**Blog**

Here I write about my most recent projects after having gone through the ***What if I Say Yes*** process.

This is my space to inspire you to create your own space after having said **yes**! to your creative soul.

\*\*

Aquí escribo sobre mis proyectos más recientes después de haber pasado por el proceso ***¿Y si digo que sí?***

Este es mi espacio para inspirarte a crear tu propio espacio después de haber dicho que ***¡sí!*** a tu alma creativa.

1. **My photography**

On December of 2020 I **started taking photographs** during my daily walks outside. It was my way of processing my stress after several months of being at home because of the pandemic. Taking photos made me **observe** more closely what nature has to offer. I started **seeing** in a way I hadn't done before. I was taking my time to breath, process and enjoy life by looking at and being with nature.

And then one day I thought, what if I start sharing my photos with the people I love? And not only that. I wanted to create a playful experience and so I decided to send my photos with a special caption.

In this blog you will see what I have been seeing since that time and will be able to read the captions I came up with.

I hope to inspire you to start seeing your world from a different lens… one that is more attentive, patient, loving and understanding.

If you do that, I can assure you will start feeling better about your own life.

**Mis fotografías**

En diciembre del 2020 comencé a tomar fotografías durante mis caminatas diarias al aire libre. Era mi forma de procesar mi estrés después de varios meses de estar en casa por la pandemia. Tomar fotos me hizo observar más de cerca lo que la naturaleza tiene que ofrecer. Empecé a **ver** de una forma que no había visto antes. Me estaba tomando mi tiempo para respirar, procesar y disfrutar la vida mirando y estando con la naturaleza.

Y luego, un día pensé, ¿qué pasaría si empiezo a compartir mis fotos con las personas que amo? Y no solo eso. Quería crear una experiencia divertida y decidí enviar mis fotos con una frase especial.

En este blog podrás ver lo que he estado viendo desde entonces y podrás leer los subtítulos que se me ocurrieron.

Espero inspirarte a comenzar a ver tu mundo desde una perspectiva diferente… una que sea más atenta, paciente, amorosa y comprensiva.

Si lo haces, te puedo asegurar que comenzarás a sentirse mejor acerca de tu propia vida.

1. **My podcast**

One day, meditating aloud with my husband and daughter about the meaning of my life, and answering their questions, I concluded that I wanted to try something new that made me very nervous but at the same time excited me enormously: to create my own podcast.

Thanks to the pandemic, I had started listening to many podcasts and had fallen in love with this intimate form of communication.

Now the question was ... and what do I make my podcast about? What do I have to offer to the world?

Ah, it turns out that for many years I have been gifting words to my family, to my dear friends, to people I want to pamper. But I have not published those writings, I have not shared them with anyone other than the people to whom they are dedicated.

So, I thought "what if I do it about gifts and words?"

Thus, the title, the idea and my podcast were born.

The logo was designed for me by my twin brother. My oldest brother is the sound director. My sister-in-law helped me train my voice. And my daughter recorded the podcast presentation.

My mother tongue is Spanish and that is why I record it in Spanish. I still haven't gotten myself into saying *what if I say yes to recording it in English?* because that still scares me (my pronunciation isn't perfect and I'm afraid I will end up saying something that sounds like something else, ha ha). But in the spirit of this website, one day I will be announcing that I now present my podcast in English.

In the meantime, I will write here about what I talk about in my various episodes, with every intention of inspiring you to do the same: learn to give away your own words and who knows? Maybe also create your own podcast.

**Mi podcast**

Un día, meditando en voz alta con mi esposo y mi hija sobre el sentido de mi vida, y contestando a sus preguntas, llegué a la conclusión de que quería intentar algo nuevo que me daba mucho nervio pero que a la vez me emocionaba enormemente: crear mi propio podcast.

Gracias a la pandemia había empezado a escuchar muchos podcasts y me había enamorado de esta forma tan íntima de comunicación.

Ahora la pregunta era... ¿y de qué hago mi podcast?, ¿qué tengo que ofrecerle al mundo?

Ah, pues resulta que desde hace muchos años yo regalo palabras, a mi familia, a mis amigas y amigos queridos, a gente a la que quiero apapachar. Pero esos escritos no los he publicado, no los he compartido con nadie más que con las personas a las que van dedicados.

Entonces pensé "¿y si lo hago sobre regalos y palabras?"

Así nació el título, la idea y mi pódcast.

El logo me lo diseñó mi hermano gemelo. Mi hermano mayo es el director de sonido. Mi cuñada me ayudó a entrenar mi voz. Y mi hija grabó la presentación del podcast.

Mi lengua materna es el español y por eso lo grabo en español. Todavía no me aviento el paso de decir ¿y si digo que sí a grabarlo en inglés? porque eso me da todavía mucho miedo (mi pronunciación no es perfecta y no vaya a ser que acabe diciendo algo que suene a otra cosa, ja, ja). Pero en el espíritu de este sitio web, algún día estaré anunciando que ahora presento mi pódcast en inglés.

