cuidado requiere políticas públicas que garanticen su redistribución y reconocimiento, pero también un

cambio cultural profundo que dignifique las prácticas de cuidado desde una mirada interseccional, feminista y humanizadora.

Referencias

Bernal, O. A y Gutiérrez, M. L. (2024). Voces de lo invisible. Comisarías de familia y casos de violencia de pareja. Editorial UTADEO. Colombia.

Ceballos, M. O. E. y Duque, G. C. A. L. (2023). Trabajo doméstico no remunerado: consumo e inversión en capital humano de las familias mexicanas. *Problemas del Desarrollo*, 54(215), 26-53.

Comesaña, S.G. (2010). Ivone Gebara: Una religiosa y teóloga ecofeminista. *Clepsydra*, 9, 41-68

Esteban, M. L. (2017). Los cuidados, un concepto central en la teoría feminista: aportaciones, riesgos y diálogos con la antropología. *Quaderns-e*, 22(2), 33-48.

Lázzaro, A. I. (2020). “Los cuidados” como categoría de análisis de lo socioeconómico.

Una propuesta teórica de transformación desde la economía feminista. *methaodos.revista de ciencias sociales*, 8(2), 258-270

Lexlatin (2025). Trabajo de cuidados no remunerado en México y su falta de protección en los sistemas de seguridad social. <https://lexlatin.com/opinion/trabajo-cuidados-no-remunerado-mexico-seguridad-social>

Ramírez, H. N. (2024). Violencia económica. Afectaciones a los derechos de las mujeres. *Ciudad Defensora. No a la violencia de género* 5(31), 2-40.

ONU Mujeres. América Latina y el Caribe. Día internacional de los cuidados y el apoyo. <https://lac.unwomen.org/es/stories/noticia/2024/12/dia-internacional-de-los-cuidados-y-el-apoyo>

LAS DE LA HISTORIA

Gloria Sofía Martínez Moreno¹

Podríamos hablar de tantas cosas que pasan en nuestro templo, en nuestro cuerpo... al escuchar otras experiencias me sigo maravillando de lo que la mujer vive en el día a día y que lejos de salir en los medios de comunicación, o de hablarlo en algunos grupos sociales para conocer más del tema y ser más solidarios con dichas experiencias, todavía se queda tan en secreto. Pareciera que la mujer debe actuar así. Como si no menstruara, como si no doliera, como si no costara. Los embarazos y abortos, por ejemplo. Todo sucede en el mismo espacio: el cuerpo de la mujer.

¡Cuántas mujeres debieron fingir estar bien!, ¡cuántas mujeres debieron esconder sus miedos y secar sus lágrimas antes de un compromiso laboral!, ¡cuántos días como si nada pasara mientras que el mundo casi se derrumbaba!, ¡cuánto disimulo!, ¡cuánto silencio! Ellas, lo dieron todo. En sus cuerpos quedaron las memorias de historias de éxito, pero también de duelo y luto.

Un doctor dijo: “las mujeres piensan que embarazarse es un proceso lineal, pero es todo lo contrario, desde que sucede la con-

cepción se viene un camino lleno de posibilidades de vida, pero también de no vida, de vulnerabilidad, de muerte”. Y hablando con amigas sobre el tema, me sorprende escuchar sus realidades y descubrir lo que aquel doctor trataba de decirme. Pero ellas, a pesar de lo que vivieron, siguen sonriendo, dándolo todo, maternando, criando, trabajando, sobreviviendo.

Un ancla: la capacidad de resistir lo que había pasado en sus cuerpos, la esperanza de sanar y el acompañamiento de sus círculos más cercanos que fueron a curarlas, a abrazarlas, a escucharlas. O quizá solas. Sin duda alguna la experiencia de Dios cambia y se transforma con todas estas vivencias.

¡Benditos momentos en los que compartimos nuestro dolor!, ¡benditos espacios en los que se nos escucha!, ¡bendita vida compartida!, ¡bendita complicidad evangélica entre mujeres!, ¡benditas comunidades! Esas que sostienen tanto.

Es que he quedado atónita cuando las mujeres cercanas a mí me han contado por lo que han pasado. Es verdad lo que decía aquel doctor:

¹ Comunicóloga, maestra de secundaria, acompañante espiritual en EE de San Ignacio. Hija, hermana, amiga y esposa. Inquieta por la teología feminista y algún día teóloga oficial. gloriasofia.martinezmorano@gmail.com

“el embarazo no es un proceso lineal, y hace falta hablar más”. He escuchado experiencias preciosas en donde desde la concepción hasta el parto ha salido todo “bien”, he escuchado otras en las que no hago más que callar y escuchar, pero en mi interior, mi corazón se apachurra al descubrir tanto dolor en sus experiencias, tanta incertidumbre. No entiendo cómo le han hecho para estar de pie.

