

P Granada Costa

Proyecto Global de Cultura

Nº 563 Febrero 28/2/26

Periódico de información nacional sociocultural

Suscripción anual 104€

CUANDO LA PIEDRA CANTA: GRAN LIBRO HOMENAJE A LA ALHAMBRA

La Alhambra de Granada, joya universal asentada sobre la colina de la Sabika, inspira el gran proyecto editorial “Cuando la piedra canta. Homenaje a la Alhambra”, impulsado por el Proyecto Global de Cultura Granada Costa. Esta ambiciosa obra reunirá más de mil poemas dedicados al monumento, a su historia, sus jardines, sus leyendas y al paisaje cultural que lo rodea.

El libro tendrá formato 30 × 21 cm, alrededor de 1.200 páginas, encuadernación en tapa dura y un interior totalmente ilustrado. Cada poema contará además con un código QR que permitirá escuchar su versión musicalizada, creando una experiencia artística que une poesía, imagen y música.

La obra incluirá textos históricos y contemporáneos, con la participación de autores de distintos países, especialmente del ámbito hispanoamericano. Entre los escritores representados figuran Ángel Ganivet, Antonio y Manuel Machado, Francisco Villaespesa, Jorge Luis Borges, Leopoldo Panero y Federico García Lorca, entre otros.

Cada autor aparecerá con una fotografía, breve biografía, comentario del poema, el texto completo y su QR musicalizado, siguiendo un formato editorial uniforme. La presentación oficial del libro está prevista para 2027 en Granada, como gran homenaje literario a uno de los monumentos más universales de España.



Pgs. 16-17

MESÓN BAENA: TRADICIÓN, SABOR Y CULTURA EN EL CORAZÓN DE LA HERRADURA



Pgs. 32-33

En la Costa Tropical de Granada, el Restaurante Mesón Baena, en La Herradura, se ha convertido en un referente gastronómico desde los años noventa. Fundado por José Luis Ruiz Baena y Mª Ángeles de Haro Pozo, destaca por su cocina basada en pescados frescos y productos subtropicales como aguacate, mango o chirimoya. Situado frente al mar, ofrece una experiencia donde gastronomía y hospitalidad se unen. Su trayectoria ha sido reconocida con diversos premios y con la Medalla de Oro al Trabajo Granada Costa, además de impulsar publicaciones gastronómicas dedicadas a los sabores de la Costa Tropical.

ENTREVISTA A PEDRO MANUEL TITOS MARTOS. ALCALDE DE LECRÍN.



Pgs. 12-13

En esta entrevista, Pedro Titos, alcalde de Lecrín, reflexiona sobre gobernar un municipio formado por seis pueblos. Destaca la vocación de servicio, la gestión cercana y proyectos como el consultorio de Talará, el castillo de Zoraya o la Ruta de Boabdil. Con deuda cero, apuesta por turismo, cultura, agua y agricultura.

José Segura

ENTREVISTA A LA ACTRIZ MARIBEL SALAS

Entrevista a la actriz y humorista Maribel Salas (Baracaldo, 1965), formada en la Escuela de Arte Dramático de Getxo. Conocida por Vaya Semanita, ha desarrollado una amplia carrera en teatro, cine y televisión, participando en numerosas series y películas del panorama audiovisual español.



Pgs. 18-19

Ricardo Campos

ENTREVISTA EN GULERÍAS (MADRID) A LUIS FERNANDO RODRÍGUEZ Y MAYLA DE BARBEITO, PROMOTORES DE LA CULTURA.

Ángeles Martínez



OyC. 3

Editorial

Granada Costa

Publicación editada por:



Antonio M. S. V.
Avda. de Andalucía, 18 1º Izq.
Molvizar (Granada)
www.grnadacostanacional.es
redaccion@granadacostanacional.es
editorial@granadacosta.net
Teléfono Redacción
958 62 64 73
Nº 563 FEBRERO 2026
Depósito Legal: GR - 1579/99

Proyecto Global de Cultura Granada Costa

Director:

Antonio Segura Venegas

Editorial:

Carlos Álvaro Segura

Redactores:

Carlos Álvaro Segura Venegas, José Segura Haro, Fran Segura Venegas

A Toda Costa:

Francisco Ponce Carrasco

La Mirada del Abismo:

Javier Serra

Diario de un poeta:

Marcelino Arellano Alabarcos

Consejos del Doctor:

Juan Gustavo Benítez Molina

Mirada al Pasado:

José María Escribano Muñoz

Páginas Verdes

Julián Díaz Robledo

Especial Aula Hospitalaria

Toñy Castillo Meléndez

Entrevistas

Ricardo Campos Urbaneja

Rincón Poético

Carmen Carrasco Ramos

Cultural

Mateo Cladera, Alberto Giménez, Juan Antonio Mateos Pérez, Rogelio Bustos Almendros, Aurora Fernández Gómez, María Vives Gomila, Carme Tello Casany, Diego Sabiote Navarro, José Antonio Bustos Fernández, Loli Benítez Molina, Ana María López Expósito, Ángeles Martínez Martínez, Inma Rejón Ruiz de Valdivia, Francelina Robin, Silvio Rivas, Mª Teresa Ayllón Trujillo, Soledad Durnes Casañal, Gonzalo Lozano Curado, Antonio Cercós Esteve, Mari Angels Molpeceres, Enrique Martínez de Barrax, Diego Nieto, Ana García, Sergio Reyes, María Dolores Alabarcos Villa, Simone Leroy, Ana Martínez Parra, Germana Fernández, Tony Rojas, Fina López Martínez, Antonio Prima...

Fotos de Archivo y de socios del Proyecto

Granada Costa no se hace responsable de las opiniones vertidas por sus colaboradores. La firma en las columnas de opinión garantiza la independencia de la publicación.



Aurora Fernández Gómez
Profesora y Escritora
Palma de Mallorca

SAN VALENTÍN, AMORES IMPOSIBLES

Al leer una historia de amor,
cada quien revive las suyas propias
(André Maurois)

El día de San Valentín o simplemente San Valentín, es una festividad de origen católico que se celebra anualmente cada 14 de febrero como conmemoración de las buenas obras realizadas en Roma por este santo relacionadas con el amor, la amistad y la afectividad. Valentín de Roma, fue un sacerdote nacido en Terni en el año 226. Casaba en secreto a parejas jóvenes y a los soldados con sus prometidas en las mazmorras de las cárceles del imperio romano, lo cual estaba prohibido por el emperador Claudio II. Al enterarse mandó decapitarlo. Durante su encarcelamiento, supuestamente, envió una carta de amor firmada como “TU VALENTÍN” a la hija ciega de su carcelero y le pidió que la leyera y en ese momento recuperó la vista.

A partir del siglo XV el día de San Valentín se popularizó en todos los países.

EL AMOR COMO FUERZA UNIVERSAL.- Así lo definió Einstein, quien escribió más de mil cartas. “El AMOR es luz, dado que ilumina a quien lo da y lo recibe. Es potencia porque multiplica lo mejor que tenemos y permite que la humanidad no se extinga en su ciego egoísmo. Por amor se vive y se muere. El amor es Dios y Dios es amor. Cuando aprendamos a dar y recibir esta energía universal, querida Lieserl, comprobaremos que el amor todo lo vence, todo lo trasciende y todo lo puede, es la quintaesencia de la vida”. Fragmento de una carta que Einstein le dejó escrita a su hija para decirle que la quería y lo que pensaba sobre el amor.

¿SE PUEDE MORIR POR AMOR?

Parece ser que sí, es un tema universal y se han escrito ríos de tinta. Han hecho estudios sobre el amor Ortega y Gasset, Stendhal, André Maurois...

Margarita Gil Röesset, pintora y escultora -enamorada locamente de Juan Ramón Jiménez- dejó escrito en su diario una declaración de amor antes de suicidarse: “noche última en la que querría estar a tu lado ... y estoy sola, ¡sola! No estoy contigo. Estoy tan inmensamente lejos de ti ... aunque estás cerca. Pero en la muerte, ¡cómo te quiero! Tenía 24 años.

Bécquer, poeta del amor por excelencia, lo definió como “el manantial perenne de toda poesía, el origen fecundo de todo lo grande y el principio eterno de todo lo bello”.

Destacamos un fragmento del famoso poema: “VOLVERÁN LAS OSCURAS GOLONDRINAS”

Volverán las oscuras golondrinas
en tu balcón sus nidos a colgar,
y otra vez con el ala a sus cristales
jugando llamarán.
Pero aquellas que el vuelo refrenaban
tu hermosura y mi ducha a contemplar,
aquellas que aprendieron
nuestros nombres, esas no volverán...

El tema del amor es un recurrente en la lírica del Siglo de Oro.

Lope de Vega acaba un soneto con estos versos:

.../ beber veneno por licor suave/ mostrarse alegre, triste, humilde, altivo/ creer que un cielo en un infierno cabe/ dar la vida y el alma a un desengaño; / esto es amor, quien lo probó lo sabe.

Neruda: “ 20 POEMAS DE AMOR Y UNA CANCIÓN DESESPERADA ”

Puedo escribir los versos más tristes esta noche.
Escribir, por ejemplo: “La noche está estrellada,
y tiritan azules, los astros, a lo lejos.
/.../ Yo la quise, y a veces ella también me quiso.
En las noches como ésta ella también me quiso.
La besé tantas veces bajo el cielo infinito.
Cómo no haber amado sus grandes ojos fijos.
Puedo escribir los versos más tristes esta noche.
Pensar que no la tengo. Sentir que la he perdido.
Oír la noche inmensa, más inmensa

sin ella.

Y el verso cae al alma como al pasto el rocío.

Qué importa que mi amor no pudiera guardarla.
La noche está estrellada y ella no está conmigo.
Eso es todo. A lo lejos alguien canta.

A lo lejos.

Mi alma no se contenta con haberla perdido.

Será de otro. Como antes de mis besos.

Su voz, su cuerpo claro, sus ojos infinitos.

Es tan corto el amor y es tan

largo el olvido”.

Diego Rivera y Frida Kalho, vivieron un amor tormentoso, **Simone de Beauvoir y Jean Paul Sartre**, toda la vida juntos, pero nunca se casaron, **Cocó Chanel y Jean Cocteau**, amigos toda la vida.

José Ángel Buesa, famosos son sus poemas de amor y desamor. Poema de la culpa: Yo la amé, y era de otro, que también la quería/ perdónala, Señor porque la culpa es mía... Poema de la despedida: “Te digo adiós y acaso te quiero todavía”/.../

EL CANTAR DE LOS CANTARES comienza con estos versos:

¡Bésame con los besos
de tu boca! Tus amores
son más dulces que el vino!
¡Qué exquisito
el olor de tus perfumes!

Poema de amor de Elisabeth Barret:

¿CÓMO TE AMO?

¿Qué cómo te amo? Te diré, imagino
que te amo, con la hondura y la grandeza,
que mi alma logra en tierras de belleza,
en las horas de gracia, en que me empino.

Te amo, humilde, al nivel de mi destino,
-lámpara y sol te quiere mi pobreza –
cual se vuelve del rezo, con pureza,
como se lucha, por lo más divino.

Con el amor con que adoré a mis santos,
con esa fe que imaginé perdida,
y te amo, con mis risas y mis llantos;

te amo con el aliento de mi vida.
Mas si Dios quiere, yo sabré quererte
mejor y más aún, tras de la muerte.

En definitiva, cada uno expresa el amor como lo siente y según su propia experiencia. Madame de Staël dijo que el amor es un episodio en la vida de un hombre, y sin embargo es toda la existencia en la de la mujer.

águila
artes gráficas

Dirección: Av. de Jaén, 122, 23650 Torredonjimeno, Jaén
Teléfono: 953 34 00 21



Juan Antonio Mateos Pérez
Catedrático de Historia
Salamanca

VIVIR COMO SI DIOS NO EXISTIERA: FE, NIHILISMO Y SENTIDO

Nuestra cultura contemporánea parece decidida a vivir sin Dios. El nihilismo, el pluralismo social y la relativización posmoderna de las creencias no solo configuran el clima intelectual dominante, sino que penetran también en el interior mismo del cristianismo, afectando a su modo de comprenderse y de vivirse. No asistimos tanto a un ateísmo militante cuanto a una indiferencia religiosa generalizada, a un ateísmo práctico en el que muchas personas viven “como si Dios no existiera”, no por rechazo explícito, sino por irrelevancia vital. En este horizonte, Dios no es negado; simplemente deja de ser necesario.

Uno de los argumentos más persistentes de este ateísmo cotidiano sigue siendo el sufrimiento de los inocentes. Dostoevski lo expresó con una lucidez insoportable cuando, ante el dolor injusto, afirmaba que prefería devolver su entrada para el cielo. Esa protesta ética, que no es una negación de Dios sino una acusación dirigida contra Él, continúa resonando con fuerza. Ni la Sagrada Escritura ni la filosofía ofrecen una respuesta que cierre definitivamente la herida; a lo sumo, permiten habitarla sin falsearla. En este punto, el pensamiento moderno ha aprendido que quizá no toda pregunta exige una solución teórica, sino una transformación de la mirada.

A este escándalo del sufrimiento se suman otros argumentos característicos de la modernidad tardía: la supuesta incompatibilidad entre la imagen cristiana de Dios y la visión científica del mundo, o la convicción de que solo prescindiendo de Dios el ser humano puede alcanzar su plena autonomía. Nietzsche formuló esta intuición de modo radical al anunciar la muerte de Dios, no como un simple ateísmo teórico, sino como un diagnóstico cultural: «Dios ha muerto. Y nosotros lo hemos matado». Con ello no proclamaba tanto la inexistencia de Dios cuanto el derrumbe de un horizonte de sentido que había sostenido durante siglos la cultura occidental. La consecuencia, advertía el propio Nietzsche, no era la

liberación inmediata del hombre, sino su exposición al vacío, a la intemperie del nihilismo.

En este contexto, la pregunta por Dios se vuelve culturalmente irrelevante. No se responde negativamente; simplemente deja de formularse. El silencio se presenta como la actitud más razonable. Este ateísmo práctico no pretende demostrar que Dios no existe, sino configurar un mundo en el que Dios no sea necesario, un mundo autosuficiente que se explica y se legitima desde sí mismo. Sin embargo, como ya intuía Nietzsche, cuando desaparece Dios no queda automáticamente afirmado el hombre; queda, más bien, la tarea incierta de redefinir qué significa ser humano.

A esta situación se añade otra dificultad propia de nuestra sociedad plural: la creciente imposibilidad de precisar qué entendemos por Dios. La convivencia con otras religiones y cosmovisiones, junto con la conciencia de que existen formas de espiritualidad sin Dios — como el budismo —, ha erosionado profundamente la claridad conceptual del cristianismo. La fe cristiana se encuentra hoy confrontada a una pluralidad de relatos del sentido que cuestionan su pretensión de universalidad. El resultado es una cierta vaguedad religiosa, una fe difusa, incluso equívoca, que afecta también a muchos creyentes. No son pocos quienes conservan ciertos ritos o referencias simbólicas mientras viven, en la práctica, como si Dios no existiera, como si la hipótesis Dios no añadiera nada decisivo a su modo de estar en el mundo.

En este escenario cobra especial relevancia la intuición de Dietrich Bonhoeffer, quien, desde la prisión y ante la barbarie del nazismo, habló de la necesidad de “vivir como si Dios no existiera”. Lejos de ser una concesión al ateísmo, esta expresión apunta a una purificación radical de la fe. Bonhoeffer rechaza la idea de un Dios “objeto”, demostrable, manipulable, útil para rellenar los vacíos de nuestro conocimiento o de nuestra debilidad. No existe — afirma — un Dios cuya existencia pueda probarse como se prueba un hecho científico. Dios no es una pieza más del

mundo. En este sentido, Joseph Ratzinger insistirá más tarde en que Dios no compite con las causas mundanas, sino que se sitúa en un plano distinto, como fundamento del ser y del sentido, no como una explicación alternativa: «Dios no es un ser entre otros seres, sino el fundamento mismo del ser».

