



LETRAS TEJIDAS CON ILUSIÓN DEL CORAZÓN

**MARÍA ELENA
GÓMEZ HERNÁNDEZ
PRIMER POEMARIO**

**POESÍA LÍRICA
COSTARRICENSE
2024**



REDEM

RED EDUCATIVA MUNDIAL

María Elena Gómez Hernández

LETRAS TEJIDAS CON ILUSIÓN DEL CORAZÓN



Editorial REDEM: Red Educativa Mundial

LETRAS TEJIDAS CON ILUSIÓN DEL CORAZÓN

© De María Elena Gómez Hernández y para esta edición la Red Educativa Mundial - REDEM.

Para la presente edición:

Editado por Grupo MDM Corp S.A.C.

Para su sello editorial REDEM: Red Educativa Mundial ©

Av. Costanera 2438 Torre "C" Oficina 203 San Miguel, Lima, Perú.

www.redem.org

Primera edición, enero del 2025

ISBN: 978-612-49890-3-2

Depósito legal N° 2025-00717

Publicación E-book

Editado y distribuido por REDEM

Todos los derechos reservados. Este libro no podrá ser reproducido por ningún medio, ni total ni parcialmente, sin el previo permiso escrito de su autor y del editor.

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	5
PREFACIO.....	6
CRÉDITO.....	9
1. LA ROSA.....	15
2. LIBERTAD.....	16
3. CAMPESINO.....	17
4. EL TRAPICHE.....	18
5. ALAJUELA, TIERRA HERMOSA.....	19
6. LA MARIPOSA.....	20
7. EL FLORICULTOR.....	21
8. UN SUEÑO.....	22
9. MAESTRA.....	23
10. JUGANDO CON NÚMEROS.....	24
11. POESÍA.....	25
12. LA CASCADA.....	26
13. BARQUITO.....	27
14. ESTRELLITA.....	28
15. LA ARAÑA.....	29
16. FIESTA.....	30
17. PATRIA LIBRE.....	31
18. LAS CARTAS.....	32
19. CANTOS Y LUCES DE LIBERTAD.....	33
20. CANTA UN YIGÜIRRO DESDE SU NIDO.....	34
21. CAÑITA DE BAMBÚ.....	35
22. GALLETAS Y JUEGOS.....	36
23. EL GATITO GRIS.....	37
24. PELUSA.....	38
25. GALLITO CHIRICANO.....	39

26. DE SOL DE SOL.....	40
27. DOS ROSAS.....	41
28. RATONCITO.....	42
29. GORRIONCILLO.....	43
30. MANCHAS.....	44
31. NÚMEROS VOY A DECIR.....	45
32. SAPITO SALTARÍN.....	46
33. JUEGOS EN LA ESCUELA.....	47
34. RENACUAJOS DE AMOR.....	48
35. TUCANES DE COLORES.....	49
36. VACACIONES.....	50
37. BANDERA.....	51
38. A LA MAR.....	52
39. YOGUR Y SORBITO.....	53
40. LLORÓ EL ÁRBOL.....	54
41. EL SOL HA CERRADO SUS VENTANAS.....	55
42. HUELE A CAÑA.....	56
43. GRANOS DE CAFÉ.....	57
44. ESTADO DE ALERTA.....	58
45. POETAS DE MI TIERRA.....	59
46. LAS ABEJAS.....	60
47. EL VAHO DEL RÍO.....	61
48. DESPEINA MIS CABELLOS.....	62
49. LA LUNA CAUSA DOLOR.....	63
50. LA FUENTE DE CUPIDO.....	64
DATOS DE LA AUTORA.....	65

DEDICATORIA

Dedico este trabajo que me tomo años conformarlo, primero a Dios omnipotente, Señor de Señores y Rey de Reyes, por ser dador de vida, paz que produce paz. Por haberme permitido nacer y crecer entre tanta disfuncionalidad y perfeccionar Su gracia en mi persona; para que, con mi ejemplo de vida y esfuerzo de superación, pueda ser luz y faro que ilumine los momentos de oscuridad de miles seres humanos, quienes se encuentran en algún momento de su vida, desorientados en el mundo, sin esperanza, cuestionando la letra y el paisaje de Dios.

Segundo, dedico este trabajo a mi amado hijo, Denis, motor de mi alma, combustible de mi vida, quien vino a mi vida para darme todo el amor que me hacía falta, siendo uno de los pilares más importantes en la Tierra, un regalo de Dios para concretar mis sueños.

Por último, no menos importante dedico este trabajo a mi esposo, mi acompañante de viaje y aventuras, quien me ha dado su mano, su sombra cuando el sol era fuerte y quemaba, me arrulló entre sus brazos como una niña cuando mi alma lloro de dolor por los desalientos que el trayecto de la vida me tenía.

A todas las personas quienes han tenido la oportunidad de enseñarme lo que no debo hacer, cuando me han puesto piedras en el camino sin motivo ni razón, gracias porque han sido mis mejores maestros.

María Elena Gómez Hernández

PREFACIO

A todos los lectores quienes tengan el placer de disfrutar la poesía, la cual es un género literario que se caracteriza por comunicar y expresar sentimientos, emociones y pensamientos del autor por medio de imágenes, ritmo y musicalidad.

La poesía es un género literario considerado como una manifestación de la belleza o del sentimiento estético por medio de la palabra, en verso o en prosa. Los griegos entendían que podría haber tres tipos de poesía, la lírica o canción, cantada con acompañamiento de lira o arpa de mano, que es el significado que luego se generalizó para la palabra, incluso sin música; la dramática o teatral y la épica o narrativa. Por eso se suele entender generalmente hoy como poesía la poesía lírica. También es comprendida como una «modalidad textual» (esto es, como un tipo de texto).² Es frecuente, en la actualidad, utilizar el término «poesía» como sinónimo de «poesía lírica» o de «lírica», aunque, desde un punto de vista histórico y cultural, esta es un subgénero o subtipo de la poesía. Se puede escribir en verso o en prosa y se considera uno de los géneros literarios más importantes y antiguos de la humanidad.

Todas las obras escritas en verso y prosa pertenecen a este género literario, siendo por excelencia la máxima expresión de este tipo. En fin, escuchar o leer poesía relaja y emociona, genera introspección, hace sentir placer estético y conecta con el interior del lector, despierta sentimientos y emociones, además, realiza una conexión con la subjetividad plena del alma del poeta, permitiendo que los lectores gocen de la magia de cada poema escrito con pasión.

Lo mejor de la cosecha dorada, transformada en letras, palabras, sílabas, oraciones, estrofas, poesías, de vivencias, de sueños e ilusión que brotan de las fibras más profundas del corazón, algunas ilusiones, otras, vivencias reales, muy reales, impregnadas con lágrimas de sangre, que provienen de heridas causadas por las experiencias que la vida ha hecho pasar para formar.

Letras formadas por una verdadera guerrera que ha sido puesta a prueba, ¡una poeta, mujer de Dios!

