

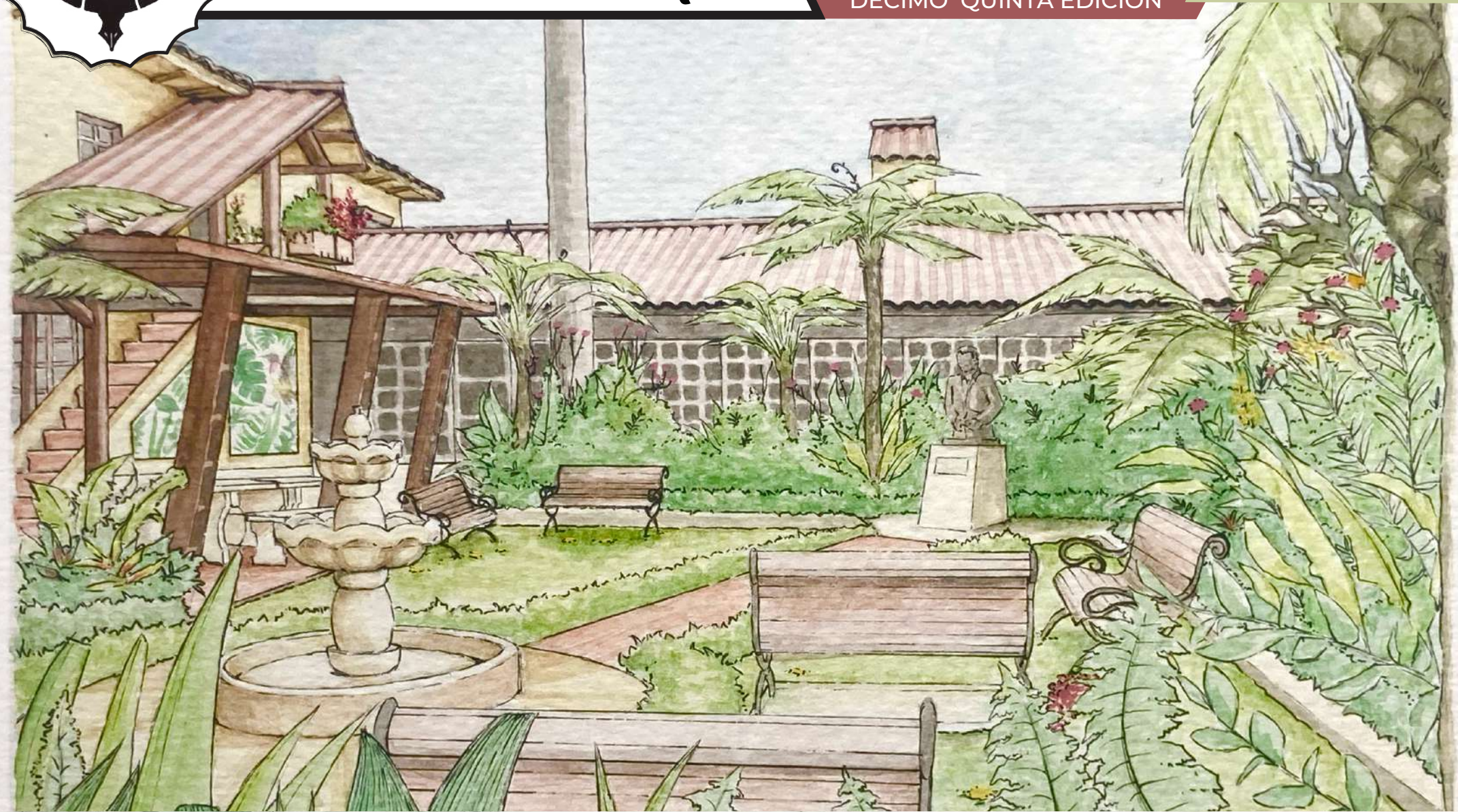
LA REVISTA DE LA COMUNIDAD REFOUSIANA

EL CAMPANARIO

Diálogo en tiempos de cambio

DÉCIMO QUINTA EDICIÓN

Noviembre 2025



Editorial

En muchos sentidos somos hilos y el colegio una aguja que une todo lo que nos define para dar forma a nuestros sueños. Estos hilos deben trenzarse con destreza para tejer la génova que impulse nuestras naves, permitiéndonos navegar incluso contra el viento. La labor del docente es crucial: forjar con ellos una vela firme y resistente. Se trata de una tarea titánica, pues el trabajo en equipo representa uno de nuestros desafíos.

En nuestra diversidad encontramos gente, como fibras de seda, perspicaz y aguda, pero fácil de destensar; así como otros de lana gruesa, poseedores de una robusta determinación, aunque complicada de enhebrar por su terquedad. El verdadero llamado reside en entrelazar nuestras virtudes y nuestras falencias para tejer una vela más amplia y resistente. Solo una embarcación así, consciente de sus claros y sus sombras, podrá navegar con determinación hacia los puertos del progreso común.

Ahora bien, una persona nunca es indivisible, sino la unión de todo lo que ha aprendido anclado por su quintaescencia, lo que podríamos llamar alma. Los seres humanos somos memorias del pasado aplicadas al presente, por lo que el maestro también amarra la cuerda suelta que somos al final de la cadena de historia que nos precede y la deja lista para seguir acoplando lo que el futuro nos depara.

Por eso preferimos pensar en La Revista El Campanario no como un periódico o una antología, sino como un legado; una colección de las herramientas de los que vinieron antes para pulir las formas de los que vendrán después, no sin dejar nuestra huella indeleble en el proceso, levando el ancla que impide a nuestros barcos navegar hasta dónde llega la vista, zarpando del astillero que nos construyó.

Comité Editorial

Prefacio

El mar ha sido, desde tiempos inmemoriales, una fuente de inspiración. Las olas, como la vida, fluyen, van y vienen, traen historias. Por momentos pueden arrasar con todo a su paso; en otros, traer sosiego con su simple contemplación.

En esta edición especial, hemos querido embarcarnos en esa gran metáfora marítima para permitirnos explorar tanto las luces como las sombras. Hemos buscado la magia de esa vida que se abre paso a través de las vicisitudes. Nos hemos sumergido en territorios abisales y también hemos sido una balsa que boga en aguas cristalinas.

Buscamos compartir nuestros pensamientos y emociones más íntimas para convertirnos, precisamente, en territorio de paz. Un espíritu que elige hablar desde la gratitud y el amor se hace permeable a estos, permitiendo que más gratitud y más amor fluyan hacia su ser y hacia el mundo. Es en este acto de entrega en el que queremos agradecer profundamente a cada persona que hizo, hace y hará parte de este proyecto, que trasciende las letras para convertirse en un acto puro de expresión y conexión humana.

Los invitamos a navegar por estas páginas, hechas con amor y cuidado. Esperamos que cada una inspire en ustedes la misma paz y fortaleza que encontramos al crearlas, y que, al compartir esta travesía, sigamos tejiendo, ola a ola, una comunidad más sólida y luminosa.

María Victoria Acevedo y María Paula Rodríguez - Docentes

Tabla de contenido



Susurros de las profundidades



Manantial de cuentos



Memorias del agua



El faro

Susurros de las profundidades

- 06 A la deriva
Oscar Ávila - 10B
- 08 Canción de anhelo
Catalina Gaona - 10B
- 09 Carta al futuro
Anónimo
- 10 Desde mi orilla
Juan David Cepeda - 11B
y *María José Parra - 11B*
- 11 El mar donde floreció mi alma
Sara Velez - 10A
- 12 El arpón dolió
Samuel Olaya - 10B
- 14 El mar que habita en mí
Federico Franco - 11C
- 15 El río dentro de mí
Isabella Torres - 10C
- 16 El retrato del alma
Aleia Bernal - 11C
- 18 Olas acuarela
Anna Isabella Pinto - 11C
- 19 Prader-willi de sombras
Isabella Morales - 10A
- 20 Sin justa causa
Lía Macana - Exalumna
- 21 Susurros de Seva
María Paula Florián - 10B
- 22 Tu manta rosa
Samuel Olaya - 10B

Manantial del agua

- 23 Sourire qui restera dans nos coeurs
Diana Guerrero - Professeur de français
- 24 Ahí van las Meninas
María Victoria Acevedo - Docente
- 26 Daniel me enseñó
Alba Elena Pinto Torres - Exdocente
- 28 Puerto de acuarela
Isabella Rojas - 10B, Sofía Rojas - 11A
y *Catalina Lara - 11A*
- 30 Galería Primeros trazos
Equipo de revista
- 32 Abajo el telón
Nidia Rangel - Docente

Manantial del cuento

- 33 Tiburón Cocodrilo
Juan Martín Urrego - 3D
- 34 Ballena
Anna Victoria Castro Hurtado - 3D
- 35 El caracol y el mar
Juan Andrés Burgos Leal - 3D
- 36 Jane y el tesoro dorado
Dana Sofía F. C. - 3D
- 37 Morti el murciélago y el mar
Andrés Mauricio Muñoz Mahecha - 3D
- 38 La rana René
María Antonia Abella Chía - 3D

- 39 Selva y una pelota en el mar
Simona Penagos - 3D
- 39 Piggie en la excursión
Ana Sophía Villamil - 3D

El faro

- 40 Desde Orientación Escolar – F.A.R.O:
“Paisaje náutico de nuestras emociones”
Sergio Correal M.,
Coordinador de Orientación
Escolar – F.A.R.O
 - 43 La muerte de lo cercano
David González - 11B y
Federico Franco - 11C
- Agradecimientos

A la deriva

El día 14 de septiembre un pequeño barco pesquero encalló en la costa de Velipoja, el navío de nombre Tempesta no llevaba a ninguna persona o carga, las autoridades albanesas no han encontrado todavía ninguna pista que ayude a encontrar a los tripulantes. Pareciera que el Adriático se los hubiera tragado.

