

María Zenaida Gómez Cordero



Útero y anexos



Utero y anexos

© "María Zenaida Gómez Cordero"

Colección Poesía Efrain Cuevas

© Fundación Editorial El perro y la rana

Centro Simón Bolívar, Torre Norte piso 21. El Silencio

Caracas - Venezuela 1010

Teléfonos: 02127688300 - 7688399

Comunicaciones@FEPR.GOB.VE

www.el-perro-y-la-rana.gob.ve

www.mincultura.gob.ve.mppc/

Sistema de editoriales Lara

Carrera 17 esquina calle 23. Plaza Jacinto Lara

Barquisimeto - Estado Lara

Red Nacional de Escritores y Escritoras Socialistas de Venezuela, capítulo Lara

Diseño y Diagramación

Antonio Duno

Consejo editorial

Yajaira Álvarez

Norys Saavedra

Omar Villegas

Venancio Hugo Rodríguez

Corrección: Antonio Duno

ISBN: 978-980-14-4065-9

Deposito legal: DC2017002979

Impresión digital

El Sistema de Editoriales Regionales (SER) es el brazo ejecutor del Ministerio del Poder Popular para la Cultura para la producción editorial en las regiones, y está adscrito a la Fundación Editorial El Perro y la Rana. Este sistema se ramifica por todos los estados del país, donde funciona una editorial-escuela regional que garantiza la publicación de autoras y autores que no gozan de publicaciones por las grandes empresas editoriales ni de procesos formativos en el área de literatura, promoción de la lectura, gestión editorial y aspectos comunicacionales y técnicos relacionados con la difusión de contenidos. El SER les brinda estos y otros beneficios gracias a su personal capacitado para la edición, impresión y promoción del libro y la lectura y el estímulo a la escritura. Y le acompaña un cuerpo voluntario denominado Consejo Editorial Popular, cogestionado junto con el especialista del libro del Gabinete Cultural Estatal y promotores de literatura de la región.

María Zenaida Gómez Cordero

Útero y anexos

DEDICATORIA

Este libro es un canto
a todas las mujeres de la tierra
blancas y negras
libres o esclavas
amas de casa, ejecutivas
solteras o casadas
hijas, madres, divorciadas
desposeídas, abandonadas o
acompañadas.

A todas ellas, mi respeto
y mi exigencia de recuperar
lo más pronto posible
nuestra esencia femenina
silenciada en el transcurso
de la historia.

AGRADECIMIENTOS

A Dios y a la Madre Divina

Por hacerme partícipe de la obra
maravillosa de la creación

Al Buda

Por el regalo del camino medio
La senda de la ecuanimidad

A mi madre Zenaida

por recibirme en sus entrañas, cuidarme
con amor y perseverancia

A mi padre Lauro

Con él aprendí a recitar el primer verso
"Mira la luna, mira el lucero
Mira a tu papa comiendo suero"

A mi pareja Edubert, compañero cósmico

Por amarme y aceptarme como soy,
por despertar mi amor dormido,
y acompañarme en mis proyectos.

A mi hija Fabiana

Por ser mi maestra cotidiana
en la escuela de la maternidad.

A mi amiga Chiquinquirá

Por ser mi compañera, en esta vía
de evolución espiritual.

A mis amigas y amigos

Que estuvieron presentes o ausentes
en todos mis procesos.

Al Presidente Chávez.

Por valorar y dignificar a la mujer venezolana
y latinoamericana,
en su justa dimensión.

PRESENTACIÓN.

El poema nace del espíritu, del corazón y del sentimiento; podemos decir que los poetas son personas muy sensibles a su propia realidad y a la realidad que los rodea; en este caso, les presento la obra "Útero y anexos" poética de lo femenino. Su autora, mujer poetisa, sensible, humana, honesta y revolucionaria, nos muestra en cada uno de sus poemas la pasión, el amor, la esencia femenina, la espiritualidad de una mujer, sus inquietudes, problemas, dolores y esperanzas.

Como muchas mujeres de la historia venezolana y latinoamericana, María Zenaida Gómez Cordero es una mujer integral que asume la vida con responsabilidad y ha sabido cultivar sabiamente el aspecto intelectual combinándolo de forma armónica con la experiencia de ser mujer, madre, hija, amiga, terapeuta, escritora, maestra, activista comunitaria y política.

Hablar de esta mujer y de su obra es hacer mención a un volcán de pasión que deja huella en todo lo que hace. Las causas imposibles son su mayor reto. Uno de sus desafíos se concreta en la publicación de este libro dedicado a la mujer, con un nombre inusual que motiva a la lectura de mujeres y hombres, ya que en sus páginas encontrará dulzura y pasión, dolor y belleza; es decir, las dos caras de la moneda que forman parte de la existencia de cada ser humano.

María Zenaida se inició en la escritura poética en su adolescencia, motivada por la lectura de Juan Salvador Gaviota, el Principito y la música revolucionaria de Alí Primera, Mercedes Sosa, Silvio Rodríguez y Pablo Milanés. Nació en Carora, estado Lara, pero su infancia transcurrió en una finca de Bella Rosa, ubicada en el Municipio Buchivacoa del estado Falcón; de allí su gran apasionamiento por la vida del campo, como lo manifiesta claramente en su poema "Yo soy Campesina". El medio de transporte que utilizaba para ir a la escuela era su burro pollino. La vida al aire libre le permitió estar en contacto directo con la naturaleza: el río, la quebrada, la vereda, el gallinero formaron parte de su vida de niña; la convivencia con campesinos y campesinas de la zona le ayudó a comprender el sentido de solidaridad de una cayapa, de una rogativa en honor a la Reina de los Ángeles y a San Isidro, patronos de la zona de Goajiro, estado Falcón.

A sus diez años, la familia se muda a Carora para dar mayor oportunidad de estudios a sus hijos y allí se desconecta un poco de la vida del campo. Continúa estudios de primaria en la Escuela Fe y Alegría; de educación media y diversificada en el Ciclo Básico Común Carora y el Colegio Cristo Rey; obtuvo el título de Bachiller en Ciencias y realiza estudios universitario en el Colegio Universitario Fermín Toro de Barquisimeto, obteniendo el título de Técnico Superior en Recursos Humanos: Su espíritu de aventura y

libertad la llevan a buscar otros rumbos y se va a la ciudad de Caracas, donde trabajó como Asistente de Personal en la C.V.G. EDELCA, CARACAS, durante 7 años. Aprovechó su estancia en la capital para estudiar y prepararse a nivel de crecimiento personal y filosofías orientales, realizó diversos cursos de Desarrollo Humano, Biodanza, Análisis Transaccional y Relajación. Combinaba su trabajo con el estudio y la recreación; los fines de semana se deleitaba en las costas de el estado Vargas, Miranda y Anzoátegui; para despejar la mente del estrés citadino subía el Guaraira Repano. La vida de Caracas la abrumaba y, a pesar de tener un trabajo estable, decidió apostar por la libertad y se regresa a Barquisimeto. Luego realiza estudios de Medicina Tradicional China, Taichi, Renacimiento y Tarot Evolutivo y desde el año 2004 conoció la técnica de Meditación Vipassana, que le ha permitido aceptar la vida con mayor profundidad y un sentido más universal.

Considero importante mencionar todos los aspectos relacionados con la autora de esta maravillosa obra, porque ella representa a una gran mayoría de mujeres de esta patria que también quieren escribir sus experiencias de vida, salir del anonimato y ser reconocidas por sus logros, pero que no se han atrevido a expresar todo lo que sienten.

Defensora absoluta de los derechos de la mujer; desde niña ha participado en diversas organizaciones sociales, culturales y religiosas. Su experiencia en el trabajo comunitario se inicia en la adolescencia en la Comunidad Amigos de Jesús de Carora; allí dio sus primeros pasos y comenzó a entender la realidad social a través del estudio y la practica de la Teología de la Liberación. Como terapeuta ha oído la historia de numerosas mujeres oprimidas por sus esposos, presas de sus propios miedos, esclavizadas de sus prejuicios, abusadas y marginadas por una sociedad machista. "Útero y anexos" es la voz de lo femenino consciente, que se concreta en poemas apasionados, en crítica de realidades, en propuestas de vida, en libertad; es un grito de alerta, que nace desde la profundidad de una gran mujer que ha vivido con pasión todo lo que le ha tocado vivir y ha trascendido el amor, el dolor y el abandono en un poema. Realizó su primera recopilación poética en junio de 1991, la obra se tituló "Amor de mil eternidades" que participó en un concurso de poesía del Diario El Nacional, en el mismo año.