Quizá por eso he reflexionado sobre lo sagrado que es cuando entre amigas compartimos nuestras experiencias con base a lo que va sucediendo con nuestros cuerpos. La experiencia sagrada de compartir historias entre hermanas, entre amigas, entre nosotras... la experiencia sagrada de sabernos acompañadas, juntas, perfectamente comprendidas... que nos proveen de lo necesario para poder gritar aún con miedo un Sí bien alto a la vida. Un Sí bien alto y bien acompañado, por tantas y tantas que tienen otras historias, algunas de ellas que están plasmadas en las Sagradas Escrituras y que como sabias ancestras nos podrían ayudar a escuchar, a curar, a sanar, a caminar, a arriesgar, a compartir o a llorar.

Por ello las quiero honrar y las busco más y más en espacios litúrgicos o celebraciones en mi Iglesia y/o mi comunidad cercana de oración y aunque a veces no las encuentro, no las nombran o no las conocemos, hoy quisiera mencionarlas e invocarlas para que nos sigan iluminando. Ellas, las de la historia:

“Las de la historia”

Sara, Hagar,
Miriam y Débora.
Ruth, Esther y Judith,
la mujer samaritana, Martha.
La mujer que sangra, la mujer cananea.
La mujer que perfuma la cabeza de Jesús,
María Magdalena
María, Madre de Jesús
Junia, Febe
Prisca, Lidia.
María, madre de Juan Marcos
Tecla,
todas las de la historia:
Dancen en este círculo de vida
para que su corazón resucite conmigo.
Háganse presentes en mi voz
para que mi espíritu permanezca en el amor
y mi cuerpo se una al suyo
para que mi mente trascienda horizontes.
Únanse
A mi respiración que abanica encierros
a mis pies que revelan paciencia
y mis manos que derraman ternura.
Únanse a mis labios que reclaman
exaltar a nuestro Dios
DIOSA
Que nos ama
y que nos sigue amasando la vida
para SER justo lo que jamás pensamos ser:

Nosotras mismas.

Las de la Historia.

GlowFia²

2 GlowFia es mi pseudónimo. El poema es parte de mi primer poemario titulado VerdeSer.

Para ir cerrando, el tema de la revista es un título tan estremecedor como claro: *“Un mundo que duele, los cuerpos resisten y las espiritualidades sanan”*

Y sin dudar... sin dudar nuestros gestos en la vida cotidiana sostienen esas espiritualidades necesarias para seguir infundiendo confianza en nosotras mismas, espiritualidades que nos permiten reconocer lo que pasó, nombrarlo, compartirlo y ofrecerlo para colocarlo en un espacio habitado por la fuerza de la creación según lo necesite cada una.

Una espiritualidad eucaristía, una espiritualidad de ofrenda, una espiritualidad de comunidad en la que vayamos contándonos quienes somos y con el corazón abierto, lo que vamos viviendo y experimentando sea consagración para en quienes nos transformemos.

Cuando contemplo la vida pasar en algún parque, en mi trabajo o incluso en una reunión familiar me preguntó lo que los cuerpos de cada mujer con la que estoy “oculta” a los ojos de los demás. Y eso me ha vuelto mucho más compasiva, queriendo verlas como Jesús nos vería. Somos cuerpos resistiendo el “lujo” de dar vida, somos cuerpos resistiendo el sueño de ser madres, somos cuerpos habitando realidades de mundos que duelen y que han vivido la muerte y tantas cosas más.

Como las mujeres que aparecen en la Biblia, como tantas otras mujeres que me han contado sus historias, por las que aún no conozco, con las que jamás llegaremos a hablar de temas tan íntimos, es que me quisiera unir a ellas en oración para que sigamos navegando como Iglesia en la experiencia de un Jesús compasivo que nos reconoce, que reconoce nuestros heridos cuerpos, pero que con ternura nos sigue invitando a que dancemos en su banquete profundo de amor. Que así sea.

Comunicóloga. Inquieta por el mundo y las posibilidades de la teología desde muy chiquita gracias a mi abuelita. Luego un sacerdote me presentó a la teología feminista y me explotó el corazón. Estudié el diplomado de Enfoque feminista de la teología cristiana por la IBERO. Soy acompañante espiritual en los Ejercicios Espirituales de San Ignacio. Maestra de secundaria. Hija, hermana, amiga y esposa. Algún día seré teóloga oficialmente.

LA FUERZA DE DIOS EN LA DISCAPACIDAD

Miryam Argüelles Farias¹

Dios da las batallas más difíciles a sus mejores guerreros, está es una de las frases que más he escuchado a lo largo de mi vida y, a decir verdad, no sé qué tan cierta sea, de lo que si estoy segura es que nacer con una discapacidad te coloca en una situación de extrema vulnerabilidad, porque no serás vista como una persona “normal” además de tener que enfrentarte a una sociedad que no se encuentra preparada para atender a personas con una condición diferente.

Hoy quiero compartirles a manera de reflexión, cómo mi discapacidad ha determinado algunos aspectos de mi vida y cómo la fe me ha permitido ver mi condición como una parte esencial de mí, lleno de obstáculos, sí, pero también de oportunidades y no necesariamente como un castigo divino.