Bitácora del Cpt. Dragan Milošević, 2/9/2025, Costa de Pula-Croacia

Ya estamos de camino a Grecia, la gente está empezando a distraerse. Todos estos budale están más preocupados por volver a ver a sus familias que de llevarnos a casa. Cada rato estoy encontrándome puestos desocupados y labores hechas a medias, tengo miedo de que uno de estos errores nos cueste más que un regaño del señor Peranno cuando lleguemos. Solamente Arnaud y yo seguimos enfocados en el trabajo, quizás tenga algo que ver con que nadie nos espera en tierra, la familia del franchute murió en un incendio en Lyon el mes pasado.

Y yo ya estoy muerto para mi familia desde hace mucho tiempo.

4/9/2025, Puerto de Zadar-Croacia

Empiezo a creer que estos niños van a matarnos a todos, esta tarde unos oficiales de máquinas se estaban peleando a golpes en el comedor por un poco de pan. Nadie quiso separarlos hasta que llegué a hacerlo yo mismo; estos inútiles fueron capaces de dejar sus puestos para ver la pelea, me asusta que tan lejos puedan llegar a descuidarse.

Durante la pelea crucé miradas con el franchute, vi en sus ojos que pensaba en su familia; no lo culpo, me recuerda a cuando Mijo se ahogó. Se ve que su cerebro solo tiene tiempo para el barco y para

sus muertos, quizás me veo reflejado en eso.

5/9/2025

Uno de los oficiales de la pelea desapareció durante su guardia en la noche. Nadie me dice nada, creo que están todos confabulados para encubrir algo, no se me ocurre otra razón para que no me quieran siquiera mirar a los ojos. Investigaré mañana cuando me levante.

6/9/2025, Desconocido

Malditos sean todos y cada uno de estos marinos malagradecidos. Me levanté esta mañana a trabajar y encontré el barco a la deriva, no había nadie excepto Arnaud, estaba tirado en la cubierta exterior con un moretón en la sien. Me dijo que escuchó a los demás hablar sobre la pelea de anteayer, decían que debían aprovechar el tiempo mientras yo dormía. Él los vio sacando toda la comida del almacén y lo atacaron cuando los intentó detener. Parece que nos querían dejar morir para encubrir la desaparición del otro oficial, y lo van a conseguir, porque también se llevaron ambas balsas de emergencia y el combustible del barco.

Tendremos que esperar si nos rescatan, e intentar sobrevivir sin comida mientras sucede. Empiezo a pensar en mi hermano más seguido de lo normal.

10/9/2025

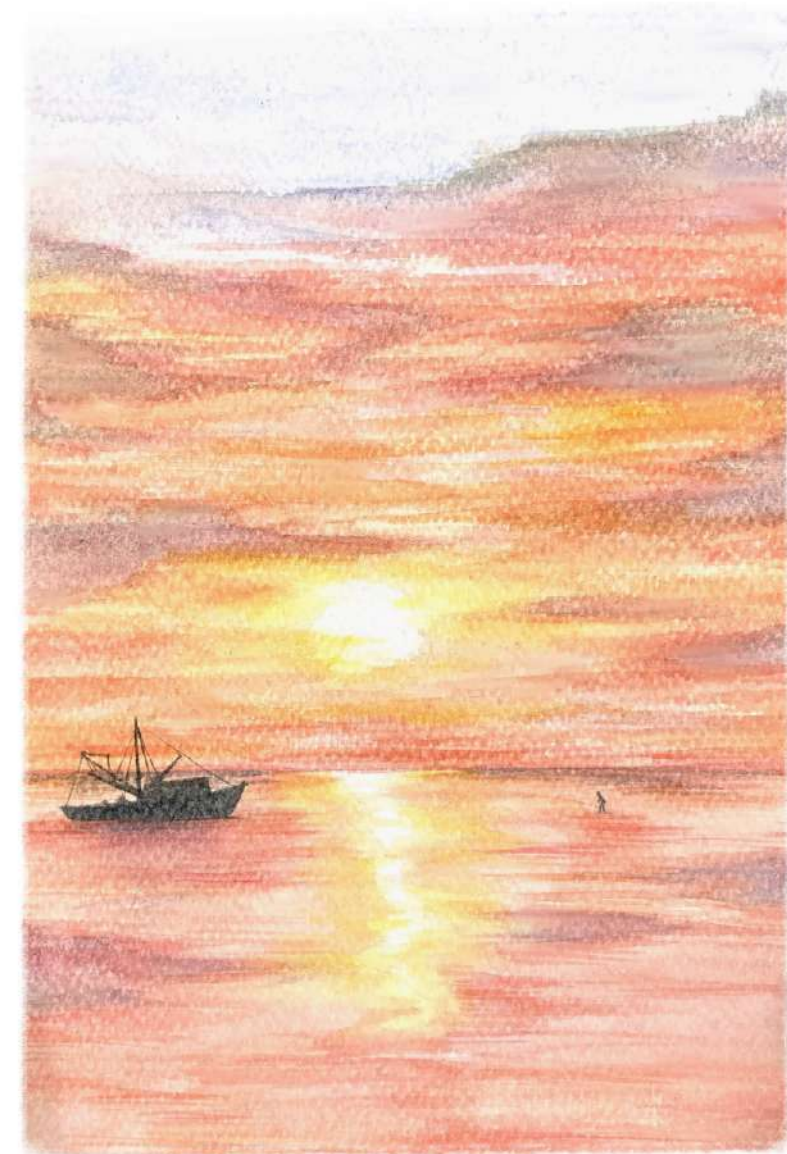
Tres días sin comida ni agua potable fueron suficiente para acabar con el pobre Arnaud. Ya el hambre me está alcanzando a mí también, pero eso no me preocupa tanto como Mijo, vuelve a mi mente cada que me distraigo del hambre.

Llevo desde ayer viéndolo a lo lejos, creo que me llama, siento que lo hace. Quiere que me reúna con él en el fondo de este maldito mar, que me lance junto al francés y este libro para desaparecer en el agua. Solo quiero reencontrarme con él, quizás si lo haga...

Diario de Florian Milošević, 3/7/2001, Costa de Bari-Italia

Te maldigo Dragan, ¿cómo dejas que tu hermano menor se lo lleve el mar mientras lo vigilas? La policía costera dice que el cuerpo ya está en fondo del Adriático y no pueden sacarlo. Espero que te largues a trabajar en ese barco y no vuelvas a buscarnos. Te echaré de la casa apenas volvamos a Belgrado. Quédate en el Tempesta.

Óscar Ávila - 10B



Ilustrado por: Aleia Bernal - 11C

“...Canto de uma saudade. Um murmúrio na tua pele. A melodia por onde vais. Disappear...”

Canción de anhelo

Nuevamente salgo a la calle para contemplar el mismo paisaje buscando una sensación distinta. El viento y el sol son tan fuertes que me obligan a entrecerrar los ojos, observo los edificios con la esperanza de que sus colores me devuelvan la vida, penetren en mi retina y crezcan flores en mi estómago inundado del café quemado que tomo para no quedarme dormida. Nunca pasa... Me saluda sonriente cada persona que se cruza en mi camino, completos desconocidos que quieren hacer más dulce la estancia del perdido, aire me sabe a sal y el cemento quema mis pies que, descalzos, se fuerzan a sentir algo, pero es un sueño tan cliché que me da asco. Ni siquiera tiene sentido, la ciudad está perfectamente organizada para que llores de alegría, las hojas verde olivo sobre macetas de cerámica naranja ladrillo, las viviendas blancas, rosadas y amarillas repletas de ventanas, el cielo azul sin más que se difumina con el índigo del mar, entonces ¿por qué la calidez de Lisboa se siente tan lejana incluso cuando tomo helado para mantenerme fría?