En 1995, se establece definitivamente en el pueblo de Santa Rosa en el estado Lara; buscadora incansable, inicia sus estudios de Medicina Tradicional China en la Escuela Nei-jing en Maracay, viaja una vez al mes a esa ciudad; durante tres años estudió en dicha escuela y cultivó sus conocimientos en el área de la acupuntura, la moxibustión, el chi-kung y la meditación. Trabajó como Terapeuta en Medicina China; lo cual le dio la oportunidad de compartir con muchas mujeres, escuchar y comprender sus problemas de salud, sus crisis existenciales. María Zenaida, con un sentido profundamente humano, con su verbo y la terapia, supo dar respuesta a cada exclamación de auxilio del alma femenina. De su experiencia como terapeuta y su trabajo en la formación de mujeres, además de la poesía, nace también un monólogo que titula "Me descubro y me siento femenina". Este monólogo, representado

por ella misma, da vida a siete mujeres que cuentan su historia de vida en una puesta en escena llena de emociones y verdades; este monólogo ha sido presentado en la Casa de la Cultura de Santa Rosa, en el Comedor Antonio Ramírez de Santa Rosa para celebrar el día de la Mujer, en un Encuentro Regional de los Círculos Femeninos Populares, en la Biblioteca Pública Pío Tamayo de Barquisimeto y varias comunidades organizadas del estado Lara.

En 1998, surge otra etapa en su vida; la pareja y la maternidad, la cual asumió con dificultades al principio ya que la estabilidad del matrimonio y la vida de familia se confrontaban directamente con su espíritu de libertad; sin embargo, con la gran responsabilidad que la ha caracterizado desde siempre, supo afrontar los nuevos desafíos de su nueva vida; luego nace Fabiana, quien le dio la oportunidad de ser madre para completar esa parte del desarrollo integral de toda mujer.

Luchadora, revolucionaria, apasionada y trascendental, inicia estudios de Misión Cultura en el pueblo de Santa Rosa en el año 2006, en el Equipo de Sistematización "Nuestras Raíces". Se dedicó diariamente a visitar la comunidad para realizar el trabajo de investigación de Historia Local o Historia Matria; llevó a cabo entrevistas a personajes del pueblo, efectuó un diagnóstico participativo, compartió con las personas de la comunidad y se dio a conocer como activadora cultural. Este trabajo de investigación quedó plasmado en un hermoso libro denominado "Por los caminos de Santa Rosa"; junto a sus compañeros Edubert Ocanto, Alis Cortes y Doris Perez ejecutó tres proyectos de aprendizaje en la comunidad: La Promoción de la Participación Ciudadana, La motivación a la lectura y la Difusión de las Manifestaciones Culturales del estado Lara y de Venezuela. Obtuvo el Título de Licenciada en Educación Mención Desarrollo Cultural el 21 de julio de 2010. Es importante destacar su participación activa en la conformación del Consejo Comunal Casitas – Pueblo Abajo, además de participar con compromiso, entrega y dedicación en el Partido Socialista Unido de Venezuela. Es una mujer con compromiso político y comunitario.

Desde el año 2009, se desempeña como Docente de Cultura en la Escuela Primaria Bolivariana "Ciudad de Cumaná", donde desarrolla un trabajo educativo y cultural dirigido al fortalecimiento de la identidad nacional, el reconocimiento de las costumbres y tradiciones de nuestro pueblo y las manifestaciones culturales venezolanas, haciendo énfasis en nuestras raíces negras e indígenas. Utiliza la poesía como una herramienta educativa para motivar a niños y niñas en su lectura y escritura; a través de la lectura de poemas cortos, populares y tradicionales promueve en los estudiantes el amor al arte, a la poesía y a la declamación. El teatro, la narración oral, la danza y la música son los elementos que usa a diario en su quehacer pedagógico para la formación de los niños y niñas en la escuela; además lleva a cabo proyectos relacionados con la verdadera historia de Venezuela, -la que no nos han contado-; proyectos ecológicos y de valores humanos.

María Zenaida, representa a la mujer venezolana, luchadora y apasionada, honesta, trabajadora, solidaria, amiga, crítica de la realidad, con un alto sentido de la espiritualidad, comprometida con el

trabajo comunitario, responsable, investigadora y consciente del momento histórico-político que estamos construyendo en Venezuela.

Estimada lectora, estimado lector, te invito a sumergirte en las páginas de esta obra poética, donde experimentarás profundas emociones y de seguro te sentirás identificada con alguna de las vivencias expresadas por su autora, por ser una obra que plantea diversos aspectos relacionados con el alma femenina, maravillosamente plasmados a través de la poesía.

Edubert Ocanto.
Escritor, Compositor, Cantautor y Educador Popular

INTRODUCCIÓN

Útero y Anexos es la forma de expresar, a través del verso, mi vivencia cotidiana y la vivencia de mujeres que han compartido conmigo en grupos de crecimiento personal, en organizaciones comunitarias y en las luchas por la igualdad que han sostenido las mujeres a lo largo de la historia. Cada poema es una historia contada con la emoción y la pasión del momento vivido. Alegrías, tristezas, sufrimiento, amores, pasiones, conquista, búsqueda espiritual, trascendencia, procesos evolutivos, forman parte del mundo interior de cada mujer; estas vivencias están expresadas en esta obra de forma sencilla y clara con la finalidad de abrir la puerta del corazón de cada lector.

Elegí este nombre porque quiero hacer un homenaje a todas la mujeres del planeta y además hacer referencia a la matriz cósmica universal de donde venimos todas y todos: y a donde, con toda seguridad, vamos a regresar. El útero es un misterio celeste, capaz de albergar la semilla de la vida; es una entraña vacía y hueca, cuya función es la germinación de la vida; se asemeja al "Gran Vacío" y este vacío solo se puede llenar a través de la fecundación. "El útero es una perfecta sinfonía de luces, sonidos, emociones, colores, sensaciones; es como un resonador cósmico capaz de transmitir al feto la luz, el color, el sonido y el amor"¹. El útero no solo funciona para engendrar a nivel de lo físico; cuando la mujer entra en el período de la menopausia puede dar vida a grandes ideas y proyectos. En ese sentido, todas las mujeres estamos comprometidas a engendrar y dar a luz las ideas para construir una humanidad, una familia, un país con personas felices. En la India, todo lo que tiene que ver con el útero y la vagina se venera como algo que hace posible la acogida de las energías cósmicas para procrear vida; el hombre no tiene esa capacidad

Este libro es un tributo a esa parte dulce, femenina, poética, receptiva y entregada que reside en el alma de hombres y mujeres.

Toda persona en evolución y crecimiento pasa por diferentes etapas que van del odio al amor, del sufrimiento a la paz, de la enfermedad a la salud, de la oscuridad a la luz, y eso está reflejado en esta obra poética ya que a través del poema podemos manifestar la creación del espíritu y expresar nuestras emociones. Estoy convencida que cada poema se internará muy hondo en su alma y le hará reencontrarse con su esencia femenina oculta en algún lugar de su ser.

La estructura de la obra se presenta en cinco partes para hacer alusión a cada una de las etapas que según mi criterio, la mujer vivencia a lo largo de su espiral de vida:

A LA MUJER, A LA DIOSA, A LA POETISA, A LA MADRE Y A LA LOCA.

A la mujer (del latín mulier,-eris). Se refiere a la persona del sexo femenino. Femenino es un

adjetivo de la palabra latina *fémica* que significa mujer, describe cualidades que se aplican a las mujeres como amable, dulce y delicado; sin embargo *femenino* también se refiere a un patrón universal de la psique humana que Jung llamaba *arquetipo* y que no es exclusivo de un género sino que está presente tanto en hombres como en mujeres. En los hombres, este elemento femenino de la psicología junguiana se llama *ánima*; lo masculino también se encuentra presente en las mujeres como *arquetipo* universal y se le da el nombre de *ánimus*. En ese sentido, lo femenino y lo masculino no se refieren a órganos sexuales sino a la estructura de nuestra conciencia. En las tradiciones antiguas de todo el mundo, lo femenino y lo masculino son metáforas arraigadas en el ser para expresar la polaridad de los opuestos, así como el *yin* y el *yang* de la tradición china. Como expresa Jung, los opuestos simbolizan elementos que están presentes en la naturaleza como caliente-frío, luz-oscuridad, luna-sol. De tal forma que todas las mujeres poseen en su mundo interior un par de opuestos que necesitan descubrir y armonizar para llevar una vida feliz. La poesía representa esa parte dulce, sensible, amable, tierna y apacible que habita dentro de mí y que quiero compartir con ustedes mis hermanas las mujeres.