Nací de seis meses y medio y, derivado de una atención inadecuada, poseo una discapacidad motriz que limita mi movilidad y, desde que tengo memoria, he tenido que hacer frente a los desafíos propios de mi con-

dición y de la vida. Durante mucho tiempo, en mi niñez, me embargaron sentimientos de tristeza, enojo y frustración al ver que no podía llevar a cabo aquellas actividades cotidianas que todos los niños y niñas realizaban sin que les representaran mayor esfuerzo. Aunado a esto, enfrentaba preguntas incómodas y miradas de lástima. Al paso de los años, la situación no ha cambiado, solo que ahora el desafío más grande ha sido la integración sin barreras ni prejuicios al mundo laboral.

El enojo y la frustración derivado de todo esto, me hacía llenarme de preguntas tratando de entender el porqué de mi discapacidad, qué era lo que había hecho mal o qué estaba pagando. Estos momentos en los que nada parecía tener sentido y en los que las respuestas nunca llegaron, me llevaron a trabajar internamente en el fortalecimiento de mi fe. Pues si en el plano terrenal me era imposible encontrar respuestas, quizá si lo hiciera por el lado espiritual.

El camino no ha sido fácil. Sin embargo, el trabajo interno me ha permitido centrarme

¹ Miryam Argüelles Farias. Lcda. Relaciones Internacionales por la Universidad Iberoamericana. Maestrante en Administración de Negocios con Orientación en Comercio Internacional por la Universidad del Valle de México. Funcionaria Pública con más de 13 años de experiencia en temas de Prevención del Delito. Miembro fundador del Colegio Aeronáutico Aquilo Bóreas. Amante de la adrenalina, los viajes y la naturaleza.

cada vez más en el para qué y no en el por qué. Hoy, me genera mayor paz interior pensar que Dios, al ponerme en medio de esta situación, me está dando la oportunidad de buscar mi verdadero propósito en la vida.

El acercamiento con Dios ha sido un elemento fundamental para sobrellevar las dificultades. La fe, que, si bien no cambia mi realidad, ni ha dado respuestas a mis interrogantes, me ha permitido enfrentar los desafíos con mayor entereza. Además, me ha ayudado a ver el mundo de manera diferente y a apreciar las pequeñas cosas que la vida nos ofrece y que por el ajetreo de la cotidianidad olvidamos disfrutar.

En el camino hacia la aceptación y de la mano de Dios, estoy aprendiendo a abrazar la discapacidad, y digo “aprendiendo”, porque este es un trabajo diario. Cada día representa una oportunidad para abrazar la vida, aceptar mi cuerpo, reconectar con mis emociones y espíritu. Ahora, me permito equivocarme y ver la discapacidad como el motor que me impulsa hacia la superación personal; porque en este andar de la vida, rendirse no es opción.

Al recordar los momentos más difíciles de mi vida, hoy entiendo que si Dios quita algo de tu camino o permite que pases por situaciones muchas veces inexplicables, no es porque te esté castigando, sino porque detrás de eso hay una enseñanza, un propósito mayor. En mi caso, he descubierto que la discapacidad me ha permitido desarrollar la resiliencia, la sensibilidad y la empatía ante el sufrimiento y necesidades de los demás. Me ha enseñado que todos somos imperfectos y valiosos sin importar las limitaciones físicas

del cuerpo, pues fuimos hechos a imagen y semejanza de Dios.

He aprendido que mi camino no tiene que ser igual al de los demás y que al compararme con lo que puedo o no hacer, lo único que estoy logrando es limitar mi avance personal porque, cada persona es única, y justo es en esa unicidad, que Dios se hace presente para enseñarnos que todos tenemos aprendizajes, retos y metas distintas y que no importa que tan dura sea la prueba siempre habrá un milagro detrás de esta.

Admito que cada día representa una enseñanza y que, a pesar de que aún hay días de oscuridad en los que mis fuerzas y fe flaquean, llevándome a cuestionar los planes de Dios y su bondad. Es precisamente en esos momentos cuando él, lejos de soltarme de su mano, se ha encargado de mostrarme lo maravillosa que es la vida y todos los milagros que sin darme cuenta me han rodeado.

Desde una mirada más espiritual, de aceptación y de fe, puedo expresar que si bien la discapacidad le dio un rumbo inesperado a mi vida, también me ha mostrado que los verdaderos límites se encuentran en la mente y que, aunque veo y vivo el mundo de manera diferente, eso no impide que lo pueda disfrutar a plenitud con pasos lentos, pero firmes, y en ese caminar de firmeza siempre agradecida por tener una red de apoyo familiar y de amigos que han sido mi faro de luz en mis fracasos e impulsores de todos mis logros.

Como reflexión final, la discapacidad no es un castigo divino y aprender a verla desde el amor, permite entender que Dios nunca te dará más de lo que no puedes soportar.

