



Un Canto de Armonía

...reflexiones sobre Derechos Humanos de las Mujeres

*Este material puede ser utilizado para fines de difusión,
con la solicitud que se respeten los derechos de autoría.
Favor de hacer referencia si se interpreta en público.
Sirva pues este esfuerzo, para entonar Un Canto de
Armonía.*

**Martínez, Lilia. Palafox, Ana Zarina, et al. México,
D.F. 2011. Liefde, A. C. y www.anazarina.org**

Lilia Martínez
Consultora

www.anazarina.org



Liefde A.C.

La décima, como la presentamos aquí, es poesía oral, popular. Las invitamos a leer estos trabajos en voz alta, a compartirlos como palabra hablada.

Índice

Alejandro escudero	
<i>En tu cotidiano andar</i>	3
Ana Zarina Palafox Méndez	
<i>Unidad</i>	5
<i>Nuestro lugar en el mundo</i>	6
Brenda Kurczynsky	
<i>A ti, mujer.</i>	7
Caterina Camastra	
<i>Hecho y derecho</i>	9
Cecilia Guinea Corres	
<i>Compañera</i>	11
<i>Equidad</i>	11
<i>La obligación</i>	11
<i>Urgencia</i>	12
<i>Mi condición</i>	12
Eleana de la Cruz Lili Reyes	
<i>Equidad</i>	13
Hesneida Hermida Campos	
<i>La mujer y la igualdad</i>	15
<i>Las mujeres necesitan</i>	16
<i>Busco un canto en armonía</i>	16
<i>Cuestión de leyes</i>	17

Lilia Martínez	
<i>Las culpables...</i>	19
<i>in jure vs. in facto</i>	19
<i>...parte de la historia</i>	20
Lucía Vargas del Campo	
<i>Abre tus ojos</i>	23
<i>¡Basta!</i>	23
<i>Defendiendo la igualdad</i>	23
María de Lourdes Aguirre Beltrán	
<i>La canción</i>	26
<i>Agarra el timón</i>	27
Melania Jiménez-Reyes.	
<i>Las viejas barreras</i>	29
Silvia del Socorro Santos Castillo	
<i>Las mujeres</i>	31
<i>Aprendizaje</i>	31
Créditos	33

En tu andar tan cotidiano te he encontrado
dando cause a la razón que te motiva
muy ajena a la “acción afirmativa”
que pretende compensar lo acostumbrado.
Y no esperas que tutela del estado
con su venia, tu albedrío te permita.
Tu inquietud y pensamiento ya suscita
que se rompan paradigmas y ... haces brecha
hacia un mundo diferente y ... sin endecha
tu actitud y tus razones nos concita

Tu actitud y tus razones nos concita
a plantearnos muy diversas reflexiones
sobre quién ha de tomar las decisiones
sin estigmas, que a la historia nos remita.
En tus venas, sangre inquieta ya palpita
y hace pleno tu ejercicio que, de diario
se convierte en colectivo y solidario
hacia un mundo de equidad y ...tiernamente,
en tu entraña vas forjando la simiente
que cultivas, postulando claro ideario

Si tuviste la fortuna
de ser mujer respetada
y, desde niña, apoyada
para que brille tu Luna;
si en tu prodigiosa cuna
tuviste respeto al hecho
de decidir en tu lecho
y decidir en tu vida,
si fuiste muy bien nacida,
pues disfruta ese derecho.

Si caminas por la calle
y nadie quiere ofenderte,
si no piensan darte muerte
nomás por lucir tu talle;
si disfrutas el detalle
de nunca sentir acecho,
si no cometes cohecho
para que a tí te hagan caso,
si el Mundo te da un abrazo,
pues conserva ese derecho.

Si tienes educación,
bienestar, techo y comida,
debes ser agradecida
pues son una bendición.
Pero si, de refilón,
puedes caminar el trecho
a lo que está insatisfecho
desde hace tantos ayerés,
si miras a otras mujeres
¡Lucharás por SU derecho!

No se puede crear nada fuera de nosotros sin antes haberlo creado en nosotros. Lo que los hombres, fuera de una minoría que bendigo, no parecen comprender es que no nos interesa en absoluto ocupar su puesto, sino ocupar por entero el nuestro, cosa que hasta ahora no ha ocurrido.

VICTORIA OCAMPO

Yo no quiero ser un hombre
pues disfruto ser mujer,
puedo pensar y querer
sin que uno al otro ensombre.
Acepto “yo” por pronombre,
no soy “fêmina” ni “dama”,
en mí se enciende una flama
de amor y preservación
y junto palabra, acción,
e ideas en un programa.

