

SENTIRES Y PENSARES

PARA UNA NUEVA TIERRA



LAS MONTAÑAS, VIVAS

Núm. 7- Octubre 2023
Red YakuMama por la Voz Recobrada
@sentiresypensaresyakumama
yakumamalavozrecobrada@gmail.com

SENTIRES Y PENSARES

PARA UNA NUEVA TIERRA

Octubre, 2023

Número 7

Edita

Red YakuMama por la Voz Recobrada
Esther Velázquez Alonso

yakumamalavozrecobrada@gmail.com

esthervelazquez.com

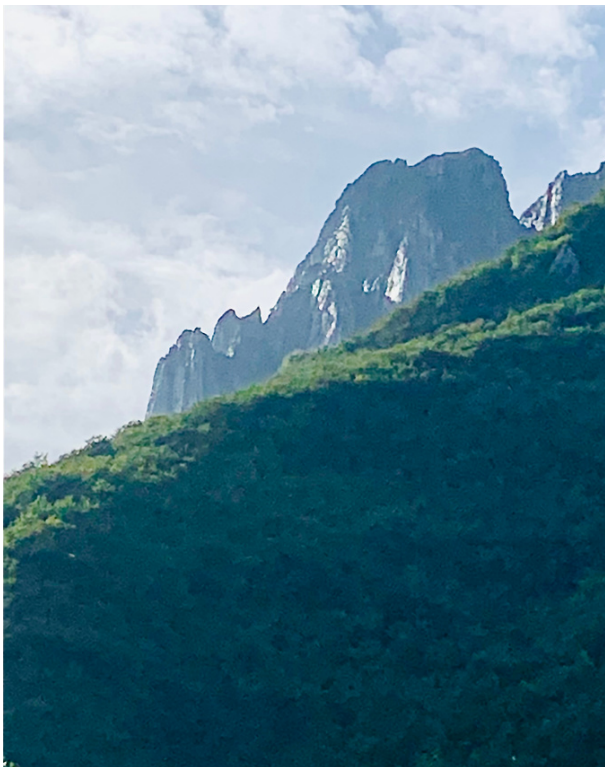
[@sentiresypensaresyakumama](https://www.instagram.com/sentiresypensaresyakumama)

ÍNDICE

SENTIRES Y PENSARES

UNAS PALABRAS DE BIENVENIDA

Nos invito al Recuerdo 1



¿QUIERES APORTAR TU GOTA?

Aporta tu Gota de Consciencia 8

Agradecimientos 9

GOTAS DE CONSCIENCIA

¡Yo soy tú. Tú eres yo!- Esther Velázquez 2
Alonso

Mi montaña- Enrique Miguel Laza Pérez 3

La montaña lo es "Todo"- Maite Romero 4
Nieto

Me he preguntado si vale la pena... - 6
Pepe Nogales Moreno





Nos Invito al Recuerdo

Una vez más, y ya van siete, nos invito a cerrar los ojos, a respirar profundo, a soltar el yugo de nuestra mente racional y a dejarnos llevar por el Recuerdo...

Todos y todas tenemos recuerdos con las montañas, en las montañas.

Cada Aportación que aquí queda recogida es una valiosa Gota que nos ayuda al Recuerdo.

Dame la mano, nos sumergimos junt@s, vamos a Recordar...

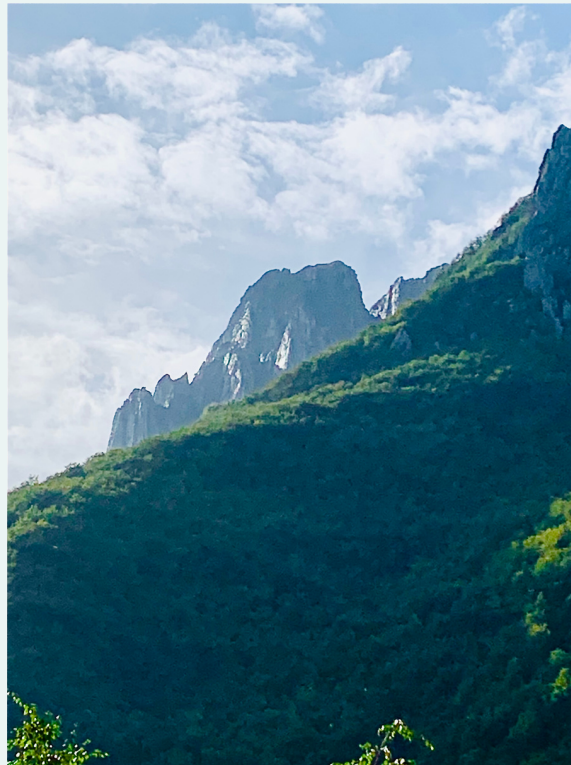
Y luego, cuando volvamos de estas profundidades, cuando hayamos recordado, alcemos la voz bien fuerte y démosle voz a las Montañas, Vivas, porque Vivas están y Vivas las queremos.

Porque solo cuando hayamos recordado, una Nueva Tierra será posible, donde sea el Amor el que campe a sus anchas.



¡Yo soy tú. Tú eres yo!

(Por Esther Velázquez Alonso)



Peña Ubiña, Valle del Huerna, Asturias.

Estaba escribiendo delante de ti, centrada en mi cuaderno, en mis adentros, cuando de repente el sonido del viento me hizo levantar la mirada, y allí estabas tú. Poderosa, luminosa, reluciente por la lluvia que acababa de caer.

Sentí tu poder, tu fuerza, tu estabilidad, tu grandiosidad, tu generosidad al albergar tanta Vida.

