

POSITIVA

OTRA MIRADA

1 AÑO
JUNTOS
¡Gracias!

LAURA
Zavoyovski
*"Positiva cumple
años, pero también
cumple sueños"*



1 AÑO JUNTOS

GRACIAS POR ESTAR DE ESE LADO

Hoy Positiva cumple años, pero también cumple sueños. Como los de cada uno de los que hacemos esta revista, que disfrutamos trabajar de lo que nos gusta y nos hace sentir vivos.



PH: Nadia R. Paz

Positiva creció a pasos agigantados como lo hace un humano, un animal o una plantita en sus primeros doce meses de vida. Lo hizo en contenidos, en seguidores, en elogios y, pese a que fue un año jodido en muchos sentidos, se mantuvo intacta en entusiasmo y en una firme apuesta por la mejora continua.

Soy Laura Zavoyovski. Soy periodista, psicóloga y escribí un par de libros. Tengo claro qué me hace fluir la sangre por las venas y seguiré apostando por hacer de eso mi medio de vida. Junto a Paola Spigardi, diseñadora gráfica, y a Lucas Gómez, ilustrador y traductor público, quien hace las veces de corrector de estas páginas, nos embarcamos en cada edición con un único objetivo: dar lo mejor. La mejor versión de nuestro trabajo.

Ya lo señalábamos en el editorial de nuestro primer número: *En los tiempos que corren (y vuelan), aventurarse a crear una revista es una auténtica locura.* Seguramente lo sea, pero nos desafia mantener vivo el deseo. Y el deseo es ir por más. Como canta Ketama: *No estamos locos, sabemos lo que queremos.*

"LO CREATIVO NOS AYUDA A SALIR ADELANTE"

Como no podía ser de otra manera, la flamante madrina de esta revista, Gabriela Arias Uriburu, saluda a Positiva por su primer aniversario. Esta mujer, generosa y valiente, preside la Fundación Niños Unidos por el Mundo. Es, además, escritora, instructora de yoga y promotora de talleres de Constelaciones Familiares, autoconocimiento, encuentro y sanación.

Hola, ¿cómo están? Soy Gabriela Arias Uriburu y estoy acá para felicitar, para saludar y también para agradecer a la revista Positiva por todo lo que nos ha brindado durante este año.

Gracias a Laura y a todo el equipo, quienes, en plena noche oscura del alma, decidieron emprender este viaje y acercarnos historias, sugerencias, recursos y herramientas de forma gratuita, en un año muy importante para todos.

Quería acompañarlos y agradecerles por todo lo que nos han dado. Por sus corazones, y bueno... ¡A ir por más!

Laura, te mando un beso grande a vos y a todos los que lo han hecho posible. Siempre lo que nos ayuda a salir adelante es lo creativo. Desarrollar caminos nuevos, vidas nuevas... Así es que... ¡creemos más vida!

Gracias Positiva, gracias a Laura y gracias a todo el equipo.



PH: Gabriela Arias Uriburu



“DEBEMOS DISFRUTAR AL MÁXIMO YA QUE NUNCA SE SABE CUÁNDO SE TERMINA”

Por Laura Zavoyovskí

El 11 de julio de 1986 marcó un antes y un después en el camino de Sergio Expert. Tenía 19 años y, como se suele decir, “la vida por delante”. No fue fácil reponerse y sobreponerse física y emocionalmente a todo aquello, pero lo logró. Hoy agradece lo ocurrido y comparte con nosotros su historia de superación.

Estaba con otros seis amigos en lo de Enrique, a quien conocía desde la infancia; ese día cumplía 20 años. Se disponían a ver por televisión un partido de Los Pumas al tiempo que comerían un asado. Hacía tanto frío afuera que el cumpleaños decidió poner la parrilla portátil sobre la chimenea. Como le faltaba una pata, la apuntaló con un adorno de metal que hacía años que daba vueltas por el living de aquella casa de Béccar (San Isidro, norte del Gran Buenos Aires).

Todo era algarabía aquella noche, hasta que ocurrió lo impensado. La pata improvisada de la parrillita, que era nada menos que una bala de cañón de la Segunda Guerra Mundial (que todavía conservaba restos de pólvora), produjo una terrible explosión. Los siete jóvenes sufrieron heridas de diversa gravedad. Sergio fue uno de los más complicados. Una vez en el piso, impedido de salir de allí, bastante aturrido pero consciente, cayó en la cuenta de que su vida, en apenas segundos, había cambiado para siempre. Con la onda expansiva, su futuro había estallado en mil pedazos. Empezó así la ardua tarea de reinventarse y sanar; labor que lleva adelante hasta hoy.