Estoy segura que pienso
de manera diferente,
y que procuro a la gente
dentro de este mundo inmenso.
Que, con otras, yo me trenzo
en cada quehacer fecundo.
Cultivo mi propio fundo
pues, como todas, no quiero
sino ocupar por entero
nuestro lugar en el Mundo.

Hoy dedico mi verso con tristeza
a todas las mujeres que han luchado,
por ideales, por sueños que ha robado
la cerrazón con cargas de soeza.
La sociedad injusta que hace presa
cambie ya sus acciones desde cuna,
que la madre no infunde inoportuna
aceptación del yugo de su herencia;
su pensar no se quede en abstinencia
y se rompan cadenas de amargura.

Hoy dedico mi verso a esas mujeres
que han perdido la vida en Ciudad Juárez
a ellas, que dejaron sus hogares
buscando mejorar sus menesteres.
Han muerto por abuso de poderes,
“indignante”, el gobierno no hace nada
reina el miedo, justicia acribillada
no detenga la voz de esta gran lucha,
exijamos el fin de esta atadura
y quede ya toda alma liberada.

Hoy dedico mi verso a las amantes
del amor, que anteponen sus placeres,
que han nublado sus gustos por quererles
reprimiendo sus sueños incesantes.
Que acaben las acciones agobiantes,
no cautives el resto de tu vida,
quien permite, es quien causa las heridas,
no es aquel que se impone y antepone,
que la alegría nunca te abandone
dale a la libertad la bienvenida.

Hoy dedico mi verso a ti mujer,
luchadora, incansable y solidaria;
de amor y de consejos emisaria,
la que cura evitando el padecer.
No se torne tu día un anochecer,
que tus noches, se vuelvan primavera
venciendo con tu lucha la ceguera
y en tu lienzo de matices seas feliz;
por eso es que mi verso es para ti:
madre, hija, hermana o compañera.

Hecho y derecho

Hecho y derecho, es un hecho,
no es ruego, no es petición,
no es ínfula ni opinión:
yo sé que tengo derechos.
No me domina el despecho
ni la histeria me enloquece:
que el prejuicio no aceche,
que triunfe la razón.
Levantaré mi pregón
donde cantarlo se ofrece.

Hecho y derecho, desecho
todo engaño colorido:
vemos que habíamos vivido
con el horizonte al techo.
Ya va quedando deshecho
el doméstico lindero,
a perseguir el lucero
de un sueño, puedo salir,
y sin soñar con pedir
permiso, licencia o fuero.

Hecho y derecho, maltrecho
queda el machismo, y con justa
razón, mucha honra... ¿Asusta
que enderecemos el pecho,
que conozcamos derecho
y revés de nuestras vidas?
Ya no hablamos a escondidas,
ya levantamos la voz,
corremos sin miedo en pos
de lo que nos trae prendidas.

Hecho y derecho, de pecho
me pongo, alego y respondo,
no dejo a ningún sabihondo
que tergiverse los hechos.
Defenderé mis derechos
y de todas mis hermanas,
que descaradas y ufanas
toman su vida en sus manos:
así, libres, celebramos
las venideras mañanas.

Compañera

¿Quien dijo que soy costilla?
¿Quién me quitó los derechos?
En mi vientre y en mis pechos
se engendra la maravilla.
Soy mujer, raíz, semilla,
tan fuerte como la higuera,
explosiva primavera,
de mí misma, propiedad.
Amo y vivo en libertad
luz de luna, compañera.

Equidad

Por hacer mismo trabajo,
exijo el mismo salario,
igual derecho y horario
en jornadas a destajo.
Soy mujer y soy legajo
de amor, de vida y virtud,
mi género es plenitud.
Sobre mi cuerpo decido.
No soy un ser desvalido,
tengo la misma aptitud.

La obligación

¡Al diablo la sumisión!
No me exijas “obediencia”
no me arranques con violencia,
voto, voz y convicción.
No es sólo mi obligación
guisar, tener casa aseada,
ropa lavada y planchada,
el placer en nuestro lecho,
también yo tengo derecho
de ser, por fin, valorada.

