



Espacio de Reflexión del Tec en Monterrey: lugar de introspección

Un oasis de silencio en medio del campus que contribuirá a **mantener un equilibrio** entre cuerpo, mente y espíritu es lo que representa el [Espacio de Reflexión](#), el cual se abrió este martes 18 de febrero por la tarde.

Ubicado en el campus Monterrey entre el Edificio I y el VIII (antes CIAP), alumnos, profesores y más integrantes de la comunidad Tec se dieron cita para conocer y utilizar las nuevas instalaciones, que es parte de los proyectos de [DistritoTec](#).

"El reto mayor que van a tener ustedes de aquí a adelante es aprender a manejar su yo, su presente, porque estamos llenos de carga de **creación de miedos, futuros inciertos**, que los paralizan en la toma de decisiones", manifestó [Salvador Alva](#), presidente del [Tecnológico de Monterrey](#).

Anunciado en diciembre del 2018, el **Espacio de Reflexión** refleja la [visión al año 2030](#) que busca el **florecimiento humano** de las personas y tiene un gran significado y valor para la institución, apuntó el directivo.

*"Hoy lo que necesitan (los alumnos) son **herramientas** para poder **transitar en la vida**, en una vida para la cual el ser humano no está preparado para un nivel de cambio como el que estamos teniendo y el que seguramente tendrá.*

*"Que esto sea una semilla que **genere un cambio** en la universidad, una universidad más humana, más empática, más incluyente que al final es lo que estamos buscando todos", expresó Alva.*



La creación de este nuevo espacio está dedicado a la memoria y legado de **Don Eugenio Garza Lagüera**, un gran líder del Tec Monterrey, quien fue presidente del consejo de la institución por 24 años.

El **Espacio de Reflexión** también representa una nueva dimensión del sueño original de los fundadores de la institución, bajo el compromiso de reforzar lo que nos hace humanos, indicó **José Antonio Torre**, director de Urbanismo, Sostenibilidad y Bienes Inmuebles.

“El diseño de este espacio es el resultado de la visión del talentoso arquitecto mexicano Alberto Kalach. Entregó una arquitectura de líneas simples con un extraordinario posicionamiento en el espacio, en el contexto, con materiales naturales y sorprendente manejo de la luz y el agua”, dijo.

También, se espera que sea un lugar que acompañe a la comunidad del Tec y a los que viven o visiten la ciudad para admirar la belleza del Cerro de la Silla, que se ve desde el segundo piso.

El nuevo espacio está abierto al público en general de **lunes a viernes de 8:30 a 17:30 horas**.

SILENCIO Y PALABRA

Conformado por tres áreas principales, el **Espacio de Reflexión** está encaminado a la introspección en silencio para encontrarse con uno mismo, pero también para darle lugar a la palabra, señaló [Inés Sáenz](#), decana de la **Escuela de Humanidades y Educación (EHE)**.

LAS TRES ÁREAS DEL ESPACIO DE REFLEXIÓN:

- Un **ÁGORA** en la parte alta donde podrían llevarse a cabo actividades que ocupen más la palabra o las artes escénicas.
- Un **ÁREA DE JARDÍN**, donde se pueden desarrollar actividades de meditación en movimiento, como yoga.
- **PUNTO BLANCO** en la planta baja, para el silencio, la introspección, la meditación y la reflexión.

CONECTA

Las noticias del Tec

La decana señaló que el silencio es primordial para encontrar el **yo interior**.

*“El mundo interior se ha vuelto tan inalcanzable como la **estrella más lejana**. No sabemos qué es, cómo llegar ahí.*

“Sabemos que el silencio es un salvoconducto que nos permite llegar a ese espacio nuestro que a la vez nos resulta tan ajeno”, apuntó.



Además, también enfatizó que en el ágora en la parte alta, con vista el **Cerro de la Silla**, servirá para crear un diálogo reflexivo y humano.

“Ustedes saben que las universidades han sido tradicionalmente defensoras de la palabra, han cultivado su carácter creativo, generador de conocimiento.

“Esta civilización y las anteriores se han desarrollado, han ampliado su conocimiento y han podido imaginar mundos posibles y, en algunos casos, alcanzarlos gracias a las palabras”, explicó.

Por su parte, **Mario Adrián Flores**, vicepresidente de la **Región Norte**, invitó a que el espacio sea parte de la vida diaria de la comunidad Tec.

*“Podemos generar la habilidad entre **cuerpo, mente y espiritualidad** para vivir de una manera más en paz y con uno mismo y, por supuesto, con una mejor conexión con todas las personas que están cerca de nosotros”, comentó.*

Dos alumnos inauguraron oficialmente el **Espacio de Reflexión**, al cual los asistentes pudieron ingresar por primera vez y vivir lo que ofrece.