Supongo que en tantos años habrás reconstruido en tu memoria aquel instante posterior a la explosión. ¿Tenés claro qué te pasaba por la cabeza y el corazón?

¡Lo primero que se me viene a la cabeza es CAOS! Todo era un pandemonio, no tenía ni idea de lo que estaba pasando ni de lo que me había pasado. Todo fue muy rápido y sin ningún aviso previo. Pasamos del festejo a la tragedia sin escalas. Después del aturdimiento inicial y esa gran confusión, la cabeza, el corazón y lo que me quedaba de cuerpo se pusieron a trabajar para sobrevivir y salir de ahí.

EL TIEMPO crónica **PRONOSTICO**
13°8 **15°**
FIRME JUNTO AL PUEBLO
 AÑO 1913 - BUENOS AIRES, SABADO 12 DE JULIO DE 1986 N° 1.816 - PÁG. 6.20
 BICENTENARIO VIA ARRIBA A 6.00

¡CHICOS, crónica LOS INVITA A DIVERTIRSE GRATIS!

Desde el lunes, en nuestras ediciones de la tarde, se publicará un espacio dedicado a los chicos. Por eso de la ciudad, queremos que los chicos más interesados del país. Con este espacio de crónica de crónica, los chicos, y también nosotros, podrán conocer al primer domingo 20 al estado porque y hacer uso sin cargo de nuestra juegos divertidos si, al llegar antes de las 17 horas podrán obtener gratis. Eso es, por la capacidad del parque solo podrán ingresar totalmente gratis los 2.000 primeros personas que lleguen. De manera que al domingo... ¡a divertirte con crónica de la tarde!

EXPLOSION EN MANSION DE BECCAR: 7 JOVENES HERIDOS, 3 EN AGONIA

Estalló un proyectil de Cañón Cuando se Realizaba Fiesta de Cumpleaños

En el Hospital de San Isidro te amputan la pierna izquierda y tu amigo Enrique agoniza y fallece a los pocos días. Supongo que antes de la aceptación de aquello hubo shock, sufrimiento, sensación de injusticia... ¿Cómo te “desenajaste”?

Esa explosión me podó el cuerpo y me quitó un amigo de la infancia. Fue un durísimo golpe. Si bien mi primer objetivo era sobrevivir, una vez que eso sucedió, con lo primero que

conecté fue con el enojo, que, junto con el miedo, forma una combinación que no te deja avanzar, o sea, te acerca al problema y te aleja de la solución. Me enojé mucho. Lo sucedido ese 11 de julio de 1986 era una injusticia y yo no me merecía lo que estaba padeciendo. Culpé mucho a Dios por haberme hecho esto. Pronto me di cuenta de que con el enojo no arreglaba nada: seguía sin la pierna y sin Enrique. Entendí que debía buscarle la vuelta y activarme para poder vivir de la mejor manera posible en el estado que estaba. La vida es una sucesión de cosas que nos pasan; buenas y malas. Las buenas se disfrutaban y se agradecen y a las malas hay que tratar de transformarlas.

Tenías "la vida por delante" y sueños por cumplir. ¿Quiénes te ayudaron a que no te hundieras ni te quedaras en el rol de víctima?

Al mes del accidente cumplí 20 años. Tenía planes, objetivos y sueños en mi cabeza. Todos ellos volaron por el aire y se transformaron en dilemas: *¿Qué me pasó? ¿Cómo hago para salir? ¿La gente me va a querer? ¿Qué es ser una persona con discapacidad?* Tuve y tengo la bendición de contar con una familia increíble y unos amigos inoxidables. Ellos fueron un sostén muy importante para que no me hundiera, pero *¿sabés qué?* Yo fui el primero que no se quería hundir y fui consecuente con eso. Hubo actitud, esfuerzo y, sobre todo, trabajo. El discurso no sana; sanamos cuando hacemos las cosas, cuando nos ponemos en movimiento.

¿Fue mala suerte? ¿El Universo conspiró contra vos y tus amigos? ¿El destino te jugó una mala pasada? Supongo que te habrás hecho estas preguntas...

