



**DEFIÉNDETE**

---

**COMUNA SIN BARRERAS**

**COMPILADO DE LA ESCUELA DE RAP CON NIÑAS  
RED FEMINISTA ANTIMILITARISTA**



# DEFIÉNDETE

**COMUNA SIN BARRERAS**

COMPILADO DE LA ESCUELA DE RAP CON NIÑAS  
RED FEMINISTA ANTIMILITARISTA

2017

## ESCUELA DE RAP

La **Escuela de Rap** hace parte de la propuesta de **Pedagogías Feministas Populares** que desarrolla la **Red Feminista Antimilitarista** en la ciudad de Medellín con el objetivo de promover la autonomía, el empoderamiento y el autocuidado de **Las Mujeres Niñas y Las Mujeres Jóvenes**.

Este proceso de creación artística ha dado como resultado el demo **Defiéndete**, un compilado de tres canciones, donde **Las Mujeres Niñas y Las Mujeres Jóvenes** alzan sus voces para **PERDER EL MIEDO, SACAR LA VOZ, UNIR LAS FUERZAS**, como método colectivo para enfrentar la violencia y afirmarse como sujetas de derechos.

También hemos incluido en este disco la canción **Respira**, pieza musical que moviliza los contenidos pedagógicos y comunicativos de la Campaña **PERDER EL MIEDO • SACAR LA VOZ • UNIR LAS FUERZAS**. Campaña realizamos actualmente en la ciudad y que tiene como objetivo generar nuevos sentidos comunes en la población de Medellín que rechacen, cuestionen y se opongan críticamente a la violencia hacia las Mujeres Niñas y Mujeres Jóvenes, a la vez que promovemos la construcción de autonomía, libertad y autocuidado.

## AGRADECIMIENTOS

Nuestro reconocimiento y agradecimiento a Tatiana Carvajal (De Loto MC) Artista y Educadora, por hacer posible la potencia y belleza de este proyecto.

Gracias a las familias, las organizaciones, las comunidades y los productores. Gracias a las Madres que han estado respaldando este proceso en lo cotidiano.

Gracias a las y los artistas participantes en la creación de la canción **Respira**: La Múcura, De Loto MC, Nakí Bailarín, Lianna, Saralamar, David Machado. Gracias al equipo de producción del videoclip de **Respira** y a Ana Pierina Gómez Lancheros, Juliana Torres Domínguez y Marta Restrepo López, productoras generales. Te invitamos a ver el video clip de esta canción en el canal de YouTube de la Red Feminista Antimilitarista.

Ilustración: Alterna.  
Fotos: María Paulina Pérez  
Diseño: Natalia Hernández Osorio



[www.redfeministaantimilitarista.org](http://www.redfeministaantimilitarista.org)  
[Facebook.com/RedFeministaAntimilitarista](https://www.facebook.com/RedFeministaAntimilitarista)  
Medellín - Colombia  
2017

### APOYAN

 **terre des hommes**  
Apoyo a la Niñez



**confiar**<sup>®</sup>  
FUNDACIÓN



# MUJERES QUE RESISTEN

## CORO

Somos el canto que se resiste, somos la vida que fluye, la libertad y esperanza, buscando un horizonte... ohh

Somos amigas, somos hermanas, somos el canto en la madrugada, somos la fuerza que nace de la unión, somos seres de magia, llenos de color (BIS).

## ESTROFAS

Soy una guerrera no me dejo maltratar, ya no tenemos miedo encontré en quien confiar, siempre las mujeres nos debemos cuidar, no tenemos barreras nos juntamos a rapear.

Siempre quieren cuestionarnos, para madres entrenarnos, hoy queremos escucharnos, las mujeres prepararnos, del sistema liberarnos, del trabajo alejarnos y ser las únicas dueñas de este cuerpo que habitamos.

Tengo derecho a decidir lo que está bien para mí, por sentir placer no deberías difamarme, porque solo yo tengo el poder para juzgarme. De tanto rencor, llanto y desamor, mi cuerpo se marchita y se sumerge en el dolor, todo se torna gris; solo hay sufrimiento aquí, me lleno de alicientes y busco ser feliz.

Todas tenemos derecho a vivir sin maltrato de hecho, a vivir sin maltrato de hecho, luchamos en contra del miedo, mujeres libre sin dueño. El escenario es mi sueño, abrimos las alas al viento, sacamos la voz y el aliento, aquí mi alegría demuestro.

