



Los extraños

© 2025, Comfenalco Antioquia
ISBN 978-958-8479-

Javier Ricardo Torres Betancourt
Director Administrativo

Leidy Johana Galvis Mejía
Líder Servicios Bibliotecarios

Diego Aristizábal
Editor

Paola Andrea Cardona Tobón
Corrección ortográfica

Manuela Correa Upegui
Diseño e ilustración

Marquillas S.A.S
Impresión

Medellín, Colombia. Noviembre de 2025

Comfenalco Antioquia
Carrera 50 No. 53-43

Impreso en Colombia - *printed in Colombia*

Queda prohibido, sin la autorización escrita de los editores, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento.

Los extraños

Editorial 

Comfenalco
Antioquia

Vigilado Superintendencia 

Agradecemos a la Fundación Valora-t
y al Instituto Nacional Penitenciario y
Carcelario, INPEC, sin ellos, no hubiera sido
posible este proceso.



Hemos respetado la escritura propuesta por las seleccionadas en esta antología.

Apenas realizamos ajustes sutiles de redacción y corrección ortotipográfica con el fin de mejorar la experiencia de lectura.

Índice

Mosaico de memorias	13
Inventario de ausencias	17
LOS EXTRAÑOS	21
Angie Carolina Ortiz Jaramillo.....	22
Angie Daniela Flórez.....	24
Daniela Vélez.....	25
Cindy Carolina Mina Mina.....	26
Elda María Marín.....	29
Elizabeth García.....	30
Gladis López.....	31
Jeremy-Maritza.....	32
Juliana Ramírez Agudelo.....	33
Leidy Ramos Villareal.....	34
Liliana Peláez Marín.....	39
Loriana Gómez.....	41
Luisa Quintero.....	42
Luzmila Correa.....	46
Magda Denis Guzmán Silva.....	50

Maribel Hoyos	51
Maryelin Sánchez	52
Michelle Díaz	55
Mónica Bedoya	57
Mónica Borja	58
Nicol Serna	59
Paola Bueno	60
Paola Olaya	61
Silvia Gómez	63
Sara Álvarez	64
Vanessa Mena	67
Verónica Quiñonez	68
Yaneth Suaza	72
Yessica Guzmán	74
Yineth Sofía	78
Yuly Marín	80
Yolima Ortega	83
Guía para extrañar	86

LAS MEMORIAS DEL CUERPO	89
Aleida García	90
Angie Katherin Pinto	91
Arisalenis Ruiz Marín	92
Blanca Leonila Castrillón Chavarría	93
Carmen Alicia Rivas Herrera	94
Carmen Helena Echeverry Arango	95
Charoll Yiseth Pérez Muñoz	97
Cielo Deicy Arango Valderrama	98
Claudia Milena Henao Díaz	99
Cruz Mariela Zapata Muñoz	100
Dalia Caigua Castillo	101
Deider Eugenia Builes	102
Dina Claudia Montoya Julio	103
Iris Meza Guzmán	105
Isneida Ramona Fernández	106
Johana Marcela Cardona Agudelo	107
Julieth Nicol Ríos Giraldo	108
Leicy Manuela Villada Cárdenas	110

Leidy Tatiana Agudelo.....	111
Lisbehy Alejandra Múnera.....	113
Luz Mery Caro Benítez.....	114
Luz Omaira Benítez Taborda.....	115
María Luzmila Palacios Córdoba.....	116
María Hermencia Marmoleo.....	117
Marisela Pérez Hurtado.....	118
Maribel Muñoz Quiceno.....	121
Mónica María Pinillos Bedoya.....	122
Paula Andrea Hoyos Mazo.....	124
Paula Andrea Ledesma.....	125
Sandra María Restrepo.....	126
Tatiana Andrea Cardeño Rincón.....	127
Vanessa Galeano Ríos.....	128
Yennifer Montealegre Jurado.....	129
Yenny Vera Floriano.....	130
Yudi Morales.....	131



Mosaico de memorias

Somos mujeres que extrañan.

Somos mujeres que escriben de las cosas que extrañan todo el tiempo.

Somos mujeres que cuentan historias que se componen de las cosas extrañas, las extrañadas, esas que permanecen en forma de recuerdo.

Dice la filósofa María Zambrano que extrañar es la vía a lo sensible, a lo metafísico, y en ese sentido, nos adentramos en el territorio de la memoria nombrando aquello que nos falta, habitándolo y abrazándolo desde la palabra, encontrándolo en los olores que buscamos constantemente en otros, esos que nos transportan a distintos lugares, en los nombres pronunciados en silencio, en las texturas guardadas en las manos, en los sabores que le preguntan al olvido, en la mirada que permanece aún desde la distancia,

porque los sentidos custodian la historia de lo que somos.

Preguntar por eso que se extraña tanto que se nos vuelve extraño y proponer el cuerpo como un lugar para transitar el recuerdo, fueron los pretextos para encontrarnos en la intimidad con un grupo de mujeres que habitan los pabellones y salones de la cárcel El Pedregal, en Medellín, donde la conversación fue el puente para que la memoria llegara y se hiciera palabra, encontrando en la oralidad el poder de las ideas y los sentires, que luego fueron llevados al papel para no olvidar, para no olvidarnos, para darle una voz a la ausencia, un lugar al silencio. Este libro es la suma de los relatos de cada una de ellas, donde se atrevieron a narrarse desde sus cicatrices y sus recuerdos, como aquellos lugares que las distinguen para escribir su propia historia.

Dice Walter Benjamín en el *Libro de los pasajes* que “*escribir la historia es darles su fisonomía a las fechas*”, así que nosotras las pusimos en un lugar fuera del calendario para que dejaran de ser un número y se transformaran en relatos por medio de ejercicios de escritura donde nos reconocimos en los objetos,

sonidos, lugares, en los nombres y en nuestro llanto, incluso, en aquello que habíamos olvidado que existía, porque nos contemplamos como mujeres con recuerdos, afectos y deseos que se resisten al olvido y a la monotonía. Estos textos se convirtieron en ese pequeño secreto que se revela cuando decidimos desnudarnos desde la palabra.

Y la corporalidad se hace presente porque ¿dónde más poner nuestros recuerdos si no en lo que nos contiene que es nuestro cuerpo? Hablar de las cicatrices, los dolores y los sueños que nos atraviesan permitió darle lugar a la memoria, señalarla, abrazarla; reconociendo así que este, el primer territorio que habitamos, además de ser nuestra primera frontera, puede convertirse en esa otra orilla a la que es posible llegar.

Los extraños y Las memorias del cuerpo son proyectos ejecutados por Comfenalco Antioquia y la Fundación Valora-t, para la construcción de memoria desde las vivencias de las internas en la cárcel El Pedregal a través de la escritura creativa, propiciando territorios de resignificación del otro como un mundo posible, en su constitución de ciudadanía desde

escenarios como estos. Entre 2024 y 2025 nos encontramos con más de 80 mujeres en numerosos talleres de creación alrededor de la palabra escrita y contada. Porque no solo se trata de atravesar una celda, un patio o cruzar una puerta, es también atravesar la imaginación y los recuerdos; quizás el espejo para salir de este lugar así sea por un instante, en ese breve espacio cuando cerramos y volvemos a abrir los ojos, allí permanecerá esta memoria escrita que logró salir de su encierro.

Extrañamos como acto de resistencia, de memoria, de creación. Extrañamos y también nos preguntamos: ¿Hay formas de habitar la ausencia? ¿Extrañar implica regresar? ¿Qué extrañamos cuando extrañamos?

Mara Vera Cardona

Valentina Estrada Sánchez

*Bibliotecólogas Ecosistema de Bibliotecas de
Comfenalco Antioquia*

Inventario de ausencias

A veces no somos conscientes de lo que extrañamos. Vivimos atados a este presente que nos jalona como un motor y nos vamos así, de largo, hasta que en algún momento algo nos detiene de golpe y es cuando nos damos de frente con esa realidad que grita que nada de lo que tenemos es eterno, que la vida está llena de ausencias, de faltas, de dolores y tristezas y es ahí, en esa ruta que se rompe, donde comenzamos el camino de extrañar.

Después de meses trabajando en la cárcel El Pedregal con mujeres que escribieron sobre lo que extrañan —nombres, sonidos, objetos, naturaleza—, salí con más preguntas que respuestas. Con dolores, sí, pero también con una certeza: si alguien me preguntara qué extraño, jamás habría dicho “mi libertad”. Para ellas, esa respuesta es el aire que no se nombra porque falta en cada inhalación.

Estos lugares no están llenos de monstruos. Hay seres humanos cuyas historias no caben en los juicios rápidos. A través de preguntas aparentemente banales —¿qué objeto de tu infancia extrañas?— se abrieron grietas por donde asomaron verdades brutales. Mujeres que brillan, lloran o sonríen en un lugar donde hasta la luz es ruidosa y sobra siempre, porque no se puede permitir la oscuridad, menos el silencio.

Este libro está lleno de pequeños momentos, relatos cortos, textos que podrían haber sido una carta o simples pensamientos en instantes donde las palabras no fluían, palabras atravesadas por la mirada de una mujer privada de la libertad a la que le falta todo y espera todo. Es importante entender, querido lector, que estas líneas no fueron escritas para cumplir con cánones literarios, muchos de los textos que encontrarán a lo largo de estas páginas fueron el resultado de talleres en los que la pregunta sobre lo que extrañamos era el camino de partida, pero muy pocas veces de salida. Muchas respuestas emergieron de las entrañas de mujeres que nunca habían escrito sobre sí mismas, sobre sus emociones y sentires. Fue difícil lograr el tránsito entre la oralidad y la escritura, incluso,

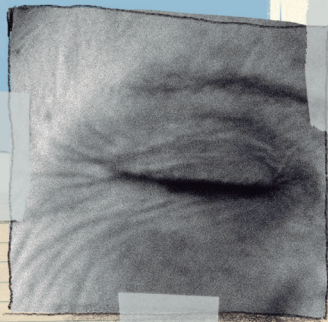
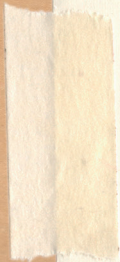
algunas desistieron en el proceso. Los encuentros respondieron a muchas cuestiones: situaciones internas del centro penitenciario, estado de ánimo de las asistentes, otros procesos que ocurrían en el mismo horario. Por todo esto, el grupo inicial fue mutando, algunas permanecieron, otras fluyeron dependiendo de lo que ocurría en otros espacios, entre ellas mismas, en sus patios, en sus vidas. Todo eso se ve reflejado en la memoria de este libro y otras muchas historias quedarán en la de las talleristas, porque muchas reflexiones fundamentales no se escribieron, quedaron en las conversaciones al socializar lo plasmado, en las risas y llantos, en la algarabía tan común en estas mujeres, pero sobre todo, en las miradas y gestos no escritos.