DIOS DE RISPA, ECO QUE PERDURA

Teresa López Olvera¹

En el antiguo testamento encontramos narraciones de pueblos que viven su fe en medio de las luchas de poder, las guerras, las tradiciones, y que entretejen relatos con la cotidianidad de la vida, la reorganización de las relaciones sociales y los eventos derivados de cambios drásticos; periodos como la monarquía son ejemplo de estas situaciones:

“Con probabilidad, se sitúan los relatos en los siglos XI y X a.C. Hacia el año 1030 Saúl es ungido rey, David comenzaría su reinado en Hebrón hacia el 1010 y Salomón en el 971. Los grandes imperios atraviesan momentos de cambios y crisis internas y pueden actuar sobre Palestina dos pueblos relativamente recientes en dicho lugar: filisteos e israelitas”². (Alonso Schökel, 1993. P. 355).

Entre estas narraciones bíblicas se habla poco de las mujeres, a veces se refiere a ellas sin mencionar su nombre, sin embargo,

están presentes y guardan activamente la memoria de la fe y de la vida. En el 2º libro de Samuel, se menciona a Rispa y su acción profética³, como concubina⁴ de Saúl. Rispa tiene una vida en el contexto de las luchas políticas, violentas y comerciales.

“Rispa cubre con su sayal los cadáveres de sus hijos y nietos para evitar que sean devorados por las aves y las bestias hasta que David recoja sus huesos”.

Rispa pone en entredicho los medios de llegar al poder, de mantener sus reinados y sobre todo el culto al Dios violento y de guerra que se ensalza, mientras que ella permanece fiel a la tradición de misericordia y justicia.

En las pocas citas, como ventanas, podemos apreciar varios aspectos de su vida, como mujer de rol social de concubina, de madre de familia, de continuadora de la fe y de las tradiciones, vive siendo botín de los intereses

¹ richeda03@gmail.com

² Comentario tomado del marco histórico de La Biblia de Nuestro Pueblo a los libros 1 y 2 Samuel.

³ 2 Sam. 3,7; 21,1-14

⁴ La prostitución, el concubinato y el adulterio eran permitidos, aunque sancionado el adulterio se practicaba constantemente. Era un sistema establecido por los hombres para los hombres, un sistema de servicio sexo-laboral a los hombres poderosos, procurándoles hijos, riqueza y sabiduría por parte de las mujeres obligadas desde edades muy tempranas y esto tenía cientos de años de existir y ser justificado.

y acuerdos entre hombres, por eso se realiza la venganza de sangre o delito de sangre que exige sangre, vulnerándola a ella, a su hija, y a sus descendientes.

Se nos muestra como mujer de dolor y de no resignación, de denuncia como aspecto profético, y con esto último también me refiero a su duelo profético.

La profetisa Rispa, no enmarcada aparentemente, dentro de todo lo característico de profetas y profetismo, tiene praxis profética.

La voz profética asociada con el Dios de la misericordia, se caracteriza por su condena firme y radical de los poderes políticos a causa de la sistemática y continua opresión política, social, religiosa y económica que propician y ejercen el abuso de poder y las violencias; repudia y transgrede estructuras de dominio opresor, sobre todo aquella que intenta legitimarse con ideologías nacionales o religiosas. En general el profetismo hace solidaridad con los desvalidos, desamparados, oprimidos y vulnerables.

Las mujeres se desempeñaron durante mucho tiempo como sacerdotisas, adivinas y profetisas. En su praxis incluyen la resistencia, intuición, perspicacia, creatividad y audacia, así como la alegría y el liderazgo, cualidades relacionadas con la profecía que hacen de ésta una práctica comprometida con la fe, en sus comunidades y pueblos, en medio de conflictos, injusticias y luchas de poder, así como guerras, características en la monarquía de David.

La profecía bíblica de las mujeres se caracteriza por la sabiduría manifiesta en la vida cotidiana y en momentos de crisis social. No les vence ser desechadas de la historia, como Noemí, Ruth, o la Madre de los macabeos, su tenacidad no hace alianzas.

A Rispa se le menciona lo suficiente para conocer su profunda relación con un Dios de misericordia, Dios de memoria viva, que no olvida, diferente al Dios de David que enarbola a un Dios de dinero, de prestigio, de guerras, de libre albedrío y de muerte.

Rispa no solo clama por justicia al rey, sus funcionarios y a sus mercenarios, sino que clama y cuestiona a su Dios.

Ella guarda memoria en resistencia, en su situación esta presente el Dios de misericordia y con ello activa la esperanza; su profecía mueve y conmueve al pueblo que parece no ver los crímenes, y que solo tiene que cumplir la ley y la alianza. La ley da primacía a la justicia, según entendida en ese tiempo, pero deshumaniza.