Estas letras, que se han escrito durante años y se han convertido en un producto selecto de la literatura, poesía lírica, producción inédita, que hoy otorga una herencia a la rama Artística de la Literaria, es un regalo, recibido de lo más alto del firmamento...

Para que los lectores se impacten y disfruten, al tener la oportunidad de leer, conocer y adentrarse en la antigua magia ancestral, plasmada en las letras, un canal sagrado de sabios y letrados para que puedan ser testigos de la conexión profunda que puede lograr el escritor con la magia que puede transmitir, un poemario, escrito en el rincón más profundo del corazón de una poetisa, donde a través del tiempo toda la magia traspasa cualquier elemento y la magia plasmada en cada letra sigue su verdadera esencia para leer y entender, dejando una herencia invaluable al campo de la poesía lírica, un regalo para la humanidad.

Cada poema que se presenta en este poemario ha sido cuidadosamente elaborado, realizado con la intención de que cada lector que tenga la posibilidad de adquirir este tesoro, pueda disfrutar cada momento de su tiempo. Que al leer estas estrofas evoquen lugares y emociones, en ocasiones prohibidas o negadas, porque la realidad de la vida misma, así lo demandó. En tiempos donde nuestros anhelos y sueños se ven interrumpidos por la cruda realidad de la vida que nos corresponde vivir, que muchas veces destroza almas e ilusiones, poniendo a prueba nuestro temple, nuestro carácter, nuestra fuerza interior, nuestra voluntad y nuestra fe en medio de un mundo convulso, donde se tiene que levantar el espíritu y la semilla de la fe duplicar por doquier.

Cada poema ha sido escrito con el único ingrediente que un gran escritor debe tener dentro, muy dentro de su ser, para poder llevar a los lectores esas experiencias y que ellos las hagan propias, impregnándose de ese ingrediente del cual el escritor fue hecho, no por voluntad propia, sino por herencia, donde sin lugar a dudas el elemento desconocido para muchos, conocido para otros pocos, que logran mirar entre telones el brillo que deslumbra y causa admiración, éxito y vida, en todo lo que se toca. Poemas que hablan del amor, la infancia que viven y vivieron algunos de nosotros en el anonimato de nuestros días de infancia, entre las cuatro paredes de lo que llamamos hogar. Sueños fallidos, amores dormidos, anhelos del corazón, vivencias reales de tiempos inmemorables que perduran en el tiempo, que hicieron posible estos poemas. Vivencias de la autora como de personas que compartieron sus anécdotas.

Este libro es un tributo a la profesión del docente, se presentan recursos literarios en cada poema, que cada docente podría utilizar con sus estudiantes, para enriquecer la lectura, la escritura, la caligrafía, la ilusión, la imaginación, la descripción, la narración, la musicalidad y el ritmo al declamar, hablar y ejercitar la memoria de una forma que enaltezca los más altos valores que se pueden enseñar mediante una poesía: el amor por los animales, por los seres humanos, por la naturaleza, por la patria...

María Elena Gómez Hernández



*Letras Tejidas
con ilusión del corazón*





Poesía Lírica





1. LA ROSA

*Quisiera ser una rosa,
de aquel precioso rosal,
con olor a frescura.
Con olor a panal de miel.*

*Dejarme besar por el viento,
bañarme con rayos de sol,
erguirme en mi tallo alto,
como sombra que no hace daño.*

*Nacer, crecer y morir.
Ser feliz y reír.
Como la rosa preciosa,
de aquel precioso rosal.*





2. LIBERTAD

Formar una pequeña poesía, quiero hoy escribir
lo que es la libertad del país, dejando el alma volar,
cerrando los ojos y guiándome con el tacto, voy a escribir
la herencia, hecha esencia, que puedo donar a mi país

Caminar por las calles, hablar sin temor,
cantar y reír, paso a paso, saber vivir.
Respirar el aire de paz que goza la nación
Lo cual no es fácil de encontrar.

Juan es el héroe, que cuenta la historia,
por él hoy gozamos de fama y de gloria,
hermosa es la hazaña, que este hombre nos dio
para hoy decir libre soy yo.

Con la bandera de Costa Rica en la mano,
Juan Santamaría dijo: Costa Rica, te amo.
Por él, hoy gozamos de fama y de gloria,
eres luz en el horizonte, ¡Te amo!





3. CAMPESIÑO

Quién por la mañana,
se ha de levantar,
a empuñar la pala,
para trabajar.

Empinando la pala,
va abriendo camino,
preparando tierra,
donde a de sembrar,
semillas de esperanza y amistad.

El campesino afanoso,
de la tierra mía.
Corren por su frente gotas de sudor.
al final de un día de calor abrumador.

¡Labra la tierra sin descansar!
¡A nuestra mesa el alimento hace llegar!
Bendecido seas campesino tico,
porque siempre has logrado triunfar.

Con la pala en una mano,
en la otra, la bandera de la paz.
Levanta la faz hacia el cielo. Grita, grita sin cesar.
Que ese grito se escuche por todas partes.

Porque la tierra de los ticos, es tierra de paz.
Su belleza es sin par.
Bendecido seas campesino tico,
Porque siempre has logrado triunfar.

Con la pala en una mano
y en la otra la bandera de la paz,
preparando la tierra, donde a de sembrar,
semillas de esperanza y amistad.





4. EL TRAPICHE

Hace muchos años, cuando yo me criaba,
un campesino, con sombrero de lona,
pies descalzos, figura encorvada y tez arrugada,
desde muy temprano se levantaba.

A encender la caldera, para que la caña,
poco a poco se moliera,
y así poder producir: rico jugo de caña,
punto y sobado, con rico dulce quemado.

Han pasado varios años.
Los recuerdos permanecen en mí.
Al pasar por el trapiche al cual yo solía ir,
la nostalgia viene tras de mí.

Ya no miro por la chimenea,
humo salir,
ni encendida la caldera,
ni la carreta de bueyes ir a repartir.

Y es que, aquel campesino,
que descalzo caminaba,
que sombrero de lona usaba,
que el trapiche trabajaba, ¡dejo de existir!

Su tradición no ha continuado
y el trapiche se ha deteriorado,
sin negarse a morir.
Ya no miro por la chimenea humo salir.

Ni encendida la caldera, ni la carreta de bueyes,
llena de dulce ir a repartir.
Si usted que escucha y lee este poema,
tiene en sus venas amor por su tierra.

Venga, vamos a encender esa caldera
rescatemos nuestra tierra,
y no permitamos que muera,
lo auténtico y bello de nuestra tierra.





5. ALAJUELA, TIERRA HERMOSA

Es Alajuela, tierra donde nací.
Crecí en sus cafetales, llenitos de café.
Por herencia mozotes somos, llenos de bigotes.
Poetas, cantautores y sobrenombres.

Habitantes de puerto sin mar,
¡No sé si reír o llorar!
Son sus mujeres hermosas,
Mangos y mangas para saborear.