Este libro está lleno de palabras donde lo personal es político y nos habla de lo que también se vive en nuestro país y que desconocemos; de textos cargados de la tristeza que se prohíbe entre las paredes y las rejas, de la valentía que se necesita para nombrar lo perdido, cuando todo el sistema está diseñado para el silencio.

Natalia Jaramillo

Escritora y tallerista

Me extraño estar en la finca cuando salía
 a recoger el Ganado en las mañanitas frías
 en mi caballo Beroso, que corría por todo
 de tras de los vacas. El olor a la
 sian olvidado. y lo primero que me
 era un vaso de leche muy espumosa.



Yo extraño los días que sacaba para descansar
 por que mi Viejo Marco siempre me acompañaba
 en mi cama y para dormir me decía Anjelita
 rascame la espalda po favor y me repaña. Siempre
 Anjelita ya te hizo mas y eso me encantaba
 hazale rasarle la espalda y termino dormida
 bb

22/09/15

Elde Mora Platin

LOS EXTRAÑOS



Angie Carolina Ortiz Jaramillo

¿Quién me extraña?

A mí me extraña mi madre, mi hija, mis hermanos, mis tres perritas, mi amiga del alma. Mi madre me extraña porque ella y yo somos muy buenas amigas, ambas nos hemos dado mucho apoyo, mucha comprensión, demasiada compañía.

Mi hija me extraña para dormir todas las lindas noches al lado de ella, para compartir muchas cosas y para darle mucho amor día a día.

Mis hermanos me extrañan para apoyarlos, comer juntos, rumbear y hacer deporte.

Mis tres perritas me extrañan para sacarlas a pasear y jugar con ellas.

Mi amiga me extraña porque vivíamos juntas a diario, casi todo lo hacíamos juntas, éramos como hermanas. †

mis hermanos me extrañan para apoyarlos comer
Juntas reunirse y hacer deporte

mis Tres peñitas me extrañan pa sacadas a pasear
y jugar con ellas

mi amiga me extraña porque éramos Justas diario
así todo lo hacíamos Juntas éramos como hermanas

Acróstico

A yudar a los demás, desde que pueda

Nunca es tarde para aprender

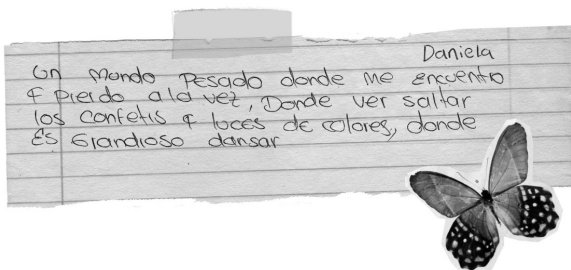
Y llegará a salir adelante con muchos sueños
cumplidos

Intento ser mejor cada día †

Mi sueño es conocer bastante otras tierras
como Panamá, Suiza, Canadá, Estados
Unidos, Holanda, Rusia. Pero primero que
todo, conocer bien mi país, quiero conocer
muchas partes al lado de mi hija y mi madre. †

Angie Daniela Flórez

Un mundo pesado donde me encuentro y pierdo a la vez, donde ver saltar los confetis y luces de colores, donde es grandioso danzar. ✨



Daniela Vélez

Extraño el campo
el grito de las aguas
el cantar de los árboles
el sonido del viento
el rocío de la luna
el brillo de las flores
los olores de las nubes. †

Cindy Carolina Mina Mina

Extraño cuando mi mamá me cocinaba unos frijoles con patita bien ricos.

Extraño cuando mi mamá me contaba cuentos, extraño a mi madre cuando me abrazaba fuerte.

Extraño cuando peleaba con mis hermanos, extraño a mi pareja cuando me consentía y me decía, cuando tenía un problema, “todo va a estar bien, amor”.

Extraño cuando defendía a los locos para que no les pegaran.

Extraño el amanecer y extraño la borrachera que me metía.

Extraño mi libertad.

Extraño a mis perros Goliath y Elmi, extraño su olor. †



Mi sueño

Mi sueño es ponerme un lavadero de carros donde yo sea el propio dueño y así darles trabajo a los demás que lo necesiten en Cali, por mi casa. Comprar el lote, construirlo y meterle mucha gana para sacarlo adelante y hasta enseñarles a otras personas. †



Lo que extraño es estar en la finca cuando salía a recoger el Ganado en las madrugadas frías montada en mi caballo Brios, que corría por todo el pratero de tras de las vacas. El olor a la leche recién ordeñada y lo primero que me tomaba era un vaso de leche muy espumosa.

Elda María Marín

Lo que extraño es estar en la finca. Recuerdo cuando salía a recoger el ganado en las madrugadas frías montando mi caballo brioso, que corría por todo el potrero detrás de las vacas. El olor de la leche recién ordeñada y lo primero que me tomaba era un vaso de leche muy espumoso. †



Elizabeth García

Cada vez que me acostaba a dormir pensaba en conocer un lugar, pero siempre me preguntaba cómo iba a llegar allí. Así, soñando, soñando, me monté al avión, veía los abismos, montañas y zonas verdes. Los pájaros me cantaban en todo el camino, eran los que guiaban el avión minuto tras minuto. ✧

Hoy me siento triste, sola, con muchas ganas de llorar, gritar, desahogarme, pero prefiero ahogarme con mi llanto. Cuánto quisiera desenredar el nudo de mi garganta, pero todavía siento que no es tiempo. ✧

Gladis López

Recuerdo tantas cosas de mi infancia que quisiera volver a ella.

Recuerdo mi casita humilde con techos de pluma, porque cada que llovía el viento se nos llevaba el techo. Pero bueno, la tormenta pasaba y todo era normal.

Extraño a mi padre ordeñando las vacas y a mi madre preparando el quesito para desayunar.

Jugando en los potreros con las piedras y palos, que para nosotras eran nuestras muñecas, luego buscábamos la forma de escondernos para entrar a la casa porque ya sabíamos lo que nos esperaba, la cantaleta de mi mamá. ✠

Jeremy-Maritza

Bulevar

Ese es en mi bello hogar
en el cual crecí
y ahora quiero estar,
dentro de mí a veces lo puedo encontrar.
Al pensar llego al matorral
donde una vez me senté a llorar
al no poder salvar
a mi amado guardián.
Qué pena me da no poder volver a trepar o
nadar
y correr con gran libertad
por ese bello pastizal
en el que choco por doquier
con altos seres con vida para procrear.
Su aroma primaveral es tan peculiar
que es difícil de olvidar. †

Juliana Ramírez Agudelo

Extraño mi cuarto, mi cama, porque es mi lugar seguro y más tranquilo; era donde me acostaba con mi mami, mi abuela y mi gato. Muchas veces, cuando estaba Sebastián en la casa, nos poníamos a ver TV, a conversar, a mecatear. Había muchos lugares y muchas personas que hacían parte de mi vida, pero mi momento más feliz era cuando estaba con mis seres queridos compartiendo, con mis abuelos, mi mamá y hermano. También extraño mucho los domingos en casa porque estaba toda mi familia, cocinábamos, jugábamos y compartíamos todo. Lo que me causa más curiosidad es cuando vuelva a casa y ya no vea ni sienta a mi abuela, creo que va a ser lo peor de toda esta historia, porque ya no están ni mi gato ni mi abuela. Ya nada será igual. †

Leidy Ramos Villareal

En mi vida siempre he sido el apoyo para mi familia, tanto en lo económico como en lo sentimental. Siempre me preocupé por estar ahí para ellos, principalmente para mi mamá y mis hijos, y sé que toda mi familia me extraña. Dentro de mi familia existe una personita que me extraña más de lo normal. Es una sobrina que tiene dos años de edad, se llama Taliana. Todos los días por la mañana, ella llega a mi casa y le pregunta a cualquiera de mis hijos, ¿dónde está tía? Los niños le dicen que ella no está, entonces pasa a mi cuarto y mira si es verdad o no y cuando ella misma se convence de que no estoy, se vuelve a su casa triste. Todos los días ella va a mi casa. Le gusta mucho un vestido rojo que yo le regalé y siempre que le ponen el vestido dice: “Mi tía” y le tienen que tomar una foto con él y mis hijos y mi mamá me cuentan

que ella cuida mucho mis cosas y cuando llamo a casa ahí está ella gritando ¡mi tía! y se pega al teléfono y me dice: “Tía, te amo mucho, ven” o “¿ya vienes tía?” Eso me duele mucho, yo la extraño mucho también. †

Extraño salir por la tarde a pescar con mis hijos y al regresar venimos corriendo por el potrero, disfrutamos de la brisa, el olor de la hierba y escuchar el canto de los pájaros y mirar ese atardecer sin ningún sonido de vehículos, solo paisaje, y ver cómo mis hijos clasifican la flor más linda para regalármela. †

Yo extraño el olor del chifonier de mi mamá, porque cuando yo estaba chiquita ella acostumbraba guardar la ropa de todos en su chifonier, la ropa de salir, y solo yo tenía permiso de meter las manos ahí. Un domingo que íbamos a la iglesia o en fin de año cuando ella me mandaba a sacar la ropa buena para salir, entonces yo abría ese chifonier y salía ese olor único que tenía la ropa de mi mamá y me tiraba encima de la

ropa colgada en los ganchos para sentir ese olor, pasaba tanto rato allí que mi mamá se acordaba de que me había mandado por algo y me llamaba, entonces era cuando me tocaba sacar la ropa mía con rapidez y salía. †