Siento en mi oído un susurro que me indica a dónde ir, es una voz suave que resuena en mi tímpano y me cautiva con su armónico canto invitándome a nadar junto a ella. Me sumo al mar con pasos cortos que se hunden poco a poco en la húmeda y áspera arena, la marea golpea bajo mis rodillas cuando la brisa comienza a azotar mi cuerpo en dirección contraria, parece querer alejarme del agua, pero cuando mi cadera es cubierta por ella, una mano toma mi antebrazo y me sumerge en lo profundo del océano. La sorpresa hace que tarde en cerrar y trato de aferrarme al aire que me abandona en cuanto mi cuerpo se hunde por completo. Solo abro los ojos cuando siento que nuevamente toco el suelo y por fin los colores dejan de ser tan intensos. El azul ya no imita el cielo, se muestra tan oscuro y transparente como el agua que se tiñe después de limpiar un pincel

usado; el verde se funde con el tono natural del mar y no se satura ni brilla más de lo necesario intentando alcanzar la luz del sol, todos los demás desaparecen, los colores más fríos sobre la tierra se vuelven cálidos bajo el agua. Me ahoga una calma inigualable que suprime cualquier otra necesidad, pienso que ya no tendré que sacrificar mis pies con tal de sentir al menos el calor del asfalto porque el agua tibia es suficiente para enseñarme la calidez del hogar que nunca tuve y la novedad de la vida tras la partida.

Apago mis ojos y me envuelvo entre el nuevo aire que es ahora esencial para mi respirar. No bailo hace años, pero mis pies y hombros danzan con tan solo escuchar el movimiento de las mareas allá afuera, los latidos de mi corazón marcando el tempo de mi última canción, pieza que nadie podrá escuchar ni recitar pues le pertenece exclusivamente al mar. Y yo ya estoy muerto para mi familia desde hace mucho tiempo.

Catalina Gaona - 10B



Ilustrado por : Catalina Gaona - 10B

Carta al futuro

30/10/2025

Bogotá, Colombia

Hola hermana como vas, ¿cómo vas? Espero que estés muy bien ya que tal vez tú no me puedas ver ahora porque, me dijiste en el año 2025 que ibas a terminar tu carrera en otro país. Yo estoy aquí para recordarte que tu hermana menor, fastidiosa, rara y un poco egoísta ya cambió. Ahora ya no soy la hermana menor sino una persona que sostiene el mundo. Y no soy la única que cambió, si te das cuenta, el mundo superó la guerra aunque, recuerda que, donde hay paz siempre entrará el miedo, el dolor, la culpa de algo que pasó hace tiempo, como el libro de “La última grulla de papel”, un libro muy lindo y al mismo tiempo triste, pero igual yo creo que sería de tu agrado.

Tú debes estar viviendo sola ahora, ¿verdad? A mí me parece que sí, pero me gustaría vivir contigo o sola en otro país, no quiero vivir en Colombia pero de pronto tú si, en fin, que te vaya bien y cuídate, bye.

Anónimo



Desde mi orilla

Desde aquel día nunca te he visto, pero sé que me oyes. Aún hablo bien de ti, pero sigo con la incertidumbre de si llegarán mis flores dónde estás. Me encantaría poder hablarte, pero en este momento es imposible: no sé qué ha hecho la marea contigo.

La espuma de mar y el arrullo del oleaje te arropan cálidamente y eso para mí es el mayor consuelo, creo que siempre estarás para mí. No sé por qué sigo teniendo miedo si hay sirenas que hacen canciones para ti, aunque no sé si hay música del lado de mi orilla.

Tengo muchas ganas de verte, pero da miedo hacerlo. Sé que no tendrás problema con esperarme, solo que da rabia que sea dentro de tanto tiempo. No sé por qué lloro si estás acompañado de miles de peces de colores que, con tu llegada, ahora están danzando.

A veces hay muchas cosas que quedan sin decir, pero sé que si lanzo una botella hacia dónde estás, no habrá secretos a la hora de nuestro reencuentro. La marea golpea con mucha fuerza la arena en estos tiempos y por más que mi cabeza sabe que los animales del mar te traerán de vuelta, no paro de buscarte cada noche con la molesta luz del viejo faro.

Hoy en día, dejo mis huellas en la arena cada mañana. A lo mejor solo estás dormido en un islote y aún no encuentras cómo regresar a casa. Me gusta contemplar el cielo y ver las gaviotas volar, recordando cómo solíamos hacer lo mismo, con la mínima diferencia de que ahora te encuentras naufragando mientras a mí me acompaña el sol picante y una tormenta que me quiebra el alma.

Ahora, cada año, el mismo mes, el mismo día, en el lugar de

siempre, en el canela del atardecer quiero ver cómo el sol se sumerge lentamente en el agua salada del mar. Allí espero y escribo una carta que, con la esperanza quebrada, anhelo que un día respondas y me digas que volverás. Para que, de una vez por todas, el ancho mar no se oponga a que estemos del lado de mi orilla.

Juan David Cepeda - 11B / María José Parra - 11B



Ilustrado por: Juan David Cepeda y María José Parra - 11B

El mar donde floreció mi alma

Una cura, un remedio, un hospital para mi corazón herido. Tus ojos lograron inundarme de la calma, del amor que tanto necesitaba para sanar, me sentí segura y con la luz que me dieron volví a brillar, a ser yo misma. Jamás imaginé lo mucho que una caricia, un beso, incluso una palabra podría generar en mí. No creí que fuera posible que todas estas cosas se sintieran tan dulces en momentos de tormenta en los que lo único que quería era que el mar me tragara entera sin dejarme salir de nuevo a la superficie, sin poder volver a respirar. En todos esos momentos sostuviste mi mano para ayudarme a salir después de cada hundida, dándome la fuerza para volver a intentarlo y escuchándome sin queja alguna.

Tus ojos en mi alma son una sensación única, es como si flotara en un océano tranquilo, sin olas, sin algas que se enreden en los

pies, solo un cuerpo siendo cargado por sus aguas disfrutando del atardecer que se extiende en el inmenso cielo que hay sobre él, sin ruidos ni gritos ni absolutamente nada que logre distraerme de la tranquilidad que emanas, que envuelve cada una de mis células.

Tu presencia, tu compañía en cada uno de mis tsunamis internos, cada uno de los salvavidas que me lanzaste cuando mis pulmones solo se llenaban de las aguas turbias que me envolvían son lo más valioso que puedo tener. Siempre le agradeceré a ese mar tormentoso llamado vida por acercarte a mí.

Sara Vélez - 10A



Ilustrado por: Sara Ospina - 10A

El arpón dolió

Últimamente me ha interesado la literatura clásica. He iniciado lo que supongo llamaré *mi viaje al papel* y, de manera casi perfecta, mientras planteábamos esta edición de El Campanario, llegó a mi vida un ejemplar de Moby Dick –un regalo con cariño de una de mis personas favoritas–. Aún no he terminado su lectura, pero me he encontrado con un juego de palabras que roza lo celestial y, a la vez, demanda una dedicación que me ha fascinado. No por nada estoy escribiendo algo que jamás imaginé: una biografía de un autor tan criticado como querido.



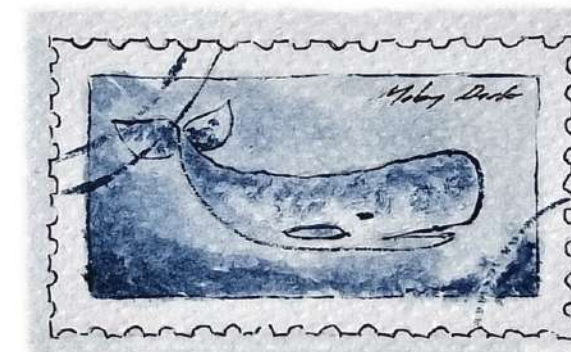
Ilustrado por: Sara Sophia Martínez - 10B

Melville nació en Nueva York, en 1819. El tercer hijo de Allan y Maria Melville no conoció el silencio del alma ni la calma en las aventuras. En su niñez, padeció de escarlatina, lo que perjudicó su vista permanentemente. Presenció el derrumbe de las finanzas familiares y la muerte de su padre cuando tenía apenas 12 años. Se dedicó a la agricultura, la docencia, la creación de sombreros, todo con un solo fin: sobrevivir a las deudas heredadas. Era un joven que añoraba crecer; un joven escritor, un nuevo tripulante en lo que sería su vida.



Ilustrado por: Sara Sophia Martínez - 10B

Fascinado por el mar, Melville se embarcó como navegante novato en el ballenero Acushnet a los 19 años. Recorrió el mundo, pero desertó al año y medio con un compañero. Fueron capturados por caníbales en una isla cercana, donde investigó las tierras y costumbres. Relató sus travesías, y cuestionó sus realidades, ganándose la fama de “hombre que vivió entre caníbales” y logrando un éxito temprano.