Poetas Alajuelenses,
que dejaron su esencia,
en el parque central.
¡Sin ser intelectual!

Cabecera de cantón
Virtud de ciudad en flor.
Cajeta en la jeta.
Aguadulce a montón.

Poetas alajuelenses,
herencia en flor,
mozotes llenos de bigotes
poetas, cantautores y sobrenombres.





6. LA MARIPOSA

La oruga llega primero.
La mariposa después nacerá.
Las rosas se llenan de risas,
bailan al son del viento al pasar.

Cuando las mariposas las llegan a visitar,
el frágil aleteo, que despiden al volar,
con belleza y elegancia, hace pensar:
que todos tenemos, una misión que realizar.

El son del viento al pasar, te hace bailar y brillar.
Entre hierbas olorosas, te sabes perfumar,
con estética belleza, vas a visitar,
cada una de las flores que has de besar.

Visitas y visitas, flores por doquier.
de oruga a mariposa, ya puedes volar,
el son del viento al pasar, te hace bailar y brillar.
Oruga o mariposa ¿qué serás?





7. EL FLORICULTOR

El floricultor, galán bien parecido,
deja florecer, aquel rosal precioso,
quien con su gallardía pudo cultivar,
amante de flores, siempre solo.

Jardín de las delicias,
ameno y agradable;
Como la dulce miel, perfumada,
espesa, viscosa, sedante y placentera.

La preparan las abejas,
Igual que la gema hermosa,
como el espejo, bello y dorado,
un reflejo nos ha regalado.

Galán bien parecido.
tu flirteo me sonroja,
me llevas a pensar:
¿enamorado de mí tú estás?

Rosas olorosas, miel perfumada,
gema hermosa, placentera.
Espejo bello y dorado,
Reflejo robado.

Floricultor, galán bien parecido,
valiente, gallardo.
sabe cultivar rosas olorosas,
en el jardín de las fantasías.

Dulce miel viscosa, dorada,
amada, perfumada.
Sabor agradable, jardín de las delicias
Como la dulce miel, espesa y perfumada.





8. UN SUEÑO

Bajo la sombra de un árbol,
en bosque hermoso, una tarde reposé.
Tan fresca estaba su sombra,
que dormida me quedé.

¡Soñé un paraíso!
De belleza sin igual,
transportada en el tiempo,
bosque adentro me quedé.

Feliz me sentía, a este sueño me aferré.
¿cuántos segundos pasaron? ¡No lo sé!
Lo cierto, es que goce de placer y felicidad
porque aunque era un sueño, ¡yo lo disfruté!





9. MAESTRA

Son las maestras tan lindas,

parecidas a una flor,
a ellas tributo les brindo,
en esta pequeña oración.

Apreciadas por los niños,
para ellos lo mejor,
el regaño, el conocimiento,
con ternura y con amor.

Gracias al cielo, que existen,
con vocación y honor.
¿Por qué sin ellas qué harían,
todos los niños de Dios?

Siempre te llevo en mi pecho,
nunca olvidarte podré.
Aunque un anciano yo sea,
siempre te recordaré.





10. JUGANDO CON NÚMEROS

Aplaudé, una y otra vez,
juega con balones, suiza y más.
Carita de arroz, yo quiero ser.
uno y uno, dos; dos y uno, tres.

Aquí vamos otra vez.
Tres y uno cuatro,
ya perdí el zapato.
Cuatro y uno, cinco.

Quítate que brinco.
Cinco y uno, seis,
siete, ocho, nueve;
Al revés el cero quiero.

No desvíes tu atención.
Que esto es sensación.
Uno y uno, dos; dos y uno tres.
Cuatro, cinco y seis...





11. POESÍA

¿Es juego la poesía?
¿Es ritmo de la vida?
¿Es la música que vibra?
¿Es juego la poesía?

¿Será poesía, o melancolía?
¡O unas letras sin vida!
¿Quién lo diría?
¡La desnudez del que ríe, llora y ama!

Una sensación que no sabemos describir,
porque la emoción nos roba el corazón.
Una poesía que embarga la vida,
que no permite pensar y roba la razón.

¿Es juego la poesía?
¡Rompecabezas en la vida!
Donde vuelve a nacer la fantasía
y hace la creación comprimida.

¿Será poesía, o melancolía?
¿O unas letras sin vida?
¿Quién lo diría?
¡La desnudez del que ríe, llora y ama!

¡La emoción que roba el corazón!
Que no permite pensar,
se deja llevar por la intuición,
se embriaga de ilusión.

¿Es juego la poesía?
¿Es ritmo de la vida?
¿Es la música que vibra?
¿Es juego la poesía?

¿Será poesía, o melancolía?
¡O unas letras sin vida!
¿Quién lo diría?
¡La desnudez del que ríe, llora y ama!



12. LA CASCADA

La cascada parece hablar,
alegre, sonriente y coqueta.
Como burbuja de champán,
cuando en la copa burbujas da.

Medito los pasos, camino hacia ella.
Con suavidad, abrazo la hierba.
Introduzco las manos en el agua,
fuente inagotable de frescura.

Aguas que regalan destellos de luz.
Semejan espejos, que regalan reflejos.
Paisaje quimérico, todo un mundo abierto.
Delicado, fantástico, e imaginario.

La cascada logra transmitir,
lo que la naturaleza con sutileza,
quiere decir con recato, se mira alrededor.
¡El viento pone a cantar al silencio!



13. BARQUITO

Un barquito chiquitito,
en la portada de un libro,
que me regalaron,
me hizo navegar mares lejanos.

Navegué en el mágico mundo de la imaginación,
donde los colores brillan como el sol.
No quería, no podía volver a la realidad,
porque todo en ese mundo mágico es felicidad.

Los niños juegan alegres,
la tierra está llena de paz.
El egoísmo no florece.
La semilla de la envidia no germina jamás.

Este barquito blanco y chiquito,
que me obsequiaron en la portada de un libro,
me hizo pensar: en todas las cosas buenas y hermosas,
que el ser humano puede lograr.



14. ESTRELLITA

*Brilla, brilla estrellita.
Sí, sí la quiero ver.
Brilla, brilla estrellita.
Un diamante puede ser.*

*Sí, sí la quiero ver.
Mañana puede ser.
Brilla, brilla estrellita.
Yo quiero ser.*

*Brilla, brilla estrellita
Yo quiero ser
Tu alma gemela
Sí, si puede ser.*

*Brilla, brilla estrellita, otra vez...
Sí, sí la quiero ver.
Brilla, brilla estrellita.
Mañana tal vez.*

*Sí, sí la quiero ver.
Brilla, brilla estrellita. Yo quiero ser
Tu alma gemela.*



15. LA ARAÑA

Teje, teje la arañita fina.
Teje, teje su tela fina.
Teje mamá, teje la araña.
Teje mi prima, teje mi hermana.

Teje, teje la araña.
Teje un abrigo de lana.
Teje, teje mamá.
Teje con fina lana.