A la Diosa. Si existe Dios también existe una Diosa, la gran Diosa Madre de la existencia, la sostenedora del mundo. Haciendo referencia a las Diosas griegas y a las grandes matriarcas de nuestros pueblos originarios, estoy convencida que dentro de cada mujer residen una o varias diosas como *arquetipo* y de forma inconsciente. Las diosas son patrones o representaciones de cómo nos comportamos las mujeres ante las situaciones de la vida; es necesario descubrir y pulir a esa Diosa interna que todas las mujeres llevamos dentro para equilibrar nuestras relaciones con los padres, los hijos, los amigos y amigas. Así pues, les invito a investigar las características de cada una, para que pueda tener una noción clara de este aspecto. En correspondencia con lo descrito anteriormente tenemos que ARTEMISA, ATENEA Y HESTIA representan las Diosas vírgenes de la mitología griega; Artemisa: Diosa de la caza y de la luna; Atenea: Diosa de la sabiduría y artesanía; Hestia: Diosa del Hogar. Las Diosas vírgenes representan en la mujer un territorio inexplorado, mundos internos sin descubrir, potencialidades ocultas, creatividad, independencia y libertad. HERA, DEMETER Y PERSEFONE, son las Diosas vulnerables. Hera, Diosa del matrimonio; Deméter, Diosa de las cosechas y Perséfone la reina del mundo subterráneo. Estas Diosas simbolizan los papeles tradicionales de las mujeres que quieren casarse, tener un hogar e hijos; su bienestar depende de tener relaciones significativas. AFRODITA, Diosa del amor y la belleza, la amante perfecta. Afrodita era el tema preferido de poetas, escultores. Este *arquetipo* representa a la mujer apasionada, sensual, que se da permiso para expresar sus sentimientos en la intimidad. Estimada lectora, te invito a descubrir a tu Diosa interior y a escribir poemas para contar tu experiencia.

A la poetisa. ¿Por qué este libro está dedicado a la poetisa? Porque las mujeres somos creativas, sensibles, apasionadas, tiernas, dulces; somos poetisas. En múltiples ocasiones el dolor, el amor, el sufrimiento, la enfermedad, la decepción, la esperanza y la fe, hacen brotar de nuestras entrañas un poema. Todas las mujeres se enamoran al escuchar un poema, una canción, una serenata. En mi caso, la poesía representa un canal de liberación de mis miedos y angustias, de mis cuestionamientos

hacia el mundo, de los amores correspondidos e imposibles, de mis crisis existenciales y mis deseos de trascendencia. La poesía me conecta con el infinito. En mi viaje por la vida he tenido la oportunidad de leer las obras poéticas de Neruda, Andrés Bello, Laura Antillano, Mario Benedetti, Walt Whitman, Sor Juana Inés de la Cruz y diversos autores de crecimiento personal, sociología, psicología, espiritualidad, feminidad y política, que me han permitido nutrir mis conocimientos y elevar mi conciencia.

A la madre. Porque es el arquetipo más arraigado en la psique femenina. El arquetipo de la madre induce a las mujeres a nutrir a los demás, a ser entregada y generosa, a anteponer sus necesidades para satisfacer las necesidades de las personas con las que convive diariamente. Una madre es feliz como proveedora y cuidadora. El arquetipo de la madre es el deseo irresistible de quedar embarazada para sentirse realizada. La madre se expresa a través del amor incondicional hacia sus hijos e hijas; la generosidad y la necesidad de alimentar a la humanidad.

A la loca. En el Tarot Evolutivo, la carta de El Loco representa a un hombre descuidado que mira al cielo y está próximo a caer en un precipicio; se puede decir que el loco tiene la cabeza en las nubes. En ese sentido, las mujeres requerimos estar más atentas para poner los pies sobre la tierra y prestar atención al presente. Mantener la mirada muy arriba en ocasiones desubica a las personas y no les permite afrontar los asuntos prácticos de la vida. En esta carta están contenidas todas las posibilidades, es la representación de un ser absolutamente libre y perfecto; es por ello que las mujeres, así estemos pasando por momentos difíciles (una pérdida, un divorcio, una situación económica estrecha, problemas con los hijos e hijas) siempre tenemos la posibilidad de dar un paso más, antes de caer al precipicio; para nosotras, existe siempre una oportunidad para el cambio, el progreso y la prosperidad. Hago alusión a la Loca en este libro ya que en ocasiones las mujeres necesitamos un poco de locura, olvidarnos por un momento de la responsabilidad de los hijos, esposos, padres, madres; ocuparnos de satisfacer nuestras necesidades y cultivar nuestro espíritu, sentirnos libres de las ataduras de la cotidianidad y realizar actividades diversas para salir de la rutina.

AL AMOR, A LA PASIÓN Y A LA CONQUISTA.

La mujer es amor, es pasión y es la que seduce al hombre; el amor es la fuerza que mueve al mundo. El amor es el poder de vida, como lo expresa la Biblia la primera carta a los Corintios, capítulo 13, versículos del 1 al 13. "El amor es saber soportar, es ser bondadoso, no tener envidia. El amor es sufrirlo todo, creerlo todo, esperarlo todo. El amor nunca dejará de existir". Este es el amor universal que nos une como humanidad.

El amor y la pasión se manifiestan de forma concreta en la atracción de los opuestos, la fusión perfecta de lo masculino y lo femenino. Es importante señalar que las diferencias de lo masculino y lo femenino no significan de ninguna manera que un polo es mejor que otro, sencillamente la mujer y el hombre son distintos por naturaleza y esas diferencias dan origen al complemento, a la unión, a la vida,

al amor y a la pasión. Las diferencias entre hombres y mujeres no justifican la opresión que han padecido las mujeres a lo largo de la historia, esas diferencias han sido el argumento para maltratar, denigrar y mancillar la dignidad de la mujer. Cuando se entiende la complementariedad en la pareja se es más feliz, no se quiere dominar al otro, se disfruta y se comparte en armonía. El amor también es dejar ir cuando todo se ha terminado, cuando la convivencia es insostenible, es ayudar al otro a encontrar su camino, hacerle la vida más placentera y feliz. Debo aclarar que el amor es respeto y que jamás debes aceptar el maltrato físico, psicológico o el abuso sexual en nombre del amor.

¡Mujer, vive el amor a plenitud! Y no me refiero solo al amor de pareja, me refiero al amor a la vida, a la pasión con la que te entregas para realizar tus proyectos, tu trabajo, tus sueños. La pasión y la conquista conforman una parte importante de nuestra esencia femenina; ser apasionada en todo lo que haces es una exigencia. Ama, se una mujer apasionada y conquista no sólo a un hombre sino al mundo.

A LOS PROCESOS Y A LA ALQUIMIA.

El concepto Proceso se adjudica a la acción de ir hacia adelante; consiste en una serie de pasos que no tienen fin; y alquimia es el poder de la transmutación, la evolución y el cambio. La esencia femenina, la Diosa, la Matriarca, la Loca, están inmersas dentro de los procesos alquímicos. Toda mujer vive cambios en el transcurso de la vida: infancia, adolescencia, maternidad, menopausia, ancianidad y muerte. Cada etapa debe ser vivida y aceptada en su justa dimensión sin prejuicios; sin embargo, en una sociedad donde sólo se admira a las mujeres jóvenes, la mayoría de las mujeres después de los cuarenta se sienten desmotivadas, sin atractivo, muchas veces son abandonadas por sus esposos que quieren tener a su lado a una mujer más joven. Esta situación de ninguna manera debe significar frustración para la mujer, ya que la edad madura representa libertad, experiencia, independencia, la posibilidad de desarrollar proyectos que se habían postergado por cuidar a los hijos y atender al esposo. La etapa de la menopausia debe ser tomada con naturalidad, asumir los malestares como parte del proceso de cambio que se está viviendo y aceptarlo como algo natural. La menopausia, queridas lectoras, es una oportunidad para vivir la sexualidad a plenitud, sin complicaciones, sin el miedo de quedar embarazada. La mujer en la edad madura tiene otra visión del mundo, la pasión se transforma en amor maduro, estable, seguro. Te invito a vivir cada etapa de tu vida con intensidad disfrutando de cada momento y aceptando los cambios.

A SAN JUAN, A MIS ORÍGENES Y A MIS ANCESTROS.

Es un tributo a mis orígenes negros e indígenas que poco a poco fui descubriendo al recorrer las costas de Venezuela, llena de tradiciones ancestrales. En los pueblos de las costas venezolanas como Chuao, Choroni, Ocumare de la Costa, Cata, se rinde homenaje a San Juan cada 24 de junio; en una mezcla de devoción, danza y sensualidad, los habitantes de estos pueblos rememoran su pasado histórico lleno de dolor y esclavitud. Los tambores retumban en la noche y los danzarines bailan en libertad como para recordar que jamás volverán a ser esclavos. Nuestros hermanos negros, traídos de África como esclavos, tuvieron que aceptar la tradición de la iglesia católica y asumir la devoción a un santo para continuar haciendo sus ritos religiosos y mantener su cultura ancestral. Aunque los españoles invasores junto a la iglesia quisieron imponer de forma brutal la religión, los negros esclavos realizaban sus bailes y rituales en honor a sus santos africanos; pasó mucho tiempo para que aceptaran a los santos católicos. En la actualidad, en las comunidades afrodescendientes se venera a los santos católicos pero aún se mantiene el sincretismo de la cultura africana manifestada en el toque del tambor, la sensualidad de la danza, el movimiento libre y suelto de las caderas, la alegría de sus cantos y la nostalgia de su tierra africana. El tambor nos recuerda que somos hijos de la tierra: toca un tambor y te unirás el pulso del universo que es tu propio pulso. Ese es el legado de nuestros hermanos africanos: el tambor con su alegría, su pulso y su fuerza. Somos hijas de la tierra y el tambor nos recuerda el sonido de la madre tierra, de la pachamama, de la Gaia y de nuestro corazón

A DIOS, AL INFINITO Y AL MISTERIO.