Urgencia

Pido reconocimiento
por mi lucha cotidiana,
repique voz de campana
vuele libre el pensamiento.
No es cuestión de sentimiento
la equidad hombre-mujer.
Urgencia de florecer
en aras de un mundo nuevo,
enterremos el medioevo,
démosle valor al “ser”

Mi condición

Refrendo mi condición
con la frente levantada,
si fuera yo violentada,
por costumbre o tradición.
Nombran emancipación
de “fémimas revoltosas”,
las acciones valerosas
en busca de la equidad,
dando honor a la verdad,
nuestra lucha es portentosa.

Nuestra lucha es portentosa,
dando honor a la verdad.
En busca de la equidad,
las acciones valerosas
de “fémimas revoltosas”,
nombran emancipación.
Por costumbre o tradición,
si fuera yo violentada,
con la frente levantada,
refrendo mi condición.

*Vamos a hablarnos derecho
y a buscar la libertad
en un mundo de igualdad
que no sea idea, sino un hecho.*

ANA ZARINA PALAFOX

*Vamos a hablarnos derecho
las mujeres y los hombres
de la equidad. No te asombres
porque el camino es estrecho.
Caminemos con el pecho
lleno de seguridad.
Con una franca lealtad
por amor compartidos,
por los sueños prometidos
y a buscar la libertad.*

*En un mundo de igualdad,
de respeto, paz y amor,
floreciendo esta una flor
fragante de paridad.
Espero legalidad
y nada salga maltrecho
cobijadas por un techo
de esperanza y armonía
hasta llegar a ese día
que no sea idea, sino un hecho.*

*Vamos a hablarnos derecho
y a buscar la libertad
en un mundo de igualdad
que no sea idea, sino un hecho.*

ANA ZARINA PALAFOX

I
Como tema de este día
voy a hablarles de mujeres.
No de amores o quereres
que provocan alegría.
Casi es tema de elegía
lo que la mujer ha hecho,
para reducir el trecho
que la lleve a la igualdad
Su lucha es por la equidad:
¡Vamos a hablarnos derecho!

II
Quiere vida sin violencia
Y justicia en el trabajo.
Inscritos en un legajo
donde queden de evidencia.
En política o en ciencia
obtener facilidad
de mostrar capacidad,
habilidad y talento:
*¡Adios al sometimiento,
y a buscar la libertad!*

III
Respetar, ser respetada;
no ser menos, son ser más.
Vivir con el hombre en paz,
Y por leyes respaldada.
Es la imagen figurada
de vivir en sociedad:
estrechar esa hermandad
sopesando diferencias.
*¡Comulgar con sus vivencias
en un mundo de igualdad!*

IV
Por ello la lucha sigue
desde el siglo diecinueve.
No ha sido camino breve
pues la contienda aún prosigue.
Hoy con leyes se persigue
mantenerse en el acecho;
y refrendar su derecho
por vía constitucional,
en un Día Internacional
que no sea idea, sino un hecho.

Las mujeres necesitan

*Las mujeres necesitan
mayor participación
en los cargos de elección
de los países que habitan.*

*Las mujeres necesitan
inclusión en varios temas
que a veces causan dilemas
y por ello las limitan.
Si el camino que hoy transitan,
según La Constitución,
mejora su situación
en la elección popular,
ellas deben propugnar
mayor participación.*

*En los cargos de elección
nuestra mujer mexicana;
sea la rural o la urbana
merece la admiración.
La política es cuestión
donde prejuicios gravitan
impidiendo que compitan
en cargos para varones,
en iguales condiciones,
de los países que habitan.*

Busco un canto en armonía

*Busco un canto en armonía
de respetar mi derecho.*

*Busco un canto en armonía
entre el hombre y la mujer;
dos mitades en un ser
como la noche y el día.
La fusión en sincronía
más allá de un simple lecho,
donde el cuerpo satisfecho
experimente pasión.
El equilibrio es cuestión
de respetar mi derecho.*

*Busco un canto en armonía
entre el mundo y sociedad.
Alcanzar nuestra igualdad
no es añoranza tardía.
La igualdad será la vía
para alejar el despecho
por no obtener el provecho
de miramiento en el trato.
Por ello busco el contrato
de respetar mi derecho.*

*Busco un canto en armonía
entre mi cuerpo y mi alma.
Busco la paz y la calma
en placentera estadía.
Busco al niño que sonría
Y henchido alegre mi pecho,
restablezca lo maltrecho
por la discriminación.
Busco apoyo a la moción
de respetar mi derecho.*

Anonadada quedé
cuando un día el diario abrí
y entre líneas descubrí
lo que nunca imaginé.
¿Cómo es posible, no sé,
qué en tres códigos penales
se proteja a criminales
y vulnere a la mujer?
Difícil de comprender
en las épocas actuales.

