

CouRaGeouS Cuentos: A Journal of Counternarratives

Volume 6 *CouRaGeouS Cuentos: A Journal of Counternarratives*

Article 15

2023

La Mejor Medicina

Marco A. Cruz Hernandez

Follow this and additional works at: <https://digitalcommons.humboldt.edu/courageouscuentos>



Part of the [Bilingual, Multilingual, and Multicultural Education Commons](#), [Chicana/o Studies Commons](#), [Civic and Community Engagement Commons](#), [Community-Based Learning Commons](#), [Creative Writing Commons](#), [Curriculum and Instruction Commons](#), [Domestic and Intimate Partner Violence Commons](#), [Educational Sociology Commons](#), [Ethnic Studies Commons](#), [Feminist, Gender, and Sexuality Studies Commons](#), [Gender and Sexuality Commons](#), [History Commons](#), [Inequality and Stratification Commons](#), [Latin American Languages and Societies Commons](#), [Latina/o Studies Commons](#), [Modern Literature Commons](#), [Politics and Social Change Commons](#), [Race and Ethnicity Commons](#), [Reading and Language Commons](#), and the [Theory, Knowledge and Science Commons](#)

Recommended Citation

Cruz Hernandez, Marco A. (2023) "La Mejor Medicina," *CouRaGeouS Cuentos: A Journal of Counternarratives*: Vol. 6, Article 15.

Available at: <https://digitalcommons.humboldt.edu/courageouscuentos/vol6/iss1/15>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 License](#)

© 2016 Department of Critical Race, Gender & Sexuality Studies (CRGS) at Humboldt State University.

This Counternarratives and Reflections is brought to you for free and open access by the Journals at Digital Commons @ Cal Poly Humboldt. It has been accepted for inclusion in *CouRaGeouS Cuentos: A Journal of Counternarratives* by an authorized administrator of Digital Commons @ Cal Poly Humboldt. For more information, please contact kyle.morgan@humboldt.edu.

La Mejor Medicina

Marco Antonio Cruz Hernandez

¿Cuál es la acción de sanarse a sí mismo?

¿Será usando medicina como cuando tienes fiebre?

¿O será cuando estás meditando para calmar la mente?

Para mí, sanar es cenar con mi familia.

Hablar de memorias bonitas, chistosas y temas que no nos hacen discutir mucho.

Sanarme es estar a lado de gente que me quiere y que me hace sentir seguro.

Sanar es vivir en la cultura de mi mamá y de los ancestros antes de ella.

No importa lo grave que esté,

La mejor medicina es la familia.