Cuando Rispa ejerce la memoria el Dios de misericordia, trae el dios del Amor, el consuelo, la gracia, y la justicia inclusiva. Hay prioridad por la misericordia, por lo que vive el ser humano, este es el principio misericordia ex. 34,6-7.⁵ Acoge en amor a quienes lo habían rechazado, este Dios supera los esquemas moralistas de la ley. Por eso para Rispa no basta la ley del talión ni la justicia de hombres. Sino la cercanía, de piedad infinita,

⁵ “Yahvé, Yahvé, Dios compasivo y clemente, lento a la ira, rico en misericordia y lealtad, misericordioso hasta la milésima generación; que perdona culpa, delito y pecado, pero no deja impune, sino que castiga la culpa de los padres e hijos y nietos hasta la tercera y cuarta generación”. Pikaza, J.(2013) Diccionario enciclopédico de la Biblia. p. 650. Editorial Sapientia, México.

del Dios en el que se puede confiar porque su amor es incondicionado, va más allá del pacto que habían hecho los pueblos y autoridades que sacrifican a su familia

Dios es la esperanza de futuro y vida para el pueblo, como lo cantan los salmo 57 y 67, esperanza perene para un pueblo experto en opresiones. Donde parece que la historia solo termina en muerte, se levanta la fuerte palabra de promesa: Dios es rico en misericordia, que da clemencia sobre los pecados y delitos temporales. Tiene entrañas maternas y engendra amor para siempre, es fuente creadora de vida y no como condición del comportamiento. Ama porque puede amar.

El poder de David y los hombres de su tiempo, se muestra oprimiendo a otros. El amor de Dios, que es su poder, se muestra amando, renuncia a la opresión y a la imposición o condicionamiento; responde con amor a todos, amando de forma igual a todos. Por eso Dios no tiene que defender su poder.

Es Dios que camina con su pueblo, que se hace amigo del forastero y del esclavo, de la viuda, el huérfano, la concubina, y les procura su vida y libertad.

Rispa abraza una causa que parecía estar perdida: hablar por los muertos, más que vanagloriar las causas de los violentos y sus macabros triunfos a costa de sangre y despojo, más que callar ante el común de la violencia que cobra vidas como algo normal, incluso establecido como ley y pacto; ella grita con sus acciones, clama al otro Dios y Dios la escucha.

Ese eco perdura hasta nuestros tiempos:

Hace décadas hay clamor de las Rispa de nuestros tiempos, mujeres que, ante las guerras, las violencias institucionalizadas, claman por que se muestre Dios de la misericordia y consuelo, y llegue la justicia inclusiva; mujeres que piden esclarecer los feminicidios, no ya de manera pasiva sino activa, como dice el canto de Vivir Quintana⁶ “Soy esta que te hará pagar las cuentas”.

México experimenta violencia armada exacerbada en al menos 20 estados. Son muchas las formas violentas y los resultados son cientos de asesinatos, personas desaparecidas y miles de fosas clandestinas. Los gobiernos corruptos, cómplices y mafiosos, coludidos con los grupos de crimen organizado en narcotráfico, trata de personas y homicidios, hacen una estructura del mal que deshumaniza la realidad, y por tanto la historia, esto se traduce en un mal estructural histórico; esta dimensión histórica es llamado también poder del mal⁷, que se ejerce en formas concretas en la que se percibe la maldad histórica (por la unión histórica de los pecados, diríamos religiosamente) con responsabilidades reconocidas, rostros concretos y por tanto demandas alcanzables en crímenes estructurales dentro de sociedades feminicidas, sociedades excluyentes y sociedades violentas-criminales.

Así, las personas de diferentes lugares buscan a sus seres queridos, local, regional y estatalmente, con exigencia de acceso a la justicia, igualdad, libertad de expresión y de manifestación, como eco de la misericordia y el bien; dando lugar primero a grupos de

6 Joven cantante mexicana oriunda del municipio de Francisco I. Madero, Coahuila, destacada por sus cantos feministas y de denuncia, autora del canto “Canción sin miedo”.

7 Vidal, M. (1992) *Diez palabras claves en religión*. Mal. Editorial Verbo Divino.

buscadores y después a colectivos, redes y frentes de buscadores de personas llevadas, no localizadas y desaparecidas.

De tal forma que los gobiernos tuvieron que voltear a ver estos crímenes y a quienes buscan. Escuchar, negociar, implementar espacios de atención. Legislar para la vinculación de las leyes a nivel municipal, estatal y federal. No si tratar de difamar, desmovilizar agendas, darles migajas y favores económicos y cooptar a sus líderes para partidos y puestos de gobierno.

Se ha hecho mucho esfuerzo, pero no se alcanza ni la mitad de las exigencias. Los asesinatos y desapariciones siguen ocurriendo y el hallazgo de “positivos”⁸ en excavaciones por los cuatro puntos cardinales de la República Mexicana son experiencias cotidianas.

La fuerza que tiene el movimiento de buscadoras conmueve a los pueblos y mueve a todo el Estado mexicano, pone en evidencia las corrupciones traducidas en recortes presupuestales a espacios forenses, que a su vez se traduce en el almacenamiento de cuerpos y restos humanos en refrigeradores externos a las morgues y la falta de identificación, registros nacionales, procedimientos y análisis de restos humanos, así como acoso a buscadoras, asesinato y revictimización.

