

Eres la esencia de tus palabras

Inaira Sierra¹

RESUMEN

Este ensayo tiene como propósito describir la importancia de la esencia humana en las palabras o acción comunicativa verbal; es un llamado a la difusa acción personal en la expresión oral, obviando que son el reflejo de la interpretación de los pensamientos, con impacto en los diversos espacios de convivencia. La dinámica cambiante, avasallante y de inmediatez, ha venido atrapando la cotidianidad de nuestras palabras, pensamientos y actos, con cambios en nuestro ser impactando en la forma de comunicarnos con nosotros mismos y con el entorno, con el riesgo de desgaste de nuestra esencia. Nos corresponde entonces, reflexionar en cuanto al ser como resultado de interacción fenoménica fuente de pensamientos, expresadas en palabras y emociones proyectadas a nuestro alrededor hacia el rescate de la esencia, de esa naturaleza propia de cada quien. La indagación presentada refleja una sinergia entre esencia, pensamiento y palabra como sublimes elementos interconectados en el ser para estar, hacer y convivir en el fondo fenoménico del ser humano. Reflexionando en cuanto a la coherencia entre esencia, pensamiento y palabra, implica escucharse a sí mismo, ser consciente de quién eres, dónde estás y la emoción percibida. Es descubrir y activar una sinergia esencial del cual eres responsable con pensamientos, palabras, omisiones, acciones o inacciones como ser único e irrepetible, cuya alineación enfocada con tu propósito de vida pronostica una vida plena y de abundante bienestar.

Palabras clave: esencia, pensamiento, palabra.

¹ Dra. en Ecología del Desarrollo Humano. Magíster en Recursos Humanos. 17 años laborando en la empresa PDVSA ejerciendo el cargo de superintendente de Calidad de Vida.

INTRODUCCIÓN

Ante la realidad en la cual vivimos, la esencia, el pensamiento y la palabra, suelen apreciarse de forma ligera y en algunas ocasiones pasa desapercibida. No obstante, un ejemplo destacable de la palabra embajadora de la esencia humana, está representada en Jesucristo. Sus relatos, consejos, oraciones, hábitos, conducta y comportamiento dejaron un legado, un modelo de maestro, hijo, amigo, fiel, de esencia santa, solidaria, de justicia, amor y servicial. De hecho, en diferentes versículos de la Biblia, existen referencias a la palabra, al poder creativo en sí misma, en fin, palabras llenas de vida (Agüero, 2020). En este contexto, este ensayo no pretende persuadir el modelo a seguir del hijo de Dios, por lo contrario, se enfoca en indagar en lo profundo de la esencia, la relación con el pensamiento y palabra que nos permita describir los aspectos subyacentes en la misma.

Es una búsqueda orientada por el autoconocimiento como un viaje donde el ser humano podrá reconocerse, darse valor y si es necesario, hacer cambios y transformaciones en concordia con su esencia. Un recorrido multidimensional básico orientado por el ser como fuente de naturaleza humana cuyas palabras pueden impregnar de heterogeneidad reflexiva, contrariedades, aprehensiones y sensibilidad interpretativa descriptiva, los hallazgos comprensivos de las diversas posturas de autores con respecto a esencia y palabra.

Es un encuentro incorporado en la frase *Eres la esencia de tus palabras*, plena de convicción personal de cada ser, manifiesta lo contenido en él a través de palabras. Es un escenario de preponderancia a lo cualitativo desde lo ontológico y epistemológico cuya inserción invita a evitar la emisión de palabras sin pensamiento, en automático y poco consciente del

presente, en una especie de separación irreal e ilógica del yo, de la voz interna apreciable en su voz externa. Es por tanto, el propósito de este ensayo, describir la importancia de la esencia humana en la palabra, en la acción comunicativa, reflejo de los pensamientos para la consecución de los objetivos y metas personales, con un sentido existencial hecha palabra, con ineludible combinación entre pensamiento y emoción.

LA ESENCIA

Cuando mencionamos esencia, es posible evocar a través de los sentidos aromas agradables, en lo espiritual: la abundancia natural, en lo ontológico: lo inamovible ocasionalmente, en lo epistemológico: las razones para su existencia, en lo axiológico: el valor de lo imperturbable. Dado ello por la tradición referencial de la esencia como centro prodigioso del ser, con o sin movimiento de acuerdo a las circunstancias de la realidad, como razón de existencia con valor incommensurable. Conforman dimensiones conjugadas en una dinámica múltiple de interés.