Araña, arañita, ña, ña.
Teje, trabaja y camina.
Teje allá, teje acá.
Teje la araña, su tela araña.

Teje, teje la araña.
teje la prima, teje la hermana.
Ambas tejen una cobija de lana.
Teje, teje la tela araña.

Teje, teje la araña.
Letras del alma.
Teje, teje la araña.
Un corazón en llama.



16. FIESTA

La luna está sonriendo.
Sonriendo en un jardín.
Miles de insectos se han reunido,
insectos y flores quieren festejar.

¡Es una fiesta!
¡Las estrellas vienen a observar!
Ellas quieren mirar.
Margarita se casa ahorita.

La mariposa vino a cantar.
Las azucenas, dalias y rosas quieren cantar.
Es una magia muy especial. Su perfume esparcirá.
Todos los invitados esperan.

Cantan y danzan las estrellas,
al danzar cae su polvo estrella.
Sobre los sueños se posará,
para que muchos puedan soñar.



17. PATRIA LIBRE

Frases que vuelan,
flores que nacen.
Sonidos que cantan,
cantan de libertades.

Arcoíris de tres colores.
Arcoíris que fluye paz.
Paz que se puede respirar,
estrellas que titilan en la eternidad.

Frases que vuelan,
flores que nacen.
Sonidos que cantan,
cantan de libertades.

Hombres que surcan la tierra,
mujeres que dan a luz en ella.
Niños que dibujan y pintan de colores,
Sus más tiernos amores ¡Innata cualidad despierta!

Frases que vuelan, flores que nacen.
Sonidos que cantan, cantan de libertades.
Miro el horizonte, me hace dialogar,
¡Es nuestra patria! ¡Es nuestro hogar!

Frases que vuelan, flores que nacen.
Sonidos que cantan, cantan de libertades.
Levanto en mis manos la bandera.
Para luego gritar, viva Costa Rica, viva su libertad.



18. LAS CARTAS

Cartas vienen, cartas van.
A su destino llegarán.
Ellas están impregnadas de lejanía.
Algunas de pena otras de alegría.

Cartas vienen, cartas van.
A su destino llegarán.
Con emoción, deseo y pesar,
Encenderán la llama del amor o la amistad.

Cartas vienen, cartas van.
A su destino llegarán.
Abrir una carta, para saber de aquellos que lejos están,
Que pronto volverán.

Cartas vienen, cartas van.
A su destino llegarán.
Cartas blancas que siempre aprisa volarán,
Como blancas palomas mensajeras.

Cartas vienen, cartas van.
A su destino llegarán.
Vuelan sin descansar, a prisa llegarán.
Cartas vienen, cartas van.



19. CANTOS Y LUCES DE LIBERTAD

Cada 15 de setiembre,
Se escucha un gran clamor.
Cantos y luces de libertad.
Es el corazón de una pequeña nación.

Lucha por mantener un legado.
Que en el pasado heredó.
Hombres reconocidos, campesinos.
Mujeres sobresalientes y niños.

Cantos y luces de libertad.
Tres colores que visten de gala.
Todos por igual, festejan en este día,
sobre base de lucha y tesón, libertad obtenida.

Ondean las banderas, los faroles se encienden.
Semejan luciérnagas en la oscuridad.
Su luz es la guía de un pueblo de paz.
Los ticos orgullosos proclaman libertad.

Cantos y luces de libertad.
Un terruño que abrigo al nacer.
¡A muchos, abrigo sin ser!
Levanten la voz, canten con amor.

Canten, canten el Himno Nacional
Alcen la frente con orgullo y dignidad.
Canten cantos de libertad.
Que esta patria hermosa da claridad.

Cantos y luces de libertad.
Tres colores que visten de gala.
Orgullo y dignidad.
Encendamos luces que dan claridad.



20. CANTA UN YIGÜIRRO DESDE SU NIDO



Canta un yigüirro desde su nido.
La luz del alba hace despertar.
Canta un yigüirro desde su nido:
¡Qué amanecer tan bello!

Canta un yigüirro desde su nido.
El guapinol, deja caer rocío,
en sus ramas se depositó.
La fresca noche dejó su rastro.

Canta un yigüirro desde su nido.
La tierra humedecida perfuma el ambiente.
¡Qué hermoso se mira el sol!
Danza un girasol y la orquídea ha florecido.

Canta un yigüirro desde su nido.
Los sentidos se han embriagado.
La orquídea ha florecido,
su perfume se ha esparcido.

Canta un yigüirro desde su nido.
La música de su tonada ha quedado.
Los oídos están embriagados.
Canta un yigüirro desde su nido.





21. CAÑITA DE BAMBÚ

Cañita de bambú,
silba una y otra vez.
Tu forma y color,
llaman la atención.

Cañita de bambú,
canta un violín.
Cañita de bambú,
escucho tu voz.

Silbido de porcelana.
Magia que emana.
Cañita de bambú,
canta una y otra vez.

Eres un regalo especial,
el bosque lo dio.
Silba una y otra vez.
Canta una y otra vez.





22. GALLETAS Y JUEGOS

Chispas de mantequilla.
Galletas de ajonjolí.
Bombones y pan,
mamá quiero más.

Chispas de mantequilla.
Galletas de ajonjolí.
Galletas de maní.
Pan de maíz.

Galletas de ajonjolí.
Galletas de chocolate.
Tortas de cacahuete,
yo quiero ir por allí.

Galletas de ajonjolí.
Bizcochos de aserrín.
Por aquí, por allá.
¿Ustedes dirán?





23. EL GATITO GRIS

El gatito gris.
Se echó a correr,
por allá,
por aquí.

Anda en busca,
de la gatita blanca,
para que lo haga reír,
con sus ocurrencias,
que le encanta presumir.

El gatito gris,
busca aquí, busca allá.
Y la gatita blanca, oculta está.
¡Ella no quiere jugar!





24. PELUSA

Pelusa es la mascota hermosa,
que un domingo llego a casa.
No tenía dueño, triste y sola
Llego, blanca, peluda y pecosa

Es pequeñita, una motita de pelo blanco.
Sabe seducirme con sus muestras de cariño.
Se levanta temprano y jala mi cobija hasta el suelo,
me hace reír hasta quedar sin aliento.

Pelusa, pelusa, blanca, peluda y pecosa.
Juguetas sin cesar.
Caminas con movimiento, eres mimosa
haces piruetas para verme feliz.

Eres regalo del cielo.
Amiga noble y especial.
Compañera inseparable
Amiga leal.

Sabes de mis preocupaciones,
sin decir nada, me llegas a acariciar.
Sabes de dolores, amiga mimosa.
¡Eres especial!

Tu tierna mirada, me hace pausar,
transmites calma y felicidad.
¡Que alegría tenerte y disfrutar!
Tu agradable presencia, ¡amiga de verdad!





25. GALLITO CHIRICANO

Un gallito chiricano,
que le obsequié a José,
Puso los ojos en el gallina color café.
No quería nada hacer.