Ilustrado por: Sara Sophia Martínez - 10B

Se casó a la edad de 28 años con Elizabeth Shaw, habiendo ya dejado atrás las aventuras marítimas. Se dedicó entonces a la escritura, mezclando sus historias en alta mar con sátiras políticas. Se volvió un escritor que, según los textos de la época, hablaba como un “loco” y fue destrozado por los críticos. Moby Dick, al publicarse en 1851, fue catalogada como una obra “filosófica, poética, que mezclaba temas románticos y realistas”. Vendió alrededor de 1500 copias en los primeros once días, pero las críticas– “una mezcla mal compuesta de romance y hechos”, “ejemplos de mala retórica, sintaxis confusa y sentimiento artificial” –, no tardaron en llegar juzgando a Moby Dick como belleza y locura a la vez.

Al poco tiempo de este revés, se sumergió en la escritura de otro libro que también fracasó. Esto le costó ahorros y sus relaciones con editoriales. Enfermó posiblemente por una crisis nerviosa, y llegó a relatar sus problemas de salud mental, abusos y delirios. Sus escritos, sin importar el formato, no volvieron a tener el éxito de obras tempranas –como Typee–. Terminó trabajando ante el

gobierno como inspector de aduanas, odiando en el proceso, su labor. Murió años después, en 1891, ya olvidado y difamado. Melville trató de ser aquel tripulante ballenero con ganas de atrapar un gran cetáceo, más olvidó lo cruel que puede ser la sociedad en una época llena de conflictos. No cabe duda de que hoy, su obra – por compleja, estridente o confusa que sea –, es un referente de exquisitez y desarrollo humano.

No es gratuito que sea considerado un gran exponente de la literatura americana, ni que su obra magna figure entre en los mejores libros de la historia. Después de leer algo de la vida de Melville, me he dado cuenta de lo fácil que es juzgar a un autor, y más aún, ocultar su obra por tacharla de compleja, o extravagante. Hoy Melville nos demuestra cómo se puede llegar a ser aquella ballena que no murió por un arpón. Aquella que, a pesar del tiempo, aún sigue viva en el mar.

Samuel Olaya - 10B



Ilustrado por: Juan David Cepeda - 11B

El mar que habita en mi

Los pescadores más antiguos y sabios dicen que el mar no se encuentra afuera, sino que habita en nosotros. Cada persona tiene un océano secreto guardado detrás de las costillas y, cuando el alma se agita, las olas internas buscan su propia orilla.

Yo lo conocí una tarde en la que el viento se mezclaba con las gotas de agua salada. Desde ese momento, el mar me devolvió hacia la playa. Cada ola era un pensamiento que iba y venía, dejando espuma en la arena del pecho. El agua no tenía prisa, como si supiera que el tiempo siempre vuelve.

En realidad, la tristeza es como la marea baja, algo que te deja casi al margen, pero que se está preparando para regresar con más fuerza, en cambio la alegría es una ola que se muere con luz, efímera, y se queda en la memoria.

Cuando el mar dentro de mí enfurece, se desata en tormentas de rabia, truenos de palabras que no puedo pronunciar. Me parece que incluso las tempestades limpian el muro, ese muro que protege del oleaje al faro que guía mi destino, removiendo lo estancado y haciendo lugar para lo nuevo.

Y cuando me quedo en silencio, escuchando el murmullo de mi oleaje, siento que el mar me habla en una voz humana, su susurro me dice: *“No temas tu profundidad”*. En ese momento respiro. Además, desecho las corrientes.

Federico Franco - 11C



Ilustrado por: Federico Franco - 11C

El río dentro de mi



Ilustrado por: Isabella Torres - 10C

En medio del caos, existe un refugio oculto donde el ruido se apaga hasta volverse un susurro. Allí, al cerrar los ojos, escucho el fluir de mis pensamientos como un eco casi inaudible, asemejándose al sonido que se escucha al pegar la oreja a una concha de mar. Un río que nunca es el mismo: a veces su marea es tranquila, llenándome de quietud; otras su marea es alta, arrastrando mis emociones y soltando un silencio inquietante.

En ese rincón, la soledad me rodea con una ternura extraña. No es una soledad que asuste, sino una que tranquiliza, dejándome ser como realmente soy. Aclarándome que, mientras el mundo avanza, puedo parar y escucharme. Habitarme. Estar conmigo. Sin embargo, a veces, esa calma lleva escondida una melancolía que tiñe mi río con lo que no se dice, ni se ve.

Comprendo que la tristeza también sabe moverse, tiene su propio ritmo: una melodía lenta que acompasa mis pensamientos. Mis lágrimas siguen ese ritmo, descienden como la lluvia que alivia a las nubes y purifica el aire después de una tempestad. Cada vez que se escapa una gota, algo se libera y se vuelve más ligero. Y aunque parece que toda esa tristeza desaparece, sigo cayendo una y otra vez en el mismo rincón.

Isabella Torres - 10C

El retrato del alma

Este hombre era una línea recta en un mundo de curvas. Un pintor técnico y rígido, alguien que había bloqueado su sensibilidad a cambio de la maestría visual de sus obras. Su obsesión lo llevó a dominar cada medio que se cruzó en su camino. El óleo, el grafito, la tinta, cada uno se doblegaba a su voluntad, transformándose en una prueba irrefutable de su habilidad. Y luego, por capricho o por el deseo de enfrentarse a un desafío, encontró las acuarelas.

Decidió entonces dedicarse por completo a perfeccionar esa técnica. que ya le había causado dolor de cabeza. Siempre que intentaba pintar con ellas, el agua era o mucha o muy poca, los pinceles se secaban a mitad del trazo o goteaban, la pintura se escurría más de lo necesario y el papel terminaba deritiéndose. Después de muchas iteraciones, el hombre empezó a desesperarse. A pesar de su tenacidad, que rozaba la terquedad, se sentía impotente. Ningún libro, manual o implemento costoso lograba que sus pinturas se vieran decentes.

Entonces, tras meses de intentos y de una ira silenciosa que lo consumía, el hombre se rindió, pues no había salido de su apartamento en todo ese tiempo y ya había agotado todas sus ideas para practicar. Con una amargura en la boca, cerró de golpe su bitácora y salió a caminar por la ciudad, buscando en las calles la inspiración que no encontraba entre las cuatro paredes de su prisión.

Es cuando se fijó en un artista callejero, apenas un niño, pintando un retrato para un abuelo encorvado. Con curiosidad se acercó para ver con mirada crítica la calidad de los retratos de aquel joven. Al principio vio pinceladas sin orden ni sentido, ‘la obra de un amateur’ decía internamente. Pero al volver a mirar al anciano a quien pintaba, notó algo.

Sin necesidad de detalles, de trazos pulidos o de mucho tiempo, el joven artista logró plasmar a la perfección la mirada triste del anciano, la textura de su cabello blanco y la resignación en sus hombros caídos.

En ese momento sintió un peso en su pecho. Se preguntaba cómo es que su esfuerzo, sus obras y su técnica fueron tan insignificantes frente a un simple retrato callejero. Comenzaron a caer lágrimas por sus mejillas, algo que no había sucedido en años. Al borde de la desesperación sacó la bitácora de su bolso, pensando en reafirmar su habilidad. Pero al abrir el cuaderno en las últimas páginas, este se empapó antes de que pudiera hacer algo. Con pánico, intentó secar rápidamente las hojas, pero el pigmento de las acuarelas reaccionó rápidamente a la humedad.

El hombre intentó calmarse, o de otra forma el portafolio entero estaría arruinado. Se sentó entonces al borde de un puente a revisar con claridad sus obras anteriores, solo para percibir las como planas e inertes. Al pasar las páginas, encontró la hoja decolorada que acababa de mojarse. Para su sorpresa, el paisaje resultó ser más acertado a lo que recordaba en comparación con la pintura recién hecha.

Emocionado, dejó rápidamente unas monedas en el puesto del joven artista y corrió a su apartamento pensando en que por fin pintaría algo de nuevo. Se sentó en su escritorio, dispuesto a dejarse guiar por su inspiración. Su mano, que antes era rígida, lentamente empezaba a ganar fluidez, y el pincel, que era su herramienta de control, ahora era una extensión de su ser. Y el hombre nunca volvió a dejar de pintar.

Aleia Bernal - 11C



Ilustrado por: Aleia Bernal - 11C

Olas acuarela

He estado navegando
por las olas del tiempo,
una celeste acuarela
acaricia mis venas.
El tímido horizonte se desvanece,
la niebla rodea mis ojos
en el vasto telar.
Silenciosas estrellas
susurran el horizonte,
a veces cuestiono a mi mente
obstinada como siempre
si algún día podré verlo
si algún día llegaré a él.

Anna Isabella Pinto - 11C



Ilustrado por: Anna Isabella Pinto - 11C

Prader-Willi de sombras

La luz de la luna
me corta como ciervo.
En la densidad del bosque
danzan las brujas
y se esconde una locura
que no todos conocen.
La copa de vino
se derrama en mi pecho,
como río de agujas
desgarra silencios.
Un lago en mi brazo
me retiene en la mesa,
me despresan lentamente.
Me devoran las sombras
y solo queda mi aliento.