Hasta tres días en prisión
el hombre puede pasar
si acaso llega a matar
y alude “razón de honor”.
Esto es discriminación
porque fomenta violencia,
instaura la preeminencia
y limita garantía
de quien en leyes confía
por su supuesta sapiencia.

Tamaulipas y Campeche
aunados a Michoacán,
equivocados están
y no es que “tierra les eche”.
Queremos leyes que estrechen
y fomenten la igualdad,
destierren la impunidad
e impongan justos castigos
para aquellos enemigos
de una buena sociedad

Si es cierto que se ha avanzado
buen camino y largo trecho,
que se evidencie el derecho
que la mujer se ha ganado.
Buenas reformas de estado,
disposiciones y leyes,
desaparición de “reyes”;
respeto a su integridad,
género y seguridad:
¡pena porque la atropelles!

Las culpables...

De la mujer se quería:
fuera abnegada y sumisa
y con llanto o con sonrisa
para los demás viviría
tal cual la Virgen María.
De Lilith ya no se habló
porque Eva la desplazó.
Sin embargo, aquí y ahora
aún culpan a Pandora
de todo el mal que pasó.

in jure vs. in facto

Ya se avanzó el gran trecho
entre el hombre y la mujer
ahora lo que hay que hacer
es que “Igualdad en Derecho”,
se convierta en un “de hecho”.
La No Discriminación
está en la legislación
que promulga la igualdad,
para lograr equidad
falta sensibilización.

Pues se debe promover
entre quien la ley imparte
lo importante que es su parte
en ese arduo quehacer
de apoyar a la mujer.
Legislar no es suficiente
falta que se haga consciente
que los tratos desiguales
solo incrementan los males
de vivir injustamente.

I

En México ha pasado
no mencionar a mujeres
que con luchas y saberes
el país han transformado
y las cosas han cambiado.
Para refrescar memoria
ya que es parte de la historia
reconocer sus esfuerzos
con estos sencillos versos
va la nota aclaratoria:

II

Confundiendo la razón
no había acceso a la escuela
la ignorancia fue secuela
de esta aberración
que les prohibía educación.
“Y si estudiar es normal
que hagan lo natural
y por otros se desvivan
entre mujeres convivan
en una Escuela Normal”.

III

Un actitud meritoria
por actuar como escolla
cuando Matilde Montoya
-sencilla y sin vanagloria-
entro a la preparatoria.
Es la primera mexicana
que es médica cirujana
estudio con gran tesón
y ejerció la profesión
¡ejemplo de hoy y mañana!.

IV

El turno le toca ahorita
a la primera dentista
y primera profesionista
ella es Chorné, Margarita
cuyo ejemplo nos incita.
Esto ya no les conmueve
pero ¡fue en siglo diecinueve
cuando esta mexicana
fue primera latinoamericana
que título profesional lleve!.

V

Alguien que tuvo el valor
de denunciar la violencia
y con una gran conciencia
defendió con pundonor
aún a costa de su honor:
Laura Fernández de Arteaga
-que fue una Primera Dama-
exigiendo a la justicia
por maltrato y por sevicia
el divorcio ella reclama

VI

Pese a la Constitución,
no votaba la mujer,
se argumentaba “el deber
ser modelo de abnegación,
moral y resignación”.
y ya en aquellos ayeres
contra muchos pareceres
para así reclamar
el derecho de votar,
se organizan las mujeres

VII

El sufragio era remoto,
es en el '53
que ya pudo la mujer
su derecho de ejercer
y -en las urnas- dar el voto,
rompiendo del hombre el coto.
y en el 79, Griselda pudo llegar
a un estado gobernar
alcanzando así la cima
del Gobierno de Colima
y el ejemplo habría de dar.

VIII

Para poder avanzar
en ese camino largo
-aunque fuera un trago amargo-
la mujer pidió abortar,
lo exigió sin declinar
y entre muchas se escuchaba
que Decidir reclamaba
apremiándolo en un grito
fue doña Esperanza Brito
la que entre todas, clamaba.

IX

Han podido demostrar
las mujeres, ser muy duchas
a la fecha, han sido muchas
las que pudieron ganar
y en el deporte triunfar.
Sin casi ser apoyadas
mundialmente destacadas:
subcampeonas en futbol;
Aguilas en americano;
Soraya, oro en las olimpiadas.

