

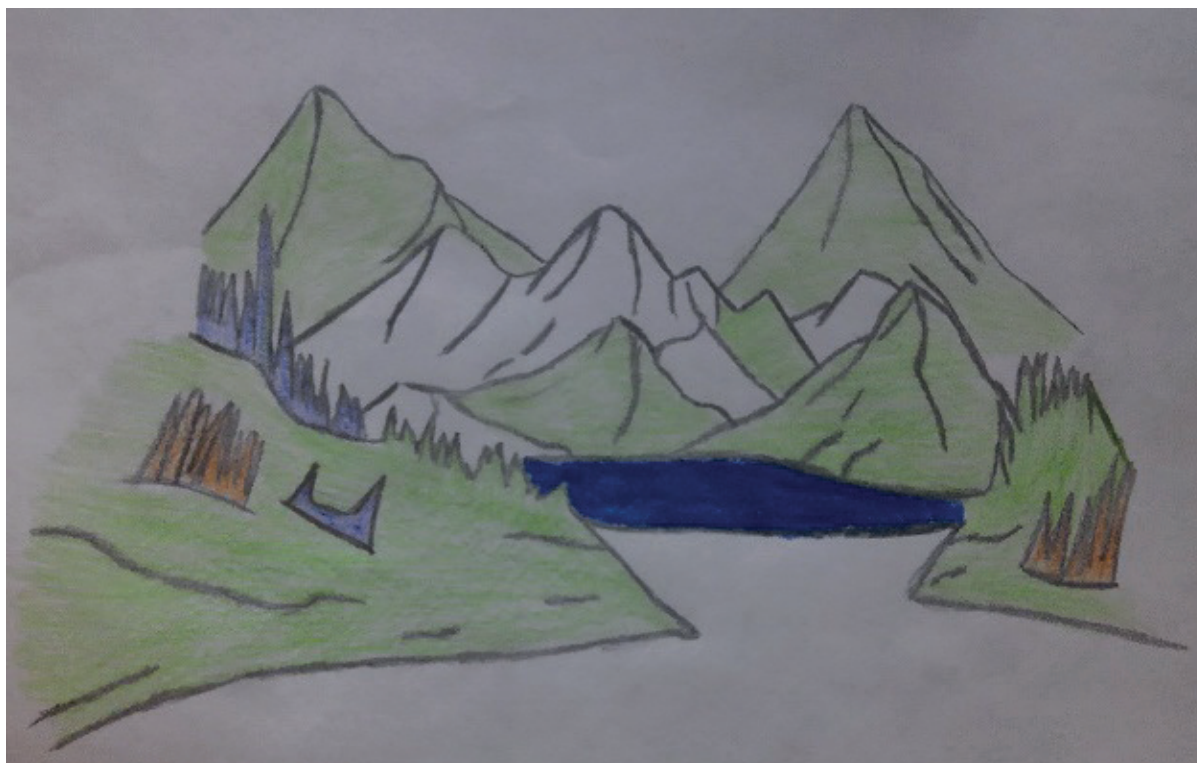
## Narrativa escrita y visual: La cuarentena en mí

*...es la gana de seguir vivas y creativas en este mundo.*

Estefany Marín S. 10°- 2

### Cómo citar:

Marín S., E. (2020). La cuarentena en mí. Revista MOVA, 2(2).



Dibujo 1. Elaboración propia. (2020)

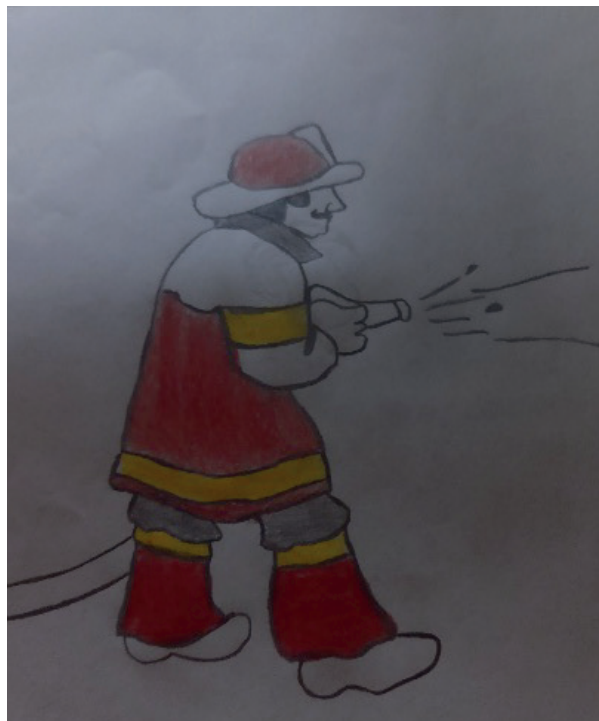
En esta cuarentena han pasado muchas cosas, mi alteración ha aumentado, mi estrés se sale a veces de control, y pues es algo casi inevitable que me enoje por todo cuando estoy estresada. Es algo que hace tiempo estoy tratando de cambiar, pero creo, que esto lleva un poco de tiempo dedicado para mí, para ponerme de acuerdo conmigo misma que es lo que causa esto en mí. Me gustaría lograr esto ya que no poder salir de casa es algo que me es-