Isabel Morales - 10A



Ilustrado por: Anna Isabella Pinto - 11C

Sin justa causa

Amor, últimamente me estoy cansando un poco de esta situación.
Siento que hablas mucho con ella: por la mañana, durante el día, antes de dormir. No es que yo sea celosa, es sólo que... se me hace raro. Antes hablaban lo normal, con la frecuencia que suele usarse con los amigos, pero ahora... siento que hablan demasiado y la verdad no entiendo nada.
Es que ni siquiera sé quién es ¿es del trabajo? ¿cómo la conociste?
Por favor, dime al menos ¿Quién es esa tal Siri?

Lía Macana - Exalumna



Ilustrado por: María José Parra - 11B

Susurro de Seva

Mi querido pirata,
con descaro tomaste mi corazón.
Entre joyas y mapas lo escondiste;
lo busqué en mares y puertos,
dejé todo lo que alguna vez fui.

Corazón:
Te abandoné,
cúlpalo a él,
mi vida no es igual.

Vida:
renuncio al oro, joyas y a brillar,
a este barco que me ahoga.
Quiero respirar.

Soledad:
Te veo en las noches despejadas.
Te escucho estrellarte contra mi nave:
Serán las olas nuestra única compañía.

Tristeza:
Llévame con mi amado,
dame refugio y consuelo
Mi corazón está a la deriva.

Mi pirata:
Comparte mi historia,
No permitas el olvido...

María Paula Florián -10B



Ilustrado por: Juan David Cepeda - 11B

Tu manta rosa

“El pasado pretendía ser bueno conmigo; aparentaba pintarme paisajes hermosos, como si yo fuese una reina y el destino mi sirviente. No entendí jamás por qué se tornaron oscuros y sin vida; quizá fue magia, tal vez era yo que no veía ya con los mismos ojos. En todo caso, ya no quería ser reina de un mundo sombrío y escalofriante.

En aquellos días la tierra tambaleaba; fluctuaba el cielo en sus colores y se establecían vientos en ráfaga, desolando mi hogar, mi reino. El silencio y la lluvia muchas veces imponía un régimen donde yo quedaba sola, pudriéndome, sin poder siquiera suspirar. No tenía mayor remedio que apaciguarme en mis lágrimas ahogadas. Trataba, sin embargo, de abonar los campos de trigo, mis manzanos y naranjos, viñas y ríos, mis intentos eran robados por la luna y el sol. Ellos nunca favorecieron mis cosechas, ni endulzaron con su frescura y amor los frutos de mi alma.

Intenté mantenerme firme y procuré transmitirle a la tierra algo de la calma y esperanza que mis lágrimas desprendían. Espero no haber mojado de más los charcos, ni haberme excedido en la añoranza que repartí. Yo sí creía; yo sí vi capaz a mi reino de volver a surgir. Tenía que buscar más alternativas que solo quejarme del desamparo que nos atacaba. No tenía tiempo para perder en ilusiones o promesas externas: éramos mi tierra, mi pueblo y yo, aunque a veces se sentía más como si fuera solo yo.

Al pasar el tiempo fue obvio ver que nadie quería que mi reinado siguiese, y era justo, no había traído nada bueno al mundo, nada que ayudara a mis tierras, a mis plantas, a mi cielo, a mi ser. Quizá fui ambiciosa al querer lograr mucho con mi escasa experiencia dirigiendo una inmensa nación, nunca entendí por qué mis esfuerzos no servían de nada, ni por qué el mundo estaba en mi contra. No

importa ya eso, todo aquello ya pasó.

Así llegue aquí, a este momento; gobernar agotó lo que era y mis ganas de seguir siéndolo. Pretendí que podía y que estaba bien, esperaba ayuda, alguna señal, quizá un camino, pero esa ayuda jamás llegó, y es tarde para seguir fingiendo que algún día seré lo que ya no fui.”



Ilustrado por: Sophia Martinez - 10B

Hace ya tres meses que encontré esto. Estaba envuelto en una manta rosita que compré cuando ella tenía seis años. La guardaba en su armario, junto a su ropa. En su tiempo era su capa de majestad, cuando jugaba conmigo. Ahora es recuerdo, dolor. De su muerte ya van tres años y no saco su recuerdo de mis ojos: la veo llamándome papá, pidiéndome jugar, hacerla reina de aquel mundo bello que tenía. Cuando jugaba sola, su capita jamás la dejaba. Ahora no está...

Mi niña, perdóname por no proteger tu reino naciente y tu magia. Eras mi princesa y te dejé morir.

Tal vez al morir pueda buscarte y me permitas alzar a esa reina poderosa que eras, a mi niña de los ojos, a mi hija.

Samuel Olaya - 10B

Sourire qui restera dans nos coeurs

Aujourd’hui, nous ouvrons la Semaine de la Francophonie, mais avant de commencer, nous voulons offrir cette célébration à la mémoire de notre apprécié Daniel Jeangros Franco, une fête de la langue et de la culture qui, depuis de nombreuses années, accompagne la vie de notre collège. Cette année, elle prend une résonance particulière, car nous voulons l’offrir à la mémoire de Daniel il était jeune, brillant et généreux. Comme une étoile il a illuminé notre collège par son intelligence et son grand cœur.

Son rire résonne encore dans nos souvenirs, son regard portait toujours une lumière d’enthousiasme et d’amitié. Il aimait la musique, le théâtre et toutes les expressions culturelles et c’est pourquoi cette semaine résonne particulièrement en son honneur.

Sa passion était une flamme qui nous guidait, son amour de la langue française continue à être un pont entre nos cœurs. Aujourd’hui, même s’il n’est plus parmi nous, nous sentons sa présence dans chaque mot, dans chaque note, dans chaque geste de cette célébration. Cette semaine nous voulons lui rendre hommage, et garder vivante la lumière qu’il a laissé en nous. Cette semaine est aussi un voyage en langue et en culture, et nous la dédions à lui, avec respect et tendresse.

Diana Guerrero - Professeur de français



Ilustrado por: Aleia Bernal - 11C

Ahi van las Meninas

Hace muchos años Monsieur Jeangros nos vio bajar a clase. Íbamos Nidia, Patricia y yo. Desde la distancia nos saludó con algo de sorna: “Ahí van las meninas”. No nos decía eso por ser unas damas encumbradas, sino por enanas. Nosotras respondimos a ese saludo cortés y hemos tenido años para reírnos de ese reconocimiento. Cuando nos reunimos nos acordamos de nuestro “título nobiliario”, han sido años de sororidad.

Las amistades, como los libros, se tejen con paciencia. La mía con Nidia ha navegado siempre en mares de papel y tinta. Por casi tres décadas hemos ido armando una biblioteca de textos soñados, compartiendo de paso, la alegría de ser hijas de un barrio popular y la fortuna de ser egresadas de una universidad pública.

Su rigor académico y espíritu crítico vienen, creo yo, de la mezcla paradójica de su rebeldía adolescente, el hecho de trabajar en regiones apartadas del país y de haber tenido clase con algunos de los grandes maestros de la Lingüística en Colombia. Ella llegó al Refous con el aval de esas vacas sagradas: Monsieur buscaba egresados brillantes.

Cuando nos conocimos nos dimos cuenta de que buena parte de sus compañeros se habían mudado a la Nacional de donde yo salí. Casi de forma instantánea descubrimos que nos resultaban cercanos u odiosos los mismos bichos de la carrera y allí empezó el “clic”. Poco a poco encontramos amigos en común y complicidades. Por ejemplo, su mamá y mi tía resultaron siendo amigas, no como uno puede entender esa noción en la actualidad, eran amigas de las de antes, que se regalaban matas y se encontraban en misa.



Ilustrado por María Victoria Acevedo - Docente

Más tarde el hijo de mi tía se convirtió en el odontólogo de doña Anita, mamá de Nidia, y casi casi en parte de su familia. Antes trabajábamos en su casa y allí tuve la oportunidad de conocer algunos de los amores de Nidia, es decir sus perros. Nidia ha tenido cánidos de todos los pelambres, la mayoría rescatados por Sandra, su hermana. A la que más recuerdo es a la Pepa, negra, noble y criolla. Otros han tenido comportamientos muy particulares como El Mono. Ese odiaba a los niños y de paso a mi hija que en ese momento era muy pequeña. Doña Anita vigilaba que esa “mica”, es decir mi niña, no fuera a ganarse un mordisco, le daba viandas y la cuidaba mientras nosotras hacíamos exámenes.

Los años han pasado y si bien ya no hacemos los chequeos en conjunto y ya no vamos a todos los seminarios de actualización en la pedagogía de la Literatura, seguimos nadando en metáforas que nos reconcilian con el mundo. Por momentos nos quejamos de cómo se han ido creando verdaderas islas de libros que nadie lee por el solo afán de las novedades literarias. Gracias a ella he aprendido más sobre la literatura japonesa y he viajado por el mundo con sus recomendaciones de nuevos autores.