X

Mujeres que han impulsado
con constancia y convicción
para hacer que esta nación
en derechos haya avanzado
pues por eso han luchado
con actitud vindicatoria,
muchas hay en mi memoria...
que su esfuerzo se conozca
y que así se reconozca
¡que son parte de la historia!...

Lucía Vargas del Campo

Abre tus ojos

Abre tus ojos mujer
ante la brutal violencia,
no esperes que con “paciencia”
Él cambie su proceder.
No confundas el querer
con sumisión y bajeza,
no cometas la torpeza
de sentirte una basura,
sé libre... sin atadura
muestra al mundo tu belleza

¡Basta!

Tú gritaste a mis oídos
golpeando mi cuerpo y faz.
Nublaste en mi ser la paz
con reclamos y alaridos.
Sentí que estaban perdidos
mis sueños y corazón,
más tomé la decisión
de dejarte en el ayer...
de amarme como mujer
y abolir la sumisión.

Defendiendo la igualdad

Hoy se lo que es la igualdad
porque mi madre me dijo
que el ser una hija o ser hijo
es una misma BELDAD.
Que hay una sola verdad
entre el hombre y la mujer:
-El amor es el poder
para que haya comunión-.
Que el respeto y la razón
jamás se deben perder.

Y no fue casualidad
oír la voz de mi padre,
complementar a mi madre
y definir la igualdad
como aquella cualidad
que enaltece al ser humano.
Sea en la sierra o en el llano
el camino, hombre y mujer,
deben los dos recorrer
a la par y de la mano.

Maria de Lourdes Aguirre Beltrán

I

Mujer, mereces vivir
con amor en tu camino;
y debe ser tu destino
forjado con tu latir.
Con quien quieras existir
será buena compañía,
te llenará de alegría
compartir las emociones,
los tejidos de ilusiones:
Como un canto de armonía

II

Como un canto de armonía
labrarás tu vida entera.
Será siempre primavera
si tu corazón te guía.
Cuando llegue el nuevo día
cantarás al despertar;
y te sentirás flotar
con la libertad soñada
que por ti será alcanzada
con tus alas al volar.

III

Con tus alas, al volar
alcanzarás las altas cimas;
y si tan alto te estimas
lejos podrás navegar.
No será obstáculo el mar,
tampoco el mas alto monte;
y el tan lejano horizonte
será un camino de oro:
Donde tu pie con decoro
hasta lo alto se remonte.

IV

Se remonte hasta la altura
donde el sol tiene su silla:
Avizorarás la orilla
del azul en su hermosura.
Mujer, graba tu figura
en donde pise tu planta,
y que desde tu garganta
salga un canto de armonía
que te llene de alegría
de la mas pura y mas santa.

La canción

I

Mi madre en viejo papel
Guardaba bella canción
que aprendió, cual oración
con rumor de cascabel.
Me contaba, yo fui fiel
A la letra que decía
como me comportaría
para así ser la mejor
que hace el deber con amor,
y así muy feliz sería

II

Una letra educativa
para la mujer perfecta,
que tenía que ser correcta
con ninguna iniciativa.
No debía ir a la deriva.
Encajar en el patrón
debiera ser la ilusión
de toda joven mujer:
Para poder merecer
general aprobación.

III

La que quisiera ganar
a sus parientas y hermanas
debía por las mañanas
temprano el patio lavar,
sacudir todo el lugar,
barrer con gracia y talento,
y la escoba en movimiento
demostraba cuan dichosa
era la joven hermosa
que era aprobada al momento

IV

Mi madre en su ancianidad
se reía de su inocencia.
Fue descubriendo la ciencia
llamada Publicidad
Dijo: ¡qué barbaridad!
me programaron muy bien:
A mí, y a todas también
las de mi generación.
Con la dichosa canción
siempre sacamos un cien.

Agarra el timón

I

Esposa, madre, Mujer
Tu llevarás el timón
Con fuerza del corazón
Y el anhelo de tu ser.

Vivir feliz es deber

Para alcanzar la armonía
Que sea pleno cada día
Nunca le des el derecho
A ninguno del provecho
De quitarte la alegría

II

Danza, canta, se tu misma
estudia si te conviene;
pues nadie en tu vida tiene
derecho a causarte un cisma.
Mira el mundo con un prisma
que proyecte mil colores.
Llena tu lecho de flores
que perfumen a tu sueño
Pon en tus metas empeño,
cobijate en tus amores.