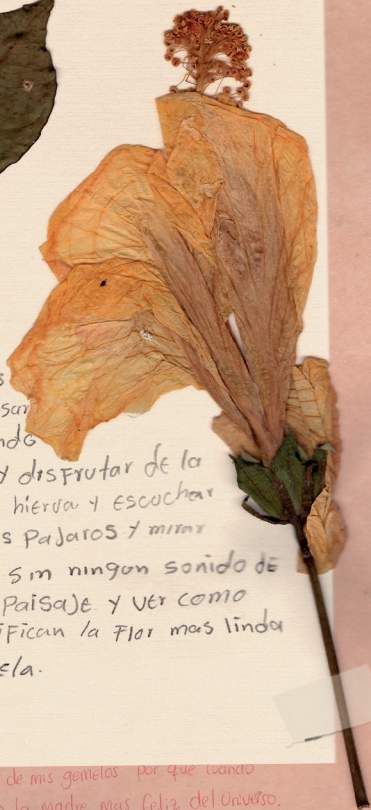
Linda
Emprendedora
Importante
Dócil
Yo

Juego
Olvido
Hago
Ánimo
Natural
Amo †



Soy esa hoja que cae, seca y amarilla, y al estar en el suelo extraño estar arriba. Al estar a ese nivel analizo que no caí, solo pasé a una etapa mejor, donde ya no soy una parte que brinda sombra, sino que me convierto en ese alimento nutritivo para la vida como lo es el abono y soy esa parte importante para fertilizar. †

Los sonidos que más extraño son aquellos que más detestaba. Cuando llegaba cansada a casa, por ahí a las 11:40 a. m., llegaba a almorzar y a hacer una siesta y a esa hora también llegaban mis hijos y con ellos sus amigos y vecinos y comenzaba la diversión para ellos, corrían, se reían, gritaban y a veces lloraban y todos esos sonidos juntos dañaban mi siesta y se volvían detestables, pero hoy son los sonidos que más deseo y anhelo volver a escuchar y estoy segura de que ahora no serán para causar rabia sino para felicidad. †



Estrañó: salir
Por la tarde
a pescar con mis
hijos y al regresar
venimos corriendo
Por el potrero y disfrutar de la
brisa el olor de hierba y escuchar
El canto de los pajaros y mirar
ese atardecer sin ningun sonido de
vehiculos, solo paisaje y ver como
mis hijos clasifican la flor mas linda
Para regalarmela.

me provoca sonrisa de mis genietos por que cuando
escucho ese sonido me siento la madre mas feliz del universo.

Estrañó los domingos con mi familia, los domingos eran sagrados
para irnos a misa y a la salida, nos ibamos a comer
pastel de pollo y cafe. Recuerdo son los pasteler de pollo mas deliciosas
de ese pueblo llamado Miraflores.



Liliana Peláez Marín

Extraño mucho escuchar a mis bebés despertándome, diciéndome: “Mamá, te hicimos hoy un rico desayuno”.

Extraño la hermosa voz de mi madre y esas conversaciones que teníamos por horas.

Extraño demasiado escuchar a mi pareja cuando me cantaba y eso me generaba mucha felicidad y risa.

Extraño escuchar las risas de mis hijos y mi pareja cuando jugaban los tres como niños.

Extrañó demasiado ir al mar, el sonido del mar me da paz y tranquilidad.

Pero lo que más extraño es el sonido de la calle, de la sociedad, de las personas que amo. ✨

¿Qué cosa rara extraño?

Extraño el cuarto de mi madre, especialmente, la cama, porque ahí mi hermosa y cariñosa madre me abrazaba, me mimaba y veíamos tele por horas.

Extraño la melancólica sonrisa de mis gemelos porque cuando escucho ese sonido me siento la madre más feliz del universo.

Extraño los domingos con mi familia, los domingos eran sagrados para irnos a misa y a la salida nos íbamos a comer pastel de pollo y café. Reitero, son los pasteles de pollo más deliciosos de ese pueblo llamado Marinilla.

Pero lo que más extraño es mi libertad, porque con ella puedo disfrutar de lo linda que es la vida y todo lo que tiene para sorprendernos cada día, sus maravillosos paisajes, olores, sabores y, aparte de eso, poder estar cerca de nuestros seres queridos. †

Loriana Gómez

Yo extraño ver y estar con mis hijos, extraño hablar más con mi madre, el arroz recién hecho o cocinar cosas locas para ellos. Extraño mi cama, extraño a mi amigo que ya no está, extraño la cantaleta de mi hermana y los gritos de mis hijos y la sangre te duele de verdad, mucho más cuando te hacen daño. Es raro extrañar algo que antes te hizo tanto daño, extraño mi casa y mi gente. Extraño el alcohol. †

Para mí, alguien que me extrañe son mi hermana y el papá de mi bebé que me lo dice mucho, de resto no sé quién más lo haga, nadie más me lo dice y no sé si mis padres lo hagan o me quieran aunque sea un poco. La vida es dura y hay que saberla llevar. †

Luisa Quintero

Hoy derramo una lágrima al cielo.
Dándole gracias a la vida por todo lo bonito que me ha brindado. A pesar de los tropiezos sigo adelante, miro al cielo y digo “todo pasará”. Era una tormenta fuerte, pero el cielo siempre está con nubes que se llevan mis tristezas y todas aquellas emociones por las que paso día tras día en este lugar, que sin importar qué tan oscuro sea cada día, las maravillas del universo están para mí: el sol, la luna, las estrellas, las nubes. Sin importar cómo estuvo mi día, el cielo siempre está para mí. Sin importar la hora, la fecha, él me mira y me sigue a todos lados donde yo esté, me escucha y me dice: nada es tan grande como yo y nada es para siempre. ✨

El resplandecer del cielo logra que las flores crezcan y se pongan hermosas como todo lo creado por Dios y el universo, que hace que toda la naturaleza sea la creación más hermosa que puede existir, una rosa para otra rosa. La flor de loto no lucha contra el barro, utiliza su fuerza para crecer. Poner tus pies sobre la hierba es una forma de soltar todas tus energías, respirar un aire limpio y oxigenar tus pulmones y hacer que tu salud sea cada vez mejor.

Posdata: Gracias a la vida, al universo, a Dios por sus creaciones tan maravillosas, gracias, gracias, gracias. †

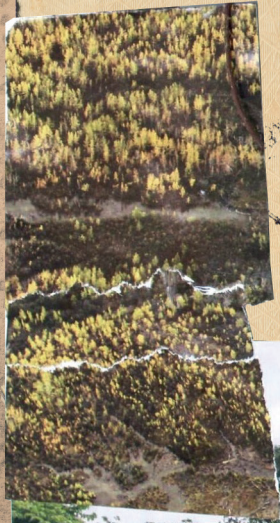
Mi lugar es apartado de la ciudad, está entre el bosque, solo se respira el olor a los pinos y la frescura de la naturaleza, donde estás acompañada de un cielo inmenso con nubes que forman figuras hermosas. Al interior de la casa hay una chimenea, en la sala, y en las noches se enciende con fuego y es quien acalora la casa, nos brinda un calor y una luz que, a simple vista, suele verse romántico y apasionado, un par de

copas de un buen vino para escuchar cómo la madera de la chimenea se consume y solo quedan cenizas, un espacio para reflexionar, una buena melodía que me transporta a mi pasado, momentos vividos con personas que dejaron huella en mi vida. †

Ser actriz porno

Ese es mi sueño, ser reconocida, famosa con mucho dinero, ir por muchos países de paseo con mi familia, vivir en Estados Unidos, tener dos perros de raza husky. Que mi hijo sea universitario y que vivamos solitos y tengamos muchos lujos, contar con buena salud y llevar una vida sana. †





Algunas veces pensamos que puede existir
Creacion mas hermosa que puede existir

PD: Gracias a la Vida, al universo a Dios
por sus Creaciones tan maravillosas
Gracias, Gracias, Gracias

Luzmila Correa

Luna

Es maravillosa la noche porque puedo admirar la tierna luna, ver por mis ojos la magia de la luz, la admiro y la respeto porque al ser tan espléndida y auténtica con su reflejo ilumina a mucha gente a su alrededor. Me da la confianza de que en medio de mi suspiro puedo estar tranquila, con solo mirarla una vez sé que vamos a estar bien.

Sé que a veces es silenciosa, que no resplandece al instante, pero es amorosa y es auténtica y a pesar de las adversidades siempre brilla con su luz tan natural. ✨



L a luz de mi corazón es
U n amanecer extraño como si fuese un
Z orro en aullido, sin saber dónde voy a
amanecer. †

Esta isla se trata de mi hogar, nací en una casa humilde con mis hermanas y mis padres.

Allí estaban los juegos más ricos y sabrosos que unas niñas y niños podíamos jugar. Sanamente, bajaban los otros niños de la vecindad para jugar con nosotras, hacíamos ollas de barro, hacíamos chozas de paja y allí jugábamos, cocinábamos, unos llevaban las papas otros ponían los plátanos y nosotros poníamos lo que faltaba, no había envidias ni peleas ni egoísmos, éramos una familia muy feliz. En esta casa se veía la felicidad

y la humildad, no pensábamos en cosas materiales, solo nos dedicábamos a ser felices. Mi madre nos ha enseñado a mí y a mis hermanas y amigos que la felicidad no se trata de tener todo, lo único que debemos tener es humildad, creer en Dios y agradecer por lo mucho o poco que podamos tener y estar siempre dispuestos a ayudar a otras personas.