José muy preocupado,
no sabía cómo proceder.
El gallito chiricano,
no cantaba ni una vez.

Pasaba el día embobado
con el gallina color café.
Ni siquiera iba a comer,
tampoco nada que hacer

¡Por fin el gallo rompe el silencio!
Comienza a cantar.
Quiquiriquí, quiquiriquí
¡Estoy aquí!





26. DE SOL DE SOL

Trabajo de sol a sol, todo el día.
Con ilusión del corazón, con sol o lluvia.
Pongo la mano en el arado, con dignidad en garantía,
Que el trabajo es salud y proporciona alegría.

No importa lo que haga,
con alegría y esperanza.
El canto es la armonía,
de sol a sol, todo el día.

Con desarrollo y claridad,
germina la semilla de amor y amistad.
En el campo y en la ciudad,
con libertad y prosperidad.

Trabajas tú, trabajo yo,
todos trabajamos con amor.
El campesino, el profesor
El arquitecto y el constructor.

La paz se siente en el ambiente,
si hay trabajo, hay encanto.
El sol, la lluvia, los bueyes y el arado
el trabajo es amigable.

¡La paz se siente en el ambiente!
Con la sombrilla o el paraguas,
No importa lo que se haga,
trabaja de sol a sol, todo el día.





27. DOS ROSAS

Dos rosas me han regalado,
ha sido el domingo recién pasado;
con mucho cariño las he recibido
porque han venido de Denis, mi hijo querido.

Las he tomado en mis manos,
y un vaso he ido a buscar.
Para poner esas rosas,
que mi hijo me ha querido dar.

Hermosas y danzantes las dos rosas rojas,
como queriendo decir:
esto es amor verdadero
de un hijo que ama a su mamá.





28. RATONCITO

Es un ratoncito muy bonito,
a la escuela llega a visitar.
Comparte con los niños, su gusto especial
¡Escuchar al maestro!

Ratoncito color canela.
Lleva bolso y también anhela,
Comer su quesito,
envuelto en tela.

Ese ratoncito, se robó un quesito,
en la cocina, lo espera el gatito.
Ratoncito bonito,
Come tu quesito.





29. GORRIONCILLO

Era un gorrioncillo,
pecho verde amarillo.
Hizo una parada,
En aquella rama.

Mueve sus alas por la ventana,
se posó en el laurel.
El blanco que tiene miel.
¡Corre a verlo mamá!

En una tacita se le pone miel y mana
Se le ofrece de comer.
Mueve sus alas por la ventana.
Se aleja, se pone a volar.





30. MANCHAS

Es su carácter muy especial,
vigila la casa, solo ladrar.
Manchas es su nombre,
así le puso papá.

Tiene un cuerpo,
semejante a un repollo.
Redondo, apretado,
muy bien formado.

Ladra fuerte, fuerte,
espanta al transeúnte.
Manchas ladra fuerte.
No descuida su frente.

Ella brinca y juega.
Se hace sentir.
Vigila la casa, hace ronda.
Le encanta jugar y ladrar.





31. NÚMEROS VOY A DECIR

Todos los días,
lavo mis manos.
Un, dos, tres,
lo hago otra vez.

Cuatro, cinco y seis,
lavo mis dientes también.
Hago caso a mi maestra,
me formo en la fila.

Siete, ocho, nueve y diez.
Ya sé contar, leer y escribir.
Sumas y restas, división y operación
¡Dictados, vamos a escribir!





32. SAPITO SALTARÍN

Al llegar el invierno, cada año,
un sapito saltarín, muy arregladito,
hace notar su presencia,
en el jardín.

Se viste de su mejor gala,
semeja un catrín.
Un fino chaleco con sombrero
¡Es un sapito saltarín!

¡Es tan bonito, sapito saltarín!
¿Por qué has venido al jardín?
¿Con esos ojitos quieres presumir?
Llega el invierno y un sapito saltarín.





33. JUEGOS EN LA ESCUELA

Niñas y niños, vamos a jugar.
En el solar de la escuela.
Con botones de plata,
cromos y más.

Las canicas no pueden faltar,
cantar en coro.
Jugar congelado y el anda,
en el solar de la escuela.

Niñas y niños, todos por igual.
Comparten el pan, el trompo.
las muñecas de papel, el yoyo,
cromos y más.





34. RENACUAJOS DE AMOR

Unos renacuajos,
en la orilla del río.
Jugaban entre ellos,
como pececillos en el río.

De pronto una rana,
deja de cantar,
se ha asustado,
se pone a nadar.

La lluvia, comienza a caer,
el río se llena.
Los renacuajos no se ven.
La rana también se fue.



35. TUCANES DE COLORES

Desde la cocina, se puede apreciar,
a unos tucanes, en el árbol están.
Ramas altas para reposar.
Con sus patitas muy agarraditos.

Se dejan mirar, haciendo su nido.
Para proteger sus huevos.
Perpetuar la especie,
con sus patitas muy agarraditos.

Los tucanes, desde la cocina,
los puedo mirar.
En las ramas altas, parecen cantar.
Dando golpecitos para cosechar.

Muy agarraditos,
sus huevos van anidar.
En las ramas altas,
para a reposar y perpetuar.





36. VACACIONES

Vienen vacaciones,
se cierra la escuela.
Se guardan cuadernos,
vienen días tranquilos.

Más tiempo tendré,
elevatoré cometas.
Guardaré lápices y libros.
¡Canicas compraré!

Estoy alegre, de vacaciones,
Sin cuadernos ni tareas.
Tal vez Nintendo o PC.
¡Dibujaré mis vacaciones!

Y cuando vuelva a la escuela,
dibujos compartiré.
Las vivencias realizadas,
que en vacaciones logré.

Con la maestra y mis compañeros
Narraré todo lo que hice con amor.
Compartiré las canicas, los trompos,
Lápices y cromos.





37. BANDERA

El cielo más hermoso,
que existe en la Tierra.
Es el de Costa Rica,
perla sin igual.

Ondeas tu bandera,
aunque muchos no valoran,
que no deben emigrar,
porque la tierra de ticos es para prosperar.

Ondeas la bandera, el viento la besa.
Compuesta de tres colores,
blanco azul y rojo, el viento juega con ella.
La acaricia con sinfonía sutil que embelesa.

Llena de ternura, ella le espera.
Guarda en el alma un mundo de ilusión.
Bella es, le gusta jugar,
Pone por medio el corazón.

Es la bandera de Costa Rica.
Sinfonía sutil.
La llevo en el corazón,
con mucha ilusión.





38. A LA MAR

A la mar, a la mar,
hemos ido.
Refrescante es su brisa.
Música al oído, su silbido.

El sol radiante,
Hace dorar la piel.
¡Que hermosa es la arena!
Con un jardín de palmera.

A la mar, a la mar,
hemos ido.
Se escucha un león rugir,
son las olas que viene aquí.

Con colores turquesa,
caracoles jazmín.
La espuma blanca y frondosa
Que el mar trae aquí.