tresas mucho, sé que hay que controlar las emociones y eso es lo que estoy tratando. Trato muchas veces de entretenerme con algo que me relaje, ya sea algún videojuego o un juego de mesa, o ver televisión o actividades artísticas, etc. La verdad, me gustaría salir rápido, pero sé que debo de contenerme las ganas por el bien de todos, pues esto mucha gente lo debe hacer, tenemos todos que trabajar en equipo para superar esta crisis.

Ya casi estoy adaptada a este nuevo modo de vivir, pues es algo que es lo debido. Por el momento hay personas que han captado la cuarentena, pero también hay otras que creen que esto es un juego, o no les importa. No es un secreto para nadie que esto es algo serio y muy delicado, que hay que tomarlo con calma y tranquilamente, hay que aprender a esperar, y tener paciencia, ya que si no la tenemos, podríamos causarle al otro emociones negativas como la ira, el estrés, el aburrimiento, la apatía... Eso afectaría la convivencia encerrados todos involuntariamente dentro de una casa y, además, provocar malos ratos a los que están compartiendo un mismo espacio. Es toda una locura que nos dañe el buen genio a todos, afectando una armonía familiar, y además nunca sería lo adecuado para esta situación tan seria y grave en que estamos y que nadie tiene la certeza de cuándo termine.

Esta cuarentena me ha puesto a prueba en muchas ocasiones, para saber si estoy preparada para algo así, para ver si estoy bien emocionalmente, para enfrentarme conmigo misma. Es algo que tal vez a muchas personas les pasa, pero por eso hay que saber controlar todo, o por lo menos tratar y hacerlo conscientemente. Hay que tratar de estar cómodos y hacer sentir cómodos a los que nos rodean, para que así se nos haga más buena, amena y fácil la convivencia.

Acabó de pasar el cumpleaños de un amigo, y lo normal es que lo hallamos festejado saliendo a algún parque de diversiones o a una salida a cine, o a comer en algún lado, o simplemente ir a la casa a estar con él. Pero ni eso... no se pudo. Lo que hicimos fue hacer una videollamada con él y hablar y cantarle el cumpleaños por ese medio, fue algo un poco incómodo ya que esto no es lo normal. Pero creo que videollamadas es lo más adecuado para celebrar. Lo han hecho ya muchas personas en otros cumpleaños, sin romper la cuarentena; lo mismo pasa con otras celebraciones, deben festejarse desde la casa, por ejemplo, la Semana santa, fue desde casa que se vivió, en las eucaristías y ceremonias virtuales, pero aun así se hizo. Y así debemos de seguir hasta que se termine la cuarentena, tratar de no infringirla y hacer todo lo que podamos desde casa.



Dibujo 2. Elaboración propia. (2020)

Yo iba todos los fines de semana donde una amiga a pasar el rato con ella, a hablar, dialogar de lo que nos ha pasado. Siendo sincera, extraño estos momentos muy propios que tenemos las mujeres, ya que, por medio de estos encuentros femeninos, nos podíamos desahogar, reír a las carcajadas, comíamos juntas, etc., ¡Ay... cómo nos gozábamos el tiempo!

Hay algo que ha mejorado y es la comunicación con las personas con quienes vivimos, pues normalmente no interactuábamos tanto con ellas, pero en esta cuarentena se nos ha dado la oportunidad de hablar más con ellas, en medio del diálogo hemos dejado en claro lo que nos molesta o lo que deben de mejorar aquellas. Así mismo conmigo, he podido saber qué es lo que debo de cambiar o mejorar en mí.

Hemos aprendido cosas entre nosotros mismos, hemos pasado más tiempo juntos jugando juegos de mesa o viendo alguna película juntos, conocimos nuestras afinidades y diferencias y hemos aprendido todos a respetarnos y a fortalecer nuestros lazos afectivos.