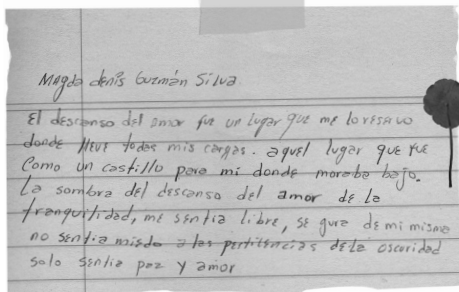
Nos escapábamos a trepar los palos, los árboles alrededor de la casa, comíamos guamas, mandarinas y naranjas. A los amigos que llegaban nuevos de la ciudad, en vacaciones, les enseñábamos a ser como nosotros, se amañaban de estar ahí y en vacaciones pedían volver nuevamente. †

Mi familia

Al estar en este lugar he notado que mi familia me ama y me necesita, yo soy risitas como ellos me dicen; mi hija me dice que la casa se siente sola y vacía como si ese eco de soledad al abrir la puerta se sintiera al oído. Mi madre me cuenta que no ha sido fácil, que las risas ya no están, que viven en

zozobra, ¿qué va a pasar? ¿Cuándo llegaré para darme un gran abrazo?, esos buenos días que esa madrugada apagaron; que yo soy como una gotica de agua, sin igual. Que mis hermanas necesitan esa voz de aliento en casa, ese ánimo, esa motivación; mis padres me dicen que necesitan tenerme en el seno de la familia. Allá está mi lugar, mi descanso de amor y tranquilidad. †

Cómo olvidar cuando llegabas a casa, te quitabas tu lindo sombrero y las botas, y yo corría a coger la vieja y antigua guitarra, que aún tenemos, esas melodías que susurrabas a nuestros oídos, que nos quedábamos anonadados viendo y aprendiendo a tocar, aunque ya en tu ausencia intentamos tocar esa vieja guitarra, esas dulces cuerdas ya no se nos dan como antes, pero aún así lo intentamos. Solo hace falta verla para acordarnos de ti. †



Magda Denis Guzmán Silva

El descanso del amor es un lugar que me reservo, donde llevé todas mis cargas. Aquel lugar que fue como un castillo para mí, donde moraba bajo la sombra del descanso del amor, de la tranquilidad, me sentía libre, segura de mí misma, no sentía miedo a las pestilencias de la oscuridad, solo sentía paz y amor. ✨

Maribel Hoyos

Yo extraño el Centro porque desde muy pequeña llegué y todos los cambalacheros me cuidaban aunque era muy niña, porque mi mamá me echó de la casa, pero yo no sufrí porque yo lo pasaba tan bueno montando patines por toda la plazoleta, también me bañaba en la fuente y todos esos viejitos me tiraban monedas. Conseguí amigos por montones, son más de mil doscientos habitantes, están los chaceros, los carretilleros, los que venden pescado. Bueno, hay gente por todas partes. Yo fui creciendo hasta que conocí al papá de mis hijos y tuve tres hermosos hijos, él me sacó del centro, pero yo seguía bajando todos los días. El Centro lo es todo, porque están todos mis amigos, mis parceros, todos los del parche. †

Maryelin Sánchez

Extraño el olor de las sábanas de mi papá que siempre huelen a cigarrillo, me tocaba lavarlas y aunque no me gustaba, ahora lo extraño. Extraño eso porque podía tenerlo ahí conmigo, cuidándolo y atendiéndolo.

Extraño el olor de las espinillas que le sacaba a mi mamá, porque me entretenía en las tardes libres después de ver *Caso cerrado*.

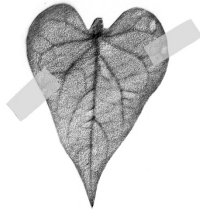
Extraño bañarme descalza, caminar a pie limpio por las calles, porque me hacía sentir alivio en las plantas de los pies.

Extraño plancharle el cabello a mi madre porque a ella le gustaba como lo hacía yo, porque decía que lo hacía con amor.

Extraño el sonido de los zancudos en mis oídos cuando no había luz.

Extraño rascarle la cabeza a mi niño porque era la manera en que se quedaba dormidito.

Extraño el olor de la pipeta de gas cuando la



abría para usar la cocina, ese olor al que no le encuentro sentido. †

¿Quién me extraña?

Yo me fui un tiempo al campo y como no estaba acostumbrada a la soledad me aburría mucho, al frente de la casa vivía una familia de muy bajos recursos y cocinaban con leña; yo también, pero mi pareja era el que prendía el fogón de leña y un día él no estaba y yo le pedí ayuda a la vecina y para mi sorpresa ella mandó a su hijo de tan solo nueve añitos. El niño lo encendió ahí mismo y me dijo, ¿qué va a hacer? Yo le respondí que pasta con atún y me dijo: ¡Me regala el agua! Bueno, yo le di el almuerzo y todos los días me preguntaba: ¿Va a cocinar? Y yo compartía con él, entonces, nos hicimos

muy buenos amigos y yo sé que él me extraña, porque yo le daba muchos regalos y en Navidad le regalaba muchas cosas, le llevaba un jabón Johnson y a él le encantaba porque decía que le dejaba la piel suavcita ya que él estaba acostumbrado a bañarse solo con agua.

Antes de conocerme, él se mantenía descalzo y yo lo acostumbré a ponerse chanclas y zapatos.

Ahora, han pasado cuatro años y aunque no tengo nada que ofrecerle, yo sé que extraña verme y también mi pasta con atún y las arepas de harina pan.

En este lugar he aprendido que hasta lo más mínimo se extraña, aunque sea insignificante para otros. †

Michelle Díaz

Bueno, cuando estaba en la preadolescencia ingresé a una fundación llamada Colombianitos, en la cual había varias actividades. A mí se me dio por meterme en batuta, era un grupo en el cual enseñaban a tocar violín, viola, violonchelo, contrabajo y había teatro, pero a mí me gustó el violín y, por lo tanto, extraño esos momentos cuando nos íbamos a algún evento y me tocaba interpretar el violín, me gustaba mucho y, siendo sincera, me gustaría volver a hacerlo. †



Monica Bedoya

yo hoy Me siento Como todo los Dias
no quisiera existir por q no hay Dia
Que para Mi no sea la misma historia
Repetidas las mis mas heras q pasan
y entre mas piero quisiera no existir por q
Siento q hasta mis lagrimas se vibrecan
Secado y abeces me pregunto Cuando
broteran mis lagrimas o es q y...
la Dicha de verme una lagrima
Siento mucho odio y asi misma tan...
tengo odio y nose Cuando yre abra
una lagrima mas por q hasta Qui... una



Mónica Bedoya

Yo hoy me siento como todos los días,
no quisiera existir, porque no hay día que
para mí no sea la misma historia repetida,
las mismas horas que pasan y entre más
días quisiera no existir, porque siento que
hasta mis lágrimas se secaron y a veces me
pregunto, ¿cuándo brotarán mis lágrimas
o es que ya no tendré la dicha de ver ni una
lágrima más?, porque siento mucho odio
y hacia mí misma también me tengo odio,
no sé cuándo iré a brotar una lágrima más,
porque hasta aquí ninguna. ✧

Mónica Borja

Día en blanco

Hoy no es un día como todos los días, es diferente, siento un montón de emociones que todas juntas me dejan en blanco y no sé cómo expresar lo que siente mi corazón preocupado, pero eso es bueno porque así es un día diferente y eso me hace sentir feliz, saber que en la vida hay días diferentes para vivir y ser feliz sin pensar en que a pesar de todo, esté en blanco. †

Nicol Serna

Aunque cueste creerlo por mi vida tan joven, extraño las risas de mis hijas y la de mi madre, que tan pocas veces se ha reído. Extraño el sonido de la puerta cuando llegaba mamá, extraño hasta el sonido de la correa cuando me querían castigar, extraño el sonido del que vendía el *Bonice*.

Extraño, simplemente, todos esos sonidos que me recuerdan mi infancia. †



Paola Bueno

Anillo de 15 años

Querido anillo, gracias porque para mí simbolizas el amor y el interés de mis padres hacia mí, gracias por ser ese recuerdo.

Perdón por tenerte abandonado, yo sé que muy pronto vamos a volver a estar juntos, lo único que me queda como consuelo es que estás en muy buenas manos, llenas de amor.

Quiero recordarte que me haces mucha falta, que mi mano se siente vacía y triste sin ti, que dejaste un gran vacío. Gracias por tu compañía. †

Paola Olaya

La lluvia cae

Yo asomada en la ventana mirando el cielo gris, escuchando y viendo como cada gota pega en el suelo, como se convierten en burbujas —unas grandes, otras pequeñas—. Agradeciendo a Dios por el agua que nos llena de vida, admirando su perfección y dejando que con el agua que corre se vayan mis penas. †

Pasiva

Amorosa

Obsesiva, observadora

Liberada

Amante

Paola

Amante del azul cielo
del verde que pintan las montañas color
esperanza.

Siempre tan amorosa, frágil como las rosas,
admirando siempre ser mejor persona,
sanando heridas sin importar cuál daño fue
causado. †

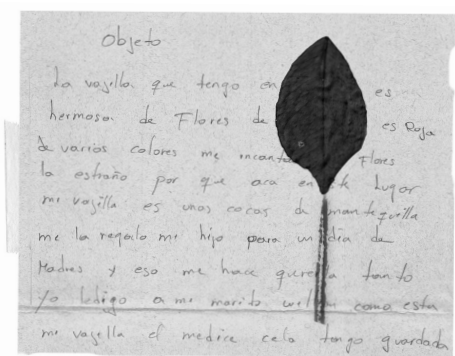
Extraño muchas cosas, entre ellas, y la más
importante, es la voz de mi padre quien es
mi ángel, lleva 14 años muerto y es quien
más me hace falta, me invitaba a estudiar y a
ser alguien en la vida.

Otra cosa que extraño es mi ciudad, soy de
Bogotá, acostumbrada al ruido de los carros,
a ver edificios, casi no la naturaleza; pero es
algo que amo y que me encanta.

Los animales de cualquier especie para mí
son muy importantes; amo las flores y sus
olores.

También extraño ver el rostro de mi madre y
mis hijas.