39. YOGUR Y SORBITO

Sorbito y Yogur no eran huérfanos,
eran hermanos. Ambos se quedaron en casa,
el resto de la camada fue donada,
les encantan las arepas de platanito y harina.

Aúllan y cantan, ¡de verdad que espantan!
Yogur y Sorbitto muerden de callado.
¡Hay que tener cuidado! Esos ojos transmiten amor
¡Hermanos de sangre son!

Yogur y Sorbitto, si la espalda das, no son de fiar.
El sol calienta y brilla. Todos los días mejor.
Cada día aúllan de amor. Ambos ya han partido
¡Una enfermedad de repente se los llevó!

El silencio reina en el corredor,
Yogur y Sorbitto se han ido; el vacío se ha quedado.
Nada puede llenar el espacio que han dejado.
La tristeza hace presa del corazón agitado.

Por más que trato de buscar las palabras exactas,
para poder decir los sentimientos que me envuelven el corazón,
no he podido encontrar, porque el corazón se vuelve chicle,
no se quiere abrir, el dolor lo ha cubierto todo, ¡solo recuerdos quedan!





40. LLORÓ EL ÁRBOL

Dijo el árbol, ¿por qué me cortas?
¿Qué mal te he hecho?
¿Acaso la sombra que te refresca?,
¿El fruto que comen los pajaritos?,

El Laurel no podía comprender
que su muerte poco a poco, le llegaba.
Que el leñador, su hacha alzaba
con sus dos fuerte brazos para ensartar el dolor

Y de un golpe mortal su cuerpo golpear.
Su cabeza cortar y sus brazos derramar
Al suelo bajar, de un tirón mortal.
Chachachá, se escucha el hacha golpear.

El laurel de la India se retorció,
todo su cuerpo al suelo caía,
la muerte estaba frente a él de pie,
no había nada que hacer, ¡se moría!

El leñador dejó caer el hacha,
Y de forma natural, derramó al laurel
que no comprendía lo que sucedía,
la sangre en forma de aserrín se derramó.





41. EL SOL HA CERRADO SUS VENTANAS

*El sol ha cerrado sus ventanas,
porque sus ojos no pueden ver.
Sus rayos perdieron su color.
¡está con dolor!*

*Encerrado en calabozo oscuro,
lo tienen encadenado.
Las nubes dejan caer rocío,
y todo está húmedo y frío.*

*El sol ha cerrado sus ojos.
Un manto negro lo ha cubierto.
Robando su brillo, calor y color,
todo en la tierra yace muerto.*

*Los campos gimen de ansiedad,
porque la tierra corre peligro.
Morir en plena agonía en medio del frío
¡Ayudemos al sol a recobrar su color!*

*Con oraciones y súplicas,
elevemos al cielo un clamor.
Que el sol abra los ojos,
sus cadenas sean rotas por amor.*





42. HUELE A CAÑA

*Campos vastos, llenos de flor de caña
Paraíso perfecto de muchas almas
Paraíso perfecto de muchas almas*

*Campos vastos, llenos de flor de caña
Paraíso perfecto de muchas almas
Rememoran tiempos antiguos
Que fueron vividos*

*Campos vastos, llenos de flor de caña
Tal vez engañada, ella es triturada,
da su último aliento en cada intento
mientras la trituradora la destroza.*

*Campos vastos, llenos de flor de caña
Pasados a otro plano, piel quemada y agotada
Paraíso de almas, dando su último aliento.
En medio de un paraíso, la nada, no hay nada.*

*Campos vastos, llenos de flor de caña
Paraíso perfecto de muchas almas
da su último aliento en cada intento
En medio de un paraíso, ¡la nada, no hay nada!*

*Campos vastos, llenos de flor de caña
Paraíso perfecto de muchas almas
Paraíso de almas, dando su último aliento.
¡Hoy huele a caña quemada!*





43. GRANOS DE CAFÉ

*Se ven como cielos blancos, cuando están en flor.
Cubiertos de un pudor que invita a oler la flor
Su aroma se esparce a todos lados,
El cafeto ha floreado*

*Fue en un país lejano donde por primera vez se cultivó el café
Allí ganó mucha popularidad, hasta que comenzaron a exportar,
al mundo entero para beneficio de todos, de la rama de una vez
Granos de café se derraman de bandola en bandola, sola maduras*

*Su color y olor son únicos, se prepara en inmersión y presión
El café que se recolecta a mano a mano y se sirve percolado,
En canasto recolecto uno a uno cada grano, si lo quieres maduro
verde o pintón, por filtración por goteo, en palangana o canguro*

*Huele a cafetal, despide el aroma cada grano en mano
Su flor es blanca da sabor con cuerpo acidez y amargor
El café y la textura que produce es de calidad, sin exagerar
Se recogen con cuidado los frutos maduros con calidad*

*En el cafeto quedan bandolas con los granos verdes,
tiempo hay que dar para madurar, porque verdes están.
Con barrido de ambas manos, en el canasto recolecto
de las bandolas del cafeto el grano maduro y perfecto.*





44. ESTADO DE ALERTA

*Como nunca ha llovido, día y noche se ha sentido,
La escuela se ha detenido, los niños en casa se tienen que quedar
No pueden salir al patio a jugar, la televisión es su distracción
Algunos alegres están, otros tristes se han puesto a llorar.*

*La escuela es su vida, en medio de tanta lluvia y algarabía
Se ha tenido que reprogramar, la gestión curricular tiene que esperar
Hacer orientaciones para orientar a los docentes, fichas de aprendizaje,
clases virtuales, una vez más, vuelven las guías a trabajar.*

*Política adecuada, en medio de la caótica lluvia debe prevalecer.
Reprogramaciones, hay que terminar el año bien
prevalece el sentido común, el trabajo y el aprendizaje
Padres y Abuelitos preocupados trabajando todos por el bienestar.*

*Maestros desesperados por tanto que hacer, muchos asustados
la lluvia no para y todo se empeora, comedores abiertos
Cocineras trabajando, alerta roja en varios sectores,
amarilla y naranja por doquier se siente y ve*





45. POETAS DE MI TIERRA

*Defendiendo tradiciones en la querida Alajuela.
Sentados en los pollos del parque central.
Comiendo mangos de producción nacional.
Formando poemas de sus propias vivencias.*

*Escuchando a los coterráneos
para luego afinar la pluma
que con picardía e ilusión
Da nacimiento a estrofas que son*

*Herencia nuestra, muy nuestra es.
La palabra hecha poesía, toda una vida
para dejar perpetuado estrofas,
en el firmamento del cielo.*

*Creadas con gracia y suavidad,
llevando un sentimiento.
Defendiendo tradiciones y poetas
en la querida Alajuela.*





46. LAS ABEJAS

*Las abejas buscan la flor, como el corazón emite latido.
En el césped o el campo, en el río o en el pantano
Tienes mucho para ver, mucho que aprender
En paz y en prosperidad*