Todas las mujeres tenemos una conexión mágica con el infinito, con un Dios o una Diosa a quien le damos gracias o le suplicamos en momentos difíciles, incluso a quien le reclamamos por las dificultades que nos aquejan. Para la cultura occidental es Dios, para las culturas orientales es Buda, Krisna, para otros es una energía universal; en realidad el nombre que se le dé es irrelevante, lo más importante es la fe que se tenga en esa deidad, en esa fuerza, en esa energía universal.

Como mujeres, vivimos realidades muy duras a lo largo de nuestra experiencia de vida: la soledad, el desamor, la pérdida de un hijo, crisis económica, el abandono, la enfermedad y es en esos momentos que generalmente acudimos a ese Dios que nos escucha sin juzgarnos, nos ampara y nos protege. Esa fuerza espiritual, ese útero cósmico de amor es quien nos impulsa a seguir avanzando en el camino, nos anima a vencer las dificultades y problemas, nos da seguridad y nos invita a aceptar la realidad tal y como es. Aceptar la realidad tal y como es parece un precepto duro, difícil de asimilar cuando la realidad no nos gusta; sin embargo, abandonarse y entregarse ante los hechos que ocurren resulta sanador e inteligente. Es mejor entregarse que luchar, es como dejar fluir el agua del río, nadar contra la corriente resulta agotador y no se avanza. Deseo aclarar que aceptar la realidad tal y como es, de ninguna manera

significa un estado de estancamiento y conformismo; cada una de nosotras sabe lo que tiene que hacer, cómo lo tiene que hacer y en qué momento tomar la decisión correcta. Este enunciado denota confianza en el curso de la vida y en la energía del misterio; cuando se acepta la realidad tal y como es, el alma esta en calma y en reposo.

Confío plenamente que cada mujer que me lee sabe de qué estoy hablando.

María Zenaida Gómez Cordero

A la mujer

a la diosa

a la poetisa

a la madre

a la loca

Útero y anexos

Así decía un epígrafe
en el recipiente que contenía mis órganos
después de la cirugía:

Útero y anexos
anejos que fui plantando en mi vientre
durante cuarenta años,
adherencias de dolor, de rabia, de pasión.

Allí estaban inscritos
la negación a la maternidad
a la feminidad
el miedo profundo de amar, de dar.
Mi ser está triste, destrozadas mis
entrañas.

Cada pensamiento negativo
dejó sus secuelas
ese espacio quedó vacío.

Hoy estoy aquí en este constante
renacer
descifrando cómo vivir en armonía
con el universo.

Útero, no estás
dejaste conmigo, tu energía
tu creatividad, esencia invencible
de toda mujer,
fuimos hechas para amar y crear
dar a luz y parir la verdad.

Designio celeste

El poder de Dios
se manifestó en mi vientre
con la semilla del amor, vigente.
Los designios del cielo
nos muestran el sendero
de formas diferentes.

Dentro del dolor hubo un espacio
para la creación
y como la flor de loto
que surge del lodo, en mi útero
creció la vida como un don.

¿Qué puede transformar nuestra alma
más que el amor que nace desde
las entrañas?
¿Qué puede ser más fuerte
que el dolor?

La vida manifestada en un latido
la obra de la madre, la unión de los seres
el milagro de dar a luz a un ser angelical
sembrado en mi útero de forma celestial.

Enigma

Mujer, encierras la vivencia
de todos los tiempos
sacerdotisa y virgen;
tras tu velo ocultas los misterios.
La corriente fluida de tus ríos internos
nos permite descubrir los secretos
del pasado

Cuántas veces

Cuántas veces te has entregado sin amor
sin disfrutar de tu sexualidad
para complacer a tu pareja y que no
te abandone cuando seas vieja.

Cuántas veces has permitido que te
maltraten, con palabras, con miradas
con acciones violentas.

Cuántas veces te han mancillado
y tú, mujer
has profanado ese espacio sagrado
de tu divinidad.

Cuántas veces has tenido miedo
y cuántas veces más
has mantenido relaciones
por tus hijos, tu familia
las apariencias y la iglesia.

Rocío profundo

La gota de rocío, me recuerda
la noche de los mil seres
en la búsqueda del alma plateada
que habita en algún espacio
de mi paraje interior.

Me recuerda
el cuenco vacío, que soy
para ser llenado por el soplo
vivificante del amor.

Me recuerda
la locura del dar y del darse
hasta perderse en los albores
de la humanidad santa.

Me recuerda
la canción, el verso
el sueño universal
de los antepasados.

Me recuerda
la transformación, el despertar
la herida, la danza de los
duendes
el otoño azul en los días tristes
la inmortalidad serena.

Me recuerda
la dulzura de la miel
en los cien fuegos del verano.

Me recuerda
la musa que dormita en mí,
que no conozco y me visita
en las noches de insomnio
de soledad perenne.

Metamorfosis

Madre, te acrisolaste en el dolor;
la ausencia de amor y de caricias
marcó tu infancia.

El trabajo duro era el pan de cada día
no hubo juegos, ni fiesta, ni muñecas,
creciste, te hiciste mujer
el matrimonio, la pareja se presentó
como una solución a tus dilemas;
te ayudó a liberarte del látigo
castigador de tus padres.

Mas te faltó el amor, único
ingrediente capaz de sanar las heridas
abiertas por las tristezas y las penas.

A pesar de tus carencias
me entregaste tu amor
cuidaste de mí, me arrullaste
en tus brazos.

Aquí y ahora
has trascendido el sufrimiento,
la amargura perenne de tu alma,
la presencia infinita de Dios
ha transformado tu vida.

El regalo

Siento como la vida
surge en mis entrañas
de mi carne y de mi sangre
se alimenta un nuevo ser
mi cuerpo se transforma
se ensancha
ya no soy la misma, a veces lloro
a veces río, a veces grito
no hay explicación para tanta
paradoja, un mar de sentimientos
encontrados.

Sé que en mi vientre, anida el misterio
la vida,
durante nueve meses he de
sustentar mantener y proteger a ese ser
que retorna a la tierra a evolucionar;
tengo miedo, tengo fe
tengo esperanza
la Divina Madre, me acompaña.

Capullo en flor

Hija mía, eres un capullo
de una rosa, que abrirá
sus pétalos a la vida y al amor;
en tus ojos se refleja la pureza
la candidez de un alma nueva,
contigo tengo la oportunidad
de revivir mi infancia
de cantar, de reír, de jugar
eres la alegría de nuestro hogar.

Afrodita

Libera a tu mujer interna
que entrega su vida a los demás,
que ama de forma incondicional.

Que se niega y le niegan la posibilidad
de vivir en libertad
de revelarse sensual, amorosa, apasionada
seductora e intelectual.

Que sirve a los demás
mientras sepulta en su interior
una indescifrable inconformidad.

Hermana, eres libre
puedes decidir cuándo quieres sexo
cuándo quieres compartir tu intimidad,
puedes seguir tus instintos.

Dentro de ti está la diosa, la madre
la virgen, la amante y la loca
la mujer seductora
Afrodita, eres hermosa

Eva

Soy Eva
la que llevo en mi vientre
a todos los hijos de la tierra,
la que carga auestas
desde la antigüedad
las culpas y el pecado,
del hombre hipnotizado engañado
por la serpiente del su propio deseo.
¿Quién tiene la culpa de este sueño
absurdo? ¿Tú tienes la culpa?
¿Yo tengo la culpa?
¿Dios tiene la culpa?

Bendición

Gracias madre,
cuántas lecciones aprendidas
cuánto camino recorrido
cuántos procesos he vivido.
Desde que nací hasta hoy
cuánta alegría, cuánto sufrimiento.
Gracias madre,
con tu ejemplo me enseñaste
que la vida es un regalo,
es un don.

Iniciación

A los doce años
la luna fue creciendo
en tu cuerpo,
la sábana se tiñó de rojo,
se hincharon tus senos
los fluidos lunares
aumentaron tus caderas.

Cada mes tu semilla
fertilizó a la tierra
y en una luna llena
quedaste preñada.

Eres la madre paridora
protectora de la existencia,
tejedora de sueños invernales
incansable, mujer trabajadora
en tu seno abrigas esperanza.