## CORO

Somos el canto que se resiste, somos la vida que fluye, la libertad y esperanza, buscando un horizonte... ohh

Somos amigas, somos hermanas, somos el canto en la madrugada, somos la fuerza que nace de la unión, somos seres de magia, llenos de color (BIS).

Producción: Yohany Rincón.

Composición e Interpretación - Comuna Sin Barreras: Juliana Álvarez Valencia (16 años), Laura Marín (14 años), Tatiana Isaza (Facilitadora), Estefanía Rendón Rivera (14 años), Isabella Agudelo Londoño (11 años).

Coros: Deicy Johana Ortiz Valencia y Tatiana Carvajal (Facilitadora).



# SIN TEMOR

## CORO

Quiero vivir en un mundo donde la guerra no me pueda tocar, quiero ser, libre vivir sin fronteras para poder volar (BIS).

## ESTROFAS

Nosotras las mujeres tenemos el poder, de no dejar que nadie nos vaya a detener, de cumplir nuestras metas y no dejarnos vencer por el miedo y la maldad que no nos permite ser.

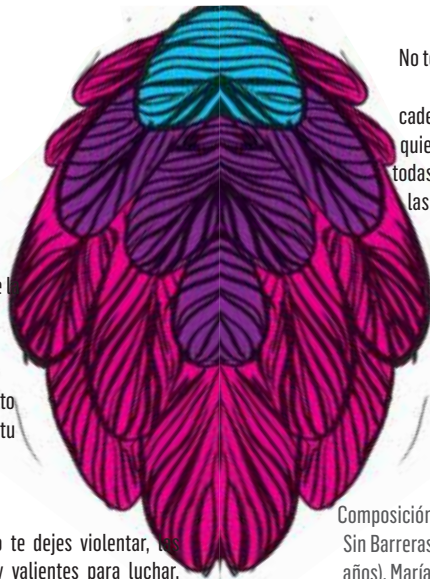
Mujer date cuenta que no tienes que ser la esclava de nadie, nosotras nos podemos proteger para que nada nos pase, protegernos del acoso defendernos del abuso, estoy cansada de aguantar y a la violencia me rehúso. A la violencia me rehúso, no más violencia contra las mujeres no, a la violencia me rehúso, no más violencia contra las mujeres.

Escuchen bien nuestras palabras que se mezclan para combatir contra el miedo, estoy cansada de que traten mi cuerpo como un objeto, al igual que tu tengo derecho a ser tratada con respeto.

Respeto la vida de las mujeres que son fuertes, valiosas, luchadoras, incansables soñadoras, de la tierra cuidadoras, no te dejes vencer mujer emprendedora, puedes cambiar tu vida el momento es ahora, puedes cambiar tu vida el momento es ahora ¡Es ahora!

Por nada en este mundo te dejes violentar, las mujeres somos fuertes y valientes para luchar, respira y toma el tiempo para identificar el agresor que en la casa puede estar.

Si mañana me voy quiero dejar mi huella, para todas las mujeres que valientes se despiertan luchan por sus objetivos y cumplen todas sus metas, son ejemplo de coraje, mucho arte y resistencia.



No te dejes maltratar, violentar, ni golpear, desatemos las cadenas que no nos dejan volar, quiero vivir en un mundo donde todas nos cuidemos, romper con las opresiones para que juntas avancemos.

## CORO

Quiero vivir en un mundo donde la guerra no me pueda tocar, quiero ser, libre vivir sin fronteras para poder volar (BIS).

Producción: Camilo Sarria.  
Composición e interpretación - Comuna Sin Barreras: Valeria Ocampo Pabón (12 años), María Fernanda Ocampo Cano (11 años), Laura Marín (14 años), María Alexandra Munera Castrillón (15 años), Carolina Andrea Cuestas (14 años), Sara Michell Bedoya (9 años), Katherine Cárdenas Pérez (12 años), Maily Alexandra Restrepo (13 años).  
Coros: Tatiana Carvajal (Facilitadora).



# DEFIÉNDETE

## CORO

Mujer en este mundo apréndete a querer, reacciona como fiera para defender tu cuerpo tu vida todo tu ser ¡Defiéndete! ¡Defiéndete! (BIS).

## ESTROFAS

Eres la mitad del mundo no te dejes vencer, eres el capullo que comienza a florecer, la fuerza, lo sensible y tienes un deber, romper con el silencio que no te deja ver.