Bonhoeffer asume plenamente la mayoría de edad del mundo moderno. El ser humano es autónomo en la ciencia, en la técnica, en el arte y en la política, y el mundo funciona según sus propias leyes. Vivir “como si Dios no existiera” significa reconocer esta autonomía sin convertir a Dios en un re-curso funcional. Solo cuando Dios deja de ser un parche religioso puede el Evangelio manifestarse como verdadera buena noticia, no como una superestructura ideológica, sino como palabra que ilumina la existencia desde dentro.

Algo semejante intuían ya los primeros cristianos, acusados de ateísmo por la cultura grecorromana precisamente porque no se apoyaban en templos ni en signos exteriores de poder religioso. Su fe se expresaba como una forma de vida, como una existencia atravesada por una presencia que no se dejaba localizar en un lugar sagrado. Dios no estaba frente al mundo, sino en él y más allá de él a la vez. En esta línea, Emmanuel Levinas recordará que lo divino no se impone como objeto de conocimiento, sino que irrumpe en el rostro del otro, en la responsabilidad ética que me desborda: «La relación con el Infinito pasa por el rostro del prójimo». Dios no se encuentra fuera de la historia, sino en la exigencia ética que nos despierta del encierro en nosotros mismos.

Desde esta perspectiva, lo decisivo en la fe no es la adhesión intelectual a una doctrina, sino el proyecto de vida que se asume, el sentido que orienta la existencia y los valores que la configuran. Jürgen Moltmann lo expresará desde una teología marcada por el sufrimiento

«Ante Dios y con Dios vivimos sin Dios.»

DIETRICH BONHOEFFER

«Dios ha muerto. Dios permanece muerto. Y nosotros lo hemos matado.»

FRIEDRICH NIETZSCHE

histórico cuando afirma que el Dios cristiano no es un Dios ajeno al dolor del mundo, sino el Dios que sufre con las víctimas y abre un horizonte de esperanza más allá de la historia cerrada. La fe no consuela anulando el dolor, sino manteniendo abierta la promesa de que la última palabra no pertenece a la muerte.

Paradójicamente, en una cultura que proclama la muerte de Dios, también se habla de la muerte del hombre. Tal vez no sea casual. Al expulsar a Dios, el ser humano corre el riesgo de absolutizarse y, al mismo tiempo, de vaciarse. El mundo construido exclusivamente por nosotros mismos acaba reflejando nuestras propias fracturas. De ahí la necesidad de nuevas luces para la conciencia, no como evasión religiosa, sino como profundidad crítica frente a nuestras contradicciones.

La fe cristiana no propone una salvación que venga desde fuera, como una intervención mágica, sino una transformación que alcanza al ser humano en lo más hondo de su ser. Una semilla de resurrección habita ya en nosotros. Basta, como Nicodemo, salir en la noche, aceptar la intemperie de las preguntas y atreverse a nacer de nuevo. Preguntar no tanto qué es Dios en abstracto, sino qué soy yo para Dios, si es verdad que mi existencia es querida y esperada. Quizá entonces podamos descubrir que no estamos vacíos, que estamos habitados por el Dios de la vida, y que cada ser humano lleva inscrito en su interior un atlas del cielo, abierto definitivamente en la humanidad de Cristo.

PUEBLA DEL MAESTRE RECIBE AL ARZOBISPO DE MÉRIDA-BADAJÓZ EN UN ACTO CONMEMORATIVO DEL VIII CENTENARIO DE SAN FRANCISCO DE ASÍS

El pasado 27 de febrero, la localidad de Puebla del Maestre recibió la visita de su pastor, Su Excelencia Reverendísima Don José Rodríguez Carballo, OFM, arzobispo de Mérida-Badajoz, en una jornada marcada por la cercanía con la comunidad parroquial y el significado espiritual del encuentro.

Durante el acto se hizo entrega al arzobispo de una placa conmemorativa del 800 aniversario del tránsito de San Francisco de Asís (1226-2026), efeméride que se celebra como Año Jubilar Franciscano en toda la Iglesia.

La obra, realizada expresamente para esta ocasión, es una pintura inspirada en la tradición del arte de los exvotos, cargada de simbolismo y vinculada a la espiritualidad franciscana. A través de ella se rinde homenaje a la figura de San Francisco de Asís, recordando su legado de humildad, fraternidad y amor por la creación.

Este sencillo pero significativo gesto quiso unirse a las celebraciones del VIII centenario franciscano, que se conmemora en numerosas comunidades de todo el mundo, manteniendo viva la memoria y el mensaje universal del santo de Asís.



La Mirada del Abismo



Javier Serra
Profesor de Filosofía y Escritor
Palma de Mallorca

EL NARCISISMO DE LAS PEQUEÑAS DIFERENCIAS

Sigmund Freud —ese maestro de la sospecha que descubría complejos sexuales hasta en la forma de tu esponja de baño— fue el primero en acuñar una expresión para referirse a una pulsión tan antigua como la humanidad misma: el “narcisismo de las pequeñas diferencias”, un mecanismo según el cual comunidades con territorios adyacentes y rasgos casi idénticos se empeñan en odiarse por detalles nimios. El concepto resulta extraordinariamente útil en el escenario de la política española, en particular al observar en el enésimo intento de unir a los atomizados partidos de izquierda. Si el bueno de Monterroso levantara la cabeza sin duda habría reescrito su más famoso microrrelato en estos términos: “*Cuando despertaron, los partidos de izquierda todavía estaban discutiendo por el icono de su grupo de WhatsApp*”.

Imagino asistir a un concierto de una orquesta filarmónica con mi traje de gala. Todos los músicos están de acuerdo en lo fundamental: la partitura debe ser progresista, el director no puede ser un déspota con delirios imperialistas y el público merece derechos sociales de primera. Sin embargo, la función no empieza nunca. El público empieza a removerse inquieto en sus asientos. Algunos silban, otros se van jurando en arameo. Yo decido quedarme (de lo contrario, no habría artículo) ¿El motivo del retraso?



El primer violín se niega a tocar si el violonchelista no abjura de su pasado anarquista en la última asamblea de vecinos, y el flautista ha decidido escindirse para formar una “orquesta de vientos empoderados” porque el oboe usa una partitura en papel no reciclado.

Mientras tanto, en un estadio de fútbol próximo preparado para una actuación en directo, transmitida por redes sociales y apoyada por todos los magnates tecnológicos, oligarcas del mundo unido y tiranos de tres al cuarto, una banda de *heavy social metal* ha enchufado unos amplificadores del tamaño de un bloque de pisos. No necesitan afinar. Ni saber solfeo. Ni siquiera

componer: eso ya lo hará una inteligencia artificial por ellos. Tampoco es imprescindible que suban al escenario; unos avatares 3D bastan. Solo deben pulsar las teclas adecuadas del bulo viral y gritar consignas que quepan en un tuit de catorce palabras. Las faltas de ortografía no penalizan. Su música es tan atronadora y burda como devastadoramente eficaz.

Mientras tanto, la filarmónica continúa empantanada en disputas bizantinas. Cada intento de ordenar el caos despierta de inmediato a los *haters* de guardia, siempre temerosos de perder un protagonismo tan ruidoso como irrelevante. Están tan ocupados en

preservar la pureza moral de su interpretación de la sinfonía inacabada de Marx que olvidan un pequeño detalle: empezar los ensayos.

Es el eterno retorno de lo mismo, como diría Nietzsche (y con este ya he completado el trío de los maestros de la sospecha; prometo no añadir emoticonos con guiños). No hay nada nuevo bajo el sol. La izquierda se comporta como si la política fuera un certamen de virtud moral y no una herramienta imperfecta para gestionar la realidad. Prefieren algunos ser propietarios absolutos de un glorioso 2% de los votos —puros, castos e inmaculados, aun-

que invisibles en parlamentos autonómicos y nacionales— antes que compartir un modesto 15% (¿estoy siendo optimista?) con alguien que no usa su misma marca de colonia.

Para terminar, una fábula infantil: cuando el lobo ronda, quizá lo menos urgente sea decidir si la casa se construye con acero inoxidable de producción sostenible, piedra caliza local u hormigón con certificado verde. Lo prioritario es levantar una casa sólida y cerrar la puerta. Ya discutiremos después el *feng shui* del salón. Antes de que el lobo se relama —mejor dicho, se chupe las zarpas— tras haberse dado un festín con nuestros restos.



Un paseo por Dúrcal

Fina López Martínez
Dúrcal (Granada)

EL CINE DE DÚRCAL: UNA HISTORIA, UNA ILUSIÓN QUE SE HIZO REALIDAD

El cine de Dúrcal se inauguró el 3 de mayo de 1944 con la película *Morena Clara*, protagonizada por Imperio Argentina y Miguel Ligeró. Fue una verdadera máquina de sueños que estaba llena de magia.

Ver a Ava Gardner, a Marilyn Monroe, a Gary Cooper en el cine que regentaba Manuel Padial García, era todo un acontecimiento. En una sociedad rural donde no existía la televisión ni muchos divertimientos. El cine fue un escape a los problemas; así lo recuerdan los más ancianos que tenían un descanso cada vez que había que cambiar el rollo hasta que llegó la moda del multicopie, conocido por Cinemascope.

Las censuras de las películas estaban muy vigiladas por la iglesia. Se clasificaban en “para todos los públicos”, “para ma-

yores con reparo” y “gravemente peligrosa”. La más taquillera era *La hija de Juan Simón*, que tenían que repetirla todos los años.

En Semana Santa el cine permanecía cerrado. Las películas que más llenaron el cine fueron *Por un beso que le di en el puerto* de Manolo Escobar, *Los diez mandamientos* y *Ben-Hur*. En las fiestas se llenaba el cine, venía gente de todo el Valle de Lecrín. Los carteles los pintaba Rafael el sillero y Diego Moreno. Se pegaban los afiches y se le pintaban letreros artísticos como *Sensacional Estreno*.

Hoy en día el cine está cerrado, entrado en años como los espectadores que llenábamos el aforo, testigos de un mundo ideal lleno de sonrisas y lágrimas.





Francisco Ponce Carrasco
Valencia
Escritor y Periodista

EL TIEMPO PASA INEXORABLE

No pide permiso, no acepta sobornos, no se detiene a escuchar excusas

Avanza con la constancia de un funcionario cósmico que jamás hace huelga. Ante esa evidencia, la tentación es inevitable: ¿Y si pudiéramos detenerlo?

La idea resulta seductora. Parar el tiempo sería como pulsar el botón de pausa en mitad del caos: prevenir refrigerar el café antes de que se enfríe, la arruga antes de que aparezca. Un instante perfecto, inmóvil, eterno.

Pero aquí surge la primera trampa: ¿puede existir la vida sin movimiento? ¿Puede latir un corazón en un mundo estancado?

Si el tiempo se detuviera para todos, el universo se convertiría en una exposición de figuras de cera. Personas suspendidas en gestos incompletos, aves detenidas en pleno aleteo, relojes cumpliendo por fin su sueño de no trabajar.

No habría dolor, cierto, pero tampoco habría sorpresa. Ni risas. Ni segundas oportunidades. El silencio absoluto no es paz: es ausencia.

¿Y si solo se detuviera para nosotros? La fantasía del privilegio individual. Caminar entre los demás como un fantasma consciente, inmune al reloj. Pero pronto surgiría el vértigo: ¿qué hacer con un tiempo que no avanza? Cada decisión perdería peso. ¿Para qué elegir, si nada nos empuja?

El futuro dejaría de ser promesa para convertirse en un objeto decorativo. Sin riesgo no hay aventura; sin final, no hay historia.

Detener el tiempo también plantea un problema ético nada menor: ¿quién decide? ¿Quién tiene derecho a frenar la vida de los demás? El tiempo compartido es, quizá, el contrato social más básico. Todos envejecemos, todos perdemos, todos avanzamos. Romper ese pacto podría ser, efectivamente, explosivo. No una explosión ruidosa, sino una silenciosa: la de un mundo sin esperanza, porque la esperanza siempre mira hacia adelante.

Tal vez el verdadero deseo no sea detener el tiempo, sino negociar con él. Pedirle, que camine despacio cuando somos felices y rápido cuando duele. Pero el tiempo no negocia.

Y ahí aparece la paradoja final: no podemos detener el tiempo, pero sí podemos vivirlo con conciencia, con humor, incluso con cierta irreverencia.

Reírnos de su prisa, aunque sepamos que siempre gana. Porque si algo merece la pena no es congelar la vida, sino sentir su pulso, con todo lo que implica de: incertidumbre, cambio, pérdida... y asombro.



CLIMA IMPREDECIBLE Y REVUELTO

Desde el descaso dominical

Suenan lejanos truenos que se aproximan, caminando, observo la mutante gama de verdes que tiñen el césped según los cambios caprichosos de luz.

Sucede lo mismo con las ramas de los olivos, antes lánguidas ahora se golpean con fiereza entre sí, los chopos modulan en enervado y susurrante cántico, la tupida y reciente abundancia de las yemas de su hojarasca, que mariposea según la intensidad del viento.

Ya se aproxima el concierto de la naturaleza y cuando con más ímpetu ruga, de pronto, calma, calma tanto que parece que el tiempo se detiene, la mañana se hace noche y unas gruesas gotas ponen húmedos lunares en la bata de cola, que forma el suelo enladrillado de la terraza rojiza.

Huele a tierra mojada a incipiente jazmín, a romero, tomillo y genciana, las tejas de la techumbre vierten gruesos chorros como grifos abiertos que se desbordan.



Más tarde regresa la tranquilidad, el sol guiña otra vez, son tormentas vecinas ya de la primavera, que refrescan un calor todavía muy holgazán.

Primerizas y descaradas rosas retienen alguna gota de la lluvia, que se desliza apáticas por sus pétalos abiertos.

La naturaleza es tan grande y poderosa, que por momentos me hizo sentirme pequeño, insignificante, pero inmensamente feliz, mis sentimientos y emociones, se habían activado de nuevo.

Lo que ya no les cuento, es si al final, me lleve o no:

Un *“remoión morrocotudo”*.

LA SONRISA DE LOS OJOS

Hay expresiones que no necesitan labios



Además, tiene un valor añadido: genera confianza. Cuando alguien sonríe con los ojos, uno siente que puede bajar la guardia. Es como si el cerebro dijera: “tranquilo, esta persona no muerde... o, si muerde, lo hará con cariño”.

Esa mirada transmite cercanía, bondad y una empatía que no se aprende en manuales de autoayuda ni en cursos acelerados de carisma.

Lo curioso es que muchos poseedores de este “Don”, lo hacen sin saberlo, simplemente les brota innato.

Van por la vida repartiendo sonrisas oculares como quien reparte migas a las palomas, sin ser conscientes del bien que provocan. Personas cuya mirada te hace sentir un poco

mejor, aunque el día venga torcido y el café esté frío.

Y sí, también hay un punto de atractivo. En el fondo, la sonrisa en los ojos es una manifestación directa de la empatía. Es un lenguaje universal que no necesita traducción y que funciona igual en un ascensor, en una reunión tensa o en la cola del supermercado.

Sugerencia mirar un poco más despacio, con menos prisa y más curiosidad. Porque al final, cuando los ojos sonríen, el mundo —aunque sea por unos segundos— parece más amable.

Y eso, hoy en día, ya es mucho.

Son las sonrisas que viven en los ojos, esas que no piden permiso y que, cuando aparecen, iluminan más que una bombilla recién estrenada.

Porque seamos sinceros: la sonrisa bucal puede ensayarse frente al espejo, pero la sonrisa ocular no admite impostores. Los ojos son como ese amigo sincero que siempre dice la verdad.

La sonrisa en los ojos tiene algo de “superpoder” silencioso. No hace ruido, no interrumpe, no invade, pero conecta.