Fue el destino, la fatalidad, el karma o la mala suerte. Fue algo feo para nosotros y nuestras familias. Éramos siete los que estábamos frente a esa chimenea antes de que el adorno, que siempre se usaba como cuarta pata de la parrilla portátil, explotara. Ese adorno resultó ser una bala de obús de la Segunda Guerra Mundial, que todos siempre pensaron que estaba descargada. *¿Por qué explotó ese 11 de julio? No sé. ¿Por qué no explotó en algún asado anterior? Tampoco lo sé. Explotó esa noche en el festejo del cumpleaños de Enrique.*



VOLVER A NACER Y A CAMINAR

Sergio se sometió a muchas cirugías y tratamientos para reconstruir su pierna derecha y, a dos años de lo que él llama la "explosión de vida", logró ponerse de pie para continuar su camino. Estudió la carrera de Administración de Empresas en la Universidad de Buenos Aires (UBA), tuvo novias, se casó y tuvo hijos, se separó y se volvió a enamorar, continuó cerca del rugby de sus amores y jamás se alejó de los amigos que el accidente del 11 de julio de 1986 unió para siempre.

Durante 25 años llevaste una vida normal, o lo más normal que pudiste, y no contaste públicamente cómo lo sucedido te había marcado a fuego. ¿Qué pasó allá por 2010 que te hizo compartir tu historia de resiliencia?

Mis amigos, mi entorno y sobre todo mi familia conocen mi historia, no toda, ¡pero casi toda! En 2010 falleció mi padre, mi gran compañero. Junto a mi madre hicieron un tremendo equipo para enfrentar todo lo que se les vino encima después de mi accidente. Cuando Michel se murió, me di cuenta de que tenía que hacer algo con todo lo que me había pasado. No podía quedármelo para mí, debía compartirlo y ayudar a través de mi testimonio a quien estuviese atravesando un momento difícil, un duelo o algún desafío.

¿Qué les dirías a tus viejos hoy si los tuvieras enfrente?

¡Uhhhhhh! ¡Que los amo! Que les estoy eternamente agradecido de todo lo que nos dieron como familia. Hay muy pocas cosas que uno no elige en la vida, una de esas son los padres que te tocan. Yo tuve unos increíbles. Ellos no supieron, en vida, que yo pude transformar todo ese dolor en algo lindo que me llena de vida. Creo que estarían orgullosos.

¿Qué habilidades o aptitudes desarrollaste y cómo te convertiste en un experto en adaptación al cambio y en un promotor del entusiasmo?

Muchas veces no nos damos cuenta de cuánto potencial tenemos porque no nos es necesario desarrollarlo, o sea, no se nos pone a prueba para sortear distintas dificultades. Cuando los problemas empiezan a asomar, tenemos que ser creativos para ir arreglándolos uno a uno. Yo me pude adaptar y supe hacerlo. Pude cultivar la paciencia, clave para no desesperar, y hoy sigo poniendo foco en lo que tengo y en lo que puedo. Si solamente vemos lo que no tenemos o no podemos hacer, automáticamente drenamos energía positiva en vano. Soy un agradecido y entusiasta de la vida... Así me defino.

LA ESCRITURA QUE SANA

Hoy Sergio es un prestigioso orador motivacional al frente de la consultora *Explosión de Vida*, dedicada a brindar cursos y talleres de capacitación que giran en torno a cómo enfrentar la adversidad, desarrollar resiliencia y adaptarse a los cambios. Su historia, además de estar presente en cada una de sus conferencias, pronto quedará plasmada para siempre en un libro que escribió y que busca despertar conciencia e inspirar.

¿Qué es Explosión de Vida?

Es mi emprendimiento, mi propósito, lo que amo hacer. Me dedico al desarrollo humano. Me autodenomino *coach* experiencial y doy charlas y talleres en todo tipo de organizaciones (desde multinacionales a cárceles). Además, pregono la idea de tener empresas inclusivas y diversas. Trato, a través de mis actividades, de mostrar que debemos disfrutar al máximo todo lo que tenemos, ya que nunca se sabe cuándo se termina. Y que, al ser agradecidos, tomamos conciencia de que somos seres abundantes y plenos.

Si puedo inspirar o iluminar a alguien, es una gran bendición. La vida es cambio, estemos preparados. Las dificultades van a aparecer, tratemos de transformarlas, y es fundamental trabajar de modo colaborativo. Estos son los tres ejes sobre los que trabajo.