III

Pide respeto a tu espacio
cuando necesites paz,
y cuando quieras solaz
contemplarás el topacio.
Si alguien se encuentra reacio
a asumir tu libertad
que mire la claridad
de tu prístina mirada
de mujer que está entregada
a construir felicidad.

IV

Mujer agarra el timón
de la nave de tu vida
y así verás encendida
la luz de tu corazón.
Faro de iluminación
en los mares procelosos
que harán regueros preciosos
del polvo de las estrellas
para hacer veredas bellas
en océanos tormentosos.

Las viejas barreras

Con frecuencia me pregunto
si voy a contracorriente,
o ¿es acaso que mi mente
me funciona a contrapunto?
En tan delicado asunto
pongo todo mi entender,
porque no creo merecer
eso que dice la historia.
No es que sea contradictoria;
la respuesta es: soy mujer.

La respuesta es: soy mujer.
Y hay quien se haya preguntado
si alma Dios me habría dado
o si es completo mi ser.
Clavado como alfiler,
estaba aquel retintín
por la que sabe latín.
¡Ah! qué terrible esa frase
que todavía daño hace:
Nunca llegará a buen fin.

Nunca llegará a buen fin
una sociedad machista;
también, el ser feminista
nos lleva hasta otro confin.
Siempre es mejor con que sin
cuando hablamos de respeto.
Quitemos el parapeto,
venzamos viejas barreras,
surjamos a nuevas eras,
no por el género un veto.

No por el género un veto.
Como un clamor popular
deberíase escuchar
para un balance completo.
Si desde que somos feto
luchamos por nuestra vida,
no sea el sexo una medida
de capacidad humana;
do armonía nos hermana
Sinrazón no ha cabida.

Silvia del Socorro Santos Castillo

Las mujeres

Las mujeres son mi guía,
están en mis pensamientos,
rodeandome por momentos
de certeza y alegría.
Con suavidad, en el día,
platican de sus amores,
ocupaciones, dolores;
con palabras de esperanza
predican de la templanza:
Siempre es de muchos colores.

Siempre es de muchos colores
el plano que las conforma;
no creo que exista una norma
para medir sus amores,
existen también rencores,
mas deseo que el corazón
halle siempre la razón
para tener vida plena
cada una es luna llena
y enriquecen mi visión
“Ni víctima ni verdugo.”

Aprendizaje

Mujeres-madre me quieren,
niñas-hermanas me cuentan;
sus fantasías me reinventan
y nuevos mundos sugieren;
si callan –y eso prefieren-
de sus silencios aprendo
porque yo vivo creciendo
cuando escucho su sentir;
hay mucho más qué decir,
así mi mundo comprendo.

Ni víctima ni verdugo

*Yo lo tengo que decir
y expresar mi sentimiento
pues tengo qué decidir
mi vida y su movimiento.*

Yo lo tengo que decir
y liberaré mi ser,
hoy necesito aprender
a transformar mi sentir.
En este tiempo, el vivir
y opinar de tus ideas
no es raro si lo deseas
pero tienes que querer
y dejar de complacer:
Importante es que lo creas.

Expresar mis sentimientos
Es dejar salir mis dudas,
bien puedo pedir ayuda
y olvidar resentimientos,
ya no quiero más lamentos
ni nada que tenga peso,
pues toda carga es exceso
a la hora de caminar,
y puedo recomenzar:
Escucho, y no doy por hecho.

Pues tengo que decidir:
No quiero seguir luchando,
con enemigos tratando
o sólo perdón pedir,
tranquila puedo seguir;
además de ser mujer
también importa mi ser,
y en un ambiente tranquilo
sin tener el alma en vilo
¡Claro que puedo crecer!

Mi vida y su movimiento
yo puedo reconquistar,
en tiempo bueno trocar
todo dolor y tormento.
Hay que dejar los lamentos:
no quiero en vida un mendrugo,
no quiero en mi ser un yugo
ni deseo maltratar
porque no deseo actuar
de víctima ni verdugo.

Créditos

Convocatoria:

Liefde A. C.

Lilia Martínez

www.myspace.com/colectivoartessocial

Ana Zarina Palafox

www.anazarina.org

Complilación, corrección, diseño e ilustración:

Ana Zarina Palafox

Financiamiento e impresión:

Liefde A. C.

Contacto:

contralaviolencia@yahoo.com

anazarina2000@yahoo.com.mx

Marzo de 2011

Lilia Martínez
Consultora

www.anazarina.org



Liefde A.C.