Rememoramos en esta ocasión, la etimología expuesta por Pabón (2008), quien ofrece luces originarias de la palabra esencia, la cual proviene del latín *essentia* (naturaleza, calidad fundamental, lo que hace que algo sea como es), compuesta con: el verbo *ese* (ser), vinculada a la raíz *es*, que denota ser y el sufijo *nt*, asociada a presente y a la formación de abstractos femeninos, ejemplo de ello: *sentencia*.

Es así como diversos filósofos y estudiosos del ser se han abocado a tan fascinante tema, tal es el caso de Aristóteles, quien señalaba a la esencia como “aquello por lo cual es lo que es”, frase que encierra según Abbagnano (1997), “la esencia de la cosa es eso y nada más, con un ordenamiento”. Dicho

autor busca ampliar la expresión del filósofo mencionado, de tal forma de reflejar que la esencia de algo o alguien es eso, en sí mismo. Sin embargo, no es un porque sí, desde dicha perspectiva, irrumpen en un orden, una conformidad particular y proporcionada que permite emerger la naturaleza del ser.

La esencia se proyecta entonces, en el ámbito aristotélico como sustancia. Es la sustancia quien especifica la esencia, envuelve el sí mismo de algo, esa naturaleza intrínseca. Atendiendo la naturaleza particular del ser humano, esas que te definen y te hacen pensar y decir: así soy, ¡ese soy yo!, más allá de verse en el espejo o visualizarse en una foto, porque en ese momento se aprecia lo físico, la materia. Es trascender a esa materia para valorar la pura sustancia del ser, la esencia definitoria de sí.

Esencia, por ende, está conformada por fragmentos silábicos armónicos, demostrando cualidades unipersonales, intransferibles de lo que somos en primera instancia. Tal como lo precisa Aristóteles en su obra Metafísica traducida por Azcárate (1875):

La esencia es el objeto de nuestro estudio, porque buscamos los principios y las causas de las esencias. Si se considera el universo como un conjunto de partes, la esencia es la parte primera; si como una sucesión, entonces la esencia tiene el primer puesto; pues de ella viene la cualidad, después la cantidad (p. 325).

El objeto de estudio es la esencia, dada la indagación profunda y amplia de la investigación, en una búsqueda incesante del comienzo, de ese semillero fundacional. Donde el todo, el universo, al visionarlo como una composición de

elementos o partes, como primera parte está la esencia, es la fuente de donde derivan los atributos, los dones y talentos con primacía de cantidad alguna. Una visión eminentemente metafísica, inconmovible del ser.

En la misma onda filosófica Husserl (1992), por su parte, manifiesta su postura, al asumir la esencia proveniente del fondo fenoménico como lugar central para sustentar el objeto de estudio, entendiéndose fondo como realidad, espacio de intensa reflexión husserliana por el sinnúmero de abundantes interrogantes de deliberación intramuros. El contexto existencial del objeto de estudio da cuenta de características cualitativas de la esencia, de eso que lo hace ser el mismo y que puede ser alterada sólo por decisión propia o por fenómenos disruptivos.

El fondo fenoménico donde habita la esencia del yo, es una fuente de elementos por comunicar en palabra, conocimiento, emociones, facultades, en fin, acciones con defectos y bondades en sinergia con la naturaleza del ser, el cual comparte vida con otros seres vivos y cosas. Tiene presencia, como indica Romano Rodríguez (2004) “la esencia tiene presencia sin agotarse en los individuos” (p.9), derivando en dos grandes dimensiones, la dimensión real, la de lo material y tangible; la inmutable, desde la metafísica, ésta última con proyección universal atendiendo su comprensión y difusión progresiva, dando paso a la intuición esencial.

La intuición esencial es un proceso de aprehender de la realidad empírica e imaginativamente, es una comprensión primaria hacia la esencia experiencial, cuyo proceso gradual de revelación de vivencias generalizadas de los fenómenos deja ver lo que Husserl llamó esencialidad pura. En ese proceso de aprehensión, intuición, comprensión e intelección se sucede una especie de esencia con conciencia, provista de presencia

inagotable en el ser, que convoca a pensar en el aquí y en el ahora, un mecanismo de presencialidad consciente con todos los sentidos, que permita conducirse con honorabilidad en las ideas y las palabras.