Amo la sonrisa de mi pareja. †



Silvia Gómez

La vajilla que tengo en mi casa es hermosa, roja de flores y colores vivos. ¡Me encantan las flores! La extraño porque acá en este lugar mi vajilla es una coca de mantequilla. Mi vajilla me la regaló mi hijo para un día de madres y eso me hace quererla tanto. Yo le digo a mi marido:

—William, ¿cómo está mi vajilla?— Y él me dice —Se la tengo guardada. †

Sara Álvarez

Solo Dios, la vida, sabe si volveremos...
Extraño a mi familia cuando salíamos al mar
y no importaba nadie, solo importaba el
momento con las personas que eran.
Extraño salir a buscar un campo abierto,
lleno de árboles grandes y dejarme llevar por
la intuición y sentarme en las ramas del árbol
que me escogía, para abrazarlo y liberarme;
quitarme los zapatos para sentir la hierba fría
y sacar de mí las malas energías.
Extraño la lluvia de luna para bañarme en
ella —es otro modo de liberarme—
Y más que todo, que no falten los animales a
mi alrededor, son mejor compañía que hasta
el mismo ser humano. †

Las cosas extrañas que extraño...

Extraño el olor de mi perro cuando entraba agitado y alegre a mi habitación, ya que no se encuentra en este plano conmigo.

Extraño cantar y hacer karaoke con mi madre, un día de descanso de ella, y el olor de un café con leche.

Extraño la bulla del estadio a la hora de la llegada.

Extraño la parva de la panadería de mi padre y su sabor tan peculiar y tan diferente.

Extraño la algarabía y bulla del Centro de Medellín y sus tantos olores.

Extraño el calor tan ardiente y el ambiente tan alegre de la costa, allá en Valledupar.

Extraño el olor a pasto seco y húmedo combinado con el olor a marihuana quemada, pero en el horario de la tarde, siendo las 6:30 p. m. †



Mena Cuavas

8/3/18

...a las personas que les hago falta, son
 Padre, hermanos, Abuelá, primos, amigas e
 El encuentro que me imagino con ellos
 día que ellos me vean me van a
 Yo a ellos, nos los voy a hacer ni
 hacemos una cena familiar e incl
 con mis amistades, les contaré que
 hacían mucha falta como yo a
 les dije que no me voy a volver
 lado de ellos más y que los
 tanto como ellos a mí. Pare
 Yo no volverme a sentir más s
 con ellos disfrutando mi vida
 de las personas q
 y así todos vamos
 felices y no se pa
 y ser una f
 Onda y feliz.



Vanessa Mena

La verdad, a las personas que les hago falta son a mi padre, hermanos, abuela, primos, amigas y amigos. El encuentro que me imagino con ellos es el día que me vean, me van a abrazar y yo a ellos no los voy a querer ni soltar; haremos una cena familiar, incluso con mis amistades, les contaré que me hacían mucha falta, como yo a ellos, y les diré que no me voy a volver a ir de su lado y que los amo tanto como ellos a mí. Así, yo no voy a sentirme más sola, sino disfrutando mi vida al lado de las personas que más quiero y así, todos vamos a estar muy felices y no nos separaremos más y seremos una familia muy unida y feliz. ✨

Verónica Quiñonez

(H)isla: una historia sin final

Esta *hisla* queda en un pueblo muy pequeño donde viví la mayor parte de mi niñez.

Cuando éramos pequeños, mis hermanos y yo nos bañábamos en su río, que es muy importante para mí porque en él tengo muy lindos recuerdos. ¿Pero saben algo? Se volvió aún más importante para mí el significado de esa *hisla*, cuando quedé en embarazo de mi primer nené, porque cuando tenía estados de ánimo bajos o altos, él era mi confidente, me sentaba en su orilla a llorar hasta que mi corazón descansaba.

Una vez el río se creció y yo me fui hasta la parte más arriba por la que entraba el agua al pueblo, y una amiga y yo nos tiramos al río y nos fuimos agua abajo hasta llegar a la casa, mi padre me regañó porque yo estaba

en estado de embarazo, pero para mí fue muy lindo e importante.

Aunque todavía el río existe, ya no me baño en él, pero seguirá siendo muy importante para mi vida, fue un momento de felicidad. †

Al río...

Tú que has hecho que todos mis pensamientos y recuerdos vayan hacia él, tú que me has bañado como él muchas veces lo hizo, esas carcajadas que me daban tranquilidad, ese sonido tan lindo con el que me siento segura, cada vez que entro a ti siento su abrazo, ese abrazo de protección y amor que él un día me brindó. †

¿Qué cosas extrañas que extraño?

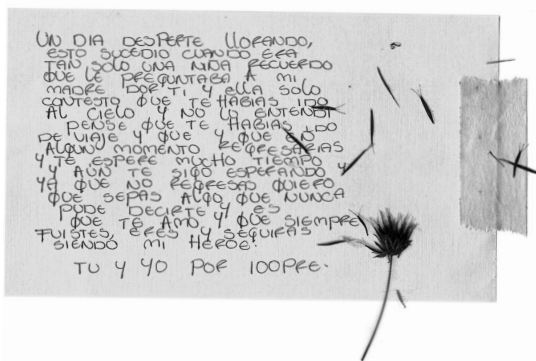
Extraño la sensación que sentía al besar la nariz de mi bebé cuando estaba pequeño, sentía morir de amor cada vez que lo hacía. Extraño el aroma de la tierra cuando cae la lluvia, amo ese olor.

Extraño el olor a sudor de mi madre cuando yo tenía la edad de 13 años, no sé por qué lo

extraño, porque el sudor es lo que yo más odio de los seres humanos, pero creo que es normal que las personas transpiremos. Extraño los regaños y las cantaletas de la señora con la que vivimos hace mucho tiempo, se llamaba Oralía, ella era linda, amable y grosera, extraño su bipolaridad. †

Un día desperté llorando, esto sucedió cuando era tan solo una niña. Recuerdo que le preguntaba a mi madre por ti y ella solo contestó que te habías ido al cielo y no lo entendí, pensé que te habías ido de viaje y que en algún momento regresarías y te esperé mucho tiempo, y aún te sigo esperando. Y ya que no regresas, quiero que sepas algo que nunca pude decirte y es que te amo y que siempre fuiste, eres y seguirás siendo mi héroe.

Tú y yo por siempre. †



Acróstico

Vida

Esperanza

Respetuosa

[h]Onesta y muchas veces

Negativa

Incondicional

Consciente y siento hacia mí

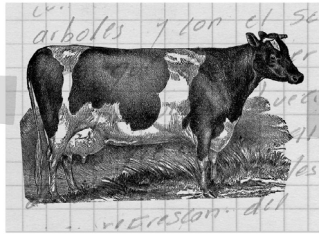
Amor propio.

Soy mujer y serlo es un orgullo. Dios me hizo dadora de vida y esperanza, soy consciente de lo que perdí en un momento y que a pesar de todo ya no extraño, porque con solo el milagro de un día más de vida puedo lograr mucho. ¡Soy guerrera de Dios!

Yaneth Suaza

Creo que alguien que me extraña son las plantas que cada mañana regaba con mucho amor, mi perro y mi gato que contemplaba, pero creo que especialmente mis hijas y mis nietas, que a cada momento me dicen que me extrañan y me aman. †

El día de hoy me encuentro con muchas ganas de llorar, porque es un día que siempre he compartido con mi hija y mi nieta, porque están de cumpleaños y yo siempre he sido la que me encargo de su almuerzo o cena, su torta y comparto el día al lado de dos seres que son muy importantes en mi vida. Y siempre esos momentos son compartidos en familia y hoy estoy muy lejos de ellas. †



La cascada

Este lugar es donde se escucha paz y alegría. Sonidos extraños, pero placenteros, agradables, que me refrescan y me dan alegría; me animan, me dan tranquilidad y me hacen sentir feliz. Me hace sentir libre el cantar de los pájaros, el viento que mueve los árboles y el sonido del agua que al caer hace sus profundos huecos en la arena que corre a su alrededor, donde los animales toman agua y se refrescan del calor. †

Extraño el sonar de la naturaleza y el cantar de los pájaros, y el “kirikiki” de los gallos en las madrugadas, el mugir de las vacas y el bujar de los terneros cuando los van a llevar donde sus madres para tomarse su leche. †

Yessica Guzmán

Extraño la sazón de mi madre y mi nuera, las delicias de comida que me hacían, pero estando en este lugar, privada de la libertad, no sé cuándo volveré a probarlas, le pido a Dios que sea pronto, que yo sé que así va a ser con el favor de Dios para estar de nuevo con mis hijos Juan, Carlitos, Brayner, Jhostin y mi nieta Antonella, para hacerles de comer. También extraño el olor a pega porque trabajé la zapatería para poder sacar a mis hijos adelante, pero es triste saber que todo se acaba: el trabajo se acabó y la verdad todo eso lo extraño.

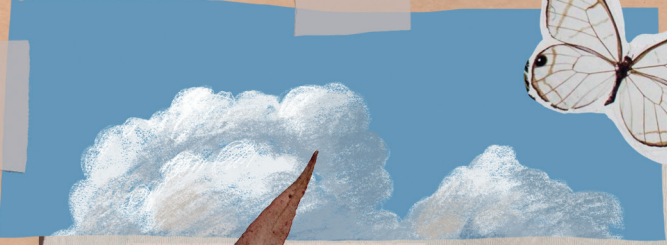
Extraño los alimentos buenos de mi madre Cely y de Mariana, todo lo extraño porque en el lugar que me encuentro la comida es pésima, qué triste saber que uno cae en el lugar donde se encuentran las personas privadas de la libertad; pero pronto los

alimentos de mi madre Silva y Mariana los voy a volver a probar con la ayuda de Dios y la alimentación buena, no mala como la recibo en este lugar. Dios las bendiga siempre, las recordaré siempre con todo el corazón. †

Me extrañan mis hijos, mi nieta y mi madre. Mis hijos porque yo soy todo para ellos, yo soy papá y mamá, siempre estaba con ellos, pero la triste realidad de la vida me trajo a este lugar porque me desesperé a trabajar con lo que no debía, porque mi hijo, el que sufrió el accidente, necesitaba tratamientos, medicamentos y no tenía quién me ayudara más; es triste saber de ellos, saber que su madre está en este lugar tan horrible por una necesidad. Mi madre me extraña mucho porque yo le ayudaba como podía pobremente, todo eso extraña mi madre. Mi nieta también para cuidarla, qué triste es saber todo lo que me ha pasado en la vida por una necesidad, que cualquier madre, siendo buena madre, haría lo que yo hice desesperada por mi hijo que quedó

17 días en coma y quedó con su problema.
Pero le pido a Dios salir pronto para darle
el medicamento que necesita, así sea
vendiendo empanadas. Dios me va a hacer
el milagro pronto, yo lo sé, para él no hay
nada imposible. ✠





Extraño de la Naturaleza
 de manguita estar con mis
 hijos en ese lugar tan
 Lindo Lo extraño demaciado
 Para estar y volver pronto
 Con ellos el diablo las
 Risas los juegos y todo lo
 q pasamos tan lindo en ese
 lugar



Yineth Sofía

Magic

El cantar del viento que retumba en los
árboles,
el olor de la hierba mojada en la noche fría y
estrellada...