¿Por qué decidiste escribir tu historia?

Era una asignatura pendiente. Hace como ocho años empecé a escribir algo y lo tenía cajoneado. Esta pandemia me hizo retomar la escritura y lo pude terminar. Estoy muy contento y entusiasmado. Fue un tremendo acto de sanación: un revivir de emociones y una reconexión también con Enrique, con su sonrisa y su locura.

¿Alguna vez te detuviste a pensar quién sería hoy Sergio Expert si aquella noche el asado no hubiese terminado en tragedia?

Cada tanto juego con la mente: ¿Qué hubiese pasado si...? Y siempre llego a la misma conclusión: hoy no sería la persona que soy. Nuestros mayores aprendizajes se dan cuando podemos extraer la mayor de las enseñanzas de las cosas que nos pasan. ¿Quién sería yo si no hubiese pasado lo que pasó? No sé si sería mejor o peor, pero distinto seguro.

Conoce más sobre Sergio y su historia ingresando a su web explosiondevida.com.ar y siguiéndolo en redes sociales: [@explosion_de_vida](#) (Instagram) y [Explosión de Vida - Sergio Expert](#) (Facebook).



SE PRESENTÓ OFICIALMENTE ODISEA 2020 EN MÁLAGA

.....

Por Laura Zavoyovski

El libro solidario “Odisea 2020 – historia de una médica” fue presentado oficialmente de cara al público. Fue un momento mágico; una caricia al alma de cada uno de los que participamos haciendo de un breve relato un proyecto gigante.

La doctora Mora Guardamagna, quien además de ser la autora de la obra es Miss Grand Costa del Sol 2020, el miércoles 30 de marzo se dirigió a los presentes diciendo: “Dolor, angustia, presión, incertidumbre... Unión, fortaleza, mirada hacia adelante, superación... Todas estas son palabras que se me cruzaron por la cabeza durante estos meses de pandemia COVID-19. Y un día, en medio de esa vorágine de emociones, me puse a pensar cómo contaría tan impactante huella en mi historia a mis hijos, a mis nietos y a mi querida sobrina Inés. Me senté a escribir el lunes 7 de diciembre. Las palabras fluyeron en un mar de sentimientos y sensaciones, como un grifo abierto”. ¿El resultado? Un relato en primera

persona sobre lo que fue ocupar la trinchera frente al coronavirus en un hospital malagueño.

Se trata de un proyecto benéfico del que tuve la suerte de participar representando a *Positiva* como editora y autora del prólogo, junto con Nadia Rodríguez Paz, diseñadora gráfica, y Marcelo Sanfelice, productor y representante de la comunidad *Argentinos en Málaga*.

El *team* (equipo) de trabajo nos encontró a cuatro argentinos en España en pro de una causa común. ¿Cuál? Dar una mano a dos ONG: *Nakupenda Sana*, que cuenta con una campaña de entrega de alimentos en la provincia argentina de Jujuy, y *Mechones Solidarios*, dedicada a confeccionar pelucas de pelo natural para pacientes oncológicos. El fin no solo fue lanzar una obra sobre cómo una médica argentina vivió la pandemia por el coronavirus en carne propia, sino

ayudar a quienes más lo necesitan. Afortunadamente, podemos decir que el objetivo está cumplido por partida doble.

ESCRIBIR PARA DIGERIR LA REALIDAD

Mora, una joven de 30 años oriunda de Lomas de Zamora (zona sudoeste del Gran Buenos Aires), vive en España desde 2017. Es especialista en Medicina Legal y actualmente se desempeña como médica residente de Oncología en el Hospital Universitario Virgen de la Victoria de Málaga —más conocido como el Hospital Clínico—. Generosa y valiente, abrió un archivo de computadora y también su corazón para compartir con el mundo su sentir durante la crisis sanitaria por el coronavirus. Seguramente escribir la ayudó a comprender y repensar los meses que pasó en 2020 asistiendo pacientes en el servicio de Urgencias. Una verdadera odisea... De ahí el título de este libro formidable.