A la diosa interna

Somos madres de toda la humanidad
somos una cavidad vacía
llenada constantemente por el fuego
del espíritu.

Somos capaces de transformar y dar
vida a los más grandes desafíos,
de llorar y de reír
de gozar y de llevar el dolor a cuestras.

La mujer a los cuarenta
se convierte en sabia
en la anciana de los días
nuestra sociedad la denigra
aún sabiendo que guarda los frutos
de la sapiencia.

Mujer y diosa
divulga tus tesoros ocultos
déjate llevar por el misterio.

Al amor

a la pasión

y a la conquista

Delirio.

Ven quiero amarte en silencio,
no emitir palabra, perderme en el reverso,
deslizar mi mano por tu piel desnuda
y hacerte vibrar.

Que la locura invada el espacio de las mentes,
que se adueñe del alma, la deleite,
en la mas grande entrega de amor,
amor silente.

Quiero amarte en silencio,
que al mirarnos se entienda,
cuando hay que amar,
cuanto podemos soñar.

Crisis.

Las noches compartidas contigo,
en las que te he amado y me has amado,
en las que amanecemos abrazados,
Acaso, ¿no son suficientes para seguir luchando,
para seguir amando?

No hay pausa, ni receso
para expresar todo el amor,
que llevo dentro.

Pausa.

Ahora que estamos separados,
que hicimos una pausa para no lastimarnos,
para cada uno buscar la razón,
que nos lleve a entender,
que solo juntos podemos crecer.

Ahora que estamos separados,
quiero decirte,
que te amo.

Días Grises.

Cuando veas lagrimas en mis ojos,
déjame llorar,
déjame sacar la impotencia.
Déjame estar triste por los idealismos,
por las utopías.
Cuando solicite tu compañía,
no me abandones, necesito tu apoyo,
por que mañana volveré a ser feliz,
a cantar y reír.

Reclamo.

Dices que me faltan caricias,
no sabes que me pasa,
me quedo en la distancia.

Sin embargo yo digo,
digo desde adentro,
eres la persona que mas he acariciado,
a la que más he dado.

Disculpa mi silencio,
estoy aprendiendo a darme por completo,
tu has abierto mi alma,
a este universo.

Después de vivir tanto
entre golpe y sufrimiento,
la gente de endurece,
se enmudece.

Dices que no sientes mis caricias,
sin embargo yo digo,
has llegado a mi vida,
para ser testigo fiel de mi cariño.

Tu dices que me falta la dulzura,
la caricia oportuna,
yo digo tu eres el iniciador
de todo cuanto tengo,
eres el canto de mis sueños.

Tu dices no siento tus caricias,
yo digo, entiende mi proceso,
confía en mi silencio.
Porque de lo más hondo de mi ser,
nace un amor profundo hacia tu ser.

Soledad.

Soledad, compañera,
que me espera en la noche,
que escucha mis penas,
soledad,
la de los mil caminos,
la de los cien años,
eterna compañera.

Soledad,
aunque que se que al final de la vida
me vas a esperar,
en este momento, te quiero dejar.

Soledad,
te he experimentado,
sentido y vivido ,
no niego que a veces eres necesaria,
pero vivir contigo endurece el alma.

Aunque nunca tenga nada.

Aunque nunca tenga nada,
siempre tendré mi libertad,
libertad para hacer lo que quiero,
aquí , allá en el mundo entero,
decir lo que siento en tono maduro y sincero.
Amar al amigo especial,
ir a todas partes,
a donde vaya el viento.

Aunque nunca tenga nada,
siempre tendré mi libertad.

Pasión Nocturnal.

En mi interior
cada célula grita tu nombre
están impresas de tu olor
de tu sabor, de tu calor de hombre.

Siento tus manos en mi cuerpo
como una extensión de tu piel en mi piel,
tu ternura es infinita
tus labios sedientos, en mi loto de oro
demuestran tu pasión urgente.

La puerta se abre
el tigre de jade se aproxima a la entrada
deseoso de amor,
me fundo contigo,
tu fuerza inmortal penetra en mi ser
tengo fiebre, hambre de ti.

Pájaro de nieve

De mi esencia a tu esencia
de mi corazón a tu corazón,
vuela un pájaro de nieve
un rayo de luz nos conecta
y se produce el pacto
de dos almas
conocidas quizá de otras
existencias;
aquí y ahora reunidas
para continuar la vivencia
de un instante de amor

Amor de camino

Te imagino en el río
como un rayo de luz en mi camino,
como la brisa fresca que acaricia mi piel
como el aroma del café.

La montaña es nuestro refugio de amor,
en el sendero nos besamos tu y yo
tu calor me hace estremecer
las estrellas nos acompañan
en el anochecer;
nos fundimos en un interminable
canto de placer.

Soy tuya en la selva desnuda
eres mío en ese pequeño
segundo de pasión,
sabiendo que mañana no estaré
que partiré
temiendo regresar, sin encontrar
la dulzura de tu amor.

Adiós

Tú, río
has sido mi cómplice
he nadado en tus aguas
tu arena ha sido mi cama
el bambú me ha cobijado
con sus ramas.

Ahora tengo que partir
adiós río, adiós bambú,
arenas de soles distintos,
adiós refugios y caminos.

Aroma de cacao

Ven despídete de mí
de tu amor de camino
y de orilla de río,
de tu amor escondido.

Sé que vendrás
a compartir conmigo
tu embeleso,
a darme tu pasión oculta
a llenarme con tu aroma de
cacao,
a deleitarme con tu cuerpo desnudo
sediento de ganas de mí.

Sé que vendrás,
cuando ya no espere más
sé que vendrás.

Lujuria

Percibo de nuevo tu olor
y mi cuerpo
tiembla de pasión.
Acaso no puedo olvidarte,
sacarme tu piel de mi piel
no puedo dejar de mirarte,
de entender
que ya pasó, que se esfumó
que sólo fue un impulso ardiente
fantasía pendiente;
de seres distantes en el tiempo
y cercanos en lo eterno,
que la lujuria me cegó
y me dejé llevar por la ilusión.

Lunas de antaño

Noches eternas de soledad infinita
de gotas de lluvia sobre hojas secas
noches de poeta.

Noches de insomnio en el pórtico del alma,
de la brisa suave que envuelve mi cara
y evoca las lunas del amor de antaño.

Noches de ganas de amantes eternos,
de goces de invierno,
noches de soledad en mi lecho.

Atemporalidad

Nos envuelve la magia
estamos conectados, sin palabras
en el silencio profundo de dos almas
entrelazadas en los hilos del viento,
este momento es nuestro.

Hemos de aprender lecciones juntos
¿Acaso importa cuánto tiempo?
¿Acaso existe?
Si lo más sublime se comparte
en minutos escasos y es lo que
llena nuestras vidas.

¿Acaso importa cuánto tiempo?
Si tu canción me inunda
y hace vibrar mi ser
allá lejos en otra dimensión.

Fusión

Hace falta el beso
mis labios reseco,
evocan tu presencia
tu boca anhelante
recorre mi cuerpo.

El deseo se adueña del alma
el gemido se confunde
con el sonido del mar,
el corazón retumba
como el tambor.

Los cuerpos tiemblan sudorosos,
la locura se adueña
de los sentidos,
los amantes no respiran
se funden en el encuentro,
son río, son mar
son bambú, son designio.

Embeleso

Al abrir la puerta
apareces en mi estancia
como lluvia fresca
que acaricia mi piel
ansiosa de pasiones secretas;
de amores ancestrales
con deudas pendientes.

Apareces en tiempo
de carencias,
son tu sonrisa me enamoras
me embelesas
el encanto se sucede poco
a poco
tu compañía despierta
mi delirio profundo
y sin darnos cuenta
soñamos al amor.

Conquista

El cielo me regaló
en junio, final de primavera
un amor muy exquisito
pa' olvidarme de las penas
pa' llena' esta soledad
que hay en el fondo de mi alma
soledad de un compañero
de un amante de un amigo
de un mágico aventurero.

Yo lo vi muy de repente
sin prestar mucha atención
pero cuando se sentó
y me puso conversación
desde allí todo cambió.

En esa tarde serena
conversamos de las penas
de la vida del trabajo
del amor y de sus huellas.

Al mirar sus ojos negros
empezó ese cosquilleo
que siente toda persona
cuando comienza un flirteo.

Entre salida y salida
su compañía tan grata
mi corazón preguntaba
¿Qué pasa, María Zenaida?

En un encuentro sutil
aunque no había palabras
los dos allá muy adentro
ya sabíamos de este bello
sentimiento del amor
en su máxima expresión

Yo no sé qué está pasando
yo me estoy enamorando
de mi pecho nace un verso
tengo el corazón contento.

Sólo miradas serenas
nos tomamos de la mano
caminamos, nos reímos
conversamos.