En tiempos de prisas, móviles y auriculares, una mirada risueña es casi un acto revolucionario. Un pequeño gesto de humanidad que atraviesa distancias y desarma defensas.

DIARIO DE UN POETA



Marcelino Arellano Alabarces
Escritor y Poeta
Palma de Mallorca

EL DÍA QUE CONOCÍ A LA POETA GLORIA SAINZ LUIS

Escribir de los amigos y amigas que, ya se fueron, me resulta a veces, doloroso. Pues me veo obligado a recordar los momentos felices que pasé junto a ellos y ellas. La mayoría de poetas de ambos sexos y escritores, que conformamos una época de oro dentro del indeciso ambiente cultural en que, por aquellas fechas, existía en Palma. Es verdad que se celebraban algunos actos, pero en cónclaves reducidos y la mayoría de ellos se celebraban en la casa de algunos de los poetas y allí dentro sin trascender, leían sus poemas y hablaban de cultura.

Pero un día, esperanzador, nos reunimos unos cuantos simpatizantes -aún no éramos amigos, sino amantes de la poesía y la cultura en general. Ello se produjo cuando me nombraron vocal de información de la Agrupación Hispana de Escritores, en una reunión que se celebró en el salón de actos de la Parroquia de San Magín, allí nos reunimos y se formó la primera junta directiva de la AHE. El primer presidente-delegado fue el amigo Francisco Argente. Allí se formó el embrión de lo que representaría en Mallorca, la AHE sirvió de revulsivo, éramos jóvenes y con ganas de realizar actos culturales de todas índoles. Semanas culturales, recitales de poesías, continuamente, y lo mejor de todo ello era ver que el salón de actos de la Caixa, siempre se llenaba. Era un sitio céntrico y cómodo para reunirnos.

Pero un día inesperado, dimitió el presidente regional y tuvieron el atrevimiento de nombrarme presidente, que, aún dependiendo de la central, que entonces estaba ubicada en Mataró, recuerdo que su presidente era por aquel entonces Laureano López Mela. Nosotros teníamos libertad absoluta para organizar actos culturales. En uno de esos actos me presentaron a la poeta Gloria Sainz Luis. Tuvimos una larga charla y le pedí que se hiciera socia de la AHE. Cosa que ella aceptó y desde aquel día, asistía a cuantos recitales se preparaban. Sería en el año 1984. Por aquel entonces ya era una persona de una cierta edad, pero muy animosa, colaboró intensamente en los actos culturales como en la revista Sa Roqueta, que la fundó y dirigió un servidor, desde el año 1978, durante ocho años. Su edición era cada tres meses.

Pero fue a raíz de fundar la revista Arboleda, cuando nuestra poeta de hoy, colaboró más estrechamente, no solamente con sus poemas sino, económicamente. Era una gran señora con un gran bagaje de experiencias vividas durante la guerra civil. Me encantaba escucharla contar hechos acaecidos y que ella había vivido en primera persona, porque, entre otras cosas, había sido bailarina en la compañía de Celia Gámez, con ella recorrió toda España, de teatro en teatro, con lo que ello conllevaba de privaciones, incomodidades y penurias, por una España en guerra. Nos contó muchas anécdotas que le habían sucedido o vivido, pero que no puedo contar, porque ella no me autorizó para poder contarlos.

Aparte de los encuentros en relación



a nuestro grupo, la visité más de una ocasión en su casa, primero en la calle San Fernando y después en su casa de Cala Mayor, frente al Palacio de Mirivent, residencia de los reyes en sus vacaciones estivales y por debajo del estudio del gran pintor Joan Miró. Un sitio idílico en dónde mayoritariamente viven gentes muy importantes: pintores, escritores y personajes de la farándula. En esas reuniones éramos tres o cuatro personas, casi siempre un sábado por la tarde, era un gozo escucharla, era un testimonio vivo de toda una época trágica.

Me van a permitir que cuente un hecho que me pasó en Madrid. Fui a presentar un libro en la Asociación de Escritores y Artistas de España, de la poeta Antonia Rodríguez Mateu (A.F.) fue un grupo numeroso que se desplazó de Palma a Madrid. Habían reservado habitación en un Hotel, el grupo había viajado por la mañana y un servidor por motivo de trabajo, lo hizo a las cuatro de la tarde, cuando llegué al Hotel y fui a inscribirme me dijeron que no tenía ninguna habitación reservada. Bien, pues deme otra habitación, contestación del recepcionista: "No queda ninguna libre". Bien, búsqume usted habitación en otro Hotel, respuesta: Imposible en Madrid y alrededores, debido a la Feria de Muestras en Barajas, los más cercano que le puedo encontrar hospedaje es Segovia. Imposible, le dije, dormiré en uno de aquellos sofás, al fin y al cabo, solamente es una noche. Eso es imposible, lo siento, me dijo. Ya me veía sentado en una butaca. En eso es-

taba cuando vi llegar a Gloria que iba acompañada de un matrimonio, él era director de cine. Les conté lo que pasaba, que se habían olvidado de reservarme habitación. Ante mi preocupación, el amigo de nuestra Gloria, dirigiéndose a su esposa, les dijo: "Querida, duerme tú en la habitación de gloria y Marcelino que duerma en la mía, no vamos a permitir que pase mala noche. Así se hizo y, aquella noche pude dormir bien. No recuerdo su nombre, de ello hace ya muchos años, pero nunca olvidaré el gesto maravilloso de aquel matrimonio, amigos íntimos de nuestra Gloria Sainz Luis.

Nació en un pueblo de Zaragoza y falleció en Palma a una edad avanzada. Quién la conocimos nunca la podremos olvidar, por su cultura y por su estilo de gran señora. Recuerdo que cuando yo narraba algo, ella siempre decía al terminar: "Genio y figura hasta la sepultura". Recuerdo muy nítidamente mi última conversación con ella, que más que hablarme era un balbuceo, se encontraba ya muy mal de su dolencia de huesos, me dijo que solamente deseaba morir, que ya había vivido lo suficiente. Unos días más tarde falleció. Con su muerte desaparecía uno de los puntales del grupo Arboleda", como entre otros lo fueron: Pedro Parpal y María Jesús Parras de la Rosa, y tantos otros, la vida al final solamente son recuerdos, en este caso, inolvidable. Allá dónde te encuentres, Gloria, sigue escribiendo.

Marcelino Arellano Alabarces
Palma de Mallorca

VOLVER

Quién fuera verso
para saltar las distancias
y en alas del viento
llegar a vuestra casa.
Compartir una vez más
el calor de la Navidad,
revivir junto al fuego
las dulces horas de la infancia.

Siempre, no estaré.
Cuando esto suceda
aunque esté muy lejos
os recordaré.

Buscaré un lugar
cerca de las estrellas
donde no alcance el dolor
y las campanas repiquen a Gloria.

Quién fuera Navidad
para volver, y volver.
El tiempo es olvido.
Y yo, de eso no sé.

Quién fuera viento para correr
y después que me haya ido
de la mano del tiempo
volver.

Recomendaciones del Doctor Juan Gustavo Benítez Molina



Juan Gustavo Benítez Molina
Dr. en Medicina
Málaga

CATARATAS: CUANDO EL CRISTALINO DEJA DE SER

Las cataratas son la principal causa de ceguera reversible en el mundo. Decimos que es reversible porque tiene solución. Pero, **¿por qué aparecen?** El **cristalino** es una lente que tenemos dentro del ojo. Este actúa como una lupa y posibilita que podamos enfocar la luz en nuestra retina. Además de esto, también sirve para poder enfocar los objetos que se sitúan a distintas distancias. Dicho de otro modo, logra que la imagen de un objeto se reproduzca exactamente en el lugar preciso para que se vea con nitidez. El cristalino se compone en su gran mayoría por agua y proteínas. Estas proteínas están dispuestas de una manera muy ordenada para, así, permitir el paso de la luz sin ningún tipo de irregularidad. Precisamente este orden es el que hace que el cristalino sea eso, cristalino. De ahí su nombre. Con el transcurrir de los años, estas proteínas tan bien organizadas pueden perder la disposición que tienen y generar pequeños acúmulos proteicos más densos e irregulares. Es de esta forma como se origina la **catarata**. En consecuencia, dicha afección constituye una pérdida de la transparencia del cristalino. Cuantos más años transcurran desde la formación de esa pequeña catarata, esta se irá haciendo cada vez más grande. Se perderá nitidez y la visión se verá afectada. No se conoce exactamente el motivo por el que el cristalino envejece y forma las cataratas. No obstante, lo que sí se sabe es que nuestro cuerpo en general, y nuestro cristalino en particular, no están evolutivamente desarrollados como para aguantar tantos años como los que vivimos hoy en día. En la actualidad, la esperanza de vida es larga. Y es que, hasta hace relativamente poco tiempo, la gente se moría en torno a los 50, 60 o 70 años como mucho. Ahora, que la esperanza de vida es tan larga, es lógico pensar que haya estructuras en nuestro cuerpo que, como no están preparadas para vivir tantos años, se cansen, se deterioren y dejen de funcionar como deben antes de tiempo.

Aunque hay algunos casos muy extremos en los que la catarata se puede ver a simple vista, lo normal es no poder verla si no es con algún instrumento óptico. De modo que, **¿cómo puedes saber si tienes cataratas?** Pues bien, si la catarata es muy incipiente, no se puede saber a no ser que te explore un profesional. No obstante, siempre puede surgir algún indicio que nos avisa de la posible aparición de las mismas. A medida que estas avanzan, la visión se va tornando un poco más borrosa, como más turbia. De esta manera, es fácil pensar que, si nuestra visión siempre ha sido buena y de repente comenzamos a ver cada vez más borroso, tal vez padezcamos de cataratas. Otro de los síntomas, que puede tener una persona que la esté desarrollando, es que el cristalino cada vez se va volviendo más turbio, más opaco. Cualquier luz que entre o que pase un elemento opacificado sufrirá una difusión, es decir, la luz entrará y se expandirá, ocasionando que cualquier brillo o deslumbramiento moleste mucho más. Esto

fenómeno se hará más evidente, sobre todo, por la noche. Así, algunas personas se dan cuenta de que pueden padecer de cataratas porque al conducir por la noche les molesta mucho la luz y los destellos. Igualmente, otro de los síntomas que se producen es que los colores se ven menos intensificados, es decir, que se ven cada vez más apagados. Más tenues cuanto mayor va siendo la catarata.

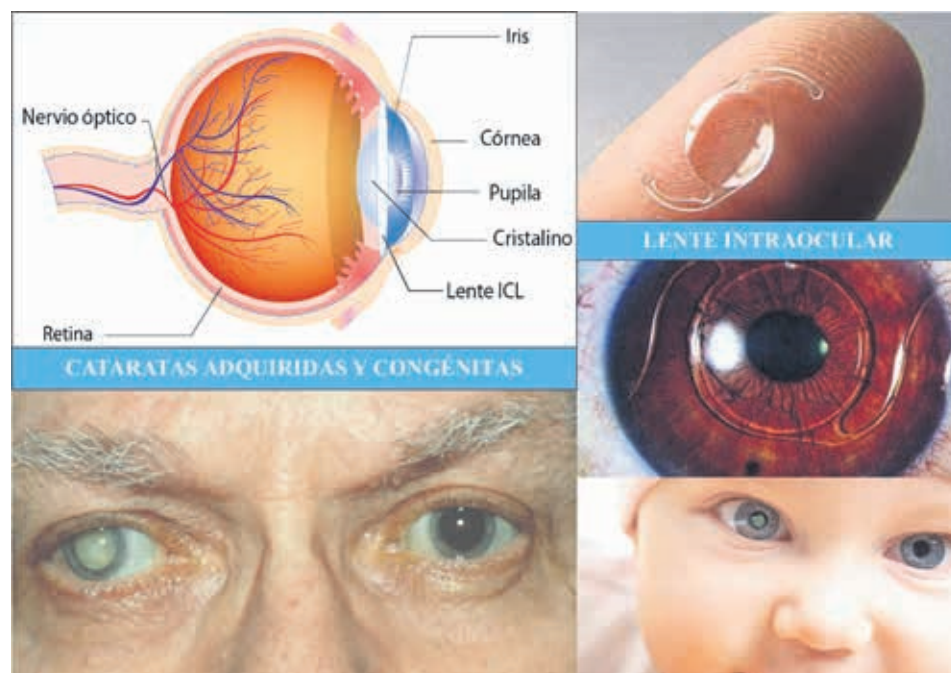
¿Cuáles son los factores que se asocian con la aparición de cataratas? La **edad avanzada** es un factor determinante para la aparición de las mismas, ya que suelen aparecer más o menos a partir de los 60 o 65 años de edad. Hay personas que desarrollan cataratas mucho antes, pero esto no suele ser lo habitual. Otros factores que también influyen en su aparición son: la **exposición a la luz solar**, la **diabetes**, la **hipertensión**, la **obesidad**, el **tabaquismo**, tomar **corticoides** durante mucho tiempo, el consumo significativo de **alcohol**, la **miopía alta**, **traumatismos** y tener **antecedentes familiares**. Así, es relativamente sencillo retrasar su aparición, llevando una vida saludable y protegiendo nuestros ojos de la radiación solar. **¿Cuáles son las medidas que se recomiendan para preservar la salud de tus ojos?** En primer lugar, protege tus ojos de la radiación solar con **gafas de sol**. Póntelas siempre que salgas a la calle, aunque el día no sea muy soleado. Puedes tomar **vitamina c** y **vitamina e**, **luteína**, **zeaxantina** y **carotenoides**, como los de la famosa **zanahoria**. **Omega 3** también resulta beneficioso para tu salud ocular.

Según el momento en el que aparecen las cataratas, existen dos **tipos**: las cataratas congénitas y las adquiridas. Las **congénitas** son las que tienen lugar desde el nacimiento. Suelen ser debidas a una afección durante el embarazo o a una patología hereditaria. Las **adquiridas** son las más frecuentes. Estas son las que generan mayor pérdida de visión en personas de más de 55 años.

Por otro lado, está la **clasificación** que nos dice dónde aparecen las cataratas. La **catarata subcapsular** es la que surge detrás del cristalino. Se da con más frecuencia en las personas diabéticas y en aquellas que han tomado altas dosis de corticoides. La **catarata central o nuclear** es la más común y es la típica del envejecimiento. Se inicia en el centro y se va extendiendo de forma progresiva hacia la periferia. Finalmente, encontramos la **catarata cortical**, que es la que comienza en la parte de la periferia y va entrando como con pequeñas ramificaciones hacia el centro.

Resulta curioso comprobar que, si padece de **catarata central**, puedes apreciar que tu visión de cerca mejora de forma inesperada y progresiva. Esto, lamentablemente, no significa que tu visión esté mejorando, sino más bien que un proceso de catarata central se está iniciando.

¿Cómo se tratan las cataratas una vez que aparecen? El único tratamiento que permite curar las cataratas es la **cirugía**. No existen colirios ni fármacos que puedan curarlas.



La cirugía de cataratas puede realizarse a cualquier edad y suele ser una intervención segura.

La mayor parte de las veces, los afectados solo deben recurrir a la cirugía cuando las cataratas les limiten la visión hasta el punto de sentirse inseguros, incómodos o incapaces de realizar sus tareas diarias. Extraer las cataratas antes de ese momento no aporta ninguna ventaja. En contadas ocasiones, las cataratas producen ciertos cambios, como la inflamación del ojo o un aumento de la presión ocular (lo cual recibe el nombre de **glaucoma**), que hacen aconsejable su rápida extracción.

La cirugía para eliminar las cataratas casi siempre se realiza con **anestesia local** (una inyección o gotas para los ojos). De esta manera, se adormece la superficie del ojo. También suele administrarse un sedante. En muy pocos casos, los niños (ya hemos comentado que algunas son congénitas, es decir, que aparecen desde el nacimiento) y los adultos que no puedan permanecer inmóviles durante la intervención quirúrgica, requieren anestesia general.