En fin, la esencia se constituye en el ser y constituye al ser, en un conglomerado dinamismo de definición y de conocimiento de las diferencias esenciales de la esencia. Se construye de este modo, la esencia, en pauta de percepción del fondo fenoménico, cuya comprensión es el sustrato de ideas, pensamientos y palabras propias de cada ser, saturadas de aroma, esencia, creatividad y sentimiento.

LOS PENSAMIENTOS

La sintonía entre la esencia de la experiencia y los pensamientos van configurando nuestra realidad. Somos copartícipes, arte y parte de la realidad deseada, a través de pensamientos positivos y la imaginación de triunfo o logro de metas (Peale, 1952). Nuestra actitud y comportamiento dependen en gran medida de lo observado, escuchado y los sentimientos percibidos, los cuales se reúnen en un cúmulo sinérgico transformado en ideas, pensamientos que movilizan nuestros ser. Ello se concreta en causalidades, esa fuerza que propicia la creación de oportunidades. Sólo se requiere del tiempo justo y necesario para enfocarnos desde el pensamiento, las palabras y emociones en la creación de las condiciones necesarias hacia el logro de los propósitos.

Convencidos desde el pensamiento, imaginando el ver cristalizado lo deseado, conectamos pensamiento, esencia y palabra. Es forjar a diario, el carácter y temple ante nuevas experiencias y situaciones de vida, sean estas satisfactoria o insatisfactoria, porque ambas nos llenan de nuevo conocimiento

e ideas para crear más oportunidades. Las calamidades, ¡claro que existen! Suceden sin previo aviso para contribuir a fortalecer las debilidades personales desde una perspectiva optimista y realista.

Colocan a prueba además los valores, a axiología del ser, predominando el coraje, disciplina, constancia, vocación, pasión, compromiso, resiliencia, activados por modelos mentales. Los cuales, según Greca, Moreira y Rodríguez (2002) son:

Análogos estructurales del mundo; su estructura y no su aspecto, corresponde a la estructura de la situación que representan. Un modelo mental representa un estado de cosas, y consecuentemente su estructura no es arbitraria. El modelo mental desempeña un papel representacional analógico estructural y directo. Su estructura refleja aspectos relevantes del estado de cosas correspondiente en el mundo real o imaginario. (p. 39).

Las estructuras mentales, por tanto, son representaciones personales del mundo y funcionan como filtros de convivencia cuyo direccionamiento hacia pensamientos positivos, palabras y emociones se traducen en frecuencias vibratorias elevadas cimentadas en emociones. Al conducirnos con emoción desde la inteligencia se asientan firmes bases de inteligencia emocional (Goleman, 1995) el cual nos permite tomar conciencia de nuestras emociones y comprender los sentimientos de los demás, contribuyendo al reconocimiento de los estados emocionales frente a situaciones y circunstancias vividas.

Es tanto así que, de acuerdo a Arteaga (2010) pensamos y atraemos a nuestras vidas situaciones, momentos, hechos, como decretos confirmatorios, pensamientos que emanan frecuencias vibratorias de alta o baja intensidad. Es a partir

del ser responsables y conscientes de nuestra esencia que podemos comprender cada expresión verbal, gesto corporal, pensamiento y sentimiento, tanto los vividos como los expresados. Dichos sucesos, sensaciones y emociones son codificadas por el cerebro en imágenes y sonidos, coadyuvando en la formación de hábitos conductuales, mostrados en la forma de comunicamos y relacionamos con nosotros y el entorno.

En esta descripción no se puede obviar la herencia de nuestros padres y ancestros en relación al temperamento, factor de influencia en el carácter, aspecto modifiable y configurable por creencias, modelos mentales, emociones, pensamientos y palabras como factores internos. Se le añade a ello, factores externos propios del medio ambiente como familia, comunidad, amigos, trabajo, pareja, entre otros.

Los pensamientos surgen como mediadores de situaciones de la realidad, de vivencias con fenómenos sociales, de esa interacción, están por lo general destinados a resolver problemas, de acuerdo Dewey, citado por Ruiz (2013), una perspectiva resolutoria, a diferencia de la originada por la razón de Descartes (1637) cuando planteó “pienso, luego existo”, prevaleciendo el pensar sobre el estar. Dejando entrever la ontoepistemología del autor, cuantitativa, matemática y estructural, sin primacía de esencia, sentimiento o palabra.