El sin número de personas desaparecidas no se conoce con exactitud, por la negligencia de las autoridades, la imparable máquina de asesinar y desaparecer, de impulsar la trata de personas, que lleva a cabo el crimen organizado, y la colusión de autoridades, empresarios y cuerpos de seguridad.

Desde la tradición cristiana llega el eco del Dios de Rispa que se encarna en Jesús, y necesitamos reconocer su práctica intensiva de inclusión y trato cariñoso con los empobrecidos e injusticiados de su tiempo, llamados pecadores; y que este Jesús apuesta todo a esta forma de vida comunitaria, les llama amigos; le importan las personas, más que las instituciones o prestigio y que el templo.

También necesitamos aceptar qué, por preponderar estas amorosas relaciones en vida comunitaria, como nueva forma de relación con Dios y entre creyentes, vivió todos los banquetes, riesgos, fiestas y peligros, llegando a las últimas consecuencias sin echarse para atrás.

En las espiritualidades teológicas y liberadoras Dios elimina lo que puede llevar a la opresión, estando a favor de los empobrecidos. Así, Rispa se encuentra entre las pobres y marginadas, no sólo por su condición de mujer, de concubina-ficha de poder, de viuda sino por ser madre de personas asesinadas y el intento de desaparición de sus seres queridos. Ella, conocedora del Dios de Israel, alude a la misericordia desde su perseverancia y presencia activa no violenta ante los crímenes. Desde la memoria de los marginados, en la periferia, con al abanderamiento de sus últimos recursos, permanece. Proclama una espiritualidad desde la esperanza y de quienes son necesitadas y se confían, de quien sólo tiene al Dios de la vida, para hacer posible la misericordia, la justicia inclusiva, ella de pie espanta las aves de rapiña resguardando a quienes se les arrebató la vida.

La memoria orante de Rispa no es sentimental y conformista, sino que es la memoria

8 Cuerpos o restos de personas humanas

teológica del coraje y la indignación, de la fidelidad tenaz que descarta las hipocresías y servidumbres. Es una memoria peligrosa que tambalea las columnas del poder corrompido que pisotea y desecha a las personas. Una memoria espiritual y práctica de fuego que enciende la vida, que no tiene concesiones, ni precio, ni olvido. Ahí permanece encendida, alumbrando la esperanza de la reparación. La Ruah fortalece la praxis, rompiendo la ignominia y vuelve a Rispa mujer no sólo de esperanza, sino esperanzadora de otras y del tiempo, por su gran fuerza profética. Por eso le podemos reconocer también en muchas de las mujeres buscadoras.

Con esta espiritualidad, la subordinación de las mujeres como Rispa, queda en entredicho, pues resurge la idea de libertad en ganar perdiendo.

En su protesta pública evidencia la despiadada actuación del rey David, sus aliados y su Dios de muerte, Dios sacrificial que hace sentir bien a los hombres que derraman sangre para demostrar su hombría hueca que no se llena nunca.

Rispa, nos enciende la memoria y nos permite reconocer al Dios de la vida, desde y

con las personas que buscan y encarnan un duelo subversivo, duelo con raíces antiguas y nuevas, que se mueve en lo sagrado sin templos, porque la clemencia, misericordia y amor están en todos lados, todas las tierras con huesos en fosas clandestinas merecen ser descubiertas y las familias merecen recibir a sus seres sagrados.

Referencias

Abrego, J. (1992) *Los libros proféticos*. Editorial Verbo Divino. España . pág 19.

Alonso Schökel, L. (2009) *La Biblia de nuestro Pueblo*. Ediciones Mensajero

Freitas, C. De (1988) *La mujer en la Iglesia hoy: Carisma y Profecía*. Revista signo. 63-71.

Picaza, J. (2013) *Diccionario enciclopédico de la Biblia*. Editorial Sapientia, México. p. 650

Strong, J. (2003) *Diccionario Strong de Palabras Originales del Antiguo y Nuevo Testamento*. (2ª. Ed.) Miami, EE UU. Caribe.

Vidal, M. (1992) *Diez palabras claves en religión. Mal*. Editorial Verbo Divino.

Teresa López Olvera es Pasante de la Maestría en Teología por la Comunidad Teológica de México, Licenciada en Sociología por la UNAM, Derechos humanos por la Universidad Autónoma de la CdMx y la Universidad Iberoamericana; otra formación en Feminismo decolonial. Histopatología y Herbolaria. Colabora en el Centro de Estudios Ecuménicos, ONG's, y colectivas de Mujeres rurales e infancias, en La Laguna, Coahuila.

ESPÍRITUS EN GUERRA

Ailin Katherine Palmera Amaya¹

Entre guerras muchos cuerpos en su esencia son violentados, masacrados, abusados, tal como lo vemos en la guerra de Israel con Gaza específicamente, mujeres y niñas abusadas, desmembradas por los brutales ataques.