Mientras tanto les contaré aquí de lo que hablo en mis distintos episodios, con toda la intención de inspirarlos a hacer lo mismo: aprender a regalar sus propias palabras.

1. **My book with my twin brother**

My twin brother and I turned 50 this summer (2021) and to celebrate in a big way it occurred to me that we could create a book together and publish it through Amazon. Without editorials involved and without depending on someone telling us if they liked our project or not.

I consulted with my brother, and he said yes (See? He paid attention to the process of "what if I say yes?")

Many years ago, Jorge found in painting a way to fall in love again with life and with his being, after having gone through very painful moments. And since then, he has created works of art that make those who see them fall in love.

And if that wasn't enough, a few years ago he created his own website to promote Mexican artists (you must visit **www.pintoresmexicanos.com** to see what I'm talking about ... it's a beauty!)

Well, our idea is to choose his best 50 works of art (painting, drawing and sculpture) and combine them with my best 50 photographs ... but since I have not yet completed a year of starting taking photos and I want to register the change of the 4 seasons of the place where I live, we are going to wait for December 13 to arrive (which is also Saint Lucia's day, that is, my patron saint) and then we will begin the process.

Jorge will design the book and I will write the text and together we will publish in 2022 a work that I hope you like as much as we already do.

The idea is to inspire you to do the same: self-publishing is a way to bring out our most sincere and deepest thoughts and share them with the world.

Here I will tell you about our creative process and update you on our progress ...

**Mi libro con mi hermano gemelo**

Mi hermano gemelo y yo cumplimos 50 años este verano (2021) y para celebrar en grande se me ocurrió que podríamos crear un libro juntos y publicarlo a través de Amazon. Sin editoriales de por medio y sin depender de que alguien nos dijera si le gustaba nuestro proyecto o no.

Consulté con mi hermano y me dijo que sí (¿ven? hizo caso del proceso "¿y si digo que sí?")

Hace muchos años Jorge encontró en la pintura una manera de volverse a enamorar de la vida y de su ser, después de haber pasado por momentos muy dolorosos. Y desde entonces ha creado obras de arte que enamoran a quien las ve.

Y por si fuera poco, hace unos años creó su propio sitio web para promover a artistas mexicanos (tienen que visitar **www.pintoresmexicanos.com** para que vean de qué les estoy hablando... ¡es una belleza!)

Bueno, el caso es que nuestra idea es escoger sus mejores 50 obras de arte (pintura, dibujo y escultura) y combinarlas con mis mejores 50 fotografías... pero como todavía no completo un año de empezar a tomar fotos y quiero registrar el cambio de las 4 estaciones del lugar en el que vivo, nos vamos a esperar a que llegue el 13 de diciembre (que además es día de Santa Lucía, o sea, mi santa) para entonces sí comenzar el proceso.

Jorge va a diseñar el libro y yo voy a escribir el texto y juntos publicaremos en el 2022 una obra que espero les guste tanto como a nosotros.

La idea es inspirarlos a hacer lo mismo: autopublicar es una manera de sacar a la luz nuestros más sinceros y profundos pensamientos y compartirlos con el mundo.

Aquí les contaré sobre nuestro proceso creativo y los actualizaré sobre nuestro progreso...

1. **My daughter’s projects with me**

One of the positive effects of the pandemic was that I found new ways to get close to my daughter. Being together all day, all week, all month and for several months was a challenge ... until one day we discovered that we could create things together.

In the summer of 2021, several of her cousins ​​were going to graduate from junior high and high school and to celebrate from a distance we made a video with a very important character in Maya's life: Cookies.

It is a teddy bear that my brother Héctor gave her the day she was born. He came to the hospital and brought a pink plastic bracelet that said "It’s a girl!" and a beautiful teddy bear that Maya later baptized as **Cookies** (yes, like that, in plural).

The video was so successful that we decided to continue making and sharing Cookies videos to celebrate someone's birthday or to entertain little friends.

In this space we will share some of the videos that we have created together (Maya, Cookies and me).

I hope it inspires you to create visual projects and share them with the world.

**Los proyectos de mi hija conmigo**

Uno de los efectos positivos de la pandemia fue que encontré nuevas maneras de acercarme a mi hija. Estar juntas todo el día, toda la semana, todo el mes y durante varios meses fue todo un reto... hasta que un día descubrimos que podíamos crear cosas juntas.

En el verano del 2021, varios de sus primos se iban a graduar de secundaria y preparatoria y para celebrar a la distancia hicimos un video con un personaje muy importante en la vida de Maya: Cookies.

Es una osita que mi hermano Héctor le regaló el día que nació. Llegó al hospital con una pulserita de plástico rosa que decía "¡es una niña!" y con una osita preciosa a la que Maya bautizó más tarde como Cookies (sí, así, en plural).

El video tuvo tanto éxito que decidimos continuar haciendo y compartiendo videos de Cookies para celebrar el cumpleaños de alguien o para entretener a amigos pequeños.

En este espacio compartiremos algunos de los videos que hemos creado juntas (Maya, Cookies y yo).