Y es que Nidia es una verdadera mochilera, con todo y lo “chic” que ha sido toda la vida. Detrás de sus pines, sus zapatos audaces y su gusto exquisito, hay una mujer aventurera que ama conocer otros paisajes. Creo que su amor por los libros y por embarcarse en lecturas complejas está ligado a su amor por la vida y por ver otras aristas de la realidad. Ella dirá que las ve con un solo ojo, con el que le quedó bueno, pero lo cierto es que no he conocido a nadie con una mirada tan aguda.

Tal vez por eso nos hace reír a todos en la sala de profesores con sus apuntes mordaces. Nidia es una obra de arte con muchos ángulos ingeniosos como los cuadros de Velásquez. Sé que seguiremos compartiendo el vértigo de sumergirnos en nuevas lecturas. A estas alturas ya no luchamos contra monstruos marinos como el capitán Ahab, disfrutamos de la belleza y de esa vida que brilla con nuevas luces cuando se convierte en Literatura.

María Victoria Acevedo - Docente



Ilustrado por: María Victoria Acevedo - Docente

Daniel me enseñó

Este texto nace del recuerdo y la gratitud. Es una evocación de *Daniel Jeangros*, un estudiante que, sin proponérselo, me enseñó que educar es mirar al otro con asombro y ternura. En tiempos donde la comunicación se ha vuelto espejo del yo, su sonrisa nos recuerda que la humanidad se construye en el encuentro con lo distinto. Aquí comparto lo que su presencia dejó en mí, como maestra y como ser humano.

En la actualidad, podemos comunicarnos de forma rápida y sencilla, incluso con personas que no conocemos ni hemos visto jamás en persona. La pantalla se convierte en una barrera que nos separa de ese “otro” que, lejos de ser distinto, al contrario, se hace igual: comparte nuestros gustos, sostiene opiniones similares y habita la misma contemporaneidad. Como afirma Byung-Chul Han, “el terror de lo igual se refleja en que viajamos sin tener experiencias... las redes sociales representan un grado nulo de lo social” (Han, 2024, p. 12).

Así, el mundo se transforma en un espejo que proyecta el yo, donde imperan la crisis existencial, el aburrimiento y la desilusión. Tuve la oportunidad de conocer a Daniel Jeangros cuando era estudiante de sexto grado; fui su directora de grupo. ¿El año? Considero que ya no importa, porque quienes compartieron con Daniel y lo conocieron lo recuerdan con claridad.

Lo que deseo resaltar en este escrito son las experiencias significativas que aún persisten en la memoria de quien tuvo un paso fugaz por el colegio Refous y que, sin embargo, pudo comenzar a construir su senda profesional como maestra en este lugar.

De lo compartido con Daniel, resalto su manera de presentarse como un estudiante más, sin alardear de su posición como nieto de Monsieur Jeangros e hijo de Santiago. Reconocía con honestidad las dificultades académicas que enfrentaba, expresaba su sentir de niño y mostraba una sonrisa ante la imprecisión o el desconocimiento de una respuesta.

Nunca vi en él un rastro de grosería o altanería frente a una crítica o un llamado de atención. Si bien era poco participativo, siempre fue muy acomedido frente a las necesidades del grupo; su espíritu se caracterizaba por una apertura genuina hacia el otro.

Esa apertura al otro es lo que más recuerdo de Daniel, un aspecto que suele considerarse menor, pero que es, trascendental para la construcción de nuestra humanidad. Es ese otro distinto quien nos pone límites gracias a la diferencia y quien nos permite reconocerlo en su alteridad para darle la bienvenida.

Daniel era quien reconocía la singularidad; nos invita a evocar a Sartre, porque “el mundo es mirada”, y es a través de ella que nos reafirmamos como seres sociales. Daniel, con su mirada y su sonrisa, nos abría la posibilidad de acercarnos con la certeza de que siempre estaría dispuesto a escucharnos, como quien “se pone a merced del otro sin reservas” (Han, 2024, p. 112), haciéndose amigable y hospitalario.

Con tu pronta partida, perdemos a un ser humano que nos ofrecía la posibilidad de sentirnos parte de la humanidad. Nos invitabas a enfrentar lo desconocido como un enigma, y nos retabas a amar lo distinto, a salir de la comodidad de habitar únicamente el interior de cada uno.

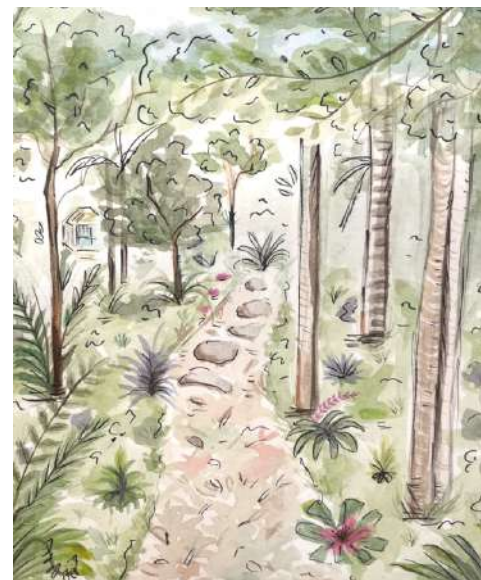
Gracias por enseñarme, desde tu infancia, que lo más valioso de ser maestra o maestro es considerar al otro como un ser que guarda misterio y poesía. Solo así, se hace historia.

Alba Elena Pinto - Docente



Ilustrado por: Sara Ospina - 10A

Puerto de acuapela



Ilustrado por: Isabella Rojas - 10B, Catalina Lara - 11A y Sofía Rojas - 11A

"Primeros Trazos"



Trabajo colectivo de la Revista El Campanario

¡Abajo el telón!

El telón se abre y comienza la obra de teatro de mi vida. Formalizar con una firma mi ingreso al Colegio Refous. El escenario es una casona con una atmósfera de biblioteca antigua. Mediados de julio de 1995. Es martes y por desconocimiento, visto de falda y tacones. Al final del día, mis pies se desbordan por la inflamación.

Los días transcurren y los veo acompañados de una melodía que titulo “La vida es un tango y el que lo canta es un loco”. Les aseguro que no lo dijo un filósofo, sino algún bohemio que se gozaba su existencia. Entran en escena, en su papel de profesores, unos protagónicos, otros secundarios: el único salón de profesores, denominado por algunos estudiantes “La pecera”. Nunca quise averiguar a qué grupo pertenecí: bailarinas, truchas, bagres, etc. La temporada no da para convocarlos a todos. Estos son solo algunos de esos actores (los demás no son menos importantes): el estruendoso Jacques con sus estornudos. Con el tiempo y haciéndose famoso le acompañé lanzándome al sofá en una perfecta coordinación. Miss Peggy y su glamur que, con sus chistes y apuntes, alegraba los descansos y a algunos los hacía enrojecer. También Juan Mosquera, mejor conocido como Juan Tenorio. Gaspar Gasparín, Javier Sex-Javier, a la última hora de clase salían con un cántico un poco resentido “¡ A trabajar con alegría!”. ¡Ah! Hace su aparición el carismático Horacio Flórez con su andar parsimonioso y pensativo. Se dio a la tarea de enseñar las matemáticas con su peculiar método pedagógico.

¡Cómo olvidar las Gaminolimpiadas! Nos llevaron a juegos que nos recordaron nuestra niñez. Ya no las volvieron a hacer...

Aparecen las dos actrices más glamurosas, cachaquísimas. Las hermanas Nohora Beatriz y María Luisa Carrasco, esta última me enseñó mucho sobre arte y en las horas de descanso me contaba sobre sus viajes por Europa, siempre con el deseo de que yo aprendiera un



Ilustrado por: Aleia Bernal - IIC

poco más. Esto lo acompañábamos con un batido de aguacate en leche.

Ahora la escena oscura. No veo. Pero un consuelo me mantuvo en pie: “¡Pa’lo que hay que ver... Con un ojo basta!” Época difícil: perder mi autonomía, y sobre todo no poder leer. Mi hermana me apoyó con sus “terapias” muy particulares: todos los días me traía dibujos y me forzaba a ver lo que allí había. Luego lo más espectacular (aunque para muchos suene ridículo): ¡el día que volví a ver claramente una gota de agua resbalándose por un vidrio, volví a renacer!

El telón está a punto de caer. Agradezco a mi auditorio por aceptar esta obra de teatro, sin comienzo ni fin. Esto es simplemente la escena de la pieza que quise para mí y que logré escribir e interpretar. A pesar de muchos. ¡A pesar mío!