Esto es algo que genera muchos sentimientos negativos y sobre todo impotencia de no poder hacer lo suficiente para poder ayudarlas, no obstante, en nuestra alma llevamos luz, y esto nos insta a recurrir a la oración y poder dar esa fortaleza necesaria a la distancia, cada ser espiritual conoce y descubrirá cuan grande es el mundo no visible, ese que no vemos, que no podemos palpar con nuestras manos, pero que si sentimos.

Cuando una mujer decide acompañar a otra en su proceso de sanación o liberación, no solamente ayuda a sanar a esa mujer, sana a muchas y a ella misma dependiendo su devoción.

La violencia no compenetra las almas si esta se blinda con fervorosa oración, día a día.

Salmos 68, 11

El Señor da la palabra, las mujeres que anuncian las buenas nuevas son gran multitud.

Dicho esto en el salmo 68 -11, en estos tiempos debemos ser más las mujeres que buscan ayudar y el bienestar de otras, que las que atacan y buscan su destrucción.

Las mujeres merecen ser cuidadas, valoradas, protegidas, son la fuente de la vida, la luz que embellece el mundo.

Fuente de amor y esperanza, cada mujer en su esencia, cada ser humano en su fragilidad es protagonista de su historia y levanta con la fuerza de su alma su humanidad, su nombre y su poderoso legado, en este planeta llamado tierra.

Todas las naciones en su existencia y espiritualidad deben emprender una lucha que lleva a la gran victoria de la humanidad, luchar contra las injusticias, contra la crueldad hacia pobres e inocentes en todo el planeta

¹ Teóloga del Obispado Castrense de Colombia, con maestría en Divinidad de HDS, Líder Global en Salud, políticas y activista climática, secretaria de Comité de planeación en Afrihealth Optonet Association África (AHOA), miembro activa del comité de Jóvenes Season Of Creation, editora y colaboradora. ayllyngdiamond@gmail.com

que gime por el dolor, de tantos abusos, violaciones a los derechos humanos.

Un cuerpo sin alma habla y no precisamente desde su alma, habla desde el olor insoponible que emana, de las heridas o cuan violentado haya sido, habla y nos lleva a ver la realidad de la crueldad sin género, porque no importa si es niño, niña, hombre o mujer, ¡la violencia está muy latente!

Sin embargo, la paz llegará y al unísono las almas buenas podrán contemplar y vociferar ¡Justicia! Ese momento tan anhelado por cada ser que clama porque sea visible la verdad.

Vamos, vamos de la mano, todas corriendo hacia la luz, todos saltando como niños a los brazos de papá, con cantos elevados, con sonrisa sublime que se refleja en el cielo, con pasos firmes que nos llevan a lo más alto de la cúspide.

Acompañar a nuestros hermanos y hermanas en su camino, es primordial y también nos ayuda en nuestro crecimiento, es importante reconocer a los demás, reconocer que llevan un proceso y no dejarlos en soledad.

Como acompañante comunitaria en cuestión de género, es muy recurrente ver casos de maltrato hacia la mujer, y dependiendo su crianza, su religión, la fe que profesan, ver como toleran tales actos de maltrato al punto de perder su vida y dignidad ante estos actos crueles; cada momento es crucial, cada defensa es indispensable para salvaguardar una vida, en mi contexto yo acompaño en lo legal, en cuanto la salud y espiritualidad.

Una mujer merece sumo cuidado por más independiente que sea, no importa si este cuidado viene de otra mujer o de un hombre, cabe destacar que es una manera razonable de romper con toda soledad y falta de apoyo en diversos contextos, especialmente en el de violencia.

Como Teóloga defiendiendo el deber de llevar a las personas a que vivan en fe, que no dejen sus almas vacías, sin sentido, por eso en cada catequesis le instamos a vivir su fe desde la libertad y no desde cadenas invisibles que lo único que logran es cerrar cada evolución espiritual.

En medio de guerras, de tanta destrucción, tener un lugar seguro dónde recurrir es realmente importante, es indispensable que muchas personas puedan encontrar ese búnker de fe acá en la tierra, ese pedacito de cielo que les brinde confianza y descanso.

Abrir los ojos a quien no puede ver, guiar sus pasos para que no caiga, ser luz en medio de la oscuridad, sustentar al huérfano y acompañar a la que está viuda.

Porque podrían estallar muchas guerras, no obstante, si tenemos fe podemos sobrevivir y ayudar a quienes están perdidos o peor aún, bajo la opresión de los verdugos.

Referencias:

Biblia de Jerusalén (Bilbao 2017)

Salmos 68, 11

Editorial

Desclée De Brouwer

MUJERES CONSTRUCTORAS DE PAZ

Experiencia y desafíos desde la Iglesia.

Estefanía Navarro¹

Este artículo recoge un testimonio compartido en el Foro de la Secretaría de Gobernación (SEGOB), en el que se reflexiona sobre la participación de las mujeres en la construcción de paz desde la Iglesia.