Espero que los inspire a crear proyectos visuales y a compartirlos con el mundo.

1. **My sister’s advice**

The most important woman in my life, after my mother, is my sister Rocío.

She is older than me and therefore has had to open the path so that when I have to go through, life is less difficult for me.

She takes care of me from a distance, loves me unconditionally and has taught me to live life in a lighter way.

When I have had difficult moments, it is she who I consult.

And just as there is the famous ***Dear Abby*** column ([Dear Abby - Wikipedia](https://en.wikipedia.org/wiki/Dear_Abby)), on this site I want to create a similar section but with my sister being the one who gives advice and guides readers, just as she has advised and guided me.

This space is intended to be a fun place to listen, learn, and consider a new perspective.

Rocío and I hope you enjoy it.

**Los consejos de mi hermana**

La mujer más importante en mi vida, después de mi mamá, es mi hermana Rocío.

Es más grande que yo y por tanto le ha tocado abrir brecha para que cuando me toque pasar por ahí, la vida me sea menos difícil.

Ella me cuida a la distancia, me quiere incondicionalmente y me ha enseñado a vivir la vida de manera más liviana.

Cuando he tenido momentos difíciles es a ella a quien consulto.

Y así como en inglés existe la sección tan famosa de ***Dear Abby*** ([Dear Abby - Wikipedia](https://en.wikipedia.org/wiki/Dear_Abby)), en este sitio quiero crear una sección parecida, pero con mi hermana siendo la que da consejos y orienta a las y los lectores, así como me ha aconsejado y orientado a mí.

Este espacio pretende ser un lugar divertido para escuchar, aprender y considerar una perspectiva nueva.

Rocío y yo esperamos que la disfruten.

1. **My mom’s recommendations**

My mom dedicated much of her life to raising 3 sons and 2 daughters, and then helping raise her 3 granddaughters and 3 grandsons. The time she had left for herself was minimal and yet she always found a way to keep her curiosity for learning.

Now that we are no longer living at her home and she can enjoy her time more freely, she has a huge collection of recommendations on books, movies, documentaries, places, etc.

In this space I want to share her recommendations with you, to honor all that institutional memory that she has built in her more than 70 trips around the sun.

Hopefully this space will encourage you to turn to the people you have spent a lifetime with and engage in conversations about the things they have learned in the course of their lives.

**Las recomendaciones de mi mamá**

Mi mamá dedicó gran parte de su vida a criar a 3 hijos y 2 hijas, y luego a ayudar en la crianza de sus 3 nietas y 3 nietos. El tiempo que le quedaba para sí misma era mínimo y aun así siempre encontró la manera de mantener su curiosidad por aprender.

Ahora que ya no estamos en casa y que puede disfrutar de su tiempo de manera más libre tiene una colección de recomendaciones enorme sobre libros, películas, documentales, lugares, etc.

En este espacio quiero compartir sus recomendaciones con ustedes, como una manera de honrar toda esa memoria institucional que tiene en sus más de 70 vueltas alrededor del sol.

Ojalá este espacio los anime a voltear la mirada a la gente con la que han compartido toda una vida y entablar conversaciones sobre las cosas que han aprendido en el curso de sus vidas.

1. **Moment of the Week**

My daughter Maya and my husband Carlos will be in charge of this section.

They wanted to participate in my website, and I said yes :)

Here they are going to talk about a moment of the week that was important, fun, interesting, curious, etc., for them.

It is a space to encourage you to reflect on how you lived the past week and to choose a moment that you want to remember forever.

Maya and Carlos hope you like it.

**El momento de la semana**

El momento de la semana es una sección que estará a cargo de mi hija Maya y mi esposo Carlos.

Querían participar en este espacio y dije que sí :)

Aquí van a hablar de algún momento de la semana que se les hizo importante, divertido, interesante, curioso, etc.

Es un espacio para animarlos a ustedes a reflexionar sobre cómo vivieron la semana que pasó y a elegir un momento que quieran recordar por siempre.

Maya y Carlos esperan que les guste.

1. **The *What if I Say Yes* Person of the Month**

Here I want to share with you the stories of the people I have met who perfectly exemplify what I mean by the **"What if I Say Yes!"** philosophy**.**

You will meet men and women who, at different times in their lives, have dared to say **yes!** and have started very interesting projects.

They are the people who inspire me to keep going and the ones who remind me that life is worth living.

I hope this space inspires you to express the best of yourself in the different areas of your interest.

Good luck!

**La persona del mes que ejemplifica la frase: *¿Y si digo que sí?***

Aquí quiero compartir con ustedes las historias de la gente que he conocido y que ejemplifican perfectamente a lo que me refiero con la filosofía del **"¿y si digo que sí!"**

Conocerán a hombres y mujeres que, en distintos momentos de sus vidas, se han atrevido a decir que sí y han iniciado proyectos de lo más interesantes.

Son la gente que me inspira a seguir adelante y los que me recuerdan que vale la pena vivir.

Espero que este espacio los inspire a expresar lo mejor de sí mismos en las distintas áreas de su interés.

¡Buena suerte!