Durante la cirugía, el médico suele realizar una pequeña incisión en el ojo, a través de la cual extrae la catarata después de haberla roto mediante ultrasonidos. Así, elimina los fragmentos del cristalino. A este proceso se le llama **facoemulsificación**. El **ultrasonido** consiste en una vibración mecánica de frecuencia superior a la de las que puede percibir el oído humano. Este emplea ondas sonoras para producir fotografías de las estructuras internas del cuerpo. A veces los oftalmólogos usan un láser (**láser de femtosegundo**) en ciertos momentos de la cirugía de cataratas, como, por ejemplo: para practicar incisiones, penetrar en la catarata y ablandarla, facilitando su extracción con ultrasonidos. Cuando no se dispone de facoemulsificación, los oftalmólogos simplemente pueden extraer la lente durante la cirugía sin utilizar ultrasonidos. Esta técnica se denomina **extracción de cataratas extracapsular convencional**.

Una vez se hayan extraído todos los fragmentos, se coloca un **cristalino artificial (lente intraocular)**, que es de plástico o de silicona, en la cápsula del cristalino. No obstante, no siempre es posible colocar la lente intraocular de forma segura. Cuando no se pueda, la persona deberá llevar gafas con vidrio grueso o lentes de contacto después de haberse extirpado la catarata. Y es que recuerda que, a fin de cuentas, el cristalino es una lente.

El **procedimiento** suele durar unos **30 minutos**. La persona **puede irse a casa el mismo día**. No suelen requerirse suturas, ya que la incisión en el ojo es pequeña y sella por sí sola.

Quienes vayan a someterse a la operación deben conseguir con anticipación ayuda adicional en el hogar durante los días posteriores a la intervención quirúrgica, ya que es posible que su actividad se vea reducida (por ejemplo, pueden tener prohibido inclinarse y levantar objetos pesados). Además, pueden aparecer alteraciones de la vista, tales como visión borrosa y molestias al exponerse a la luz intensa, durante un corto periodo de tiempo después de la operación.

En las semanas siguientes a la intervención se utilizan **colirios** que contengan corticosteroides o antibióticos para reducir la inflamación, evitar las infecciones y favorecer la curación. Las personas operadas deben utilizar gafas o un protector de plástico para proteger el ojo de cualquier lesión durante el sueño hasta que se haya completado el proceso de curación. Esto puede durar unas semanas. Se debe evitar el frotamiento de los ojos, levantar objetos pesados y flexionarse excesivamente hacia adelante. Si una persona tiene cataratas en ambos ojos, muchos oftalmólogos dejan transcurrir algunos meses después de la primera intervención antes de extraer la catarata del otro ojo.



Rogelio Bustos Almendros
Fisioterapeuta y Escritor
Granada

CASTIGO A LOS PROFANADORES DE TUMBAS

*Cualquier transacción con el delito
es de parte del gobierno otro delito
(Napoleón)*

El 17 de febrero de 1923 un grupo de arqueólogos, científicos y autoridades egipcias, inglesas y francesas abrieron la **tumba del Faraón TUTANKHAMON**, en el Valle de los Reyes (Egipto), y penetraron en ella a pesar del aviso que figuraba en la puerta: **“La muerte tocará con sus alas a quienes se atrevan a turbar el reposo del Faraón”**.

Efectivamente, se cumplió aquella amenaza, pues en muy pocos meses 17 personas de aquellas que habían “perturbado el reposo del Faraón” murieron en circunstancias extrañas, inexplicables. Sin embargo, los obreros que allí trabajaban se negaron a entrar en la tumba porque pensaban que era una falta de respeto la profanación de la tumba y comentaron en voz alta: **“ya han encontrado el oro; ahora encontraran la muerte”**. Y así ocurrió.

TUMBA DEL GRAN CAPITÁN

Fue otro caso de profanación de tumbas que tuvo graves consecuencias. Los restos mortales de D. Gonzalo Fernández de Córdoba reposan en la iglesia del monasterio de San Jerónimo de Granada, y en el año 1810 durante la invasión francesa, fue saqueada y profanada por el ejército francés. En este caso el motivo era la envidia, el odio y la venganza por las numerosas victorias conseguidas por el Gran Capitán, especialmente contra los franceses. De sobra es conocido el final de los ejércitos

franceses; **la maldición a los profanadores de tumbas les perseguiría hasta su destrucción**. Sabido es que las guerras napoleónicas (1803-1815) murieron un millón y medio de franceses; trescientos mil murieron en España y el responsable, Napoleón Bonaparte murió vencido y desterrado en la isla de Santa Elena a los 51 años.

PROFANACIÓN DE LA TUMBA DE FRANCO

El Gobierno del Sr. Sánchez apoyado por diferentes partidos de la misma calaña, es decir, resentidos, con odio, con deseo de venganza y otros intereses partidistas y particulares decidieron la exhumación del cuerpo de Francisco Franco de la Basílica del Valle de los Caídos que se produjo el 24 de octubre de 2019. Un espectáculo macabro y vergonzoso televisado del que el Presidente del Gobierno Sr. Sánchez diría en un acto de homenaje en Madrid a una escritora, dijo que pasaría a la Historia por haber exhumado a Franco de un gran monumento. ¿Cómo se pueden interpretar estas palabras? Hay que tener mucha valentía para enfrentarse y vencer a los muertos en sus tumbas. Ignoraba que **Fulcanelli** había dicho que **“quien vence sin peligro triunfa sin gloria”**. Franco había permanecido enterrado en el Valle de los Caídos 44 años.

PRESAGIO EN EL VALLE DE LOS CAÍDOS

En el año 2000 por medio de mi primo José Antonio Bustos,

conocí personalmente al que fue un competente y honrado político, un escritor y sensible poeta, y un creyente en lo divino y humano, D. José Utrera Molina en su casa de Nerja. Allí surgió una sana y noble amistad y fue para mí un gran honor encontrarme entre sus amigos. Lo visitábamos en su casa al menos una vez al mes hasta su muerte (22 de abril de 2017). En nuestros encuentros hablábamos de muchos temas, mejor dicho, era él quien hablaba, pues D. José sabía contar las cosas, con amenidad y elocuencia, porque había vivido, era un manantial de vivencias, y le gustaba hablar porque con el uso el alma se afina. En todas sus conversaciones latía un depurado amor a ESPAÑA.

En cierta ocasión, nos contó lo siguiente: “El 20 de noviembre de 1974 Franco asistió a un funeral por el alma de José Antonio en la Basílica del Valle de los Caídos acompañado del entonces Príncipe D. Juan Carlos y algunos ministros entre los que me encontraba yo mismo. Al entrar en la Basílica, Franco incomprensiblemente, resbaló y estuvo a punto de dar con su cuerpo en el suelo si no lo hubiera sostenido el ministro Sr. Utrera que iba a su lado. Franco que jamás se alteraba ni perdía la calma por nada, en aquella ocasión se mostró manifiestamente alterado. Se analizó el sitio donde resbaló y también los zapatos, pero no se encontró nada que explicara el incidente,

¿Fue una premonición de lo que después ocurriría con su cuerpo y su enterramiento en aquel lugar? Para el Sr. Utrera Molina sí lo era, pues así lo dice en sus memorias. Aquel mal presagio ha empezado a cumplirse. **¿Tuvo Franco en aquel momento una visión paranormal de lo que iba a ocurrir con su cuerpo y su tumba en la Basílica del Valle de los Caídos?**

ESPAÑA AZOTADA

El maleficio de la tumba de TUTANKAMÓN no sólo afectó a los que penetraron a la tumba, sino también a los que la autorizaron, a sus familiares, a sus amigos... a todo su entorno.

Los que profanaron la tumba del Gran Capitán la maldición alcanzó a todo el ejército francés, pues murieron un millón y medio y de estos, en España 300.000 y su jefe, Napoleón Bonaparte vencido y desterrado en la isla de Santa Elena donde murió.

¿Qué les ocurrirá a los profanadores de la tumba de Franco? Ya empezó. Esposa y hermano del presidente investigados por corrupción, ministros en la cárcel, las instituciones corrompidas... Pero el maleficio se ha extendido a toda España. Desde entonces hemos tenido la pandemia COVID 19 con 140.000 muertos; el volcán de La Palma; la “DANA” de Valencia con 230 muertos; el apagón de toda España; el descarrilamiento de los trenes en Adamuz con 47 muertos, asesinos, violado-

res y terroristas, excarcelados... En cuanto a daños materiales, son inmensos: incendios, severas sequías, las persistentes calimas y, últimamente las lluvias torrenciales; y otros grandes males que nos vendrán porque todos somos copartícipes de esta profanación, pues es el pueblo quien elige a sus gobernantes. Por otra parte, no se opuso a esta profanación. ¿Conformidad, indiferencia, pasividad, miedo?

LA IGLESIA CATÓLICA

¿Tocará el maleficio a la Iglesia Católica? Ningún impedimento ni oposición del Vaticano. La Conferencia Episcopal Española tampoco se opuso. Dejaron a la familia y a otros muchos religiosos en el mayor de los abandonos, igualmente a amigos y a muchos españoles que gritaban: **¡Dejad en paz a los muertos!**

“El maleficio seguirá avanzando hasta que no se produzca una reparación”, afirman los profetas de todos los tiempos, y el culpable y todos los que hayan colaborado en la profanación sufran su castigo.



XIV CERTAMEN DE POESÍA DEDICADO AL SONETO “CARLOS BENÍTEZ VILLODRES”

Desde el Proyecto Nacional de Cultura Granada Costa, a través de su Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras, y con motivo de difundir la poesía, se convoca el XIII Certamen Internacional de poesía dedicado al soneto, “Poeta Carlos Benítez Villodres”.

1) Podrán participar todos los hombre y mujeres de cualquier nacionalidad que lo deseen, siempre que estén suscritos al Proyecto de Cultura Granada Costa, con un solo poema (so-

neto), escrito en castellano. El tema será libre.

2) El soneto deberá ser inédito y escrito en formato DIN A4 por quintuplicado, a doble espacio y por una sola cara.

3) Cada autor presentará un único trabajo que será firmado con un pseudónimo, el cual figurará en la cara exterior de un sobre cerrado, en cuyo interior deberá ir el nombre y dirección del autor, número de teléfono y correo electrónico. Se acompañará de un certificado del propio autor, en el cual se acredite que el soneto es inédito y de su pro-

piedad.

4) Todos los **trabajos** deben remitirse a: **Proyecto Nacional de Cultura Granada Costa. Avenida de Andalucía, 18. 2ª Planta. 18611 Molvizar, Costa Tropical, Granada (España).**

5) Premios: El primer premio consistirá en la **edición de un libro de 110 páginas** en blanco y negro más portada a color, donde figurará el poema ganador y poemas que aportará el premiado para la edición del libro, y diploma del ganador. El **ganador** del primer premio **percibirá 100 ejemplares de la obra.**

Otros premios: Tres finalistas con diploma acreditativo.

6) El día **1 de septiembre de 2026** finalizará el **plazo de admisión** de los trabajos.

7) El **fallo del jurado** se hará público el día **30 de septiembre de 2026** en la página web del Proyecto de Cultura Granada Costa: <https://granadacostanacional.es/>.

8) El fallo será inapelable quedando las obras premiadas en propiedad del Proyecto Global de Cultura Granada Costa reservándose el derecho de editarlas o difundirlas en nuestros medios

de comunicación. Las no premiadas serán destruidas.

9) El ganador se compromete a recoger su premio.

10) El jurado está compuesto por un grupo de académicos de reconocido prestigio en el mundo de la poesía: D. Diego Sabiote Navarro, Subdirector y Delegado Nacional de Literatura de la Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras Granada Costa, Doña Carmen Carrasco Ramos, Delegada Nacional de Poesía y Don Marcelino Arellano Alabarces, Vocal de la Academia.



María Vives Gomila - Profesora emérita de Psicología de la UB y Escritora Palma de Mallorca

¿QUÉ IMPLICA LA INHIBICIÓN EMOCIONAL?

¿Por qué en ocasiones evitamos determinadas situaciones, que sentimos nos pueden complicar la vida? Inhibimos la respuesta a un estímulo determinado cuando intuimos que, de no hacerlo, aparecerá esta señal de displacer como antesala de la angustia. Constituye un freno, que impide dar una respuesta reflexiva y adecuada a una situación externa, una manera de defendernos para evitar estos síntomas.

Podríamos plantear distintas causas de la denominada ‘inhibición emocional’: por un lado, estaría el miedo al ridículo, situación experimentada como incómoda y no siempre tolerada; por otro, están las personas de ‘alta sensibilidad’, que fácilmente pueden confundir su actitud con timidez, cuando, en realidad, suelen ser las primeras que captan la situación e intuyen los aspectos más poliédricos, que genera una pregunta como consecuencia de su alta sensibilidad.

Hay causas, relativas a otras categorías, como experiencias traumáticas, una educación restrictiva o patrones de pensamiento negativos. Se trata, en estos casos, de personas, que pueden sentirse desconectadas de sus emociones o que restringen su expresión afectiva. Suelen tener dificultades para establecer relaciones interpersonales satisfactorias, por lo que necesitan conocer las causas, que subyacen a su ‘inhibición’ para poder expresar con mayor libertad sus emociones. Finalmente, hay personas, que tratan de controlar sus sentimientos por

temor a actuar de forma agresiva. En consecuencia, si reprimen el enfado u hostilidad, que sienten, suelen somatizar esta carga emotiva.

Pero, volvamos a las personas de ‘alta sensibilidad’ y que han podido confundir su capacidad con introversión o timidez¹, aunque no toda persona introvertida inhibe su respuesta, ya que depende del referente que utilizan para expresar sus emociones.

Las personas con una alta sensibilidad poseen una personalidad muy definida. Según Elaine Aron, son empáticas e intuitivas. Saben ponerse en lugar de los demás a niveles muy profundos. Son personas reflexivas que tratan de encontrar la solución más adecuada; son detallistas, cuya capacidad de análisis les permite percibir y analizar una situación desde diferentes perspectivas. Se conocen emocionalmente, posición que no les importa mostrar.

Una de sus características es que están a gusto consigo mismas. Son capaces de trabajar en equipo, aunque esto no impide que el exceso de información,

¹ Jung plantea la introversión y la extroversión como dos polos opuestos de la personalidad: los introvertidos son personas ideativas y reflexivas, que utilizan su capacidad de pensar para resolver problemas a partir de referentes internos, tendiendo a considerar su vida interior como fuente de reflexión. Los extraversivos o (extratensivos) son personas más espontáneas y afectivas, que tienden a enfrentarse a las dificultades con mayor espontaneidad y afectividad que el tipo introvertido. Resuelven sus contratiempos a través de la relación interpersonal.

La timidez es el miedo o la ansiedad, que se experimenta en situaciones sociales, aunque exista el deseo de interactuar con los demás.



que procesan, les pase factura. De ahí que prefieran repartir su tiempo con un número reducido de personas, más que frecuentar ambientes multitudinarios.

Conocerse a sí mismas les permite conocer a las otras personas y que éstas se comprendan y ayuden. Una de sus ventajas es que consiguen transformar en positivos, sus actitudes y sentimientos negativos.

Pese a todas estas capacidades, que se convierten en ventajas, las personas altamente sensibles (PAS) pueden llegar a sentirse extrañas, raras. Son conscientes de percibir detalles, que no siempre captan los demás, por lo que tienden a encubrir estas habilidades, que, en determinadas ocasiones, hace que se sientan frágiles y vulnera-

bles. Su carácter autoexigente y perfeccionista con el entorno les ha llevado a confundir sensibilidad con introversión, timidez, incluso ineptitud.