A través del tiempo se ha comprobado las vivencias fenoménicas, la influencia recursiva entre esencia, pensamiento, palabra y emoción como un sistema coconstitutivo en el cual la interconexión denota sinergia. Un diálogo hermenéutico en múltiples modos de encuentro y reencuentro para configurar el ser, estar, sentir y hacer. Es invertir tiempo en pensamientos positivos cercanos a lo deseado que, de acuerdo a Robbins (1995), esos pensamientos se convierten en poder mental y

estabilidad emocional. A nivel fisiológico, se inscriben a estados de bienestar, tranquilidad, aumentan la producción de hormonas como la endorfina, serotonina y dopamina, proporcionando sensación de placer, alegría, con suficientes perspectivas y alternativas de soluciones ante cualquier situación.

Se amplía, de este modo, el sentido y la intención del pensamiento cuando se asiste de la naturaleza del ser en un epojé de condiciones, modelos mentales arraigados, prejuicios o temores para dar paso a un horizonte de posibilidades, libertad con respecto al prójimo, de tal forma de apreciar los momentos para oportunidades, asumir el pensar con la esencia y guía de los pensamientos hacia la palabra.

LA PALABRA

La palabra supera la articulación de sonidos, moldea los pensamientos para luego llevarlos a la acción, a través de un conjunto de relaciones interactuantes entre razonamiento y lenguaje, pensamiento y palabra, de gran valía para el quehacer humano. Son expresiones que deben llevar una intención comunicativa determinada para darle valor a la esencia y consideración al receptor, demostrando transformaciones a lo interno hacia el universo.

Reduciendo de este modo, acciones asociadas a piloto automático, por la selección de palabras que edifican, enaltecen y elevan las frecuencias vibratorias conectándonos con nuestros deseos, con las emociones propias de pensamientos optimistas, capaces de comprender la producción de pensamiento, fase previa antes de crear o sentir. Lo pensado puede ser creado en la realidad, en las vivencias fenoménicas o de la esencia del pensamiento mismo.

Estamos al frente de la interrelación de esencia, pensamiento y palabra y viceversa, la palabra contiene pensamiento y esencia, así como el pensamiento contiene esencia y palabra. Evidentemente, son inexistentes las experiencias aisladas en los fenómenos vinculados a la trilogía mencionada, las cuales viajan en el interior del ser y median al exterior con la palabra. De allí el llamado arte de hablar o expresarse con palabras. Bien lo expresa Condillac (2010) “El arte de razonar se reduce a un lenguaje bien hecho” y “sólo pensamos con ayuda de palabras” (p. 9).

Se refiere, sin duda, a la fuerza intrínseca contentiva en las palabras, un poder concedido por el razonamiento, que empoderan el yo; acercándonos o alejándonos de nuestros deseos, sueños y metas en la vida. Se asumen como convergencia entre esencia, pensamiento y palabra hacia el establecimiento de acuerdos. En el ámbito de sostener acuerdos en un mundo de transmodernidad, Ruiz (1997) en su texto propone cuatro acuerdos, donde expone magistralmente prácticas ancestrales útiles y sencillas para el ejercicio de la palabra consciente y la acción comunicativa eficiente en los diversos escenarios fenoménicos cotidianos.

Los cuatro acuerdos consisten en: sé impecable con la palabra; no tomes nada como personal; no supongas y haz siempre lo mejor que puedas. El primer acuerdo convoca a la impecabilidad de la palabra, una palabra sin pecado, limpia de agresiones, malas intenciones y cargada de responsabilidad en cuanto a cumplir lo que se ofrece o dice. Contempla asumir todos los compromisos consigo mismo y con los demás, nada de palabras vacías en vano o incumplidas, es ser recto, cumplido y discreto en palabra, expresión infalible del pensamiento, la esencia y la emoción.

Comprende usar el don de la palabra de forma positiva, entusiasta y constructiva, lejos de ser ofensiva sea en pensamiento, vía verbal o escrita, presencial o digital, debe ser distinguida. Inclusive, disminuir la palabra y aumentar la escucha amable, sin agresiones; cumplir con las obligaciones, ser cuidadoso en el lenguaje, pensar antes de hablar y tomar distancia ante el chisme o la violencia.