Hoy todos ponen a "la vacuna" en la cima de su pirámide de expectativas y anhelos. Quizá el remedio no venga en dosis, sino en el cambio de actitud individual; si es que hemos aprendido algo en los últimos 365 días. La actual candidata a Miss Grand Spain 2021 es optimista al respecto. De hecho, cierra su relato con un mensaje esperanzador: "Espero que estas palabras y mi humilde experiencia te sirvan para apre-

ciar y vivir de manera más intensa la vida. Porque cada momento vale oro y no sabemos cuándo vendrá otra lección de la Madre Naturaleza".



Odisea 2020 – Historia de una médica va dedicado "a los que durante 2020 aprendieron que la vulnerabilidad es propia del ser humano y que la fuerza surge justamente cuando unos y otros, sin importar raza, religión o clase social se toman de las manos y caminan a la par".

📌 Solicita tu ejemplar (solo en España) o libro digital escribiendo a: odiseamedica2020@gmail.com



música

La conquista del espacio
(Sony Music)



La conquista del espacio (2020) es el último disco del genial cantautor Fito Páez. Grabado durante 2019 en Capitol Studios de Los Ángeles (Estados Unidos), reúne el talento y la generosidad del rosarino más afamado en nueve temas inéditos de los que participan artistas invitados tales como Lali Espósito y Juanes.

En este disco ganador del Premio GRAMMY® en la categoría "Mejor Álbum Latino de Rock o Alternativo" participan, además, Abe Laboriel, baterista de Paul McCartney, el argentino Guillermo Vadalá y la orquesta sinfónica de Nashville. ¡Un lujo! En él puede descubrirse a un Páez en su mejor momento personal y profesional, "feliz de la vida", pero que, sin embargo, a través de su arte deja claro que no estará plenamente bien hasta que todos alrededor suyo lo estén.

¿Qué canciones escuchar primero? *Gente en la calle*, *La canción de las bestias* y *La conquista del espacio* (en ese orden).

📌 Escucha este álbum fantástico en las principales plataformas de música.

Estar genuinamente en paz es una de las posturas más elevadas y auténticamente humanas que podemos asumir. ¿Cuándo estamos en paz? Cuando nuestro espíritu encuentra las puertas abiertas, de par en par, para desplegar todas sus facultades. Estar en paz con uno mismo y con los demás significa que, como seres humanos, ponemos en práctica las capacidades que nos definen, expresando plenamente nuestra esencia.

COMENZAR OTRA HISTORIA Y ESTAR EN PAZ

.....

Por María Angélica Sadaniowski

En algunas ocasiones nos convertimos en "oyentes involuntarios". Ese jueves, tomando un café, escuché parte de un diálogo proveniente de una mesa contigua: *Trato de no sumergirme en el pasado porque la vida que me estoy creando me gusta, la disfruto; soy un apasionado de lo que hago y cada día, aunque sigo sin duda una rutina, encuentro en ella el brillo que ilumina mi jornada. Cada amanecer es un nuevo comienzo. No importa cuánto camino he recorrido, importa el hoy.* Advertí serenidad y convicción en las palabras de aquel hombre maduro sentado a mis espaldas.

Al caer la noche, tomaron mayor relevancia. Me llevaron a este planteo: ¿Me encuentro cocreando la vida que quiero? Ello requiere paz y coherencia, pero ¿para qué? Para unificar en mí todo lo que está separado... Sí. ¿Y qué voy a unificar? Mi corazón, fuente de sabiduría; mis pensamientos, emociones y acciones, para que fluyan con coherencia. ¿El objetivo? No desviarme de mi camino estando pendiente de miradas ajenas o colmando expectativas de otros.

Entre tanto ruido mental, me escuché: *Esta forma de hacer y de responder ya no sirve; no me es funcional. No obstante, de a ratos hago oídos sordos y continuo haciendo lo políticamente correcto para que, en definitiva, todo continúe igual a cualquier costo.*

¿Qué se esconde detrás de estas conductas típicas en mí y



en ti? Una demanda de amor. Vivimos buscando la aprobación y el amor en el afuera, pretendiendo que los otros nos aprueben y nos quieran.

Para dejar esa dependencia emocional, es imprescindible ponernos en acción y gestionar la aprobación de uno mismo y el amor propio (autoestima). Ya es tiempo de desandar la inercia y escucharnos. De preguntarnos: *¿Qué quiero yo?* Sin jueces (muchas veces internos) que censuren o juzguen nuestras decisiones. Aquí no hay sentencia.