Entre las desventajas de las personas de este grupo destaca su sensibilidad ante el estrés, que, en circunstancias límite, hace que se sientan angustiadas o deprimidas. Otra dificultad estriba en las altas expectativas, que sitúan en las personas de su ambiente próximo, de quienes esperan recibir, dado su elevado nivel de compromiso y responsabilidad. Suelen ser personas críticas con ellas mismas y su entorno, por lo que tienden a evitar situaciones, percibidas como conflictivas. A pesar de las capacidades que poseen, la sociedad no siempre en-

tiende a las personas ‘de alta sensibilidad’; este hecho hace que se sientan incomprendidas y diferentes en un mundo, en el que se potencia y valora, de manera especial, la fuerza y la extroversión.

En cualquier caso, la expresión o manifestación espontánea de nuestras emociones facilita un intercambio afectivo satisfactorio, que permite la continuidad de nuestra relación con las demás personas.

C.G. Yung. (2021/1921). Tipos psicológicos. Madrid: Trotta (Original del alemán, 1921. Zürich: Verlag.

Elaine Aron (2016). El don de la sensibilidad. Capellades (Barcelona): Romanyà/Valls.



Tony Rojas Almería

REFRANES DEL REFRANERO ESPAÑOL

- 1 - Marzo marceador, de noche llueve y de día hace sol.
- 2 - Sol de marzo, pega como mazo.
- 3 - Marzo, marzada: aire, frío y granizada.
- 4 - Nieve en marzo, vale un dinerazo.
- 5 - En Marzo la veleta, ni dos horas está quieta.

- 6 - Si marzo no marcea, abril ventisquoa.
- 7 - A quince de marzo, da el sol a la sombra, y canta la alondra.
- 8 - En marzo, cada gota quita un cuarto.
- 9 - Marzo engañador, un día malo y otro peor.
- 10 - Los aires y los soles de marzo, queman las dueñas del palacio.



José Antonio Bustos
Empresario y Escritor
Almuñécar (Granada)

¿A QUÉ EDAD SE ES VIEJO?

Los jóvenes se sienten decepcionados al ver que no participamos de su sorpresa cuando acaban de descubrir que las gallinas ponen huevos (Maugham)

Sobre los viejos se han escrito muchos libros. Unos escritores porque ya han llegado o creen que están cerca a esa edad, otros porque van camino de ella, incluso algunos que están bastante lejos. Cada cual tiene su propia opinión que la expresa según su punto de vista que no siempre coincide con la verdad, porque cada persona tiene su propia vida, o como suele decirse, “cada persona es un mundo” que lo sufre o lo goza, pues son muchos los condicionantes y, muy especialmente, el carácter.

Aquel gran sabio nacido en Córdoba y muerto en Roma que se llamaba Séneca, en uno de sus libros decía: “donde quiera que vaya veo señales de mi vejez”, sólo tenía 55 años. Y su amigo Lucilio a quien le escribía, no le animaba mucho cuando le contestaba que era muy “molesto tener la muerte ante los ojos”. Entonces Séneca para espantar los fantasmales pensamientos le decía que la muerte tanto la tiene delante el joven como el viejo, porque no es según la edad como somos llamados al otro mundo.

En otras ocasiones para animarse él mismo y a los demás decía que cuando fuéramos a acostarnos rezáramos y también nos dijéramos a nosotros mismos: “He vivido, he recorrido el curso que la fortuna me concediera. Si Dios me concede un día más aceptémoslo con alegría y así cada día nos levantaremos con nuevas fuerzas”.

Esto es lo que yo vengo haciendo hace ya bastante años y me ha ido muy bien, y ya he cumplido los 94. Y pienso seguir haciéndolo.

El filósofo y gran orador Cicerón hace 2000 años escribió un gran libro sobre la vejez, y pone en boca de Catón el censor, gran político, elocuentes palabras para rebatir las acusaciones a los viejos. Dice lo siguiente: “Cuando reflexiono sobre este asunto encuentro que son cuatro razones que hacen parecer miserable la vejez:

1º.- “Porque aparta de los negocios”. Por lo que a mí respecta, no me he apartado de los negocios, sigo al pie del cañón, pero de otra manera. Para llevar la administración no se necesita fuerza física, sino juicio, prudencia, conocimiento, sentido común, etc.

2º.- “Porque debilita el cuerpo”. Es normal que se pierdan fuerzas, oído, vista, dientes, pelo, no puedes hacer grandes caminatas, y pierdes también otras muchas cosas, pero la ciencia, la técnica y la medicina pueden paliar todas estas deficiencias. En cambio, con la edad se fortalece el espíritu.

3º.- “Porque se priva de casi todos los placeres”. - En esto lleva parte de razón. En cambio, se atenúan o se pierden los deseos, las pasiones y, por otra parte, nacen otras que compensan lo perdido. Conforme se avanza en edad se van cambiando también los placeres. Uno de esos placeres es la re-



unión con buenos amigos, las conversaciones y los recuerdos. A propósito de esto, en una reunión reciente uno me dijo que yo fui el Pericles de Almuñécar durante mi etapa de alcalde porque hice grandes obras y el primer enclave turístico de la costa tropical granadina. Esto es uno de los mayores placeres de los que se pueden disfrutar. (Ahora tendré que leer la historia de Pericles para saber qué hizo)

Por supuesto que hace hincapié en la pérdida del placer carnal, pero si se carece de deseo, pues no es causa de sufrimiento.

Conocí a un gran político que había desempeñado diferentes cargos que me confesó que el apetito carnal era una plaga funesta porque los hombres son arrastrados por él y eran causa de traicio-

nes, de indignidades, de toda clase de corrupciones, es decir de todos los males. Me contó la anécdota de un escritor de teatro llamado Sófocles de la antigua Grecia que le preguntaron si usaba de los placeres de Venus, y contestó: ¡“Guárdeme los dioses! De buena escapé de ellos como de un señor salvaje y furioso”.

Que los placeres de Venus son “salvajes, furiosos y objeto de todos los males no son sólo opiniones, son hechos. En Andalucía se gastaban los políticos el dinero de los contribuyentes en estos placeres. Los ministros y otros cargos políticos con muchas “sobrinas”; otros con acoso sexual y algunos siempre con la bragueta abierta. Y el último caso está ahí, un alto mando de la policía. Y el señor ministro de Interior sin enterarse

de nada. Algo muy grave le tiene que pasar. Para qué seguir si de sobra es sabido. ¿Y de lo que no se sabe? Sigamos con Cicerón.

4º.- “La vejez es vecina de la muerte”. Todo lo que existe está en el aire, nada es seguro, lo único seguro es que desde que nacemos caminamos hacia la muerte, ¿Por qué temerla?

Lo mismo que decimos que hay que saber vivir del mismo modo hay que saber morir. “La Naturaleza nos dio una posada para parar, no para habitarla”, dijo Cicerón, y así es, así lo entiendo y lo espero. No obstante, mientras pueda diré como aquel empresario y consejero norteamericano de varios presidentes Bernard Baruch: “Sea mi edad la que sea, para mí empieza la vejez quince años más tarde”

III CERTAMEN DE “POESÍA MÍSTICA ESCRITORA Y POETA CLEMENTA LÓPEZ” GRANADA COSTA

Desde el Proyecto Global de Cultura Granada Costa, a través de su Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras, y con motivo de difundir la poesía se convoca el II Certamen de Poesía Mística Escritora y Poeta Clementa López.

1) Podrán participar todos los hombre y mujeres de cualquier nacionalidad que lo deseen, siempre que estén suscritos al Proyecto de Cultura Granada Costa, con un solo poema, escrito en castellano. El tema será el misticismo.

2) El poema deberá ser inédito y

escrito en formato DIN A4 por quintuplicado, a doble espacio y por una sola cara.

3) Cada autor presentará un único trabajo que será firmado con un pseudónimo, el cual figurará en la cara exterior de un sobre cerrado, en cuyo interior deberá ir el nombre y dirección del autor, número de teléfono y correo electrónico. Se acompañará de un certificado del propio autor, en el cual se acredite que el poema es inédito y de su propiedad.

4) Todos los trabajos deben remitirse a: Proyecto Nacional de Cultura Granada Costa. Avenida de Andalucía, 18. 2ª Planta. 18611 Mol-

vizar, Costa Tropical, Granada (España).

5) Premios: El primer premio consistirá en la edición de un libro de 110 páginas en blanco y negro más portada a color, donde figurará el poema ganador y poemas que aportará el premiado para la edición del libro, y diploma del ganador. El ganador del primer premio percibirá 100 ejemplares de la obra. Este libro se repartirá de forma gratuita entre los socios del Proyecto de Cultura Granada Costa.

Otros premios: Tres finalistas con diploma.

6) El día 1 de septiembre de

2026 finalizará el plazo de admisión de los trabajos.

7) El fallo del jurado se hará público el día 30 de septiembre de 2026 en la página web del Proyecto de Cultura Granada Costa: <https://granadacostanacional.es/>.

8) El fallo será inapelable quedando las obras premiadas en propiedad del Proyecto Nacional de Cultura Granada Costa reservándose el derecho de editarlas o difundirlas en nuestros medios de comunicación. Las no premiadas serán destruidas.

9) Los ganadores/as se comprometen a asistir a recoger su premio.

10) El jurado estará compuesto por un grupo de académicos de reconocido prestigio en el mundo de la poesía. La presidenta del jurado será la escritora, poeta y profesora de universidad, María Teresa Ayllón Trujillo, Vocal de la Academia Granada Costa.

11) La participación está abierta a todos los socios del Proyecto, independientemente de que hayan sido participantes o ganadores del mismo en ediciones anteriores.

Para más información, tienen a su disposición el correo electrónico fundacion@granadacosta.net y el teléfono de contacto 958 62 64 73.

Josefina Zamora
Lleida

El abuelo José y los conejitos

El abuelo José se dirigió, como cada mañana, a su pequeño huerto, que cuidaba con esmero y en el que plantaba toda clase de verduras: tomates, pimientos, berenjenas, judías, pepinos, calabacines, cebollas, zanahorias...

Cuando estaba cansado, se sentaba debajo de una gran higuera que tenía, y allí, bajo el fresco, contemplaba con orgullo su trabajo.

Siempre estaba en guerra con los pájaros y las palomas, porque se comían las flores de sus plantitas. Mientras estaba sentado debajo de su querida higuera, se dio cuenta de que las hojas y los tallos más tiernos de sus plantitas estaban comidas.

Se levantó de golpe y pensó: "Estos malditos pájaros se comen no solo las flores, sino también los tallos de las plantas, y luego cuesta más que salgan nuevos tallos y los frutos tardan más en salir"

Pero fijándose bien, se dio cuenta de que aquello no era obra de los pájaros, porque las hojas y los tallos estaban mordidos.

—¡Ay Dios! Esto no son los pájaros"

Y se puso a observar con atención qué era lo que se comía sus queridas verduras, hasta que descubrió quién era: un pequeño conejito que tranquilamente se dedicaba a comerse las hojitas tiernas de lo que mejor le parecía.

Adiós. Cuando lo vio el abuelo José lo primero que pensó fue que tenía que cogerlo para que dejara

de comerse sus queridas verduras.

Así que lo primero que hizo fue poner una pequeña trampa para poder cogerlo. Con tranquilidad la preparó y la puso donde más o menos tenía costumbre de ir a comer el animalito. Era una jaula con una puerta que al entrar la presa se cerraba automáticamente. Le puso un poco de hierba y un trozo de pan y esperó hasta la mañana siguiente.

Pero cuál sería su sorpresa cuando vio no solo a un conejito, sino a dos.

Uno de ellos, por querer salir, se había atrapado una patita con uno de los hierros. El abuelo José, con mucho cuidado, sacó primero al que tenía la patita enganchada y también miró a ver si estaba rota, pero no, solo un poco enrojecida por el esfuerzo realizado para poder escapar.

Una vez lo tuvo en la mano, se dio cuenta de que era una bolita pequeña y peluda. Los conejitos eran tan pequeños que no tuvo valor para matarlos y, cerrando la jaula, empezó a darles de comer, les puso un cacharrito con agua y los dejó en la jaula. En un principio los conejitos estaban asustados y no querían comer, pero el abuelo los puso en un lugar fresco y cada día les daba de comer. Cuando quedaba un trocito de pan en la mesa le decía su mujer, que no lo tirase, que se lo daría a los conejitos.

El abuelo José mientras les daba de comer dijo:

—¡Ay Dios! A este paso se me llena el huerto de conejos. ¿Pero



cómo han entrado si todo está vallado y no hay lugar para pasar". Pero en lo que el abuelo José no pensó es que aquellas bolitas de algodón podían pasar por cualquier lado.

Así pues, se dedicó a darles de comer y a cuidarlos, pero un día el abuelo se descuidó y el que había tenido la patita herida, como ya estaba mucho mejor y había crecido y engordado y se sentía fuerte, en cuanto vio la primera oportunidad empujó la puerta y salió corriendo entre las verduras.

El abuelo lo vio y salió corriendo tras él, pero el conejito era mucho más rápido y dando un salto salió por un agujero que tenía la valla y se fue corriendo como un rayo.

El abuelo, viendo por donde había salido el conejito, cerró muy bien el agujero y se fue a ver si el otro también se había escapado; pero no, el otro estaba tranquilamente comiendo. Cerró la jaula y esperó unos días, pero se dio cuenta de que el conejito que se había quedado empezaba a estar triste e incapaz de matarlo, lo

metió en el coche y lo llevó lejos del huerto, lo dejó en libertad.

"Anda, conejito, ya eres libre. Corre en libertad y no vuelvas a mi huerto a comerte mis verduras".

La verdad era que el abuelo José pensó que no tenía sentido tenerlo encerrado y tampoco tenía valor para matarlo, así que le dio la libertad para que corriera libre por el campo. El pequeño conejito al verse libre echó a correr y en un instante se perdió entre los matorrales.

Mateo Cladera
Periodista
Palma de Mallorca

APENAS SABEMOS NADA

*Sin tradición, el arte es un rebaño de ovejas
que no tienen pastor.
Sin innovación, es un cadáver.*

WINSTON CHURCHILL

Los de mi generación somos como viajeros desplazados por un nuevo territorio que ha cambiado radicalmente. En poco tiempo, mi generación ha transitado por las secuelas de una guerra civil; la llegada

del hombre a la luna; la sed de libertad cuando el régimen agonizaba; la Guerra Fría; el esfuerzo colectivo por la democracia plasmado en una constitución socialmente avanzada, pero con un dibujo territorial vulnerable; el sueño de Europa progresando hacia la integración; la guerra de Irak; la crisis económica mundial; los crímenes del yihadismo; la incapacidad de gestionar los procesos migratorios; el avance de la insolidaridad; los nacionalismos y los populismos que venden recetas simples para problemas complejos adornadas con eslóganes de falsa seguridad.

Ni siquiera entendemos bien lo que sucede a nuestro alrededor: la comunidad internacional está quebrada, horizontal y verticalmente, entre los países y dentro de ellos. La desigualdad ha incrementado el número de desfavorecidos, pero también ha aislado a las clases dirigentes, a políticos, empresarios, expertos y hasta a filántropos, que se autodesignan para acometer fines sociales sin atajar las causas de los problemas. Creo que ni comprendemos el calado profundo del cambio, ni anticipamos las reacciones de una sociedad herida. Los de mi generación, la mayoría, apenas sabemos nada.



José Segura Haro
Presidente del Proyecto de
Cultura Granada Costa

ENTREVISTA A PEDRO MANUEL TITOS MARTOS. ALCALDE DE LECRÍN.

Entre la vocación de servicio y una “burocracia infumable”, Pedro Titos dibuja en esta entrevista un retrato muy real de lo que significa gobernar en el Valle de Lecrín: un municipio compuesto por seis pueblos, cada uno con su carácter, costumbres y necesidades. Tras 33 años en la Administración de Justicia, el alcalde reivindica el respeto como brújula y explica por qué pidió excedencia para estar “24 horas” con sus vecinos. Repasa las actuaciones más inmediatas—del consultorio de Talará a la entrada por Mondújar y la cubierta de la pista polideportiva de Béznar— y mira al futuro con proyectos que enlazan cultura, senderismo y la Ruta de Boabdil. Con deuda cero y un remanente superior al millón de euros, defiende invertir en servicios, cuidar el agua y sostener una agricultura donde la naranja sigue siendo símbolo, aunque asome el cambio de cultivos. También avanza la cesión del merendero y la recuperación del Castillo de Zoraya.