En el segundo acuerdo, el autor indica no tomarse nada personal. Es comprometerse con el bienestar de sí mismo y evitar pensar que las expresiones de otras personas se deben a nosotros. Cuando en realidad, cada quien actúa, reacciona y expresa de acuerdo a su esencia, pensamiento y palabra. Cada quien procede de forma activa, reactiva o proactiva porque así lo piensa, lo cree y dispone.

Muchas de las reacciones a la defensiva obedecen a las creencias y a la idea que lo percibido es para ti o por ti, propiciando tierra fértil para desavenencias y conflictos estériles en su mayoría. Respetar el punto de vista diferente y hasta colocarse en el lugar del otro activa la empatía y tolerancia, reduciendo malos ratos, la necesidad de tener la razón o creer poseer tener la verdad. Es preciso recordar que la vida es interpretación, cada cual percibe la realidad desde sus ojos y paradigmas personales, con la validez asignada por cada cual.

El tercer acuerdo por su parte, es no hagas suposiciones. Tal acuerdo requiere valentía para hablar, preguntar, consultar cuando no se tiene claro el mensaje recibido. Las suposiciones tienden a tratar de llenar vacíos con ideas que creemos, es hacerse un mundo de una comunicación defectuosa que puede pasar a una comunicación turbia, juzgar, ofender y hasta generar rupturas, que con simples preguntas se pueden evitar. Las interrogantes en los diálogos contribuyen a entenderse mejor,

reducir dudas o supuestos, en fin, a comunicarse de forma diáfana e impecable.

El cuarto acuerdo habla del hacer, un hacer máximo de las capacidades personales. Es dar lo mejor de sí en lo que te propongas, sin dejar de lado lo que te hace feliz. Agregando pasión a la acción se reduce el juzgar y el lamentarse, inclusive herirse. El hacer lo máximo dependerá del momento, las condiciones de salud, porque la idea no es agotarse sino disfrutar la vida, proceder con un fin en mente.

Los acuerdos precedentes integran una forma de contrato comunicativo contigo mismo con impacto a tu alrededor, en la convivencia con los demás en tu hogar, trabajo o grupo de amigos. Exhorta desde el primer acuerdo a una palabra sublime, pura, sincera con tu esencia y con la forma de comunicarte con otros. La palabra habla de ti y de lo que posees, de tu naturaleza, pensamientos y reflejan las emociones.

De allí la relevancia de cuidar las palabras como tu esencia pensante en el tránsito de la vida. La palabra transforma, crea, destruye o es un bálsamo en momentos difíciles. Al sensibilizarse del efecto de las palabras, trascendemos a la conciencia del pensamiento, sentimiento y comunicación con propósito, la comunicación intencional y asertiva, con el suficiente equilibrio para vivir en bienestar y feliz.

REFLEXIONES FINALES

De modo integrador, nuestra esencia, los pensamientos y palabras nos hacen únicos. La descripción expuesta evidencia la fuente de las decisiones tomadas, sean éstas conscientes o inconscientes, dado que es el reflejo de nuestra esencia humana. Una esencia que impregna pensamiento, palabra,

sentimiento. Cuyas cualidades resaltantes deben ser integridad, congruencia, claridad y pertinencia.

Ante la relevancia descrita, se hace necesario fomentar la creación de una cultura orientada a la prevalencia de la esencia, dirigida al análisis y la reflexión en torno a pensamientos más flexibles, serenos, altruistas, dirigidos al bienestar. Es una convocatoria a cultivar el alma, con aumento de esperanza y fe con gratitud y abundancia. Debemos convencernos de los significados de la palabra y que a su vez, transmiten pensamientos favorables al ser, estar y hacer. La palabra marca el radio de acción de la perspectiva humanista, flexible, cuyas conexiones con ideas novedosas, de tolerancia, empatía, entendimiento conceden bienestar, placer y tranquilidad.

La coherencia entre esencia, pensamiento y palabra implica escucharse a sí mismo, ser consciente de quien eres, dónde estás y la emoción percibida. Lo impecable de la palabra, debe trascender al eje transversal planteado por Ruiz (ob. cit.) en el primer acuerdo y los subsiguientes, para fomentar conciencia de lo que realmente te hace feliz. De este modo, a cada quien le corresponde como seres humanos pensantes, conscientes, reconocer y educar nuestros pensamientos con palabras serenas, inspiradoras, sanadoras, motivadoras, sin perder de vista que todo lo pronunciado se convierte en decreto con emociones y sentimientos incluidos.