Me gustaría iniciar con las Bienaventuranzas de las mujeres:

Felices las mujeres que luchan por la igualdad, porque engendran una nueva manera de vivir. Felices las rescatadoras de la libertad, porque con su vida conquistan la justicia. Felices las que descubren en su trabajo político, una dimensión renovada del amor. Felices las que se convierten ellas mismas en evangelio, porque hacen creíble que el Dios padre/madre vive en medio de su pueblo. Bienaventuradas mujeres fuertes, generosas, que, en búsqueda conjunta y solidaria con los varones, testimonian que es posible ser iguales en la diferencia. Bienaventuradas mujeres cariñosas, emprendedoras, que proclaman y construyen un mundo más humano. Bienaventuradas mujeres tiernas, diligentes, que con su esfuerzo y trabajo realizan la transformación. Alégrense cuando anticipando la utopía de la

liberación, cultivan, cosechan y reparten el pan de la fraternidad y la solidaridad.

(Rosa Ma. Zúñiga, *Mujeres en la Biblia. Transgresión, resistencia y esperanza*).

El camino hacia la paz y la incorporación plena de las mujeres en la Iglesia ha sido un proceso de cuestionamientos, aprendizajes y desafíos. Muchas veces ha implicado tocar puertas, buscar espacios de participación y enfrentar estructuras que parecieran cerradas, pero cada paso dado confirma que nada está detenido: todo es proceso y evolución. Así, la construcción de paz empieza en lo pequeño, en los gestos cotidianos de trato y reconocimiento al prójimo, generando eco en la comunidad.

Algunos de los pasos logrados han permitido que las mujeres sean reconocidas como personas y no como instrumentos dentro de la Iglesia, lo que no es solo un avance para nosotras, sino para toda la comunidad creyente. Como afirma Lilla Watson: “Si has venido aquí para ayudarme, estás perdiendo el

¹ Texto de Estefanía Navarro, compartido en el Foro de la Secretaría de Gobernación (SEGOB), en torno a los desafíos y aportes de las mujeres en la construcción de paz desde la Iglesia.

tiempo, pero si has venido porque tu liberación está ligada a la mía, entonces permítenos trabajar juntos". Esta frase nos recuerda la importancia de una Iglesia sinodal que se relacione desde el respeto, el cariño y la confianza en la capacidad de cada persona, no desde las jerarquías de poder.

Un jefe indígena lo expresa bellamente: *"Nosotros pensamos que la tribu es como un águila. Un ala es masculina y la otra es femenina. Y solo cuando las dos alas son iguales, la tribu es capaz de volar"*.

Los relatos bíblicos también iluminan nuestro presente. Sara muestra la herida de la exclusión; Ruth enseña la lealtad y la valentía de salir de lo seguro para sostener a otras mujeres; Isabel invita a reconocer y bendecir a las mujeres que nos precedieron y a las que vendrán después de nosotras.

La fuerza femenina se hace visible también en proyectos como IREHNA (Impulsando una Red de Hermanas Católicas), proceso que ha sido fuente de sanación personal y colectiva. Desde distintos lugares de México —Acapulco, Altamirano, Michoacán, Monterrey, Saltillo, Chihuahua, Guanajuato, Veracruz, Guadalajara, Nayarit, Colima, Ciudad de México, Chiapas, Oaxaca, Tabasco— laicas y religiosas de congregaciones como María Dolorosa, Filipenses, Buen Pastor, Salesianas y Guadalupanas trabajan juntas con esperanza

y valentía.

Aunque persisten las estructuras jerárquicas que limitan nuestra participación en los espacios de decisión, la presencia de las mujeres en la Iglesia es fecunda. Una religiosa lo expresó así:

"Como institución, la Iglesia es un tanto hermética y resistente a compartir la misión con las mujeres. Aún en este tiempo existen tareas a las que no podemos acceder, sobre todo en espacios de decisión y dirección. Pero a pesar de esta realidad, creo que el papel de la mujer en la Iglesia es fecundo. He conocido mujeres que, a pesar de las resistencias, están al lado de los enfermos, de los niños, de los migrantes, de los pobres. Mujeres levantando la voz para liberar de cargas pesadas, mujeres siendo hogar y cariño para niños abandonados. No pierdo la esperanza de que algún día la Iglesia sea una comunidad y no una pirámide, donde Jesús sea el centro y su mensaje sea más grande que la estructura y la tradición".

La construcción de paz desde las mujeres creyentes no es un acto heroico ni aislado: es un proceso tejido en lo cotidiano, en los pequeños gestos de cuidado y solidaridad. Es, al mismo tiempo, resistencia, fe y esperanza en una Iglesia más justa y en una sociedad donde todas y todos podamos volar con las dos alas de la dignidad.



Revista de teología
feminista

AnDanzas

En la vida cotidiana



¡Lee y descarga gratis!