Pedro, usted nunca tuvo inquietud política en sus inicios. ¿Qué ocurrió para que finalmente aceptara ser alcalde de Lecrín?

Si, efectivamente nunca tuve esa inquietud. Pero por circunstancias en momentos determinados, y con la ayuda de gente que me convenció, apoyo y ánimo para que diera el paso, así lo hice finalmente. No me arrepiento. Si tienes vocación de servicio esto no es un trabajo, es hacer algo que te ilusione.

Después de tantos años en la Administración de Justicia, ¿qué valores o aprendizajes le han servido más para gobernar un municipio?

Los 33 años en los Juzgados sirve para muchísimo en todos los aspectos de la vida de una persona. El valor principal que se adquiere es el respeto. Respeto a las personas, a las ideas, a la ley. Son multitud de situaciones de vida las que vas viendo a lo largo de la vida laboral en un Juzgado, por desgracia, del lado oscuro. A la atención al público con problemas tremendos, te hace más sensible, y es lo que traslado al Ayuntamiento.

Ha dicho usted que un alcalde debe tener paciencia y empatía. ¿Esas virtudes siguen siendo las más necesarias para gobernar hoy?

Si, por supuesto. Paciencia, empatía son muy necesarios para entender a los vecinos con sus problemas. Gestionar es la palabra correcta. Gestionar los problemas de los vecinos, los recursos del ayuntamiento y todo lo que conlleva eso. Aquí se me complica eso por seis, al estar compuesto este ayuntamiento por seis pueblos, no anejos, seis pueblos que en los años sesenta se unieron para constituir este ayuntamiento. Cada pueblo con sus costumbres, carácter y festejos.

¿Qué es lo que más le recompensa del trabajo diario en el Ayuntamiento y qué es lo más duro del cargo?

Lo que más satisfacción da como Alcalde es cuando consigues algo que necesitan los vecinos, que lo demanda y has podido conseguir. Y lo más duro es, al contrario, cuando te demando algo necesario y se puede conceder por circunstancias económicas o legales. La burocracia me mata, es infumable.

Fue reelegido por mayoría absoluta en 2023. ¿Qué cree que valoran sus vecinos al confiar de nuevo en usted?

Pues no sé, habría que preguntarle a ellos. Espero que haya sido porque hayan visto que he trabajado para el pueblo con honestidad y humildad. Como servidor del pueblo.

¿Qué peso real tiene la política de partido en un municipio pequeño? ¿Se gobierna más desde el sentido común que desde la ideología?

Pues realmente tiene poca incidencia. Un pueblo pequeño se rige por los valores propios que determinan el carácter del pueblo en sí. Por eso mismo, un Alcalde debe conocer perfectamente a sus vecinos, sus inquietudes y ser uno más de ellos para llegar a conseguir una gestión satisfactoria.

Ha pedido una excedencia total para dedicarse al pueblo. ¿Cómo toma uno una decisión tan de vida?

En la anterior legislatura no estuve con dedicación exclusiva en la



Alcaldía. Alternaba el trabajo en el Juzgado, que tenía mi puesto en Motril, con la Alcaldía por la tarde. Aquello no funcionó bien, el pueblo necesita una Alcalde que esté constantemente dedicado a sus vecinos.

Lecrín está formado por seis núcleos muy diferentes entre sí. ¿Cómo se gobierna un municipio tan fragmentado y a la vez tan unido?

Efectivamente el municipio está compuesto por seis pueblos con su propia identidad. La dificultad se multiplica por seis. Los 2300 habitantes que estamos ahora en el municipio, si todos viviésemos en el mismo núcleo, todo sería mucho más fácil, incluido en lo económico. Fíjese el solo ejemplo de las plazas que hay que mantener con tantos pueblos... y así con todo.

¿Cuál diría que es la personalidad propia de Acequias y qué necesidades específicas tiene esta pedanía?

Acequias es el más pequeño de todos. Es un pueblo con una personalidad fuerte y muy bien definida. Es preciso seguir renovando los saneamientos que están bastante defectuosos, así como terminar de adoquinar algunas calles.

Igualmente estamos buscando otra alternativa para comunicar el barrio de las escuelas, donde a los vecinos se les hace difícil llegar con los vehículos.

Béznar es uno de los núcleos más activos. ¿Qué retos tiene allí en materia de infraestructuras, fiestas y servicios?

Béznar está representado por los Mosqueteros del Santísimo, declarado BIC. Los mismos no solo representan a Béznar, sino que, en los eventos municipales, lo hace en nombre del todo el municipio. Queda pendiente de la ejecución de una cubierta para la pista polideportiva de las antiguas escuelas por unos 400.000 euros, así como terminar el adoquinamiento y renovación de saneamiento de algunas calles.

¿Y qué ocurre con Peloteos, su pedanía más pequeña? ¿Qué demandas suelen trasladarle sus vecinos?

Los peloteos es un barrio donde la tranquilidad es su máxima. Es un barrio nuevo, que construyó cuando el barrio bajo de Béznar fue expropiado para hacer el pantano que lleva su propio nombre.

Chite ha tenido importantes mejoras en riego y agricultura. ¿Cómo influye la modernización agrícola en su desarrollo?

En chite se ha invertido unos 225.000 euros en la instalación del riego por goteo. Han quedado zonas por instalarse, pero eso ya dependerá de la comunidad de regantes, porque tenemos que ir trasladando esas subvenciones a las diferentes comunidades de regantes. Invertir en el campo para mí es prioritario ya que es la forma de que no se quede abandonado, además de ser nuestro principal atractivo.

Mondújar es su lugar de residencia. ¿Cómo vive el hecho de gobernar desde dentro el día a día de esta pedanía?

Bueno, Mondújar y talará están prácticamente unidos. Se da la circunstancia que mi casa está en dominio de Mondújar y la casa de enfrente se encuentra en Talará, ya que la división está marcada por una acequia. La vida de un Alcalde de un pueblo pequeño significa estar 24 horas con los vecinos.

Murchas es quizá una de las zonas más tranquilas. ¿Qué proyectos mantiene allí el Ayuntamiento?

En general todos los pueblos son tranquilos. Los proyectos para los diferentes pueblos no paran. En concreto, en Murchas se ha renovado la plaza del Reloj, embellecimiento de la misma con adoquinado y renovación de todo el saneamiento.

Talará es el centro administrativo del municipio. ¿Cómo se gestiona el equilibrio entre ser capital local y atender al resto del Valle?

Bien, la gente se ha acostumbrado a ello, e intentamos que sea lo menos lesivo posible a los vecinos.

¿Existen conflictos entre pedanías o predomina la convivencia? ¿Cómo se manejan sensibilidades tan distintas?

No, no existen conflictos entre pueblos, predomina la convivencia. Sensibilidades distintas si existen, pero de eso se trata en esta Alcaldía, hay que gestionar esas distintas sensibilidades y que todo sea identificado como Lecrín que somos todos.

Usted menciona a menudo la importancia de los proyectos a medio-largo plazo. ¿Cuáles son hoy sus prioridades más urgentes?

Mis prioridades más urgentes es ir modernizando los servicios básicos como la recogida de residuos y el alumbrado de edificio y público. Estamos dando los pasos adecuados para que el servicio sea eficaz y sostenible.

El consultorio médico de Talará, la entrada por Mondújar, la cubierta de Béznar... ¿En qué fase están estas actuaciones?

El consultorio de Talará está terminado, quedando pendiente solo del mobiliario, pero eso es competencia de la Junta de Andalucía y creemos que en breve estará todo dispuesto para su entrada en funcionamiento. La cubierta de Béznar solo le queda licitar la obra y espero que para el verano esté todo listo. La entrada a Mondújar tenemos previsto empezarla en marzo y que esté lista para mayo.

¿Cómo avanza la transformación del merendero de Béznar y su intención de darle mayor aprovechamiento recreativo y turístico?

El merendero de Béznar está punto de terminar el trámite de la cesión de uso. Nuestra idea es ir invirtiendo para embellecimiento y darle un tono atractivo para que sea zona recreativa de todos los vecinos.

¿Qué puede contarnos de la señalización de rutas como Lojuela, Zoraya o el camino vinculado a la Ruta de Boabdil?

La señalización de las diferentes rutas fue el primer paso para convertir nuestro municipio, que ya lo es, un lugar único para la práctica de deportes como el senderismo, algo que tenemos que explotar.

En los últimos años Lecrín ha tenido importantes logros: la cesión del Castillo de Zoraya, obras hidráulicas, parques infantiles... ¿Cuál le ha emocionado más?

Sin duda alguna la cesión del Castillo de Mondújar o Zoraya. Queremos que en la futura ruta Boabdil sea referente y punto estratégico de dicha ruta.

El castillo de Zoraya será un espacio cultural en el futuro. ¿Cómo imagina ese lugar dentro de 10 años?

Se está interviniendo ya con investigaciones arqueológicas y vamos a empezar dentro de poco con excavaciones. Lo primero será crear un acceso adecuado para dicha fortaleza de época musulmana e intentar que las demás administraciones se impliquen e inviertan.

El Ayuntamiento presume de deuda cero y un remanente superior al millón de euros. ¿Qué significa gestionar con cuentas saneadas?

Gestionar con cuentas saneadas es todo. Lo que no dedicas a pagar deuda significa invertirlo en servicios para los vecinos. Eso se nota muchísimo.

Muchos vecinos quieren quedarse a vivir en Lecrín, pero falta suelo. ¿Cómo están intentando desbloquear esta situación?

El Ayuntamiento ha adquirido dos fincas en el municipio. Una de ellas enfrente del consultorio y otra al lado del pabellón de Mondújar. La primera estará destinada a la futura residencia de ancianos y la segunda destinada la construcción de vivienda, pero al ser rustica queda un largo camino para la elaboración del pgou que no existe en nuestro municipio.

¿Habrá una nueva promoción de viviendas tipo “Las Eras”? ¿Existe ya un solar pre-seleccionado?

Como antes exponía, la nueva finca en Mondújar está destinada para ello. Aun así, estamos intentando que se abran las unidades de ejecución que existen desde el antiguo mercado, hoy cocheras del ayuntamiento y correos, hasta Mondújar. Esta zona es ideal para ello.

La creación de una residencia de mayores en Talará es una noticia muy esperada. ¿Qué pasos quedan por delante?

La finca ya ha sido adquirido por el Ayuntamiento. Seguidamente necesitamos que una empresa interesada desarrolle el proyecto.

La Ruta de Boabdil puede transformar el Valle de Lecrín. ¿Qué papel quiere que juegue el municipio en este proyecto histórico-turístico?

Efectivamente estamos muy ilusionados con la Ruta Boabdil. Puede transformarlo y como he dicho antes, Lecrín tiene que ser un punto de referencia en dicha ruta, teniendo por bandera al castillo de Mondújar. La idea es tener un centro de interpretación en el Molino de Mondújar y desde ahí, el visitante iría directamente al castillo... estamos ilusionados con la idea.

¿Es el turismo la gran oportunidad económica de la comarca? ¿Qué ventajas competitivas tiene Lecrín frente a otros municipios del Valle?

El turismo es sin duda un motor económico importante. Estamos trabajando no para competir entre los municipios del valle, sino que se venda todo en un mismo paquete, porque el valle en sí es lo que atrae. Nosotros podemos tener la ventaja de estar a lado de la autovía y rodeados de naranjos. Pero la idea es el valle entero sea protagonista en el turismo.

Lecrín vive una efervescencia cultural: ferias medievales, conciertos, cine de verano, carreras solidarias... ¿Cómo se coordina tanta actividad?

Si, eso es vida para nuestro municipio y cualquier otro municipio. Eso supone mucho trabajo. Tengo que dar las gracias al equipo que tengo, imprescindible para todo salga a delante, así como a los trabajadores que están muy implicados.

¿Qué le gustaría que un visitante se llevara en el corazón después de pasar un solo día en Lecrín?

Aspiro a que nuestro visitante se vaya con la sensación de haber estado en uno de los mejores sitios en los que se puede vivir. Tranquilidad, naturaleza y calidad de vida.

La agricultura ha sido históricamente el alma del Valle de Lecrín. ¿Qué cultivos predominan actualmente en el municipio y cómo han evolucionado en estos años?

El cultivo predominante es la naranja. Pero también tenemos cultivo de olivo, limones y almendros. La evolución ya la conocemos todos. El precio del fruto ha caído en picado y dedicarse exclusivamente al campo es casi imposible.

Chite y Béznar han recibido inversiones en riego por goteo gracias a fondos europeos. ¿Cómo están afectando estas modernizaciones a la productividad y al trabajo diario de los agricultores?

Así es, Chite y Béznar han sido los primeros beneficiarios de estas inversiones. Este año ya empezamos con Mondújar. La mejora del regadío beneficia al agricultor ganando calidad en su explotación y beneficia a la planta. Aún queda por invertir mucho y poco a poco las comunidades de regantes tendrán que ir invirtiendo.

Muchos vecinos comentan la importancia de la reconversión agrícola en el futuro del Valle. ¿Qué líneas estratégicas impulsará el Ayuntamiento para apoyar este cambio?

Reconversión agrícola imagino que se refiere al cambio de cultivo. Es verdad que últimamente los agricultores están apostando por sembrar aguacates, fruta tropical que desde hace un tiempo se cría bien en nuestro valle. Entiendo que el agricultor quiera sacar beneficio a su trabajo, pero me da cierta pena que desapareciera la naranja por no ser nulo el beneficio. Es el símbolo de nuestro municipio y del valle.

¿Cree que los jóvenes están dispuestos a mantener las tierras de sus padres y abuelos, o ve riesgo de abandono agrícola en el futuro?

Hay riesgo de abandono agrícola, toda vez que uno no puede vivir del campo. Aun así, al ser finca pequeñas, se utilizan más como entretenimiento o segunda ocupación y es lo que nos salva del abandono total.

El clima del Valle es privilegiado, pero el agua es cada vez un recurso más frágil. ¿Cómo se está gestionando la sostenibilidad hídrica en los seis núcleos del municipio?

Así es, llevamos muchos años sin que las lluvias sean los suficientemente abundantes para que la sierra nos mantenga surtidos y sin falta. Estamos mejorando los pozos de Nigüelas y Acequias para que en ningún caso tengamos cortes en el suministro.

¿Qué papel juega la agricultura en la fijación de población

y en la lucha contra la despoblación rural, una de sus preocupaciones principales?

Nuestro municipio podemos decir que somos agraciados por el hecho de que poco a poco y a pesar de la falta de terreno para construir, vamos creciendo en población y uno de los motivos es que la agricultura que tenemos desde siempre está basada en minifundio, lo que hace que muchos familiares buscan eso, una pequeña finca para cultivar como suplemento al su trabajo principal y eso ayuda a que vuelvan a cultivarse fincas ya perdidas. Desde nuestro ayuntamiento estamos apoyando en todo lo que se puede al campo, comunidades de regantes y todo lo que está relacionado con la agricultura, como no podía ser de otra forma.

¿Están los agricultores de Lecrín suficientemente apoyados por la Junta, la Diputación y los fondos europeos actuales? ¿Qué le gustaría que mejorara?

A los agricultores en general les hace falta más apoyo de las grandes administraciones, está bastante abandonado y al final son los sufridores de la cadena producción. Precios que no sostiene el gasto de las fincas, etc...

Algunas voces piden apostar por cultivos alternativos o ecológicos. ¿Cree que Lecrín podría convertirse en un municipio referente en agricultura sostenible?

Tiene las condiciones para ello. Pero eso sí, hay que tener cuidado y estudiar bien que se quiere y porque opción se quiere apostar, todo para que luego no nos arrepintamos.