Sin lugar a dudas, el desarrollo de la inteligencia emocional aporta herramientas para ser reconocer nuestras creencias y codificar nuevas estructuras mentales, pensamientos, palabras y emociones acordes a las decisiones dirigidas para darle sentido y propósito a nuestras vidas. En consecuencia, cuando se producen las palabras, se está haciendo desde esencia. Cuando estás pensando te estás conectando con tus creencias,

vivencias, cultura ancestral, programas mentales e interpretación personal de la realidad. Al experimentar una emoción esta debe ser escuchada para que en sinergia la esencia, pensamiento y palabra ofrezca respuesta acorde al mundo que se desea decretar y crear.

Porque aprendemos de nuestras propias creaciones. Todo lo vivido y donde vivimos, aprendemos y experimentamos de forma interna y externa en el transcurrir de los años, modificando de algún modo, nuestra forma de pensar demostrable en nuevos hábitos de vida y formas de atención prioritaria al ser. Vale destacar que los pensamientos formados por el mundo de las ideas, recuerdos, imágenes, sensaciones y creencias están en frecuente movimiento, propio de la energía vibrante de cada uno de ellos, cuyas relaciones permiten crear y desarrollar ideas nuevas, enfoques diferentes en fin, nuevas perspectivas de vida.

Es propiciar un estado de comprensión sin reactividad. Un estado de reconocer la esencia orientadora de pensamientos y palabras, en fin, una armonía entre la trilogía esencia, pensamiento y palabra en epój de toxicidad pensante que enturbie dicha sinergia. Una sinergia esencial del cual eres responsable con pensamientos, palabras, omisiones, acciones o inacciones como ser único e irrepetible, cuya alineación enfocada con tu propósito de vida pronostica una vida plena y de abundante bienestar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abbagnano, N. (1997). Diccionario de Filosofía. México: Fondo de Cultura Económica.

- Agüero, E. (2020). El poder de las palabras. <https://www.lanacion.com.py/columnistas/2021/03/21/el-poder-de-las-palabras/>.
- Arteaga R., R. (2010). Leyes universales del éxito y la toma de decisiones Perspectivas, núm. 26, julio-diciembre, 2010, pp. 113-128 Universidad Católica Boliviana San Pablo Cochabamba, Bolivia.
- Azcárate de, P. (1875). Obras de Aristóteles. Madrid. Tomo 10.
- Condillac. (2010). Teoría del Conocimiento. Enciclopedia Symploke.
- Descartes, R. (1637). Discurso del método. Editorial Alma.
- Goleman, D. (1995). Inteligencia Emocional. Barcelona: Paidós
- Greca, Moreira y Rodríguez (2002). Modelos mentales y modelos conceptuales en la enseñanza & aprendizaje de las ciencias. Conferencia dictada en los XX Encuentros de Didáctica de las Ciencias Experimentales, La Laguna, Tenerife, 08 al 11 de septiembre de 2002. Revista Brasileira de Investigação em Educação em Ciências, 2(3)84-96. https://www.researchgate.net/publication/255662238_Modelos_mentales_y_modelos_conceptuales_en_la_enseñanza_aprendizaje_de_las_ciencias.
- Husserl, E. (1992). Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica (Trad. J. Gaos). México. Fondo de cultura económica, 2da. Ed.
- Pabón S., J. M. (2008). Diccionario Manual Griego clásico-español. Vigesimoprimerá edición.
- Peale, N. V. (1952). El poder del pensamiento positivo. Editorial Océano.
- Robbins, A. (1995). Poder sin límites. Ceti Colomos.

- Romano Rodríguez, C. (2004). Husserl y la esencia. La lámpara de Diógenes, enero-junio, julio-diciembre, año/vol. 5, Número 008 y 009. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. México, Puebla.
- Ruiz, G. (2013). La teoría de la experiencia de John Dewey: significación histórica y vigencia en el debate teórico contemporáneo. Foro de Educación, vol. 11, núm. 15, enero-diciembre, 2013, pp. 103-124. FahrenHouse. Cabrerizos, España.
- Ruiz, M. (1997). Los cuatro acuerdos. Ediciones Urano. México.