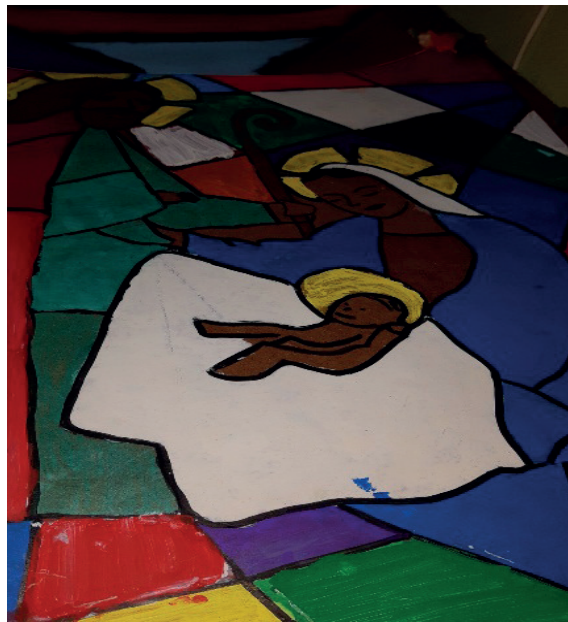
Algo de lo que sí quiero quejarme, es porque hay gente en mi barrio Castilla, que se toma esto como un juego. O gente que sale sin alguna medida de protección, o algo que sí es muy serio y me molesta (por ser un acto de tanta irresponsabilidad) es que sacan a los niños y los exponen a esta enfermedad. ¿Será que no tienen conciencia o se hacen como si no supieran nada? Pues a estas personas hay que hacerlas caer en razón, para que tomen conciencia de lo que están haciendo en relación de lo que está ocurriendo. Estos actos, como otros movimientos de mi comunidad a la cual pertenezco y el contemplar panorámicamente desde mi ventana al barrio Castilla, me hace preguntarme: ¿qué consecuencias nos ha traído al barrio Castilla la cuarentena obligatoria?

Al mirar los movimientos de mi barrio, pienso que aquellas personas que no actúan pensando en el bien común deben de saber que esto va en serio y para largo tiempo y que hay algunas cosas libres que se pueden hacer con responsabilidad social, como ir a comprar algo. Pero deben de saber que no deben sacar a los niños, cuidarnos entre nosotros

mismos evitando contagiar al barrio y respetar los lugares públicos, no abusar de los permisos decretados por el gobierno para ir a otro lado. Por ejemplo, cuando sacan a sus mascotas. O, por ejemplo, hay gente que se sienta en la acera o camina por las calles tan tranquila, como si fuera su casa, o un lugar social como cualquier otro. Entonces, al mirar a la gente del barrio desde mi ventana, observo que por las calles caminan distraídos como si nada estuviese pasando en el mundo, y escucho más que todo a jóvenes sostener conversaciones irresponsables de encuentros para armar equis eventos y oírles estas y otras tantas conversaciones aburridas. Me hace reflexionar acerca de cómo muchas veces se nos hace insoportable vivir con nosotros mismos, dedicarnos tiempo para pensarnos acerca de nuestros propios conflictos e indagar acerca de lo que deseamos ser y aquello que verdaderamente necesitamos para crecer y mejorarnos como personas buenas y honestas,

en vez de estar escabulléndonos de nosotros mismos y del mismo tiempo que nos brinda el tiempo, para aprovecharlo en profundizar en nuestra propia vida e investigar en nosotros mismos, acerca de nuestros proyectos de vida. En mi caso, por ejemplo, he concretizado más mi ilusión cuando termine undécimo de bachillerato: ser una profesional en el trabajo social y para lograrlo quisiera primero estudiar Trabajo Social en la universidad, a la cual me dedicaré a culminar con responsabilidad, para que en un día no muy lejano pueda ayudar a otras personas que lo necesiten y también colaborarle a mi familia y a mi comunidad de este barrio, o en cualquier lugar donde viva. Poder aportar en proyectos sociales, en ideas o en lo que se les dificulte o necesiten y, ante todo, sentirme feliz con lo que realizo en mi vida.