En Béznar, Chite y Acequias existen terrenos especialmente fértiles. ¿Se están planteando nuevos proyectos agrícolas o cooperativas que puedan dinamizar la economía local?

Ahora mismo existe una cooperativa que en la actualidad se dedica a la naranja, pero hay proyectos para ampliar a otros productos.

Para muchos mayores del municipio, la agricultura no es solo economía, es identidad. ¿Siente que la agricultura sigue siendo parte del corazón del pueblo?

Si, por supuesto. Nuestra identidad va asociado a la agricultura. La naranja, olivo, almendros. Es el corazón y el alma de nuestra tierra y espero que sea por mucho tiempo, de lo que estaremos orgullosos de enseñar al cualquier visitante o nuevo vecino que quiera integrarse con nosotros.



Sergio Reyes
Escritor y funcionario
Murcia

(V)iene de: ...los que se la comieron allí mismo, sin esperar ni calentarla, les supo a gloria bendita.)

Nadie gritaba ya por justicia o supervivencia. Solo por no pasar hambre. La ironía de la vida nos asaltaba a mordiscos... Fue entonces cuando me di verdadera cuenta de que necesitaríamos armas para defendernos en aquel apocalipsis de lentejas y pizzas con piña. Tras varias horas pateando calles llenas de incontenibles turbas a las que, no sin dificultad, logramos esquivar, conseguimos localizar este hacha y alguna herramienta más que nos repartimos entre los miembros de la familia. Pero sobre todo el hacha, esa hoja de acero, oxidada y pesada, de la que me adueñé en exclusiva, resultó ser mucho más que un arma: era un permiso para seguir existiendo.

* * *

¡Maldita sea! Me ha parecido escuchar un ruido muy cercano. Algo así como un resoplido, un husmear fuerte, justo al otro lado de la madera que me protege. Y, para colmo, me pica la nariz. Como si su olfateo me arrastrara inevitablemente al escozor nasal que, encima, amenaza con delatarme con un inoportuno estornudo.

Después, me ha parecido oír pasos. Lentos, pesados, alejándose de mi escondite con esa calma que desespera más que la prisa. Por eso, he retomado la escritura, aunque sigo en tensión, dándole vueltas a si debo abrir un poco la puerta del armario para asomarme y comprobar si estoy solo y si puedo estornudar sin miedo ni peligro o qué narices pasa.

Pero con ello podría estar firmando mi sentencia. Tengo que tener mucho cuidado y moverme con absoluto sigilo, para no alertar a quien pudiera estar al otro lado. Siento los latidos en las yemas de mis dedos, como si todo mi cuerpo gritara mientras mi boca calla. Además, debo confiar en que

mis ojos, adaptados a la oscuridad de mi encierro, sean capaces de distinguir algo en la noche, que lo cubre todo como una manta mugrienta. Y rezar para que ese cosquilleo en la nariz no decida traicionarme justo al abrir la puerta.

Voy a ello. Luego os cuento.

* * *

¡Está allí! ¡Lo he podido ver, casi adivinar, a unos metros del armario! ¡Mierda! Tengo que seguir conteniendo el estornudo... No sé si podré aguantar, pues cada segundo que lo retengo es un disparo mudo en la sien, pero he de hacerlo y confiar, además, en que no me haya oído abrir o cerrar la portezuela para asomarme.

He dejado otra vez de escribir para aplicar mis dos manos a la inaplazable tarea de tapar y rascar mi nariz, de contener el puto estornudo que se me estaba formando. Aún así, no he podido evitarlo y he tenido que soltarlo, leve, muy amortiguado, pero tal vez audible para ese ser deforme que acecha mi escondrijo, probablemente, desde que escuché los primeros ruidos, hace unas páginas.

Por el boca a boca llegué a saber más sobre estos seres escapados del campus de Teatinos. Habían sido vistos por gente con la que nos hemos ido cruzando y nos han contado de todo. La mayoría eran supervivientes que narraban espeluznantes experiencias. Y es que, desde lo del virus aquel de Wuhan, hace décadas, los límites de la ética científica se habían traspasado continuamente en todos los países. Fruto de las diversas investigaciones aparecían por todo el planeta, continuamente, bichos como este que me acechaba: mi nuevo enemigo, Tálasa. Ya lo dije antes. Lo llamaban así por el proyecto que lo vio nacer. Al principio, decían que tenía rasgos humanos y que había aprendido a imitar gestos simples. Que se tocaba el mentón como si pensara. Pero luego empezó a responder con sonidos, a escribir palabras con

EL SÉPTIMO DÍA (6/7)



algas y piedras. A elegir. A escapar. Cuando las luces se apagaron, aproveché el fallo del sistema y salí al mundo. No es que se fugara: es que eligió hacerlo —y de qué manera—. Eso también me acojona.

Nervioso, angustiado, me aferro al mango del hacha que aquí guardo, más por necesidad que por valentía. Es mi coartada de cobarde, a la par que mi arma de defensa personal. Y digo personal porque no he logrado hacerla valer para defender a los míos. Uno a uno fueron cayendo mis hijos y, ayer mismo, mi cónyuge, víctimas todos de las turbas rapiñadoras o de otros engendros experimentales similares a este, sin que pudiera hacer gran cosa por evitarlo. Y ahora ya solo me preocupo por mi propia vida, como cualquiera en esta oscura jungla. Por eso, tengo que prevenirme de él...

(Continuará)



Amador Torreblanca Checa
Móstoles-Madrid

CURIOSIDADES DE LA HISTORIA

HIPATÍA DE ALEJANDRÍA

El personaje de Hipatía de Alejandría, que aparece retratado en la película de Ágora, se reconoce como el de la primera mujer científica de la historia, se cree que vivió entre finales del siglo IV y primero del V en Alejandría (HOY EGIPTO) hija del filósofo astrónomo y matemático Teón, vivió en el epicentro del saber y la cultura.

Su padre la educó en el conocimiento de las ciencias y su desarrollo. Cuando la mujer no tenía voz, ella participó en debates como uno más y desarrollaba experimentos relacionados con la astrología y el razonamiento matemático.

La película trata temas relacionados con la ciencia, la religión y la política.

Es autora de tratados matemáticos y de astronomía, como comentarios al Álgebra de Diofanto (redactó 13 volúmenes) y el Canon astronómico. Editó algunas de las obras de su padre y colaboró con él en otros tratados, pero todo su trabajo se perdió y solo se conoce por citas y referencias de autores posteriores.

Los documentos hallados en Cirene, antigua ciudad griega (en la actualidad Libia), revelan que construyó un astrolabio, un hidróscopio y un hidrómetro.

Frente a la tendencia que sostenía que la Tierra era el centro del universo (geocentrismo), Hipatía era heliocentrista: pensaba que el Sol era el centro alrededor del cual giraba la Tierra. Era conocida y respetada por sus valores éticos y su sabiduría.

¿Quién era Hipatía? Una mujer influyente, amiga y consejera de Orestes, prefecto romano de Alejandría y alumno suyo.

¿Cuál es el mensaje de la película Ágora? El mensaje que Amenábar quiere transmitir es que todos debemos vivir en armonía, que hay que ser tolerantes, respetar las diferencias y dejar la violencia a un lado.

La vida de Hipatía estaba en riesgo, ya que ella representaba la negación del patriarcado y de ciertos sectores cristianos.

Los historiadores consideran, en su mayoría, que Hipatía fue asesinada y despedazada por el populacho, en defensa de San Cirilo y del clero alejandrino.

La historiadora polaca Dielska asegura que su muerte no tuvo que ver con motivos re-



ligiosos, sino con motivos políticos. Vivió en Alejandría, Egipto, entonces parte del Imperio romano de Oriente, y fue una destacada pensadora de la

escuela neoplatónica de Alejandría, donde enseñó filosofía y astrología.

Murió con unos 60 años el 8 de marzo del 415 d. C.



Alberto Giménez Prieto
Valencia

LA INSPIRACIÓN

Serafin, desconocido articulista de provincias, ufano de su mediocridad, que no ignoraba, era plenamente consciente de la insuficiente calidad de sus escritos, aunque la definía como provisional o pasajera, pues aseguraba que lo haría bien cuando quisiera y redactaría artículos tan magistrales que superaría a los de los compañeros de la capital. Pero por ahora y para lo que cobraba, aquel periodicucho ya tenía bastante con sus mediocridades.

No quería admitir que en cada artículo se dejaba la piel, que ponía en ellos lo mejor que tenía, que empleaba diez veces más tiempo en escribirlo del que confesaba, pues eso hubiera supuesto admitir que su mediocridad era innata y no la cacareada contramedida a su escaso salario y eso Serafin no estaba dispuesto a sufrirlo. Había logrado medrar entre sus paisanos. El tuerto en el país de los ciegos...

Un día tuvo que entrevistar a Lía, esta era una actriz que acababa de rodar su primera película. El redactor de espectáculos estaba recién intervenido de una fistula anal y Serafin tuvo que sustituirle. Acudió a la entrevista con el disgusto atornillado. Sacarlo de la política municipal era como dejarlo sin postre. La actriz le había deslumbrado y la calificó de sensual e imperecedera diosa de la pantalla, aunque solo se trataba de una chica muy mona, elevada al oropel popular por haber sabido calentar el lecho del productor. Aunque a ella, si se rascaban un poco los tintes y coloretes, resultaba tan mediocre como él, pero venía magistralmente envuelta en marketing.

Aquel encandilamiento había convertido la imagen de Lía en el símbolo de la felicidad, de su felicidad. Un rostro bellamente decorado y un cuerpo con múltiples convexidades quirúrgicamente auxiliadas por silicona, pero que a él se le antojaban naturales. Era su imaginación que, en contra de lo esperado, seguía viva, aunque agonizante, y se la presentaba como la compañía ideal para compartir ese paraíso en que ubican la felicidad de la que todos hablaban, aunque solo fuera de oídas.

Eso, y la admiración que aquella diosa del papel cuché había dicho profesar hacia los poetas, cuando él se había presentado como periodista y escritor. Ella no diferenciaba entre escritores y vates. Eso, decíamos, le había im-

pulsado a poner negro sobre blanco y en verso, la impresión que ella le había despertado.

Entro en sus recuerdos para visionar, de nuevo, su imagen, que parecía querer diluirse. Respiró delicadamente, con miedo a derribar aquel castillo de naipes que su imagen había construido en su mente. Debía empezar a describirla cuanto antes si no quería que la rutina cotidiana se la despintara.

Bolígrafo en mano se lanzó a escribir su poema, pero, por mucho que se estrujó las meninges, fue incapaz de romper la virginidad del papel. Precisaba de una reflexión profunda, se dijo, ese iba a ser el escrito de su vida y cada palabra debía ser una gema.

El recuerdo de la imagen de Lía seguía deslumbrándolo, aunque perdía intensidad, pero la emoción que le despertaba su recuerdo hacía galopar algo dentro de su pecho. Cada vez que visitaba su recuerdo, su ansia amenazaba con incendiarlo, no quería estar apartado de ella, pues con el vuelo de los días, temía que aquella imagen volara como si fuera ceniza. De algún modo debía aprehenderla para poder describirla con palabras, con las más bellas palabras, palabras que aún debía buscar para que estas no arruinasen aquella imagen tan evocadora.

Su contemplación le emocionaba, hasta el punto de sentirse como su colega Stendhal. Pero al pensar en el deber que su lascivia le había impuesto su arrogancia se resintió. Aunque aquellos versos derribarían las defensas de Lía, le estaban resultando muy difícil de completar... ¿qué digo completar! Si ni siquiera los había iniciado. Era muy intrincado pintar aquella experiencia con su exiguo vocabulario. Trabajaría de firme el diccionario hasta hallar términos que siendo rigurosos contaran con esa belleza que emociona.

No se trataba de levantar un inventario meticuloso y concienzudo, que enumerara los elementos de la imagen que lo extasiaba, sino de trasladar al lector la emoción que le despertaba.

Era una sensación tan delicada y tan embriagadora a la vez, que no solo costaba definirla, es que era difícil comprenderla. Una fugaz idea relampagueó en su entendimiento: ¿No sería que su conocimiento lingüístico era insuficiente para describirla?

Pero no, eso no podía ser. A un periodista tan baqueteado como él... Si había sido capaz de verlo, aunque solo durante un parpadeo, y si había sentido aquel gozo, aquel placer, era porque lo comprendía y estaba capacitado para transmitirlo. Solo que le daría más trabajo que escribir un artículo.

Trató de que el recuerdo aflorara lo más nítidamente posible, de revivirlo antes de que la rutina o quizá otras nuevas emociones borrarán aquella imagen que tanto lo había conmovido.

«No quiero que esa imagen la borre el olvido, me gusta más que un saco de peladillas», pensó Serafin aunándola a su máximo deleite infantil.

Aquella experiencia lo tenía trastornado. Ese ser, en su simplicidad, reunía cuanto le era apetecible, y aunque se sintiera incapaz de describirlo sin apartarse de sus lúbricos pensamientos, no regatearía esfuerzos para conseguir envolverlo con una capa de belleza más espiritual y poética y plasmarlo con las más bellas y delicadas palabras que el diccionario aún le ocultaba.

El escrito debía ser sentido, pero sin ser empalagoso; capaz de emocionar aunque sin caer en los tópicos de la sensiblería; plagado de vocablos cultos, pero sin caer en la pedantería; con expresiones de la máxima naturalidad que hubieran de la afectación.

Tomó de nuevo el papel, pero apartó el bolígrafo. Para lo que tenía que escribir era preferible empuñar la pluma, aunque le resultaba complicado su manejo, pues no la tocaba desde hacía dos eternidades, desde que su madre quiso celebrar que había concluido la carrera que las malas lenguas vaticinaban interminable. Un literato como él no podía andar escribiendo con un «Bic».

No había precisado demasiado ánimo para involucrase en aquella dorada aura de gloria que siempre había pensado que le acompañaba, aunque nunca supo de alguien, aparte de él, que la percibiera.

Antes de garabatear la primera palabra, desechó un par de folios que su impericia había manchado de tinta. Luego cambió de parecer y quiso titular la obra, aún antes de conocer que escribiría. Solo se le ocurría «Experiencia maravillosa», pero eso no resultaba muy poético. Buscó auxilio a su igno-



ran-cia en el diccionario de sinónimos, quería alguno evocador al término maravillosa. Los que encontró ninguno gozaba del suficiente encanto y fuerza como para satisfacerle. Tras mucho pensarlo se decidió por fascinante, aunque tampoco le fascinaba, pero los otros sinónimos no lo mejoraban. Lo titularía «Una experiencia fascinante». No quedaba muy poético, pero ya tendría tiempo para pulirlo.

Miró por la ventana y vio que el sol que se asomaba por el horizonte cuando empezó a escribir, estaba en lo más alto. ¿Cómo podía haber empleado seis horas para encontrar la mitad del título? Debía aligerar, no solo para no dedicar tanto tiempo a algo por lo que no cobraba, sino porque el recuerdo se acabaría disolviendo entre las muchas imágenes que diariamente le asaltaban.

Poco a poco, sin apenas darse cuenta, su determinación se fue desmoronando, y la imagen, cuya perduración deseaba, se había trivializado, adaptándose cada día más a la vulgaridad de su vida. Lo que aquella imagen había perdido en belleza, su escrito lo había ganado en espontaneidad.

Aquel día leyó por cuarta vez lo que él consideraba su oda a la felicidad. Estaba seguro de que

aquello era lo que quería expresar, solo que para que Lía lo entendiera y para cuando en el futuro, transcendiera al pueblo llano, había bajado el nivel de su vocabulario, pero había incluido algunas metáforas de hondo contenido.

Lo pasó a limpio y se lo envió a Lía por WhatsApp.

Durante dos semanas esperó la respuesta, sin atreverse a preguntarle a la diosa de celofán si lo había recibido. Después dedicó el tiempo a ir olvidando lo que pudo haber sido, aunque no dejó de releer lo que consideraba su primera obra poética.