*Escucha y mira con atención, en el silencio y en el dolor.
En la adversidad puedes notar, lo maravillosa que es la vida.
La miseria y el dolor, ambas, son maestras dando lección.
Al margen del sendero, cuando se fuga el alma con el amor.*

*Las abejas buscan la flor, contempla con atención,
No te inquietes por el malvado, con las sienas vacías,
el corazón de las almas suicidas grita su dolor.
Buscan la flor que da su néctar de amor.*

*Ya no sigas enojado, deja tu ira a un lado.
No pierdas los estribos que solo trae daño.
Quédate quieto en silencio y espera con paciencia.
No te inquietes por la gente mala que prospera*

*Las abejas buscan la flor, no te inquietes por el malvado.
Ni te preocupes por los perversos, los humildes vivirán en paz
Crece la fatiga, amarga es la hiel en la boca del injusto.
Los que confían en Dios, prosperan la tierra y su fruto será digno´.*





47. EL VAHO DEL RÍO

*El vaho del río
sube y besa todo.
Oxígeno para los sentidos
de los niños míos.*

*Semejan golondrinas
en bandadas, volando alto
mientras juegan en el patio
rebelando sus finos trinos.*

*Con su belleza iluminan,
la salida de las estrellas
en portales del cielo,
en el trono alto y elevado.*

*Rodeado de seres vivientes
con sabiduría y devoción
un mar de cristal se forma
elevado al cielo con luz pura.*

*El vaho del río sube y besa todo,
junta lo divino y lo humano
en medio del silencio
se escucha la voz de Dios.*





48. DESPEINA MIS CABELLOS

*El viento sopla fuerte, golpea mi sien.
Despeina mis cabellos, se enredan entre ellos,
quiero atraparlos con mis dedos,
pero ellos se deslizan y huyen.*

*Con equilibrio y armonía
transforma la vida desorientada
en medio de la niebla ¡sin brújula!
¡Es la vida un mar de agonía!*

*Donde la piel despierta
con el sentimiento perdido y muerto,
de haberse ido la energía pura que vive y cura,
en medio de la agonía de los ecos que llaman a la puerta.*





49. LA LUNA CAUSA DOLOR

*La luna causa dolor en la Tierra dice el lector.
Luna astro del cielo hermoso, tú que fuiste creada por Dios.
Deja mirar tu esencia, magia universal del amor.
La luna trae rayos de luz con sueños que se han perdido y son queridos.*

*Tú no puedes causar dolor, solo bendición con amor.
Si la luna causa dolor, es para limpiar la mente y el corazón.
Festival de luz, construye el camino, porque es tu destino
La luna causa dolor en la tierra dice el lector.*

*Llévame a mirar a otras tierras, dame magia de tú interior.
En medio del ciclo lunar con tu resplandor,
y movimientos planetarios, no causes dolor,
no ocultes los rayos de luz, déjalos brillar con resplandor.*

*La luna trae rayos de luz con sueños queridos
vienen cargados de sanidad para mis amigos.
Suspenso producen los deseos dormidos,
porque elimina la oscuridad en los distintos caminos.*





50. LA FUENTE DE CUPIDO

*¡Decanos y estudiantes todos reunidos!
¿Dónde está la fuente? La fuente de cupido.
Fuente que cuenta historia del espíritu de cupido.
Estudiantes cantan y alegran el espíritu de cupido*

*¡Decanos y estudiantes todos reunidos!
Artesano de hierro, ¿se ha formado todo un lío?,
por la bendita fuente de cupido, ¡se ha perdido!
Es una estatuilla de hierro, de material sencillo.*

*¡Decanos y estudiantes todos reunidos!
La belleza que representa pertenece solo a cupido,
tres épocas unidas, en ícono se ha convertido.
Fuente hermosa de cupido, ¡el cisne se ha ido!*

*¡Decanos y estudiantes todos reunidos!
Yo que vivo y he vivido, en medio de la fuente de cupido
el fuerte artesano de hierro con cariño, la ha reconstruido.
La fuente de cupido tiene un cisne de amigo.*

*¡Decanos y estudiantes todos reunidos!
por un momento desapareció, dejándonos sin su amor,
las tertulias, las anécdotas y las historias de antaño.
Todas recuerdan y preguntan por la estatuilla de la fuente cupido.*





DATOS DE LA AUTORA





María Elena Gómez Hernández nace el 19 de noviembre de 1964 en Alajuela, Costa Rica. Hija de padres campesinos, nacida en un hogar de diez hermanos, donde ella se destaca por su entereza y determinación, siendo la única que logra estudiar por esfuerzo propio. Casada, tiene un hijo.

En su camino por la vida se encontró con grandes autores costarricenses con los cuales coincidió y compartió en algunos momentos, el señor Ernesto Alfaro Cascante cantautor y compositor, la señora Any Brenes Herrera, maestra y escritora consolidada de Costa Rica. La maestra y escritora Talía Rojas Elizondo.

Gana en 1999 primer lugar en poesía, en el Festival Somos Como Somos, realizado por Canal 13 de televisión costarricense, un poema declamado por su hijo Denis que tenía 10 años en ese momento. En el 2022 obtuvo el segundo lugar a nivel nacional en la Asociación Nacional de Educadores Costarricenses. Ha compartido con diversos poetas y cantautores alajuelenses en diferentes actividades que ha participado, como por ejemplo el día nacional de la poesía, realizado por la casa de la cultura Alajuelense en auspicio con la embajada de Francia.

Autora de la Tesis: *Análisis implementación inclusiva de las adecuaciones curriculares significativas desde la gestión administrativa en las y los discentes matriculados en la Escuela*

República de Honduras de San Miguel de Desamparados. Dirección Regional de Educación de Desamparados,02, como aporte a las prácticas de implementación, desarrollo y seguimiento para la persona que ocupa el puesto de Dirección en el Centro Educativo ciclo lectivo 2017

[\(<https://catalogosiidca.csuca.org/Record/UNED.000066791/Description#tabnav>\)](https://catalogosiidca.csuca.org/Record/UNED.000066791/Description#tabnav)

Universidad Estatal a Distancia. Costa Rica.

Formación académica:

Licenciada en Administración Educativa, Carrera Acreditada por SINAES.

Es Bachiller en Educación Especial, Generalista.

Cuenta con un Diplomado en Ciencias de la Educación con Énfasis en I y II Ciclo.

Certificación Especializada Protección Integral y Especial de Niñas, Niños y Adolescente. (CPDH)

Certificado: ¿Qué son los Derechos Humanos? (UNIDOS POR LOS DERECHOS HUMANOS INTERNACIONAL)

Certificado: Las emociones como motor del aprendizaje (COLYPRO)

Certificado: Hablemos de tecnología y educación (COLYPRO)

Certificado: Estrategias para la prevención del Ciberbullying en contextos educativos (COLYPRO)

Certificado: Aspectos éticos, legales y profesionales del ejercicio docente en Costa Rica. (COLYPRO)

Certificado: Programa de Formación Continua para Directores, Supervisores en gestión curricular (UNED)

Certificado: Recursos educativos digitales: una visión desde el DUA. (COLYPRO)

Certificado: Aprendiendo a utilizar Word, Office 365. (COLYPRO)

Certificado: Derechos Humanos en Niñez y Adolescencia.