También otra forma creativa y divertida de aprovechar este tiempo de encierro: deberíamos por lo menos intentar elaborar cosas, imaginar o aprender nuevos conocimientos o saberes propios de la comunidad u otros oficios. Por ejemplo, si tienen algún instrumento, aprender a tocarlo; o les gusta y practican la caligrafía; podrían leer un libro; ¿les gusta pintar? que aprovechen su imaginación y pinten con los materiales que tengan, hagan un cuadro, una escultura, etc. También, simplemente lo que pueden hacer es ver una película que hace tiempo querían ver, o alguna serie que salga y se vea interesante, o hacer karaoke con los que vivas y, pues, si vives solo disfruta tu solo, dedícate tiempo y dedícales tiempo a los otros.



Dibujo 3. Elaboración propia. (2020)



Dibujo 4. Elaboración propia. (2020)

También se puede hacer deporte con las cosas que cuentas, o buscar en internet algunos entrenamientos. O si sabes alguna técnica, practícala. Date tiempo para ti mismo conoce y explora más cosas acerca de ti que tal vez no sabías, pues cada uno tiene rasgos y dones que nos hacen diferentes, pero puede que no los conozcamos, aprovechemos este tiempo para auto descubrirnos, e indagar acerca de lo que tengamos dudas o para profundizar en los temas que nos apasionan y probar cosas nuevas. Ser más curiosa y flexible y respetuosa de las ideas y la vida del otro y de la diversidad cultural de todos los pueblos. Ahora que poseemos nuestro tiempo y que continuamos vivos, pues solo sentir que seguimos vivos nos da entusiasmo, honestidad y fuerzas, para enmendar errores, para enderezar lo torcido, o continuar otros caminos, que nos transforme como mujeres y hombres buenos.

En esta narrativa me doy de cuenta que he mejorado no solamente como ser humano, sino también he mejorado muchísimo mi redacción en la escritura de pequeños textos como este relato, que ahora escribo, y noto en mi escritura que he mejorado mucho mi caligrafía



y además la interpretación de todo lo que leo. Se despertó en mí la gana de leer, y ahora utilizo mejor las palabreas que salen de mi boca, adecuadamente para mejorar mi forma de expresar las cosas.

Siento que he progresado en el conocimiento del arte, ya manejo y entiendo mucho más este tema y he aprendido nuevas técnicas para la elaboración de una pintura. También me di cuenta de que escribir una narrativa no es aburrido, pues anteriormente, me daba un desgano, pereza o un no sé qué, porque yo creía que escribir una narrativa era para los escritores famosos o gomosos, porque había que leer mucho. O a veces la evadía, o no la escribía porque simplemente, el tema no me interesaba, pero ahora, al escribir esta narrativa que estás leyendo, me sucede muchas veces es, al contrario, la narrativa te hace querer saber más profundamente acerca de Talgo, que antes no te imaginabas o no sentías curiosidad por saber, pero que al desarrollar un tema a través de la escritura de la narrativa ella nos hace mirar el mundo con otros ojos, da más impulso para seguir escribiendo porque haciendo este ejercicio de escribir una narrativa, sentimos una pequeña presión de saber cómo interpretar.

Yo sí quisiera cambiar algunas cuantas cosas, para mejorar mi experiencia artística, como ver con nuevos ojos sensibles, todo lo que anteriormente sentía que no me interesaba por aburrido, o por la pereza de no profundizar en las cosas y no quedarse solamente con la superficie de lo que veas, pues pienso que hay que penetrarlas, saber interpretar mejor lo que se mira y se lee, quisiera continuar escribiendo mis narrativas, realizar pinturas, hacer esculturas, y también disfrutar algunas melodías, etc.

Para mí el arte no solo es pintar o dibujar y ya, como cree cierta gente que piensa y que cree, que el arte solo es pintar. Pero no, el arte va mucho más allá de eso... es la forma en que imaginamos, vemos, sentimos las cosas, para expresar eso que imaginamos, o en que nos re-creamos y liberar nuestras emociones en todo lo que hacemos utilizando cualquier formato, materiales o técnicas para plasmar lo imaginado, sentido, o vivido y es rico poder compartir con alguien lo que hayamos elaborado, pues el hecho de socializar nuestras propias creaciones, nos llena de orgullo propio, sube nuestra autoestima y nos gratificamos en todo cuanto hicimos, construimos...y no solo por ese pequeño sentimiento egoísta de autocomplacencia, sino es las ganas de poder expandir nuestro corazón al mundo, es las ganas de exteriorizarnos en el mundo, es las ganas de compartir nuestras cosas bonitas con el mundo. Es la gana de transformarnos y asumir otras actitudes y responsabilidades de compromiso con el mundo... y es la gana de seguir vivas y creativas en este mundo.