Nidia Rangel Velásquez
Docente de Lengua Castellana (pero no viperina)

Tiburón Cocodrilo

Había una vez un tiburón que se dio cuenta que los equipos colombianos eran buenos. Le pidió a su amigo el cocodrilo que se los contara y el tiburón eligió 2 de Millos y dos de Santa Fe. Tiempo después había visto jugar a Millos. Desde entonces, él nunca volvió a dudar de Millos y nunca volvió a dudar del mejor equipo de Colombia. Desde entonces su vida azul fue hermosa y mágica como el mar.

Juan Martín Urrego - 3D



Ilustrado por: Sharon Solorza - Exalumna

Ballena

Érase una vez una ballena que quería ser inmortal, pero para eso tenía que encontrar un gran tesoro muy antiguo llamado “Sello de la inmortalidad”, este se encontraba en uno de los 7 mares.

Ella empezó a buscar en cuál de ellos tenía más probabilidad de tener el tesoro. Primero se fue al mar Caribe y encontró unos piratas y les preguntó, ¿ustedes saben del tesoro de la inmortalidad? Ellos dijeron – No existe – y se rieron.

Pero ella tenía esperanza de que lo iba a encontrar y después se fue al mar mediterráneo, se lo pasó buscando un mes, y no encontró nada, pero ella seguía con una esperanza y se decía así misma – ¡yo sé que lo lograre! –.

Después fue al cuarto, al mar de China.

Nadita, ya con sus últimas esperanzas fue al mar Rojo y tardó 2 meses, pero ¡lo encontró!, y lo tomó y se lo comió y así cumplió su sueño.

Moraleja: Todo lo que te propongas lo vas a lograr.

Anna Victoria Castro Hurtado - 3D



Ilustrado por:
Maria Paula Rodríguez - Docente

El caracol y el mar

Juan encontró un caracol brillante en la playa, al verlo lo puso en su oído, escuchó una voz que le decía:

Soy Emilio, guardián del mar. Necesitamos tu ayuda, el mar está muy triste, las personas botan basura al agua y los animales no tienen en donde vivir tranquilos.

Después de escuchar al caracol, Juan decidió no botar más basura a la playa y enseñar a sus amigos a no botar basura.

Juan Andrés Burgos Leal - 3D



Ilustrado por:
Catalina Lara - 11A

Jane y el tesoro dorado

Había una vez una cerdita y su lora Jane, Jane quiere encontrar su tesoro en la isla dorada. Con su tripulación Kitty, Capy, fueron a encontrar el tesoro.

En la isla encontraron varios desafíos, pero juntos pudieron superarlos.

En la madrugada salieron a buscar el tesoro. Ellos salieron de su isla. En el camino se encontraron con un tiburón, se asustaron, pero el tiburón les dio el camino correcto.

Al fin llegaron a la isla, había un templo, Jane y su tripulación, entraron y encontraron una serie marcada con dibujos de animales salvajes en el piso, tenían que descifrarlo y aunque era difícil Jane no se rindió, empezó a saltar. Kitty comprobó qué pasaba si pisaban los animales salvajes, ella tiró una piedra y salieron flechas de las paredes.

Cruzaban y al frente encontraron el tesoro dorado. Jane cogió el cobre, pero cuando lo tenía en sus manos empezó a salir lava.

Jane y los demás salieron por un hueco llevándose todo el tesoro.

Dana Sofia F. C. - 3D



Ilustrado por: Lourdes Moreno - 11C

Morti el murciélago y el mar

Morti era un murciélago pequeñito que vivía en una cueva cerca del mar.

Aunque sus amigos solo estaban en el bosque, a él le encantaba escuchar el sonido de las olas.

Una noche, mientras volaba bajo la luz de la luna, escuchó un grito, – ¡Auxilio! –, era un cangrejo atrapado entre unas redes viejas que había dejado la marea.

Morti tuvo miedo, pero se acercó. Con sus alas logró mover la red y liberar al cangrejo.

– ¡Gracias! Eres un verdadero héroe – dijo el cangrejo.

Morti sonrió y desde entonces, todos lo llamaron Morti el murciélago valiente del mar.

Andrés Mauricio Muñoz Mahecha - 3D



*Ilustrado por:
Lourdes Moreno - 11C*

La rana René

Un día visitando la casa de mi bisabuela en el campo encontré una rana muy verde cerca de un pequeño lago, ahí crece una planta acuática con flores rosadas llamada loto. Al día siguiente regresé otra vez al lago y encontré a la rana sentada sobre la hoja de loto como si estuviera tomando el sol; entonces pensé en llamarla, rana René. Ella vive muy feliz con su familia porque luego descubrí que había más ranas y sapos, pero ella era más bonita.

Maria Antonia Abella Chía - 3D



Ilustrado por:
María Victoria Acevedo - Docente



Ilustrado por:
Lourdes Moreno - 11C

Selva y una pelota en el mar

Había una vez una perrita llamada Selva. Era una perrita muy inquieta y le gustaba jugar a perseguir a los barcos piratas en el grandioso mar. Cuando iba al mar se encontraba con muchos piratas, a Selva le gustaban mucho los barcos de los piratas, se sentía muy feliz.

Un día Selva se montó en un barco pirata y se encontró una pelota y la mordió y se le cayó al mar, los dueños de Selva tuvieron que irse en su barco pirata, la encontraron y todo se resolvió: todos fueron felices para siempre.

Simona Penagos - 3D

Piggie en la excursión

Piggie salió contenta del colegio porque mañana iba a salir a una excursión a la orilla del mar.

Ella iba disfrazada de pirata con una falda cuadros, un parche y un sombrero de pirata.

Cuando llegó ¡No había nadie!, pensaba que la habían dejado.

Pero después se dio cuenta que se habían escondido, se sorprendieron de verla disfrazada y al final jugaron a los piratas.

Ana Sophía Villamil - 3D



Ilustrado por:
Catalina Lara - 11A

Desde Orientación Escolar – F.A.R.O:

“Paisaje náutico de nuestras emociones”

Una de las experiencias que como equipo de Orientación Escolar - F.A.R.O, particularmente desde el componente *PECES (Programa de Educación para la Conciencia Emocional y Social)*, tuvimos la oportunidad de facilitar a varios grados en el 2025, fue el Taller “Escalada Emocional por la Paz”, en el marco de la Semana por la Paz.

Nos basamos en un enfoque de autoconocimiento, según el cual nuestros estados mentales y emocionales pueden clasificarse en pisos o niveles, como si fueran los “largos” o trayectos de una montaña rocosa que nos proponemos escalar. Dado que cada emoción se siente como una experiencia particular, un filtro a través del cual interpretamos la vida, podemos generar estados cada vez más capacitantes si tenemos la habilidad de movernos dentro de nuestra amplia gama de emociones. Es como contar con una especie de brújula interior, o mejor aún, un “GPS emocional” que nos indica en dónde estamos y cómo podemos evolucionar para pasar de ciertas situaciones anímicas, a veces dificultosas, a otras más llevaderas, hasta conectar con estados elevados en conciencia y bienestar.

Así las cosas, podemos pasar de un nivel de baja vibración, donde encontramos emociones como el enojo, el miedo o la tristeza, a estados de un nivel medio y más ecuánime como el interés, la aceptación o el coraje, y de ahí, a otros de un talante superior, en donde afloran estados expansivos como la alegría, el amor o la paz interior. Ello es posible, toda vez que aprendamos a observarnos y

a identificar las voces internas o el diálogo mental que acompaña el sentimiento, para desde ahí, gestionar y emprender la “escalada hacia la cumbre”, desde donde se divisa el horizonte variado de nuestros “paisajes anímicos”, incluyendo cordilleras, valles y desiertos emocionales, y por supuesto, el mar.

Una metáfora marítima de las emociones

Si intentamos una analogía entre nuestro mundo emocional y el vasto espacio marítimo, diríamos que nuestras emociones son como el hermoso océano que nos rodea y habita dentro de nosotros.

Al igual que el mar, nuestro mundo interior está en constante movimiento, a veces tranquilo y a veces tormentoso, pero siempre lleno de vida y significado. Aprender a reconocer y nombrar nuestros propios “estados climáticos” es la clave para ser mejores navegantes de nuestra propia vida.

Por ejemplo, hay estados desafiantes como la rabia, representada por unas olas gigantescas en el furor de la tormenta, la fuerza explosiva del agua y el viento (la frustración) que sopla con rudeza, creando olas que necesitan liberar una gran cantidad de energía. Sentir rabia es un recordatorio de que algo valioso para nosotros está en peligro o ha sido irrespetado.

Y hablemos del miedo y la ansiedad, como la niebla espesa sobre el agua y las corrientes ocultas que nos impiden ver el horizonte, llevándonos a sentir confusión e inseguridad. La ansiedad es una corriente que nos arrastra lejos de la orilla de la calma, y el miedo nos alerta de un peligro potencial (real o imaginario) que debemos atender.