Demos el primer paso. ¡Atrévamonos! Seamos quienes ansiamos ser sin tener que amoldarnos a cada situación por miedo a desencajar. Debemos estar dispuestos a abandonar las ideas preconcebidas que atesoramos de una vida deseada y preservar la convicción de que, tras su disolución absoluta, volveremos a prosperar. Para comenzar otra historia y estar en paz. Para ello no hay recetas ni atajos.

Como dijo Mahatma Gandhi: *No hay caminos para la paz. La paz es el camino.*

María Angélica es psicóloga y counselor. En su consultorio (y también de modo virtual) atiende a adolescentes y a adultos (parejas y adultos mayores inclusive). Comunícate con ella si necesitas darte el permiso de cuestionar y cuestionarte algunas cosas. E-mail: sadaniowskim@gmail.com



PH: Bibliothek Bornem en Pixabay

TRES COSAS QUE NOS COMPLICAN LA VIDA

Martín Reynoso

A un año del inicio de la pandemia por el coronavirus, resulta muy conveniente y saludable, tanto física como psíquicamente, que aprendas a lidiar con estas tres cosas para que la “nueva normalidad” no te “pegue de frente”.

¿Qué tres cosas amenazan nuestro día a día y nos desequilibran? Nada menos que el perfeccionismo, el deseo de control y la culpa. Las conoces, ¿verdad? Las tres se relacionan, son nocivas y hacen mella en nuestra vida cotidiana. Vamos a analizar cada una de ellas.

• Perfeccionismo

Abundan los perfeccionistas. ¿Eres parte de esta legión? De ser así, sabrás de sobra que supone una severa autoexigencia que nos lleva a perseguir objetivos o metas imposibles, provocando dolor y malestar. El perfeccionismo, tan sobrestimado socialmente, nos lleva a comparar todo el tiempo lo que deseamos con lo que tenemos o lo que ansiamos ser con lo que somos. ¿Resultado? Mucha frustración. ¿Cómo superarlo o aprender a lidiar con él? Practicar la autocompasión —ser más buenos con nosotros mismos— puede ayudar.

• Deseo de control

Antes que nada, es preciso que quede claro: el control es una ilusión. Siempre algo se nos escapa o resulta inmanejable o impredecible. Sin duda, el 2020 “se les fue de las manos” a los llamados controladores. En estos casos, recomiendo aceptar las cosas como son —a veces, distintas a como quisiéramos que fueran—, que no es lo mismo que resignarse.

• Culpa

Es una emoción “prima hermana” de la autoexigencia, que nos echa en cara todo el tiempo haber actuado, respondido o habernos manejado mal. Es, en definitiva, un molesto “ayuda-memoria” que nos taladra la cabeza recordándonos nuestros errores. La práctica del perdón a uno mismo nos libra de convertirnos en “culposos compulsivos”.

Perfeccionismo, deseo de control y culpa disminuyen nuestra capacidad de disfrute manteniéndonos en una zona de eterna insatisfacción —exacto, cuando no hay nada que nos venga bien—. Te animo a aprender a manejarlas para que ellas no te manejen a ti a su antojo.

Train Your Brain Argentina te invita a formar parte del grupo de práctica de mindfulness abierto a la comunidad. La actividad online gratuita se realiza los martes a las 19 horas (de Argentina) vía Zoom. Más información: infoty-bargentina@gmail.com / WhatsApp: +54 9 11 6678-2323.

Martín es psicólogo e instructor de mindfulness, director de Train Your Brain Argentina y autor de “Mindfulness, la meditación científica” (Paidós). Sumamente generoso y amable, estuvo presente con su saber y su experiencia en nuestra primera edición y, en el transcurso de este año, nos ha acompañado como un auténtico amigo. Gracias a gente como él, medios pequeños como Positiva pueden generar contenido de valor y acceder a voces líderes en las distintas áreas.