Refúgiate en las notas de una buena canción, escribe poesía que nazca del corazón, recuerda tus historias y sana tu dolor, que las palabras salgan de tu boca sin temor.

Tengo un filtro que elimina los prejuicios voy en busca de mis sueños aunque digan que es capricho, cuantas veces he dejado de buscarme por tratar de agradarte ¡No! No dejes que te pisoteen.

Si quieres algo no dejes que interrumpan tu camino, porque eres tu quien elige el destino, voy en busca de algo grande, no me voy a conformar

con lo que quieras -  
inculcarme ¡No! No  
dejes que te pisoteen.

Rompamos el silencio, denunciemos la violencia, no normalicemos en nuestra vida el miedo, ni el maltrato, ni la agresión, ni el asesinato, ni la violación.

## CORO

Mujer en este mundo apréndete a querer, reacciona como fiera para defender tu cuerpo tu vida todo tu ser ¡Defiéndete! ¡Defiéndete! (BIS).

Producción: Camilo Sarria  
Composición e interpretación - Comuna Sin Barreras: Valeria Ocampo Pabón (12 años), María Fernanda Ocampo Cano (11 años), Laura Marín (14 años), María Alexandra Munera Castrillón (15 años), Carolina Andrea Cuestas (14 años), Sara Michell Bedoya (9 años), Katherine Cárdenas Pérez (12 años), Maily Alexandra Restrepo (13 años).  
Producción: Tatiana Carvajal.



Respira

Aunque cada luz ilumina diferente  
Todas alumbran, todas alumbran  
Sácate el miedo mientras vas bailando  
Tu pelo soltando, tu cuerpo amando  
Tómame un traguito de felicidad  
Que tu paso es pa' lante más nunca pa' atrás

Me gusta caminar tranquila por el vecindario  
Haciendo real mi mundo imaginario  
Posibilitándome todos los escenarios  
Expresando mis pensamientos libertarios  
Voy con la tambora de corazón palpitante  
Siento que me vibra todo el mundo en un instante  
Quiero expresarme, no quiero callarme  
Es que el arte me obliga a ser denunciante

## ESTRIBILLO

Sacudirse el miedo para vivir  
Encontré mi fuerza puedo seguir  
Sacudirse el miedo para vivir  
Juntas poderosas volver a reír

Mírame a los ojos, ves a una mujer  
Que lucha por sus sueños sin desfallecer  
Enfréntate a tus miedos, tú podrás vencer  
Nuestra fuerza te acompaña hasta el final

La voz que se repite, la voz que no se va a callar  
Somos las hijas de las brujas que no pudiste quemar  
Mirando a través del cristal, un espíritu que sabe volar  
Palabra de mujer, libre de ser  
Recorriendo la senda, yo cantaré

## ESTRIBILLO

Sacudirse el miedo para vivir  
Encontré mi fuerza puedo seguir  
Sacudirse el miedo para vivir  
Juntas poderosas volver a reír

## SALIDA

Extenderé mis alas al viento  
Mi propósito es volar, es cuidar de mi  
Con nuestras manos sanaremos  
Fortaleza somos, vida, despierta

Letra e interpretación: Carolina, Alexandra y Valeria (Niñas), La Múcura, De Loto MC, Naki Bailarín, Lianna.  
Música, producción y dirección general: Saralamar  
Grabación y coproducción: David Machado - Kunarecords.



Ellas son Comuna Sin Barreras, de izquierda a derecha, Andrea, María Alexandra, Katherine, Sara, Laura, María Fernanda y Valeria en el lanzamiento del video de Respira en la I.E Ramón Múnera, Medellín. Foto: María Paulina Pérez



Comuna Sin Barreras acompañadas de Tatiana Carvajal (De Loto MC) en el lanzamiento del video de Respira en la Casa de la Red Feminista Antimilitarista en Medellín. Foto: María Paulina Pérez.



# CAMPAÑA

PEDAGOGÍAS Y MOVILIZACIÓN SOCIAL POR UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIAS

*Perder el miedo. Sacar la voz. Unir las fuerzas*



01. MUJERES QUE RESISTEN
02. SIN TEMOR
03. DEFIÉNDETE
04. RESPIRA



[www.redfeministaantimilitarista.org](http://www.redfeministaantimilitarista.org)  
Medellín - Colombia  
2017