Certificado: Derechos Humanos, Pensamiento Sociorreligiosos y prácticas pacíficas.

Certificado: Derechos Humanos, Género y Diversidad.

Certificado: Gestión Emocional y Bienestar.

Certificado: Crianza, Apego y Trato Digno.

Certificado: Neurodidáctica.

Certificado: Promover espacios de aprendizaje y asombro con tecnologías digitales.

Certificado: Ruta TIC y Ruta Innovación.

Certificado: Principio y Procedimientos de la contratación administrativa: procesos específicos aplicados a centros educativos.

Certificado: I Seminario de Educación Científica: Promoviendo el Aprendizaje de Indagación a través del uso de TIC.

Certificado: Auxiliar en implementación de Sistemas de Gestión Ambiental (INA)

Certificado: Introducción a la Computación (INA)

Certificado.: Procesador de palabras Word (INA)

Certificado: Hoja Electrónica Excel (INA)

Certificado: Gestión del currículo en las instituciones educativas (MEP)

Certificado: Formación en Competencias para la Gestión Educativa (MEP)

Certificado: Lengua de Señas Costarricense. Lesco I (UNED)

Certificado: Censo 2011: Una mirada a la realidad nacional.

Certificado: Matemática para la Familia (UNED)

Certificado: Formación en espíritu emprendedor. Tecnológico de Costa Rica.

Certificado: Enseñanza y Aprendizaje de ciencias mediante el enfoque metodológico basado en la indagación. (UNED)

Certificado: Simposio Comunicación Aumentativa y Alternativa 2008 (UNED)

Certificado: Programa de orientación Estudiantil (UNED)

Certificado: Educación Inclusiva ¿Dónde estamos y hacia donde vamos (COLYPRO)

Certificado: Prevención y denuncia del hostigamiento sexual en el empleo y docencia. (MEP)

Certificado: Estrategas para la atención de estudiantes en situaciones de crisis conductual. (MEP)

Certificado: Así aprendo. (MEP)

Certificado: Elaboración de Huertas en espacios reducidos (EARTH)

Certificado: Equipo Circuital de la Calidad. (MEP).

Certificado: La primavera de los poetas(MCJD)

Certificado: Ganadora segundo lugar en poesía. (ANDE 2022)

Certificado: XXXIII Concurso Nacional de Poesía 2022(ANDE)

Certificado: Actividades Paralelas Virtuales 2017(ANDE)

Certificado: Actividades Paralelas Virtuales 2019(ANDE)

Certificado: Encuentro Virtual Andino2020(ANDE)

Certificado: LXXVI Congreso Nacional 2021 de ANDE

Certificado: LXXVII Congreso Nacional 2022 de ANDE

Certificado: LXXVIII Congreso Nacional 2023 de ANDE

Certificado: LXXIX Congreso Nacional 2024 de ANDE.

Experiencia laboral

Recolectora de Café.

Operaria Industrial.

Artesana en Joyería.

Asesora de ventas.

Docente de Educación Especial.

Directora de Centros de Educación Especial.

Docente de I y II Ciclo

Supervisora de Centros Educativos: dirigir, coordinar planear, organizar, ejecutar, y supervisar las actividades administrativas de instituciones públicas.

Habilidades, destrezas y aptitudes

**Presenta Habilidades y Destrezas para tratar al público.*

**Capacidad para negociar y resolución alternativa de conflictos.*

**Capacidad para dirigir un personal grande, profesionales y administrativos. (actualmente laboro con más 10,000 personas a mi cargo) *Gran análisis para resolver con rapidez asuntos que se presentan de la interacción social. (directores, docentes, padres de familia, estudiantes)*

**Aptitudes y Destrezas para Dirigir cualquier Organización Gubernamental o Privada.*

**Aptitudes para Dirigir, Coordinar planear, Organizar, Ejecutar, Supervisar las actividades Administrativas de Instituciones Públicas.*

**Aptitudes para Dirigir, Coordinar Planear, Organizar, Ejecutar, Supervisar las actividades Curriculares y Administrativas de un Centro de Educación destinado a la Enseñanza de Niños, Niñas, Adolescentes y adultos que presentan deficiencias físicas, mentales, sensoriales o psicosociales.*

- *Aptitudes y Destrezas para Dirigir y realizar la Implementación de Sistemas de Gestión Ambiental.*
- *Aptitudes para dirigir cursos, charlas, seminarios sobre Derechos Humanos y otros.*
- *Aptitudes para dirigir cursos y charlas sobre el programa Mundial contra el Hambre.*
- *Atender la formación de valores de la personalidad de los seres humanos, considerando las diferencias individuales e inculcando en ellos los valores cívicos y morales, las buenas costumbres, las normas de conducta y los sentimientos del deber y del amor. *Orientar acerca de métodos, técnicas de enseñanza y elaboración de material didáctico para la población con características especiales.*
- *Velar por la correcta aplicación de las normas, disposiciones, Leyes y Reglamentos que rigen las diferentes actividades que se desarrollan.*
- *Realizar las labores encomendadas derivadas de funciones realizadas.*
- *Supervisar y controlar el correcto manejo de valores archivos, registros, tarjeteros, expedientes, informes, comunicaciones y otros documentos.*
- *Elaboración de proyectos en diversas áreas, conocimiento intrínseco.*
- *Realización de presupuestos.*
- *Realización de talleres, charlas y capacitaciones en Educación, Cultura, Derechos Humanos y Ambientes Pacíficos.*
- *Trasparencia y apego al marco jurídico en todo lo que se realiza.*
- *Escritora de poesía inédita y cuentos cortos.*
- *Responsable del proyecto 2008: "Inclusión Educativa de estudiantes sordos al Sistema Regular Secundaria". Ministerio de Educación Pública (2008).*
- *Postulante a la elección para Defensoría de los Habitantes (2008).*
- *Responsable de proyecto Inclusión Educativa de estudiantes sordos al Sistema Regular Primaria (2009).*
- *Responsable de realizar proyecto de infraestructura que sirvió de base para la conformación proyecto Fideicomiso Educativo de Infraestructura educativa MEP- BID - Banco de Costa Rica. (2010).*

**Postulante a la elección para Defensoría de los Habitantes Costa Rica (2013).*

**Postulante a la elección para el Consejo Superior de Educación Costa Rica (2019).*

**Postulante a la elección para el Cargo de la Contraloría General de la República Costa Rica.*

**Ganadora del 2º lugar en poesía a nivel Nacional en Asociación Nacional de Educadores (2022.ANDE)*

**Directora de un Centro de Educación Especial 2020-2021*

**Supervisora Centros Educativos 2022-2023-2024 (MEP).*