ARTE EN TODAS SUS FACETAS

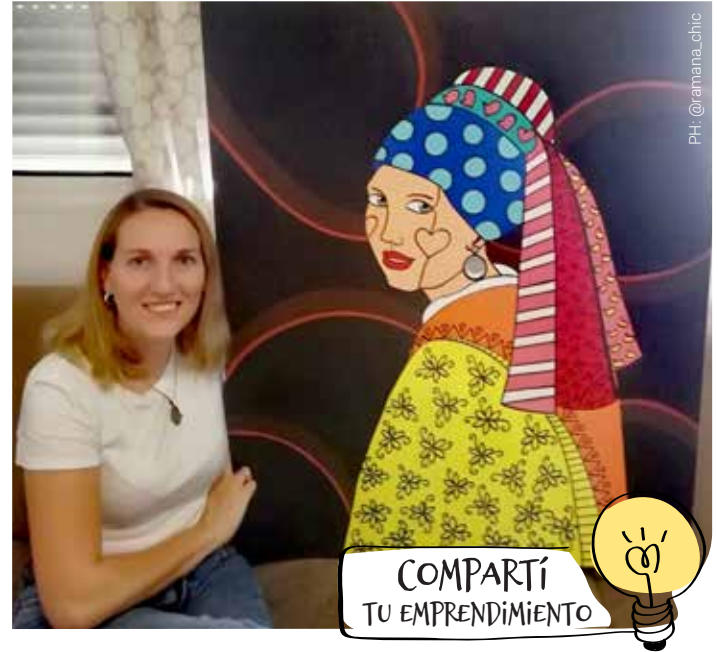
Por Laura Barbaglia

Soy artista plástica y me dedico a la venta por menor de obras de arte, objetos de decoración e indumentaria pintada a mano. Artículos únicos para personas especiales.

Nací en Bragado, provincia de Buenos Aires (Argentina) y, hasta el momento de emigrar en 2018, viví en Mar del Plata, ciudad costera. Quizá por esa razón es que hoy resido en Fuengirola.

En 2007 comencé la carrera de Artes Visuales. Me especialicé en dibujo y en pintura. Soy, asimismo, graduada en Educación Visual. Jamás he dejado de pintar y de crear; es mi estilo de vida. En mi ciudad natal, brindé clases de pintura en la Escuela Municipal de Artes. Expuse mis obras en varias ferias y hasta en el Teatro Florencio Constantino. Más tarde, en Mar del Plata, participé de diversas exposiciones. Fui galardonada con una mención especial como artista plástica en el Teatro Colón. Y ya en España, en 2019, estuve en la Feria de los Pueblos de Fuengirola como artista invitada de la caseta mexicana.

¿Qué hago? Realizo casi cualquier tipo de trabajo en pintura decorativa. En estos momentos me centro en macetas, termos, mates, trabajos de pintura textil y en todo tipo de



COMPARTÍ
TU EMPRENDIMIENTO

soportes. Mi fuerte son los cuadros. Gracias a ellos, en varias ocasiones participé de muestras colectivas organizadas por Studio 33, galería de arte ubicada en Las Rampas (Fuengirola).

¿Cómo vendo mis productos? Por las redes sociales y a través de gente conocida que me recomienda. Algunos de mis trabajos se adquieren en Budha de Benalmádena (@budha_costadelsol en Instagram), local dedicado al diseño de prendas y objetos. Otro dato: soy maquilladora social acreditada e incursioné en el maquillaje artístico. Hago belly painting (pintura sobre el vientre de una futura mamá). Las imágenes resultantes son maravillosas. ¿Mis próximos proyectos? Me encantaría abrir un atelier de arte. Allí vendería mis obras y brindaría clases de artística.

Consúltame por algún objeto que desees regalar o tengas en mente. Me animo a casi todo y hago tus ideas realidad.

✓ *Sígueme en las redes sociales: @ramana_chic (Instagram) y Laura Barbaglia (Facebook). Además, suscríbete a mi canal de YouTube (Taller Creativo). En él encontrarás ideas para hacer tus propios objetos decorativos en casa.*



Lo que
ME GUSTA
leer

A través de un posteo de Facebook conocí, hace un tiempo, a esta increíble autora mexicana: Inés Arredondo. Nació en 1928 y falleció en 1989 y escribió, casi exclusivamente, cuentos. Su obra se centra en estas tres publicaciones: *La señal* (1965), *Río subterráneo* (1979) y *Los espejos* (1988).

DOS CUENTOS DE INÉS ARREDONDO

Por Valeria Nusbaum

Yo venía eclipsada por otras lecturas las últimas semanas, pero estos cuentos me mudaron la atención: flechazo al corazón y a las neuronas. Y por eso, porque recomiendo lo que disfruto leer, les voy a pasar el dato para que disfruten de estos relatos alucinantes.