Aún extraño sentir el viento en mi pelo,
mientras camino bajo la luz de esa hermosa
luna
que noche tras noche acompaña mis
pensamientos. ✨

Aún escucho en el viento tus regaños y
consejos que retumban en mi mente a diario
y hacen que estés presente en cualquier
lugar; aún está presente ese olor tan
particular que te caracteriza y me llena de
seguridad. ✨

MI SUEÑO

De pequeña soñaba con ser una gran bailarina y ser reconocida en todo el mundo, que mi nombre se escuchara en todo el mundo como la mejor o una de las mejores bailarinas, después de un accidente olvidé ese sueño por completo.



Mi sueño

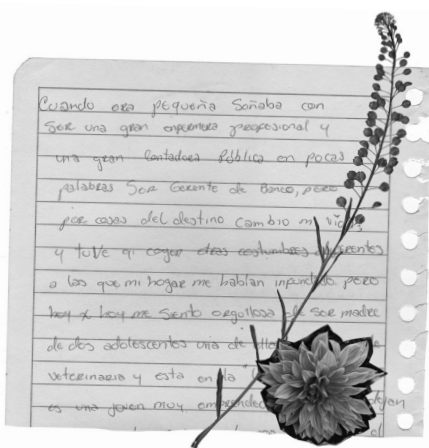
De pequeña, soñaba con ser una gran bailarina y ser reconocida en todo el mundo, que mi nombre se escuchara como la mejor o una de las mejores bailarinas. Después de mi accidente olvidé ese sueño por completo. †

Hola querida luna, gracias por brindarme noche a noche tu hermoso resplandor. Eres lo más bonito que puedo ver a través de las pequeñas ventanas de mi celda. Gracias porque con tu hermosa luz me llenas de fuerza y energía para afrontar el día a día. Espero nunca dejes de brillar con esa fuerza tan intensa que te hace cada vez más hermosa. †

Yuly Marín

Las cosas extrañas y raras que extraño: el suave olor del perfume de mi padre que solía usar todos los días, el sabor y el amor con el que mi madre nos cocinaba los alimentos, eran agradables para mí. Extraño demasiado las reuniones familiares donde me encontraba con mis primas, y nos planchábamos y cepillábamos el cabello; extraño estar cerca de mis hijas porque con ellas compartíamos momentos agradables, ellas me peinaban y me abrazaban y nos decíamos que jamás nos separaríamos. Extraño el olor de la gasolina cuando salía a pasear fuera de la ciudad; extraño la naturaleza, los árboles, el cantar de los pájaros al amanecer; extraño a mis abuelas que tantos consejos me daban para mi vida personal. Extraño mucho a mi perro, Tobi, a Luna y mi gatico llamado Manchas, esos animales eran mi compañía en momentos de

soledad y tristeza, extraño, a pesar de todo, la presencia de mi madre y mi padre, porque fueron dos seres que amé mucho en mi vida. Extraño el zumbido de los moscos, cuando estaba en la finca de paseo con mis amigos e hijas. Y por sobre todo, extraño, y sé que en algún momento la recuperaré, mi libertad. Y para terminar, extraño demasiado la mirada fija de mi padre y las dulces palabras que me daban aliento y más ganas de seguir viviendo, esto es lo que más extraño y extrañaré en mi vida. ✨



Cuando era pequeña, soñaba con ser una gran enfermera profesional y una gran contadora pública, en pocas palabras, ser gerente de banco; pero por cosas del destino cambió mi vida y tuve que coger otras costumbres diferentes a las que en mi hogar me habían infundido. Pero hoy por hoy me siento orgullosa de ser madre de dos adolescentes, una de ellas es auxiliar de veterinaria y está en la U., y la menor es una joven muy emprendedora; no se dejan derrumbar los sueños y logros que hasta el momento han obtenido. †



Yolima Ortega

A veces soltar unas pocas gotas de nuestros ojos al darnos cuenta de que no podemos devolver todo el tiempo perdido.

A veces grito de emoción al saber que no puedo devolver aquel tiempo, pero sí puedo recuperarlo.

Haciendo todo lo que en algún momento pensé, pero no lo hice.

Que ahora no solo se quede en un “pensé”, sino en un “lo pensé y logré hacerlo”. †

Extraño las cometas porque me acuerdo cuando era pequeña que mi hermana y yo las fabricábamos con lo que pudiéramos conseguir, ya que no teníamos la posibilidad de comprar una, pero nos encantaba así fuera amarrar una bolsa de una pita con tal de verla volar en los hermosos cielos. †

Un lugar rodeado de aguas voladoras
donde los peces asoman su cabeza
para ver volar las muchas aguas
que flotan y vuelan a su alrededor,
donde mirar la puesta
de la asombrosa y gigante cara amarilla
que nos sonríe todo el día.
Me saltaban los ojos al ver ese grandioso
juego de colores que aparecía en la superficie
de la infinitud. †

Extraño la linda melodía de la libertad... A
pesar de que aún hay mucha libertad en mi
alma y en mi libre expresión. Extraño lo lindo
que es danzar con la melodía del “pac” de
las olas del mar levantarse, caer y volver a su
normalidad, extraño danzar en el “suss” del
remolino de viento en el que se esconde el
aviones al despegar, extraño la linda melodía
del silencio al estar asomada por la ventana
del aviones y ver cómo flotas en lo lindo de
una puesta de sol, mientras te pierdes en las
melodiosas nubes. †

Había una vez una niña que imaginaba y soñaba con tener una linda vista. Donde quiera que iba, le sacaba su buena vista, así solo estuviera en el patio de su casa, que de allí solo se veía el cielo y muros y más muros. Pero ella, con solo mirar el cielo, empezaba a ver lo lindo de su color, las formas de sus nubes, incluso se imaginaba y veía lindos los ladrillos que estaban a su alrededor... La niña creció y le encantaba ir a lugares como miradores, la playa o incluso un lugar escondido donde se veía el mejor atardecer o puesta del sol, era un ritual de ella, su intuición le hacía ver lo mejor de todo lo malo y su corazón no le fallaba. Escribía sobre todo esto y en su imaginación siempre había color en los lugares más grises y oscuros. Siempre sonreía y podía estar triste, pero con solo poner el sol en su rostro, reflejaba una sonrisa de satisfacción y tranquilidad. †

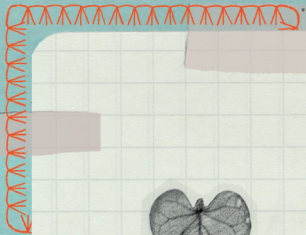
Guía para extrañar

1. Seleccione el tiempo y lugar en que desea extrañar y permítase habitar la ausencia, deje que le atraviese el cuerpo y se instale donde quiera.
2. Dele su lugar a ese recuerdo, ahora sí está listo para empezar. ¡Ojo! Es importante no improvisar al extrañar, podría perder el hilo y encontrarse en otros lugares; después, piense en eso que le hace falta: un olor, una palabra, una cascada, una persona, un objeto.
3. Pregúntese: ¿Qué extraña de ese recuerdo en específico? Si le aparece un nudito en la garganta, no se preocupe, hace parte del proceso, se vale tratar de desanudarlo, el llanto es una buena opción.

Nota: Si cree que no extraña nada, no se confíe, a veces sólo hace falta aprender a recordar, porque los recuerdos son astutos y se esconden perfectamente detrás de un olor que trae de pronto el viento, una canción de una emisora romántica o a la vuelta de la esquina, en un lugar transitado y poco observado...

Esta guía fue construida en compañía de las mujeres privadas de la libertad que habitan la cárcel El Pedregal y surge del proyecto Los Extraños, donde la conversación fue el puente para que la memoria llegara y se hiciera palabra a partir de la pregunta: ¿Qué extrañamos cuando extrañamos?