Fue entonces cuando te pedí: "Dame tu fuerza y tu estabilidad".

Fue entonces cuando te escuché: "Yo soy tú. Tú eres yo".

Esa simple frase retumbó en todo mi cuerpo haciendo que la piel se me erizara.

Fue entonces cuando comprendí...

@esthervelazquezalonso
(Imagen: la autora)



Mi Montaña

(Por Enrique Miguel Laza Pérez)



Se abrían las ventanas
de la cara oeste de la casa,
para ver desde allí, la Montaña.
Majestuosa, imponente y bella,
guarda su historia a la vista,
en cada pico, en cada grieta...
Muestra sus canas heladas.
Eso veía, desde la ventana...
Inspirando novelas, poemas y letras.

@kique_elp
(Imagen: [Daphne Fechey](https://unsplash.com/es/fotos/K8dkbu403Qk). En unsplash.com/es/fotos/K8dkbu403Qk)



La Montaña lo es “Todo”

(Por Maite Romero Nieto)



La Alcazaba, la dama de la montaña, Sierra Nevada (Granada, España).

Es la pureza del aire que respiro, el encuentro gozoso con otros seres que aparecen y se van, la presencia profunda de los árboles, la caricia consentida de los matorrales , la fuerza infinita de las piedras que sienten mi transitar.

En la montaña me abro al magnetismo de la libertad, suelto la carga de mi mochila hasta que no la percibo, piso el barro con confianza, me lleno de su grandeza y me siento una con ella. Me permito ser yo y soy Ella con Todo.



El Salto del Cabrero, Grazalema (Cádiz, España).

@rnmaite
Imágenes: la autora



Me he preguntado si vale la pena...

(Por Pepe Nogales Moreno)



Camino de El Puntal de las Cazoletas. Sierra Nevada (Granada, España).

En algún momento me he preguntado si vale la pena...

Seis horas antes:

La nieve empieza a cubrir la vereda que solo se intuye a veces. Quitarse los guantes para coger un pañuelo es hace rato una odisea, así que el guante de la mano izquierda se encarga de ir secando la gota que permanentemente cuelga de la punta de la nariz. Las ráfagas de viento nos mueven de lado a lado llegando a hacer que perdamos el equilibrio hasta caer en el blanco manto. La temperatura es baja pero no para conseguir que la fina lluvia que ha empezado a caer se convierta en copos, así que nos vamos calando poco a poco desde los pies a la cabeza.

Nuestro destino está cerca, el Puntal de las Cazoletas se muestra desafiante ante nuestros ojos y empiezan las dudas sobre afrontar la última pendiente helada o dar por finalizada esta gélida aventura. Nos ponemos los crampones y afrontamos este tramo mientras la niebla amenaza a nuestros pies con ocultarnos el paisaje. La cumbre nos regala la satisfacción de ver cumplido nuestro propósito, pero no nos permite quedarnos mucho tiempo, parece que hoy no tiene ganas de visita y se alía con el viento para echarnos de sus confines. Quiero escribir lo que siento pero resulta imposible manejar los dedos, sacarlos de los guantes mojados, tendrá que ser luego en el hotel, tras una ducha caliente, o quizás mañana, tras un reparador sueño. Ahora vamos bajando, sin ver la vereda, hundiendo nuestros pasos hasta las rodillas y soñando con una sopa caliente que pueda devolvernos el aliento.

Tiempo actual:

... La respuesta es, ¡¡por supuesto!!

Si te enfrentas a la naturaleza estas perdido, alíate con ella y te hará fuerte.

APORTA TU GOTA DE CONSCIENCIA

"Sentires y Pensares. Para una Nueva Tierra" nació con el anhelo de ser algo colectivo con un claro propósito: contribuir a crear una Nueva Tierra, con pequeñas gotas que ayuden a RECORDAR para tomar consciencia de lo que somos.

A pesar de que el mundo está absolutamente desquiciado, nos invito a aportar nuestra Gota con la mirada puesta en la Esperanza y en el Amor. Nos invito a no dejarnos llevar por la desesperación y el "lo que yo haga no soluciona el problema". Seamos como el pequeño colibrí, de aquel cuento sufí, que nos muestra que con su pico va gota a gota colaborando en la extinción del fuego (Si no conoces el Cuento del Colibrí, pincha [AQUÍ](#) para escucharlo. Es precioso).

Lo que cada cual aporta, desde el lugar en el que está, es fundamental en estos tiempos de Cambio Climático; en estos tiempos en los que urge recordar.

Todos y todas podemos y debemos contribuir.

Es urgente, tu gota de Consciencia, también.

En breve, anunciaremos por Redes Sociales el próximo número. Siéntete con libertad para aportar tu Gota como quieras: con un relato escrito, un cuento, un ensayo, un poema, un dibujo, una fotografía, una música, un pequeño vídeo... lo que te salga del alma.

Mándamela por Redes o al correo yakumamalavozrecobrada@gmail.com

yakumamalavozrecobrada@gmail.com
[@sentiresypensaresyakumama](https://www.instagram.com/sentiresypensaresyakumama)



AGRADECIMIENTOS

Es precioso ver cómo este anhelo de contribuir colectivamente con nuestras Gotas de Consciencia va tomando forma.

Agradezco de corazón a todas las bellas personas que habéis aportado la vuestra. La Tierra y las Aguas, tú, yo y todas y todos los que vendrán nos lo agradecerán.

Seguimos Sintiendo y Pensando para co-crear esta Nueva Tierra en la que es el Amor el que campa a sus anchas.

Desde la Red YakuMama por la Voz Recobrada, en la confianza que estamos a tiempo, recibe un fuerte abrazo,

Esther