Después se presentó el beso
qué suavidad, qué pasión
qué encanto, qué ternura
me enamoré con pasión.

Quimera

En las noches calurosas de abril
te sueño en mi regazo;
qué lejos y qué cerca te siento,
qué sentimiento loco
qué ganas de amarte tengo.

De ver tus ojos negros
de acariciar tu pecho
y morir con tu nombre
en mis labios deseosos
de tu sabor de negro.

Eres mío

Eres mío
desde tiempos antiguos.

Eres mío
aunque tu cuerpo sediento
de ganas de mí
dé calor a otro cuerpo vacío.

Eres mío aunque el mar
nos separe, aunque el sol
se detenga
y te recuerdo
Soy tuya.

A mi esposo, compañero cósmico

En mi recorrido por tu cuerpo
fui descubriendo tu erotismo
con tu respiración entrecortada
tus sudores mojaron la almohada.

Hombre de mis sueños
eres mi pasión desorbitada
mi alma se deleita apresurada
con el olor del amor en mi peonía
mezcla de deseo dulce embeleso
que enardece la llama del encuentro.

Jadeantes, embriagados de amor
en un abrazo, entrelazados
nos quedamos dormidos.

Fragmentos de dolor.

Estoy recogiendo los pedazos de mi alma,
que quedaron esparcidos en los surcos de la tierra,
después de tu partida.
Cada fragmento es una herida abierta,
un dolor auestas.
Mi alma rota,
divaga en el silencio de tu ausencia.

El amor se fue despacio,
se esfumo en un instante.
El dolor punzante,
se extiende desde mi corazón
hasta la eternidad.

Espejismo.

Estoy sola,
profundamente sola.
Solo me queda el recuerdo,
de un amor trasnochado.
En la noche insomne,
pululan los fantasmas del pasado.
Tiempo perdido,
en una relación sin futuro.
Espejismo, espejismo, espejismo.

Cuando una relación,
descansa en un solo pilar,
no hay nada que hacer,
el amor es de dos.

Hombres y mujeres,
somos diferentes,
A las mujeres nos anima,
el sentimiento , el corazón.
A los hombres,
las hormonas, la pasión.

Al fin y al cabo,
las mujeres, cargamos con todo,
con el dolor de un abandono,
la responsabilidad de cuidar a los hijos,
un corazón en ruinas.

Lo entregamos todo
y no nos queda nada.
Como si fuera poco,
perdemos la esperanza.

Nos enseñaron desde siempre,
a vivir en función de los hombres,
de lo que ellos necesitan.
No hemos aprendido,
a vivir para nosotras,
a sentir para nosotras,
a cuidarnos a nosotras.

Cuando una mujer,
es abandonada,
desciende al abismo,
se recluye, en un espacio de su alma,
para entender con sabiduría,
lo que le pasa.

Generalmente,
se nos acusa, de ser las culpables,
de que el hombre se vaya.
Debemos estar siempre
lindas y presentadas,
no importa que estemos cansadas,
es necesario atenderlos en la cama.

¿Dónde queda nuestra esencia?
Sepultada.
Despierta mujer,
la vida te espera.

Trece lunas.

Estoy muriendo poco a poco,
en el silencio de mi almohada,
la oscuridad se cierne sobre mi,
la soledad me invade.

Un amor se fue.
Sin darme cuenta,
al despertar,
observo que estoy sola.

Trece lunas,
mágico tiempo de amor
y de recuerdos.
Tiempo de gestación
y crecimiento.

Miedos,
miedos del pasado,
me acechan.

A los procesos
y a la alquimia

Desolación

En la penumbra gris
de mi vida atormentada
aparece la luz
de la estrella universal
cuánto quisiera, amar
sin esperar
darme toda en el umbral
del eterno paraíso celestial.

Cuánto quisiera, amor quisiera
la alegría y la belleza
del canto del pájaro
del calor de sus alas
que pudiera recostarme en su
nido y acumular riquezas del alma.

Cuánto quisiera volar
al encuentro de universos
insólitos
sentir el recorrido sinuoso
del amor en mi cuerpo.

Cuánto quisiera presentarle
mi canción al alba
descubrir y vivir mi existencia
abandonada o acompañada
en los brazos del misterio
de mi desnudez.

Cuánto quisiera amor
seguir amando
y atesorar con mi vida la querencia
de otros lados.

Amor, desesperado amor
de otros tiempos y después
de una quimera y un adiós
¿Dónde estás? ¿Te has ido?
¿Volverás?

Devenir

Vengo de otros tiempos
de dolores distintos
de recorridos duros
de pasajes desiertos.

En el devenir
he anunciado a mi esencia,
de lugares de querencias,
he dejado atrás
excesiva tristeza.

Mi espíritu se expande
en el hallazgo de otros rumbos,
y quizá otras dolencias
sean testigo fiel
de mi larga ruta
de existencia.

Rutina

Amanece, la naturaleza despierta
los pájaros cantan, las ranitas saltan
en una melodía infinita de agradecimiento
al creador.

La humanidad se levanta cansada,
sumergida en la rutina diaria,
no agradece,
al despertar el alba.

La gente camina agonizante,
a los hombres y mujeres de esta tierra
se les ha olvidado amar.

Hambre

Pasiones sudores, dolores
amargas tristezas
remotas del hombre,
preguntas sin respuestas
luchas internas.

Camas vacías de amor
familias incomunicadas,
frente al televisor
parejas aburridas de su hacer,
trabajos rutinarios
desesperación del ser
enfermos de placer.

Ancianos solitarios
esperando partir,
niños abandonados,
viudas inconsolables
mujeres caminantes de la calle
ricos vacíos de espiritualidad
pobres obsesionados
con la riqueza y el poder.

Hambre, hambre en el mundo
hambre de Dios,
hambre de amor, hermandad
y solidaridad
de alegría compasión
y amistad.
Despierta humanidad
la muerte nos invade

Continuidad

Sabes, reconozco tu música
la escuché en otro tiempo
 en el antiguo Egipto
 en los valles del Nilo;
o tal vez fue en Arabia
 en un harén perdido
lo sé, porque recuerdo
 solo tus ojos negros.

Fue en el África ardiente
en los tiempos de esclavos
 estoy equivocada,
 fue el foro romano
donde los desgraciados
 torturaban cristianos.

Quizá cuando Colón
decidió descubrirnos
sin pedirnos permiso,
fue en algún tiempo
 es lo que recuerdo.

Y cómo olvidarlo
si en todas las épocas
sólo estaban presentes
 sólo tus ojos negros.

Desnudos

Despojados de las máscaras del ego
aprendemos a ver en el otro
al padre eterno.

Despojada nuestra mente de la ira
aprendemos a vivir en armonía.

Despojada nuestra alma
del miedo, el temor y la ambición
conocemos el camino del amor.

Despojados de juzgar y criticar
construimos la verdad.

despojados, desnudos
iluminados por los hilos del perdón
hacemos de este mundo una canción,
soñamos un planeta en sanación,
nuestro corazón, siente la paz
y se abandona en
los brazos del creador.

Visceral miedo

Vívido miedo
que te ocultas hondo y profundo
en el alma de los seres
confundidos por tus trampas
de angustia, de ansiedad
de incertidumbre.

Anidado miedo, visceral, lacerante
del pasado, presente y futuro
noches de locura,
de elucubraciones fantasmales
puestas en libertad.

Jamás había experimentado
el pánico hasta esa madrugada
de escalofríos, que removi^ó
mis células muertas,
por las inquinas del pasado.

Germinado, sentido miedo
de ciclos lejanos
te conozco y te dejo ir.

El ser que no perdona

El perdón es un don de Dios
que se manifiesta a través
de la oración;
el perdón es la llave de la paz.

El ser que no perdona
vive atemorizado, triste
sin hallar alivio,
se hunde en el dolor
tras las tinieblas
no soporta la luz la claridad
se siente culpable y acusa
a los demás.

El ser que no perdona
juzga y condena
y haciendo esto
se castiga a sí mismo.

Ilusión

Vivimos de apariencias
de experiencias amargas
de creencias internas.

Hasta que cansados
de reproducir situaciones violentas
de buscar pareja,
de llorar en soledad.
de la enfermedad que nos aqueja;
decidimos recobrar la paz
y nos damos cuenta
de quiénes somos
de cuál es el motivo de
tanta lucha y sufrimiento.

Intuimos que
la única manera de vivir
en alegría,
es aceptando los
errores del pasado
y sacando a la luz
los resentimientos guardados.

En ese proceso de sanación
avanzamos y caemos,
el cambio es circular
es una espiral de ascensión
de unificación con el creador.

Infinitud

Ser de espíritu puro
confundido entre el suelo y el cielo
busca la luz en tu recuerdo
tu camino, es tu sueño.

No tengas miedo
todo lo que necesitas estará
cuando abras tu corazón a la verdad
y estés dispuesto a conquistar la
libertad.