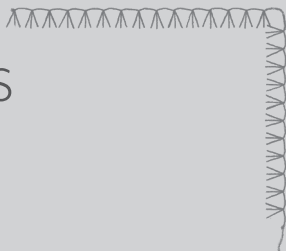
Mara Vera Cardona
Valentina Estrada Sánchez



entruerger
- para mba
- per m m m
- le mper l m m



LAS MEMORIAS DEL CUERPO



Aleida García

Para los amores de mi vida

Yo le pido perdón a Dios primero que todo y a toda mi familia por haberme alejado de ellos, por hacer lo que no debía. Ya no puedo devolver el tiempo, pero de ahora en adelante las cosas van a ser diferentes, amo a mis hijas y a mis nietos y no los volveré a dejar por nadie, compartiré lo más que pueda con ellos, los disfrutaré al máximo, ya que son lo que más me importa y lo que más extraño, cuánto daría por estar con ellos, pero recapacitaré y no volveré a cometer los mismos errores. Joha, Gaby, Max y Julián, ¡los amo! †

Angie Katherin Pinto

Difícil, pero no imposible

Hay cicatrices que no he podido sanar,
pero con el paso del tiempo he aprendido
a sobrellevarlas, ha sido difícil por la
ignorancia de las personas, pero pues, como
se dice, “difícil pero no imposible”. †



Arisalenis Ruiz Marín

Juana, cuando te conocí

Casi al mediodía de un caluroso sábado aparece una hermosa Juana, fue amor a primera vista, me la llevé a vivir y al cabo de dos meses me sale un domingo siete que estaba más preñada que la abuelita mía. Tuvo cinco perritos hermosos y todavía sigue siendo amor a primera vista. ✨



Blanca Leonila Castrillón Chavarría

Un amanecer contigo

Soy aquella mujer que tres pequeños ven como la mujer perfecta, pero yo me considero como aquella mujer que les ha faltado en aquellos momentos en los que ellos me han necesitado, cuando no tienen quién los defienda, cuando alguien los va a castigar; soy una mujer triste cuando pienso y cuando recibo aquellas llamadas y me reclaman el porqué no puedo llegar, no puedo contestar nada, pero al mismo tiempo pienso, PRONTO. Quiero llegar ya y poder amanecer rodeada de sus bracitos y sus piernas encima de todo mi cuerpo, ocupando mi espacio de dormida, quiero sentirlos y saber que nunca más, hasta que Dios lo permita, nos volveremos a separar. †

Carmen Alicia Rivas Herrera

Soñando con el amor

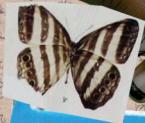
Vivía muy feliz al lado de mi familia mirando al mar, de un momento a otro desperté en un lugar extraño a mi hogar. No he vuelto a conciliar el sueño, solo Dios sabe mi sufrimiento. †



Carmen Helena Echeverry Arango

Frustración

Descubrí que tengo una herida inmensa y que por esta herida caí a la cárcel, debo sanarla si en realidad quiero salir resocializada en libertad. Mi herida data de mi niñez, tuve una niñez muy triste en donde mi padre y mi madre no se entendían muy bien y no tenían una buena relación de pareja, luego, nosotros los hijos éramos el blanco de las fuertes discusiones, a esto se le suma la pobreza absoluta en la que vivíamos, las serias dificultades para encontrar un lugar cerca de la escuela para que entráramos a estudiar. Claro que mis cuatro hermanos y yo fuimos muy resilientes y todos estudiamos. †



Desde el momento en el que me orienté
hacia el mundo de papa, mi vida, y se
había en un padre, era un ser
que juego, ni me hizo
le más me extrañaba
a una mamá

persisten
cuando
copo

Pe
m
y



Charoll Yiseth Pérez Muñoz

Mi familia

A veces es muy difícil olvidarse de alguien que ya no está, es como si le quitaran una parte a nuestro cuerpo, la ausencia es muy difícil de ocultar, pero a pesar de todo hay que seguir adelante, aunque esa herida nunca va a sanar, aunque a veces es imposible no extrañar a esa persona, nunca vamos a sanar por más que quisiéramos no tenerla. ¡Te extraño! †

Cielo Deicy Arango Valderrama

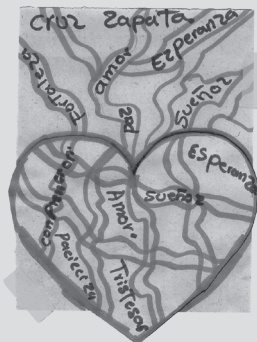
Hacia lo desconocido

Mi mente y mi cuerpo son un mapa, un sueño. Mis rutas son ese canto de las aves, el sonido de los ríos, el sol que me quema, el frío de la noche que me hiela. Cuántos caminos caminados y cuántos por caminar, un mapa, una ruta, es todo lo que la vida me ha de enseñar, mucho para aprender, libertad para viajar, poder volar como el pajarillo y trenzar una ruta de la que he venido a aprender. No ha habido una sola ruta mala, todas me han enseñado algo bonito, me han dejado muchas enseñanzas para caminar en esta sociedad donde día a día sorteas las rutas para aprender a amar y valorar a los demás. ✨

Claudia Milena Henao Díaz

Mis grandes amores

Desde que tengo uso de memoria, mis padres se sintieron muy orgullosos de mí, por mi porte, mi estatura y mi inteligencia. Cuando fui creciendo seguía amando mis estudios, pero también conocí la delincuencia, esta marca un sinnúmero de cicatrices, no solo en mi cuerpo sino en mi alma, donde más duele. Llevo tres cicatrices imborrables, la primera no haber visto crecer a mis hijos, la segunda llevar privada de la libertad 19 años y medio, la tercera no haber podido despedir a mi madre con todos los honores y el amor que ella se merecía. Amo los tatuajes, cada uno que llevo en mi cuerpo es muy significativo para mí, mis hijas, mi madre, el dinero y el haber perdido mi libertad. Este es mi cuento. ✨



Cruz Mariela Zapata Muñoz

Una madre cabeza de hogar

Pues mi ilusión más grande era que mis hijos estudiaran y salieran adelante. Bueno, todo eso se me hizo realidad, ya los saqué adelante y tienen sus techos y sus hogares. Entonces, para qué me voy a sentir mal, después de que todo me salió de maravilla, no me puedo quejar. Porque trabajé 17 años sin descansar, entonces, estas fueron las vacaciones que me merecía. ✨

Dalia Caigua Castillo

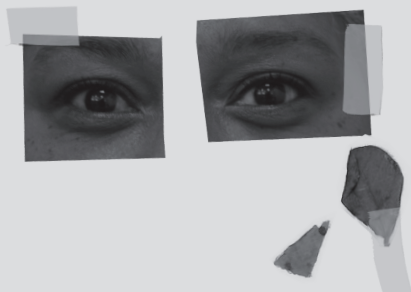
Mis ojos

Son mis ojos la ventana de mis sentimientos, alegría, tristeza, pero también llenos de grandes metas. Luego mi corazón, late rápidamente, mi cerebro empieza a producir ideas y forma un choque de cortos ya que empieza a generar muchas ideas por segundo, así se coloca mi cuerpo cuando empieza a idear cómo hacer algo, tiembla, ríe, llora y me pongo muy, pero muy nerviosa, esa soy yo, Dalia, risueña, alegre, feliz y también aburrida de vez en cuando. Soy blanca y clara conmigo misma a la hora de decirme las cosas, soy quien decido ser, pequeña, gordita, uso gafas, sincera, leal conmigo misma... Esa soy yo, Dalia Caigua Castillo. †

Deider Eugenia Builes

Sueños para realizar

Mi sueño es tener casa propia, estar con mi familia, tener un negocio propio, sacar a mis hijos adelante y poder apoyarles en lo que ellos quieran, luchar por mi madre y darle una vida digna. †



Dina Claudia Montoya Julio

Mis ojos

Siempre pienso que mis ojos me representan, me gusta mirar a todos a los ojos, los ojos hablan por sí solos. †



... la voz de muchos A
 ... todos Es mi propia is
 ... Aleyrias en otras
 ... finjes de mu
 ... muchos
 ... cuando p
 ... Es mi voz Es la voz

las
 la

guenera y. Hoga a las manos y q siempre
 y regresan Sin saber de donde ni cuando solo
 a muchos veces sin avisar siempre estara y

Iris Meza Guzmán

Mi pedacito de vida

Mi sueño era ser estilista, lo logré, y estar enamorada, amé locamente y luego sufrí y entendí que en la vida se ama, se sufre y de igual manera se sonríe, y cada día tengo momentos inolvidables, con vacíos y con fortalezas, un día es gris, el otro brilla, y entendí que la vida se vive cada día con amor, con amigos, otros solo, pero no dejo de ser yo, a pesar de todo, sigo sonriendo en cada pedacito de vida, siempre mirando al horizonte. ✨

Isneida Ramona Fernández

Confiando siempre en Dios

Estando aquí he valorado muchas cosas, primero mi libertad, estar con mis hijos y mi madre. Estando aquí he valorado más a mi familia, porque ella es la razón para seguir adelante, darles un futuro mejor. Todas las noches le pido a mi Dios que me llene este vacío que llevo en mi corazón. Siempre confiando en mi Señor. ✠

Johana Marcela Cardona Agudelo

Mis ojos tristes

Yo trenzo mis tristezas, mi vacío, la falta de interés de la comunidad y mi familia, la traición; trenzo aquellas dificultades que llegan a mi vida, a veces me llega la rabia, el odio... Trenzo aquello que no me deja ser feliz completamente, por mi corazón y mi libertad, que siguen cautivos en este lugar. ✨

Julieth Nicol Ríos Giraldo

Miedos y temores en mi vida

Yo, Nicole, pensé que mi ser era solo miedos y temores y con mi cuerpo solo inseguridades, me atenía mucho a la compañía de los demás, odiaba estar sola, vivía mucho del qué dirán. Mi temor siempre era quedarme sola, cuando sucedía me refugiaba en el alcohol y las drogas, después de suceder lo mismo todo dejó de importarme, no escuchaba a nadie, hacía lo que quería, me portaba mal, era muy rebelde... Llegó el momento en el que perdí mi libertad y fue como si hubiera muerto en vida, fue así por varios meses, después lo fui asimilando y por último lo terminé aceptando. Aquí vine a valorar a las personas que no me importaban, a las que no escuchaba, aquí vine a valorar el amor y

el calor de mi familia; tristemente aquí toqué fondo y encontré una lucecita que desde ese momento me está alumbrando, guiándome al camino del bien y de la libertad, de llegar a donde mis hijos, mi madre y mi familia que tanto necesito y extraño, ahí es donde mi vida va a volver a tener sentido y calor de amor. ✧



Leicy Manuela Villada Cárdenas

La soledad de mi alma

Trenzo mi tristeza, el estar alejada de mi familia, de mis hijos, siento mucho dolor de no poder estar con mis hijos y el saber que ellos me necesitan y les fallé. Mi madre, que ahora está enferma, sabe que no puedo estar con ella, al contrario, ahora estoy más alejada por haber perdido mi libertad, por mi mala cabeza, pero lo más bonito de estar acá ha sido sentar cabeza y el saber que me equivoqué, entonces, desde ese momento el cambio mío va a ser para bien. ✠

Leidy Tatiana Agudelo

Tejiendo con amor

Una vez llegué a un lugar donde jamás pensé llegar, pero en este lugar algo me llamó la atención, fue algo que me gustó, era algo que yo nunca en mi vida había hecho. Conseguí las bolsas, las lavé, las corté, las estiré y me puse a aprender a tejer. Después de varios intentos no podía hacer un bolso, no era capaz de tejer y me iba a dar por vencida, pero yo no me podía dar por vencida y lo volví a intentar. Eso me daba rabia, tristeza y dolor, impotencia, pero volví a intentar hasta que lo logré y ahora me siento orgullosa de haberlo logrado. Lo pude lograr porque no me rendí, porque no me di por vencida, así como logré hacer este bolso voy a lograr muchas cosas más, como salir en libertad. ✨

Lisbehy Alejandra Múnera

Lo que fui y lo que soy

Es sorprendente como sos de guerrera, que nada, absolutamente nada, te vence, porque de lo malo sacas lo bueno.