También nos encontramos con la tristeza y el dolor, la noche oscura y la lluvia constante, es como sumergirse en aguas profundas donde hay menos luz. A veces es un estado necesario para detenerse, descansar, procesar y sanar alguna herida. Las lágrimas son el rocío salado que limpia y permite que el oleaje interior se renueve, preparándonos para ascender de nuevo hacia la calma.



Ilustrado por: Sergio Correal M.

Estos estados emocionales, así como los fenómenos naturales que los representan, hacen parte del compendio de la vida y tienen su función y su razón de ser dentro del ecosistema humano. El llamado está en aprender a reconocerlos, transitarlos y atravesarlos, ya sea que los vivamos como niños, jóvenes o adultos, apoyados en nuestras propias habilidades de navegación (consciencia de sí mismos, autorregulación, empatía, autoconfianza, entre otras).

Continuando con nuestra analogía entre las emociones y el mar, mencionemos algunos estados elevados, a los que aspiramos alcanzar y permanecer, y que nos brindan sensaciones de bienestar y deleite, como la curiosidad y el entusiasmo, cuando la marea se acerca a la orilla en un movimiento resuelto y fascinante, una invitación a explorar y a conocer. Es el deseo de ir a mojar los pies a ver qué nos ha traído la ola. Nos invita a aprender y descubrir el mundo con mente abierta.

La amabilidad y el afecto, la corriente cálida que abraza la costa, una fuerza poderosa y constante que da vida y nutre todo a su paso. Es el flujo estable que nos conecta a unos con otros en la convivencia armónica y nos hace sentir reconocidos, seguros y valiosos.

Y qué decir de la paz y la alegría, las aguas claras y el sol de verano, el brillo de la superficie cuando la luz llega desde lo alto. El mar está en calma, permitiendo que los rayos penetren hasta el fondo y las bandadas de aves pasan de un lado a otro, jugando en medio de la brisa y graznando incesantemente. Nos sentimos ligeros, expansivos, listos para compartir, celebrar y agradecer esa luminosidad.

Mensaje para los niños y jóvenes

Recordemos que no hay mares ni olas buenas ni malas, solo mares y olas poderosas. Cuando estemos frente a una ola gigante (tristeza, rabia o miedo), respiremos profundo, como un buzo que se prepara para sumergirse bajo la densidad del agua, o un tripulante en apuros para remar intensamente, flotar, surfear o nadar mar adentro; activemos nuestra capacidad para observar y prestar atención a las señales y alistemos nuestro equipo de comunicaciones para transmitir con palabras claras nuestra ubicación. Busquemos el faro (un mentor que nos dé luz y orientación) y pidámosle apoyo al capitán (un adulto responsable) para poder encontrar un puerto seguro.

Mensaje para los adultos: Somos los faros y los capitanes que guiamos a nuestros niños y jóvenes navegantes. Validemos todas las “mareas” que ellos sientan, con empatía, compasión y respeto. Si nos vemos frente a un desafío por parte de ellos, encontremos el centro de gravedad dentro de nuestra propia mente, corazón y cuerpo, lo cual nos da control, equilibrio y sabiduría. Mostrémosles cómo mantener la calma en situaciones de tensión, dejémosles ver que somos el adulto, el que lidera con serenidad, autoridad y confianza. Y sea lo que sea, abramos el espacio de comunicación con amabilidad, escuchemos el relato de su “informe atmosférico” y enseñémosles a ser los capitanes expertos de su propio barco emocional.

Esta analogía nos recuerda que tener un mar interior agitado no significa que estemos equivocados, extraviados o desconectados; significa que estamos vivos y que sentimos con intensidad.

Es un llamado a la compasión y al equilibrio. No podemos detener las olas (las emociones), pero sí podemos aprender a navegar en ellas de muchas maneras distintas, conociendo y desarrollando, todos, nuestras habilidades de inteligencia emocional.

Por: Sergio Correal M., Coordinador de Orientación Escolar – F.A.R.O



Ilustrado por: Isabella Rojas - 10B

La muerte de lo cercano

No es un secreto para nadie que vivimos en un mundo que nos aleja unos de otros. Somos seguidores de tendencias — TikTok, Instagram, YouTube — y, por consiguiente, dependemos cada vez más de la tecnología.

Así, nuestro modo de ver la vida tal y como la conocíamos en el pasado se convirtió en un sin sentido que gira en torno a algo irreal; como decía la psicóloga María Gómez “Las redes sociales nos mantienen más alejados que conectados”. Hoy en día ya no vivimos por las experiencias de la vida, sino por unos simples likes en una red “social” que supuestamente representa lo felices que somos y seremos, esto nos hace recordar a “El Principito”, una obra infantil en la que los personajes a los que el principito visita de planeta en planeta se parecen a nosotros, cada vez más metidos en la superficialidad humana. Los planetas son una representación obsesiva que provoca una soledad profunda en sus habitantes.

Estos personajes, como el Vanidoso que vive para ser admirado, o el Hombre de Negocios que está obsesionado con las cifras, encarnan perfectamente la cultura del “like” y la acumulación de seguidores, donde el valor personal a menudo se mide por la validación externa y estándares cuantificables.

Sin embargo, este libro nos transmite un mensaje grandioso a través del zorro: “¿Qué es la soledad? Pregunta el principito. Es un reencuentro consigo mismo y no debe ser motivo de tristeza; es un momento de reflexión. —No se ve bien sino con el corazón—”.

Estas palabras no vanas, son un mensaje que nos llama al encuentro con nosotros mismos, poniendo la paciencia y la profundidad

necesarias para “domesticar” y crear lazos humanos en medio de la naturaleza fugaz de las conexiones digitales. En esta sociedad acelerada, la verdadera paz se encuentra dentro de nosotros, en nuestros sueños, metas y aspiraciones, y no afuera.

Y sí, parece que hemos olvidado el gran mensaje de este maravilloso libro que nos hacían leer de niños. Día tras día nos alejamos más de lo tangible y nos introducimos más en un plano virtual que parece ser inevitable. No obstante, sí hay una salida: lograr una buena planificación del tiempo, enfocándonos más en nuestras relaciones, de manera tal que la tecnología solo sea una herramienta para estar actualizados, y no una forma más de desconexión.

David González 11B y Federico Franco 11C



*Ilustración elaborada por:
David González - 11B*

Agradecimientos

Antes de zarpar, el capitán siempre escribía una carta que introducía en una botella y lanzaba al mar desde la borda. Este ritual llamó tanto mi atención que, alguna vez, me atreví a preguntarle por qué lo hacía.

‘Es un acto de fe’— me dijo — ‘Escribo sobre nuestros viajes pasados y lo que pudimos rescatar de cada uno de ellos. Es conocimiento que espero llegue a quien sepa atesorarlo tanto como yo’.

El capitán se ha ido y me ha dejado al mando; ahora soy yo quien lanza las botellas al mar esperando que él, en donde esté, me lea y sepa que su tripulación está bien.

Al hacerlo, un muchacho me miraba intrigado. Antes deirme escuché su voz alzándose a lo lejos preguntándome por qué lo hacía.

Es un acto de fe, — le dije—. Es conocimiento que espero llegue a quien sepa atesorarlo tanto como yo.

La vocación del maestro suele convertirse en un acto de fe. Cada alumno se transforma en una botellita que lanzan al mar sin conocer su paradero, sin saber qué hará la marea con ellos, pero siempre esperando que lleguen a un destino que los acoja y transforme en algo mejor.

En esta edición recopilamos esas botellitas con el fin de preservar sus mensajes. Gracias, a quienes nos confiaron su sentir en este turbulento mar de emociones; gracias por arriesgarse a explorar lo desconocido y por navegar con nosotros un barco que nos une en

esencia y alma.

Dedicamos estas páginas a quienes buscan consuelo en lo etéreo, los que encuentran paz tras haberse destruido en el proceso, a almas inquietas que no se conforman con el silencio de su ser y especialmente a Daniel Jeangros que hizo posible este proyecto.

Comité Editorial.

Créditos:

Artes:

Aleia Bernal, Juan David Cepeda, David Andrés González, Catalina Lara, Sara Ospina, Anna Isabella Pinto, Isabella Rojas y Sofía Rojas.

Comité Editorial y directores:

María Victoria Acevedo, Aleia Ghia Bernal, Federico Franco, Felipe Jeangros, Laura Sofía Méndez, María José Parra, Sofía Rojas y María Paula Rodríguez.

Correcciones y transcripción:

María Victoria Acevedo, Óscar Ávila, Federico Franco, Ana Catalina Gaona, Sophía Martínez, Samuel Olaya y Paula Rodríguez.

Podcast:

Felipe Jeangros, Jerónimo Mejía, Samuel Olaya, María José Parra y Sara Sofía Vélez.

Publicidad:

Juan Cañón, Paula Florián, Laura Méndez, Juan García, Arturo López e Isabella Torres.

Galería



Ilustrado por: Sofía Rojas - 11A

Sofía R