El primero de ellos es "La señal". En esta historia, Pedro camina por calles vacías bajo el violento sol de las tres de la tarde y entra a una iglesia. *"No había nadie, solo el sacristán se movía como una sombra en la penumbra del presbiterio. No se oía ningún ruido. (...) pensó en la oración distraída que haría otro, el que se sentaba habitualmente en aquella banca, y hubo un instante en que llegó casi a desear creer así, en el fondo, tibiamente, pero lo suficiente para vivir."*

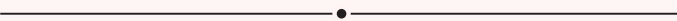
Es un cuento en el que convergen la fe y la condición propia de los hombres, los encuentros y las señales posibles. Porque Pedro se encuentra con un hombre en la iglesia, "un obrero de cara curtida y ancha", y entre ellos sucede un evento que deambula entre la intertextualidad bíblica y los parches de realidad de la vida misma.

El otro cuento que quiero recomendarles, que no está entre los tres más conocidos de la autora, es "Estío". Tanto en este, como en el relato anterior, el "calor es un lugar", aunque de diferente sello. Es una historia que aborda el

erotismo, la transgresión, la maternidad, la culpa, los vínculos. Les copio un fragmento colmado de sensualidad: *"Más tarde me levanté, me eché encima una bata corta, y sin calzarme ni recogerme el pelo fui a la cocina, abrí el refrigerador y saqué tres mangos gordos, duros. Me senté a comerlos en las gradas que están al fondo de la casa, de cara a la huerta. Cogí uno y lo pelé con los dientes, luego lo mordí con toda la boca, hasta el hueso; arranqué un trozo grande, que apenas me cabía y sentí la pulpa aplastarse y al jugo correr por mi garganta, por las comisuras de la boca, por mi barbilla, después por entre los dedos y a lo largo de los antebrazos. Con impaciencia pelé el segundo. Y más calmada, casi satisfecha ya, empecé a comer el tercero."*

Ambos cuentos contribuyen a abrir la ventana de nuestro pensamiento. Son poéticos, filosóficos y terribles.

¡A leer!



Valeria Nusbaum es madre de Olivia y además profesora de Castellano y de Literatura y Latín. Lectora apasionada y estudiosa de autores de ayer y de hoy, ama recomendar lecturas, como lo hace en esta, su sección. Brinda talleres de lectura por Zoom los miércoles a las 19 horas de Argentina. Para participar de ellos, solo tienes que contactar con ella desde cualquier lugar del mundo a través de WhatsApp (+54 9 11 6745-4372) o correo electrónico: valerianusbaum@hotmail.com

¿Y AHORA QUE YA NOS
ENCONTRAMOS QUÉ HACEMOS?
¿ NOS CHUPAMOS, NOS EXPRIMIMOS,
O TENÉS GANAS DE QUE NOS
HAGAMOS UNA RALLADURITA
NOMÁS?



LUCAS

@lucasteka.humorgrafico

✓ Seguilo en redes sociales: @lucasteka.humorgrafico en Facebook y lucasteka.humorgrafico en Instagram.



Los argentinos somos famosos en todo el mundo gracias al Papa Francisco, la "mano de Dios", los goles de Messi, la música de Piazzolla... También porque somos un poco "agrandados". Hace unos años en España se solía bromear diciendo "¿Quieres hacer un gran negocio? Compra a un argentino por lo que vale y véndelo por lo que dice que vale".

Felizmente, los nacidos en Argentina también somos conocidos en todo el planeta por ser solidarios. La movida benéfica que implicó el proyecto *Odisea 2020 - historia de una médica* es una muestra de ello.

Mora Guardamagna, médica del Hospital Clínico de Málaga y Miss Grand Costa del Sol 2020; Laura Zavoyovski, editora y autora del prólogo; Nadia Paz, diseñadora, y Marcelo Sanfelice, productor general de la obra, se reunieron para "levantar la celeste y blanca" con orgullo.

El relato de Mora sobre su experiencia en la trinchera española contra el COVID-19 durante 2020 pone en evidencia que los argentinos, cuando nos juntamos, somos poderosos.

Armamos equipo y cumplimos objetivos.

STAFF

Redacción: **Laura Zavoyovski**
Diseño gráfico: **Paola Spigardi**
Corrección: **Lucas E. Gómez**

Foto de tapa: Jorge Zavoyovski.

Nuestra web: positivarevista.com
Seguinos en las redes sociales: @positivarevista en Facebook e Instagram.