Eres amorosa con tu familia y esa base de amor que le brindas a los demás es tu virtud, si te caes te levantas con más fuerza. Para adelante mi guerrera porque para atrás ya está lleno. ✨

Luz Mery Caro Benítez

Mi historia de vida

Yo soy Luz Mery Caro y mi historia es la siguiente. Cuando tenía 30 años tuve dos hermosos hijos, los cuales amaba con mi vida, pero por cosas de la vida los perdí de tan solo cuatro meses de nacidos y esta es la hora que siento que para mí, como madre, son cosas imposibles de sanar y de olvidar, pero bueno, gracias a Dios tengo mis otros dos hijos, mi Jorge y mi Andrei, y mi madre, que son mi vida y mi motor para salir de este lugar. †

Luz Omaira Benítez Taborda

Mi hermoso cuerpo

Son aquellas cicatrices en mi cuerpo por dentro y por fuera que hacen de mis recuerdos parte de mi vida actual, cicatrices que llegaron a mi vida para hacer de mí una mujer fuerte y poder saber que pude con muchas cosas. En mí yo trenzo mi vida cuando llegan aquellas dificultades que me descomponen, como la tristeza, la soledad, la rabia, el desespero... Trenzo todo lo que les llega a mis hijos que no los deja ser felices, trenzo lo malo que llega a mí para soltar y liberar mi familia y poder recibir mis bendiciones. †

María Luzmila Palacios Córdoba

Mi historia

Desde que llegué a este lugar mi vida cambió en todos los sentidos, estoy separada de mi hijo y siento rabia con el mundo porque pienso que no merezco estar acá por una persona a la que solo le quise ayudar. †



María Hermencia Marmoleo

Mis cicatrices

Fue el día que me capturaron, dejar mi familia y tan lejos que me trasladaron, llevo dos años de capturada sin saber de una visita, hace dos años no veo a mi familia ni a mis hijos y he perdido a mis seres queridos y siento mucha tristeza por estar tan lejos de ellos, mi vida está llena de tristeza y soledad, en este lugar, yo solo soy soledad y tristeza. †

Marisela Pérez Hurtado

¿Me extrañan como yo a ustedes?

Daniela: aún recuerdo cada momento vivido contigo, esa picardía con la que hacías cada cosa, esas explosiones que provocábamos siempre que estábamos juntas... Ahora solo me quedan esos recuerdos y la ilusión de un futuro juntas, cosa que hubiéramos cumplido, pero te arrancaron la existencia de una forma cruel y dolorosa. Te amo hermana.

Mi pedacito de cielo: la emoción que sentí al saber que venías en camino fue algo indescriptible, planeé mi futuro contigo donde todo era felicidad y magia, sentir como te movías en mi interior era algo maravilloso, hasta ese fatídico día en que tu papá, si es que se puede decir así, te arrancó de mí. Solo espero que estés feliz con tu tía Daniela y aunque no te conocí puedo decir

que eres mi motivación para luchar día a día
y ser mejor persona, aunque es inevitable
pensar y preguntarme: ¿Me extrañan como
yo a ustedes? 卍



Hola Mis pukea Si Supieran lo
Falta Que Me hacen las extraña



que extraño estar en la finca cuando salía
a recoger el ganado en las madrugadas
montada en mi caballo blanco, que conía
el polvo de las alas de los pájaros. El olor a
la tierra recién arada y la leche que me
de leche muy espesa.



Maribel Muñoz Quiceno

Difícil olvidar

No sé cómo explicarlo, me siento bloqueada, no sé cómo expresar las cicatrices que tengo, me siento sin palabras, en este lugar a veces me pierdo, no me siento en la tierra, se me pone el pensamiento en blanco, esa para mí es una cicatriz que no la voy a restaurar ni se me va a borrar.

Quiero que mi fotografía refleje que me encuentro bien a pesar de mi situación actual. Quiero que mis hijos me vean como siempre y entiendan que esta es otra experiencia más en mi vida y quiero plasmar en mi fotografía toda esta vivencia. Sabemos que la vida está llena de experiencias buenas y malas, siempre quiero ver y que mi familia vea también hasta los peores momentos, con mucho positivismo. ✨

Mónica María Pinillos Bedoya

Tengo un tesoro en mis manos

Quiero mucho a las personas, aunque muchas me han pagado mal y haciendo las cosas muy desinteresadamente, nunca espero nada a cambio. En mi vida he pagado por errores ajenos y nunca me imaginé que yo iba a llegar a la cárcel, como me encuentro en estos momentos desde hace trece meses por un falso testimonio, pero puedo decir que estoy feliz porque mi Dios me conoce y sé que me está ayudando a demostrar mi inocencia, él no me falla, por eso estoy tranquila. Pronto saldré en libertad para recuperar mi vida familiar, social y laboral, porque otra de mis fortalezas es que siempre he sido felizmente trabajadora. De toda esta experiencia también me quedo con la mejor parte, me ha servido para darme

cuenta de cuánto me ama mi familia y mis amigos, ahora soy una mujer afortunada, me considero siempre feliz. †



Paula Andrea Hoyos Mazo

Soy culpable

Descubrí que no soy la culpable de todo, pero tengo una cierta parte. Soy yo la tranquilidad, la serenidad y muchos sentimientos que tenía encontrados, pero estoy feliz de ser la persona que soy en estos momentos. Gracias Dios por no soltarme la mano y permitirme estar firme en mi decisión de seguir con esta nueva vida. †

Paula Andrea Ledesma

La historia de mi vida

Mi vida, desde mi niñez, ha sido muy dura, mi padre nos abandonó y solo vi a mi madre sufrir para criarnos a mis hermanos y a mí. Yo, al ver todas esas necesidades, quise solo ayudarla, no fui a la escuela como muchos niños, solo pensaba en buscar un trabajo para ayudar en la casa, busqué muchas oportunidades, pero un día me ofrecieron la oportunidad equivocada y aquí estoy, muy arrepentida del daño que pude ocasionar a mi madre, a mis hijos y a la sociedad. Amo a mi familia. †

Sandra María Restrepo

Herida, un hueco en el corazón

Descubrí que estoy herida, no quiero estar así como en este lugar. Desde que estoy acá me siento muy herida, mi corazón llora de tristeza cada vez que amanece y me doy cuenta de que estoy en este lugar tan terrible. Soy Sandra María Restrepo y mi técnica es un hueco en el corazón. Nunca pensé que llegaría a sentir esa sensación de estar tan sola y fuera del alcance de mi familia. †

Tatiana Andrea Cardeño Rincón

No veo la hora de estar con mi familia

Yo encontré en mi vida a alguien muy especial, me sube a la luna y soy la mujer más feliz a pesar de que estoy en este lugar, estar aquí no es fácil, pero hay que saber vivir y soy muy feliz porque mis hijos están bien. Yo no veo la hora de salir de este lugar para poder estar al lado de mis hijos y al lado de mi esposo. †

Vanessa Galeano Ríos

El amor guía mi vida

El día menos pensado te encuentras con tu vida reflejada como un espejo, las cicatrices, los sueños, los deseos, los anhelos, es como si ella te hablara y te reclamara porque sí y porque no. ¿Cómo hubiera sido? ¿Cómo lo pensé? ¿Cómo lo hice? ¿Cómo lo soñé? En ese punto debes mirar más a fondo, porque es inevitable evadirlo, porque si continúas ya no es igual, sientes que hay algo por resolver, reparar y observar, ahí es cuando te consientes, te mimas, te hablas y te apoyas en lo que está por venir, en lo que ya eres, en lo que ya quieres ser, te amas, te abrazas y lo más mínimo que te pase es una fortuna en tu vida, y por último, le das el poder a eso intangible, a eso que no se ve y se llama fe. †

Yennifer Montealegre Jurado

Eres mi más bello recuerdo

Desde el primer día que te vi supe que nunca te olvidaría, y así la muerte te haya llevado en cuerpo, tu recuerdo siempre está y estará en mi pensamiento, y así duela recordarte, también es grato pensarte, te amo y te amaré por siempre. †

Yenny Vera Floriano

Mis cicatrices

La cicatriz más triste fue perder a mis padres y a mi tío que tanto amo. Y lo peor fue el día que me capturaron delante de mi hija, la menor, y mis dos nietos, y ahora me encuentro lejos de mis hijos y mis cinco nietos. Perdí mi hogar, hace siete meses no los veo, solo llamadas, no recibo encomiendas, esto es muy triste para mí. Solo Dios sabe mi dolor y mi tristeza tan grande en este hueco, es lo peor, solo le pido a Dios que me dé mi libertad. Yo soy una mujer muy triste y sola. †

Yudi Morales

Yo quiero tomarme la foto de cuerpo entero porque he notado que estoy más gordita. También porque quiero tener un bonito recuerdo acá, porque sé que Dios tiene un buen propósito para mí. Quiero ver esta foto de aquí a unos años y decir: *¡Qué mujer tan guerrera fui yo en este lugar!* †



Este libro se terminó de imprimir
en noviembre de 2025.

Medellín, Colombia