La energía universal
acompaña tu alma
siéntela, déjate guiar
en ella se revela, la deidad.

Impermanencia

Es tan fugaz
el soplo de la vida
y quedamos atrapados
en sus hilos, en su rueda.

El sufrimiento nos parece
eterno
el trabajo nos agota
nos enferma
la costumbre, nos aterra.

Mas allá de los sentidos

Quiero ver más allá del miedo
más allá de la enfermedad
más allá de la carencia
más allá de la soledad
más allá de la tristeza
más allá de la mentira
más allá de la muerte.

Quiero ver más allá de esta
realidad aparente.

Quiero ver más allá
de la ilusión de los sentidos
quiero definitivamente
quiero ver la luz.

Vigilia

En la penumbra insomne
llegan los fantasmas del pasado
siento el frío del invierno
que invade mis huesos.

Las máscaras se develan
se presentan las dudas las penas;
quisiera correr pero estoy inmóvil
como un iceberg en el océano,
quisiera gritar pero enmudecí
del miedo.

Quisiera llorar, pero en la alcoba
donde duermo, sola estoy
nadie me escucha.

Transformación

Bendita enfermedad que me ayudas
a retomar mi inspiración;
que me guías en la senda del perdón,
que me induces a cambiar
a sacar de mi interior
la pureza la verdad.
Gracias por el recuerdo
de lo eterno, ya que el olvido
es muy posible
en esta vida de apegos superfluos

Huesos rotos

Una serpiente me atrapa
aprisiona mi cuerpo
lo asfixia, lo desgarr
muele mis huesos.

Sé que voy a morir
evoco los momentos gratos,
las luchas internas;
exhausta y cansada
entrego mi ser
al infinito.

Espiral en ascensión

El proceso evolutivo pasa
por diferentes etapas
la persona niega ser la responsable
de tanto desatino.

La mala suerte, el karma
el castigo divino, los demás
son los autores de tanto desvarío.
No se responsabiliza de sus acciones,
la rabia,
el resentimiento, la envidia, el odio
se apoderan de su ser.

Se pregunta ¿Por qué si a otras personas, les va tan bien
a mí me va tan mal?, no es justo
¿Qué fue lo que hice?
Luego se negocia:
Dios, si me haces el milagro
transformo mi conducta.

Obstinado de luchar, reflexiona:
estoy en problemas
a lo mejor estoy haciendo
las cosas mal.

No es normal tanta tragedia
y sufrimiento,
y en ese camino de búsqueda
espiritual hace una profunda revisión de sus acciones,
busca soluciones.

En su mundo interior
sabe que es artífice de toda la creación,
aquí empieza la verdadera evolución.
Así el ser, amplía su visión del universo
y como una mariposa sale al mundo
transformado, mostrando la belleza
de su vuelo.

Después de tanto recorrido discierne
la vida es sencilla,
pendemos de un hilo de la fuerza maravillosa
del misterio,
de Dios, de la creación
somos canales de energía
una fuente inusitada
del amor del creador.

Desvarío

La luna ilumina la noche
la serpiente sigilosa
merodea en la oscuridad
el canto de los grillos
inunda la sabana.

Los cocuyos conversan entre sí
los fantasmas deambulan
en las ramas de los árboles,
la llanura canta.

El hombre solitario
acoquinado se asombra
de tanta grandeza,
su ánima intuye
cuál es su origen.

La tierra clama

El mar se levantó en una ola
gigantesca de horror
en la orilla la gente, no entendía
lo que pasaba
en segundo, aldeas, pueblos y
ciudades quedaron devastadas.

la naturaleza tiene un ritmo, la tierra
se mueve, está viva, busca los medios
para limpiarse.

La lluvia, el terremoto y el volcán,
son un fenómeno natural.

¿Por qué culparlos, de nuestra desgracia
e incapacidad para vivir en armonía?
Se construyen edificios en zonas de peligro,
se levantan ciudades en el cauce de los ríos,
se depositan desechos tóxicos en el mar.
¿Quién está haciendo las cosas mal?
¿La naturaleza, Dios, la humanidad?
Muerte tragedia y destrucción
un panorama desolador.

¡Ojalá que este suceso, nos despierte
y hagamos una reflexión!

¿Será que el hombre en su afán de
riqueza y posesión no le importa
destruir su hogar?

La tierra está cansada, grita y clama
que cambiemos de rumbo
para salvar al mundo.

¿Quién hace la paz?

La ira, el odio y la violencia
destruyen tu vida poco a poco,
los insultos y los gritos
crean la guerra.

Pedimos paz, luchamos por la paz
damos conferencias de la paz
creemos que la paz
es un decreto gubernamental.

Hasta cuándo, la humanidad será
tan inconsciente,
cuando en nuestra casa peleamos sin cesar
agredimos y abusamos de los demás,
avivamos la guerra, la muerte y la violencia
entonces, ¿quién siembra las semillas de la paz?

Homenaje a San Juan

A San Juan,
a mis orígenes
y a mis ancestros

Yo vengo desde muy lejos
San Juan
pa' recitar estos versos
que nacen del corazón
y espero que tu me des
que me des tu bendición

Para qué quiero riqueza
San Juan
si tengo cacao y mar
y en la noche el calorcito
de mi negro pa' goza'

Caminé por los caminos
San Juan
de tu tierra prometida
y en cada paso que daba
se me alegraba la vida

Me ofrecieron un conuco
con mucho plátano y yuca
pero yo no lo acepté
porque yo soy muy maluca

Cuando yo vine pa' ca'
San Juan
me bañé mucho en el río

y desde ese día
mi vida cogió más brío
Recobré toda esperanza
San Juan
de vivi' en comunidad
y en el caminar descalza
encontré la libertad

Esta gente me cautiva
me cautiva y me enamora
y de mi corazón nace
un amor que me apasiona

Y le digo a los turistas
San Juan
que toman anís, guarapita
o ron
no le echen basura al pueblo
a este pueblo de Dios

Cuando llegué a esta tierra
San Juan
no conocía el tambor
el baile, menos el son
en mi mente yo pensaba
este baile no es pa' mí
pero yo volví a venir
a la rueda me metí
a la cintura le di.
Hoy cuando escucho un
tambor
mi cuerpo pierde el control.

San Juan
te quiero conta'
yo no me quiero casa'
pero yo quiero un negrito
por lo menos pa' baila'.

Cuando a un negro
Veo baila', San Juan
la sangre se me alborota
el pecho se me revienta
con ganas de hace una
fiesta.

Cada vez que vengo a Chuao
San Juan
aprendo una cosa nueva
de su gente, de sus penas
de sus costumbres
tan buenas.

Aquí yo llegué en noviembre
San Juan
a esta tierra de gracia
cuando mi pie pisó tierra
mi corazón gritó: "magia"
magia de los mil caminos
de la plantación, del río
del negro con su amorío
del blanco con su destino.

Al llegar al caserío
San Juan
sola me bañé en el río
y desde ese día
a este pueblo lo hice mío.

Yo amo a esta tierra
San Juan
amo a esta tierra de gracia
y mientras yo siga viva
yo le entregaré mi vida.

Cuando yo me voy de Chuao
San Juan
llego a mi casa a llorar
con el recuerdo del río
de la montaña y del mar
porque en este pueblo mágico
yo me quisiera quedar.

Y es que Dios le dio a este pueblo
San Juan
le dio montañas y ríos
para que todos unidos
cuidemos los sembradíos.

Me despido con un verso
San Juan
una oración y un recuerdo
de un pueblo que dejó vivo
en mi corazón, un sueño.

Tierra encantada

Escondido, en una hermosa selva
tropical
custodiado por el cauce misterioso
de tres ríos
ante los ojos perplejos del explorador
se devela la tierra de gracia.

Refugio perfecto para los amantes
en esta tierra de enamorados,
el tiempo se detuvo,
allí, en el paraje de los sueños
la vida transcurre al natural
pies descalzos, piel desnuda
sonrisa al viento.

Espectros de un pasado esclavo,
el cielo depósito en este lugar
la montaña, el río y el mar
el encanto de su gente
para hipnotizar
al peregrino
buscador de destino.

Creo en América, amo esta tierra

Creo en los duendes
como hacedores de sueños
en las ondinas como
custodias del agua
en los elementales de la tierra
que permiten que la naturaleza
nos sirva, nos proteja,
en el sol, como comprobación
inmensa de la obra de Dios.

Creo en la luna como la
receptividad que se anida
en le alma de los seres,
en el arco iris como la alegría
permanente de la vida de las mujeres.

Creo en la madre tierra
que nos alimenta y nos sostiene,
creo en la lluvia como
ecologista universal
de este planeta.

Creo en el mar, las montañas
la llanura que nos facilitan
el camino de retorno
al padre eterno.

Creo en América amo esta tierra
en el indio que lucha sin descanso
para evitar el rechazo,
en el negro que se mantiene vivo
con su canto,
en el campesino olvidado y desterrado
por la ignorancia de la gente.

En la mujer tejedora de sueños,
Creo en los hombres y mujeres
de esta tierra,
Creo en la esperanza de construir
un planeta habitable.

Yo soy campesina

Nací y crecí entre el conuco y la laguna
mi comida era el caldo e' gallina, la leche de vaca
fui en burro a la escuela.

Allí aprendí que fuimos conquistados, bautizados
y que gracias a los españoles podíamos
entrar al cielo sin pecado.

Mi barriga se llenó de lombrices
el agua de pozo dejó sus cicatrices

Yo soy campesina sé busca' leña
sé dormí' en hamaca
sé anda' los caminos
Conozco el olor grato del fogón
el lugar de mis juegos era el gallinero
mi abuelo era curandero.

Yo soy campesina
conozco a las vacas, al toro fornido
y en las noches estrelladas
mi papá me narraba
cuentos de hadas.

Un día nos marchamos
debía ir a la escuela, en la ciudad,
a aprender historias que otros escribieron
que no sabemos si nos mintieron.

Yo soy campesina
sé ordeñar las vacas
sé lavar en el río
se mole el maíz
bañarme en la lluvia
y ser muy feliz.

Yo soy campesina
Me fui pa' Caracas
a buscar trabajo
que no conseguí
había requisitos
que yo no cumplí.

Se trataba de la experiencia,
observé que en la ciudad requieres dominar,
ser competitivo,
manejar la calidad,
tener autoestima y seguridad
transformarte en otra
quitarte tus olores
tus sudores.

Luego que esto pase necesitas real
para ir al psicólogo,
si vas a hacer terapia, hay que trabajar
así es el juego de la industria, de la empresa
y de la banca.

Te dan una póliza de seguridad
porque de seguro te vas a enfermar
por supuesto, no es tu estado natural
disfraz total
medias panties
zapatos de tacón
perfumes de colección
y debes ponerte blush-on,
sonreír cuando quieres llorar
si quieres alguna posición escalar
a tu jefe te debes agradar.

Yo soy campesina
¡Qué feliz me siento!
del andar descalza
de vivir despierta
de escribir poemas
y de encontrarme contigo.

Alabanza cósmica

A Dios,
al infinito
y al misterio

Aquí estoy Señor
en esta alabanza cósmica
para recibir tu gracia;
con mi alma desnuda del lastre del ego,
en la constante paradoja,
postrada ante tu sagrada presencia
con la esperanza de vivir en la inocencia;
fortalece mi espíritu, guía mis pasos
por el camino del amor y la belleza.

Aquí estoy Señor
sé que me recibes en tu seno
que puedo disfrutar tu compañía
aún en las soledades más remotas
de mi ser agobiado por los avatares
del pasado.

Me entrego a tu gracia
sé que tu amor espera mi regreso
sé que me amas desde el inicio
del universo.

Versos de sanación

Para ser un sanador
lo primero es el amor
el servicio, la humildad
hay que actuar con intención.

Todo lo que nos sucede
tiene una razón de ser
forma parte del hacer
del vivir y del crecer.

El sufrimiento es apego
la mentira daña el alma
la envidia es el peor mal
que la humanidad entraña.

Este mundo de ilusión
nos confunde, nos aterra
encadena nuestras vidas
a la muerte y a la guerra.

Para ser un sanador
sana primero, tu corazón.

Otros planos

Florece en una maravillosa
red de sonidos y silencios
un baúl de melodías,
nuestro cuerpo es un santuario
cada gen posee la vibración
del universo.

Desde todos los tiempos
nos conforman los cuatro
elementos:
agua, fuego, tierra y aire
nuestro corazón es un centro
donde mora el espíritu divino
es una puerta abierta
para ingresar a otra dimensión.

Gratitud

El sol en los enlodos,
se levanta agitada la mañana
una brisa fresca se cuela
por la ventana.

Las mariposas de tonos azulados
juguetean en las rosas del jardín
el viento acaricia las hojas del
nogal.

Las hormigas laboriosas
guardan comida para el invierno
este paisaje acogedor
manifiesta
la dulzura de la creación.

Eternidad

Cuando alces el vuelo al sol
y veas tu esencia resplandecer ante ti
estarás preparado para la paz.

Sabrás en tu interior
que este es un mundo falaz;
las máscaras del miedo, la vileza
y el dolor se desvanecerán.

Cuando alces el vuelo al sol
tu alma serena
cantará himnos de alegría.

Cuando veas a tu hermano en su
inocencia y su pureza,
cuando sientas en tu corazón
compasión por los que sufren,
cuando sepas que puedes cambiar
tus pensamientos y aceptar que
eres hijo del amor;
habrá concluido la lucha y el
ataque
Proclama tu libertad
has regresado a tu hogar.

Contemplación

Las puertas del cielo se abren ante mí
y mi corazón se llena de una presencia
de amor infinito.

Veo la realidad que está más allá
de nuestros ojos,
me doy cuenta de la futilidad
de la existencia,
preocupaciones, quejas
enfermedad, sufrimiento
alegrías, reconocimiento
todo pasa
ante la luz divina
todo se desvanece.

Caminantes del cielo

Somos un instante de amor eterno
del creador
una gota de agua en el océano,
un haz de luz en el firmamento,
un pedazo de tierra,
un destello de sol.

caminantes del cielo
somos paz, somos luz
recuerdos relegados
y enterrados profundamente
en las noches oscuras y
fugaces de nuestros días,
música y silencio alentados
por el soplo divino.

Somos seres distraídos
por las maravillas que
nuestros pensamientos han construido,
¿Cuándo recordaremos nuestra esencia?
¿Cuándo descubriremos la eterna luz
que brilla en nuestra conciencia?.

Esencia

Soy un viajero eterno
llegué a este planeta revestido
con un cuerpo.
Soy el templo sagrado del espíritu,
pocas son mis pertenencias:
un sendero que seguir
una alforja y un amigo.

Y en la memoria atávica
la memoria de la raza
soy un espíritu libre, sin ataduras
pertenezco a otro reino.

Lo que veo, lo que toco
lo que oigo, lo que sueño
no es más que la concreción
de mis ideas,
es una ilusión permanente
del mundo de los efectos.

Inspiración

La manifestación del soplo divino
se expresa
en colores celestes, en música angelical
en sonidos armoniosos.

El fuego del espíritu, el agua que fluye
por nuestro cuerpo
nos recuerda la grandeza del universo.

Custodios del planeta

Estuve en el desierto, aislada
en un círculo sagrado.
Cabalgando en el sur,
en un rayo de luz
se presentó Miguel,
con cabellos dorados,
y sus alas de fuego.
transformando mi alma,
avivando mis sueños.

Estuve en el desierto, aislada
en un círculo sagrado.
Rafael, el señor de los vientos
me acompañó en el este
sanando mi alma,
transmutando mi mente.

Estuve en el desierto, aislada
en un círculo sagrado.

Gabriel me dio un mensaje
con la calma del lago
paciencia e inocencia
la lucha ha cesado.

Estuve en el desierto, aislada
en un círculo sagrado.

Ante mí apareció, Uriel
el señor de la tierra
con vestidos de oro
y sus alas de plata
me trajo la esperanza.

Estuve en el desierto, aislada
en un círculo sagrado.

EPÍLOGO.

Has llegado al final de la lectura
y quiero dejar este mensaje, para ti,
Aún es tiempo de cambiar
tu historia personal.

La poesía es una terapia,
libera el alma
de las penas que la atrapan.

Si alguno de mis poemas
hizo vibrar tu corazón,
si contactaste una emoción,
si sientes que amas, que lloras
que ríes, que vibras
con cada salida del sol.
Te felicito.
Estás vivo.

Útero y anexo

El poema nace del espíritu, del corazón y del sentimiento; podemos decir que los poetas son personas muy sensibles a su propia realidad y a la realidad que los rodea; en este caso, les presento la obra "Útero y anexos" poética de lo femenino. Su autora, mujer poetisa, sensible, humana, honesta y revolucionaria, nos muestra en cada uno de sus poemas la pasión, el amor, la esencia femenina, la espiritualidad de una mujer, sus inquietudes, problemas, dolores y esperanzas.



Sistema de Editoriales Regionales Lara

María Zenaida Gómez Cordero

Carora, Estado Lara. Licenciada en Educación, Mención Desarrollo Cultural, Técnico Superior en Recursos Humanos, Ex-Asistente de personal en EDELCA: realiza estudios de Medicina Tradicional China, Taichi, Técnicas de meditación, Tarot Evolutivo. En la actualidad se desenvuelve como docente en las áreas de Teatro, Narración oral, Danza y Música, reconocida en nuestra región por su amplia labor cultural, compromiso político y comunitario.