Meses después, recibió la respuesta que ya no esperaba. Lía le comunicaba, entre lamentos, que había roto con el productor que la protegía y el panorama cinematográfico se le presentaba fundido a negro. Le suplicaba que publicara cuantas alabanzas pudiera sobre su calidad interpretativa, a fin de encontrar algún papel en la producción filmica nacional, por modesto que fuera. Como posdata le decía que le habían gustado mucho sus versos y que era un gran poeta, pues nunca había leído una poesía que describiera tan acertadamente un sofá.

CUANDO LA PIEDRA CANTA: GRAN LIBRO HOMENAJE A LA ALHAMBRA

La Alhambra de Granada, joya universal asentada sobre la colina de la Sabika, es uno de los monumentos más admirados del mundo y un símbolo vivo de la historia, el arte y la memoria de Andalucía. Palacio y fortaleza, ciudad amurallada y jardín soñado, la Alhambra reúne siglos de belleza, donde el rumor del agua en sus acequias, la delicada caligrafía de sus muros, la armonía geométrica de sus palacios y la luz única de Granada crean un conjunto artístico irrepetible.

Con el propósito de rendir un homenaje duradero a este monumento universal, el **Proyecto Global de Cultura Granada Costa** impulsa la creación del libro “**Cuando la Piedra Canta. Homenaje a la Alhambra**”, una obra de gran formato concebida para reunir más de mil poemas dedicados a la Alhambra, su historia, sus jardines, su entorno, sus leyendas y los personajes que forman parte de su memoria.

El libro tendrá unas características editoriales destacadas: formato **30 × 21 cm**, aproximadamente **1.200 páginas**, encuadernación en **tapa dura con cinta marcapáginas** y un interior completamente ilustrado. Además, cada poema contará con **musicalización mediante códigos QR**, permitiendo al lector vivir una experiencia artística completa que une palabra, imagen y música.

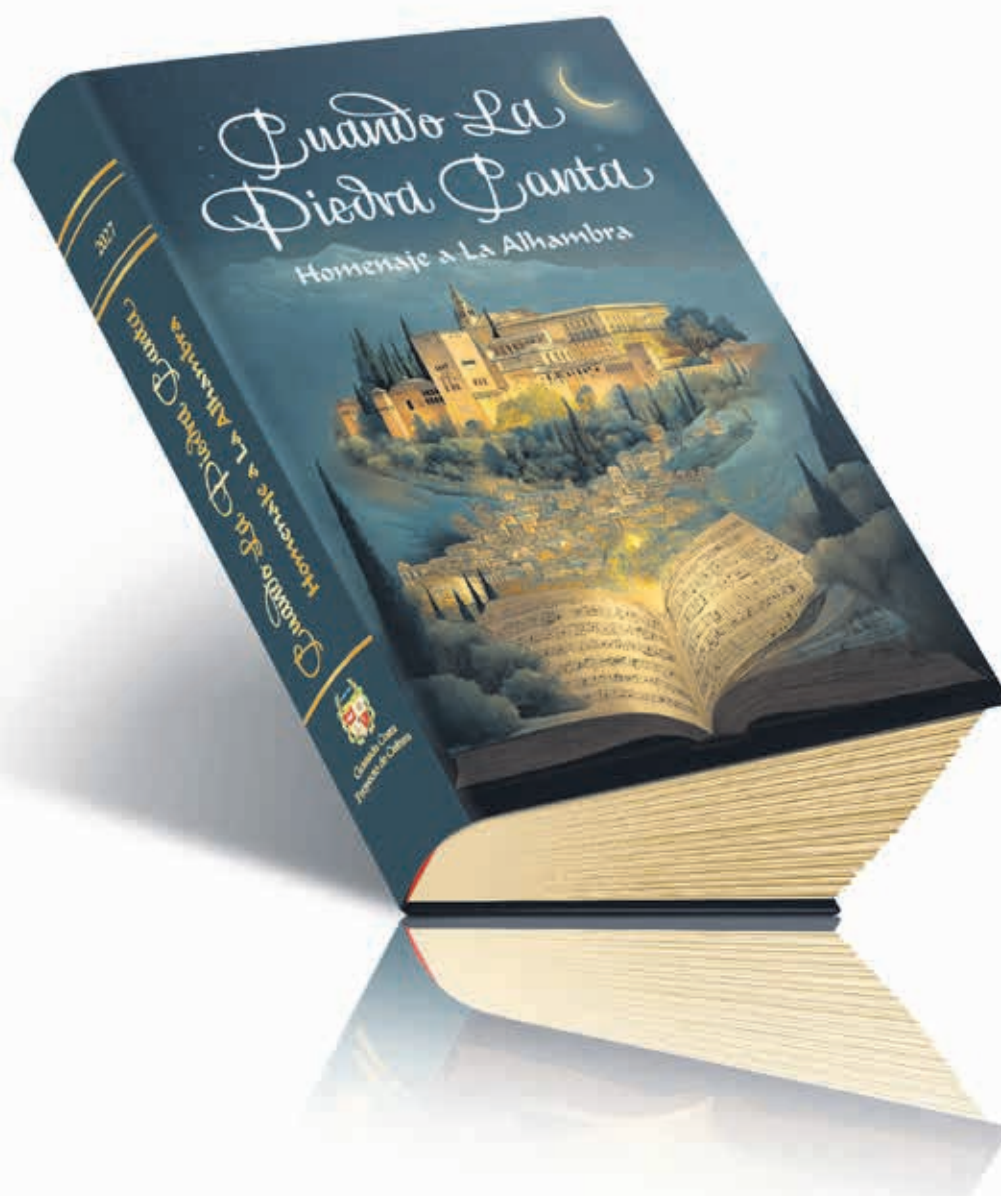
La obra se abrirá con una cuidada selección de poesía de siglos anteriores, desde la época musulmana hasta la literatura contemporánea, incorporando también composiciones de socios del proyecto y autores de distintos países, especialmente del ámbito hispanoamericano. Entre los autores reconocidos cuyas obras formarán parte de esta edición se encuentran grandes nombres de la literatura como **Ángel Ganivet, Antonio Machado, Manuel Machado, Francisco Villaespesa, Jorge Luis Borges, Leopoldo Panero, Federico García Lorca, Luis Lloréns, Rafael Gómez Montero y José G. Ladrón de Guevara**, entre otros, cuyas voces han contribuido a engrandecer la tradición literaria vinculada a Granada y a la Alhambra.

La participación está abierta a quienes deseen contribuir con uno o varios poemas, con una extensión aproximada de **37 a 40 versos**, dedicados a la Alhambra, sus jardines, su historia, su entorno paisajístico o los personajes históricos relacionados con este monumento. El plazo de entrega de los trabajos permanecerá abierto **hasta el 1 de septiembre de 2026**, pudiendo enviarse en formato Word o PDF al correo electrónico **fundacion@granadacosta.net**.

Las personas interesadas en participar **deberán ponerse necesariamente en contacto con la organización**, con el fin de acordar previamente los términos de colaboración y edición. Cada participación será tratada directamente con el equipo del Proyecto Global de Cultura Granada Costa. Los participantes tendrán un galardón por participar en la obra.

La presentación oficial del libro está prevista para el **año 2027 en la ciudad de Granada**, con la aspiración de que este gran homenaje colectivo pueda celebrarse en un marco acorde con la importancia del monumento que lo inspira.

Con esta iniciativa, el Proyecto Global de Cultura Granada Costa continúa su labor de difusión cultural, uniendo poesía, patrimonio y memoria en una obra que aspira a convertirse en un **legado literario dedicado a uno de los símbolos más universales de España: la Alhambra de Granada**.



EL FORMATO DEL LIBRO CUANDO LA PIEDRA CANTA

El Proyecto Global de Cultura Granada Costa continúa avanzando en la elaboración del gran libro homenaje “Cuando la piedra canta. Homenaje a la Alhambra”, una obra colectiva que reunirá cientos de poemas dedicados a uno de los monumentos más emblemáticos del mundo. Para que todos los participantes conozcan cómo aparecerán sus textos en la obra, presentamos un ejemplo real de la maquetación interior, donde se puede observar el diseño que seguirán todas las páginas del libro.

Cada autor contará con una estructura uniforme y cuidada, pensada para ofrecer al lector una experiencia completa que combine literatura, información y música. El formato de cada participación incluirá:

- Una fotografía del autor situada en la cabecera de la página.
- Una breve biografía, donde se recogerán algunos datos esenciales sobre el escritor o poeta.
- Un pequeño comentario o introducción sobre el poema, explicando su sentido, inspiración o relación con la Alhambra.
- El poema completo, presentado con un diseño elegante y legible.
- Un código QR junto al poema, que permitirá escuchar la versión musicalizada del texto, integrando así poesía y música en una misma experiencia artística.

Este sistema permitirá que el lector no solo lea los versos, sino que también pueda escucharlos interpretados, aportando una dimensión emocional y sensorial que enriquecerá la obra.

La uniformidad del formato responde al objetivo de crear un libro armónico y visualmente coherente, donde todos

los autores participen bajo una misma línea editorial, manteniendo la identidad del proyecto y la elegancia de la edición.

De este modo, el libro se convertirá en un gran mosaico poético, donde convivirán las voces históricas de la literatura con las de los autores contemporáneos que hoy continúan escribiendo sobre la Alhambra.

Con esta cuidada estructura editorial, Cuando la piedra canta aspira a convertirse en una obra única que una poesía, historia, música y patrimonio, dejando un legado cultural duradero en torno al monumento más universal de Granada.

4



ÁNGEL GANIVET



acido en Granada en 1865 y muerto en 1898, fue hombre de letras, ensayista y diplomático, que miró a España sin afeites ni lisonjas: con claridad de juicio y melancolía en el pecho. Hizo de su ciudad no ruina para suspiros, sino espejo de conciencia, donde el pasado no se pudre, sino que amonesta. Su obra, recogida y pensativa, cavila sobre identidad y destino, y anuncia ansias de remedio y renovación.

“TORREONES DE LA ALHAMBRA”

En este decir, la piedra parece criatura que duerme: muros que reciben sol y luna, rocío y lluvia, brisa y vendaval. El estribillo —“dormís siempre / y la muerte está lejana”— vuelve como campana, y con su son aduerme y despierta a un tiempo. Contrástase lo mudable con lo firme: corre el tiempo, queda la memoria. Mas no falta la sombra: el “sueño de largos siglos” baja a los cimientos y pregona ruina. Y al remate, el poeta envidia la duración y teme la nada, a las puertas de Alhambra.

“TORREONES DE LA ALHAMBRA”

¡Qué silenciosos dormís,
torreones de la Alhambra!
Dormís soñando en la muerte,
y la muerte está lejana.
Sale el sol y vuestros muros
tiñe con tintas doradas;
sale la luna y os besa
con sus rayos de luz blanca,
y vosotros dormís siempre
y la muerte está lejana.
La noche serena os cubre
con su túnica estrellada,
y la noche tenebrosa
os prende en sus negras alas;
y vosotros dormís siempre
y la muerte está lejana.
Puras gotas de rocío
vuestras almenas esmaltan;
la lluvia, cruel, azota
vuestras macizas murallas,
y vosotros dormís siempre
y la muerte está lejana.
La brisa amorosa os trae

dulces caricias del alba;
sopla el vendaval airado
y a las viejas puertas llama,
y vosotros dormís siempre
y la muerte está lejana.
Un sueño de largos siglos
por vuestros muros resbala;
cuando llegue a los cimientos
vuestra muerte está cercana.
¡Quién fuera como vosotros,
y largos siglos soñara,
y desde el sueño cayera
en las sombras de la nada!



Proyecto Nacional de Cultura
GRANADA COSTA

ENTREVISTA A LA ACTRIZ MARIBEL SALAS

ENTREVISTA A LA ACTRIZ
MARIBEL SALAS

Queridos lectores del Granada Costa, en esta ocasión tengo el enorme placer de traer a la excelente actriz y humorista María Isabel Salas López, más conocida por Maribel Salas (Baracaldo, Vizcaya, el 29 de mayo de 1965).

Nuestra entrevistada estudió en la Escuela de Arte Dramático de Getxo en Bilbao y es miembro de las Artes Escénicas de España.

Alcanzó la fama y reconocimiento nacional por su participación en el programa humorístico de *Vaya Semanita*, pero sus inicios en la televisión fueron en series como *Euskolegas*, en *Policías*, en *el corazón de la calle* u *Hospital Central*, y entre sus últimos trabajos podemos citar las series *Ciudad K*, *Vaya Tropa*, *Qué vida más triste*, *LEX*, *Allí abajo*, *La Favorita 1922* y el regreso de *Vaya Semanita*.

Dentro sus trabajos sobre los escenarios has actuado en las siguientes obras teatrales; *La asamblea* (Las que tropiezan), *Desfasando que es gerundio*, *Todas las hijas*, *Cómo hemos llegado a esto*, *No te lo vas a creer*, *El Cantor de México*, *Visitas guiadas*, *La Corte del Faraón*, *La conga*, *Volando voy*, *La vida y sus cosas*, *Entre Sevilla y Triana*, *Desnudos en Central Park*, *Las presidentas*, *Ama quiero ser Lehendakari*, *Todos nacemos Vascos*, *Squash*, *Pensamientos impuros*, *La canción del olvido*, *Tonto corazón*, *Una cama en el cielo...*

En la pequeña pantalla la hemos podido ver en; *Esto no es Hollywood*, *Entre dos fuegos*, *Policías*, *Periodistas*, *Hospital Central*, *LEX*, *Made in China*, *Vaya tropa*, *Uyyyy*, *Nekane Amaia*, *LA PELÍCULA*, *Ciega a citas*, *"Hoy no, mañana"*, *Vaya Semanita*, *Ya queda menos*, *Con el culo al aire*, *Euskadi Movie*, *Allí abajo*, *La segunda muerte*, *Querier*, *La favorita 1922*.

Para la gran pantalla ha actuado en cortometrajes o películas, como *La familia*, *El uno y el otro*, *Hablamos*, *Secretos*, *Primer vistazo*, *Cumpleaños feliz*, *Un domingo cualquiera* y en cine en *Pagafantas*, *Un poco de chocolate*, *La buena nueva*, *Embarazados*, *La pequeña Suiza*, *La vida padre*, *García y García*, *Cómo Dios manda...* Bajo las



órdenes de grandes directores y directoras como Imanol Ortiz, Ramón Ibarra, Mikel Rueda, Estibaliz Alonso, Naiara Seara, Oier Garamendi, Roberto San Sebastián, David Ortega, Borja Kobeaga, Aitzol Aramato, Helena Taberna, Juana Macías, Kepa Sojo, Joaquín Mazón, Ana Murugarren, Paz Jiménez, etc...

Sin más preámbulos daremos comienzo a la presente entrevista con esta excelente actriz y profesional que es Maribel Salas, con la que tantos buenos momentos hemos pasado al hacernos reír y llorar, y los que todavía la queda por regalarnos en los próximos años.

-Lo primero quiero agradecerle Maribel Salas, el tiempo que me dispensas y le concedes al periódico Socio Cultural Granada Costa. Mi primera pregunta como ya es tradición comienza así, a qué edad y cómo te nació la pasión por la farándula y la interpretación.

-Desde que tengo uso de razón he admirado a los actores y actrices, y disfrutaba mucho cuando veía teatro o cine, y soñaba con ser actriz. Aunque cuando era pe-

queña no sabía cómo se hacía, ni cómo hacer de ello mi vida, hasta que empecé en un grupo amateur a hacer teatro y eso me puso en contacto con las escuelas de interpretación que comenzaban a aparecer en ese momento en Bilbao.

-Tus padres cuando supieron que te querías dedicar al mundo del espectáculo, te apoyaron de manera incondicional, o tenían sus reservas. Prefiriendo que te dedicaras a otra profesión quizás con mejor futuro y seguridad laboral.

-Estuve compaginando mis estudios de informática con mi grupo de teatro, incluso llegué a trabajar en una empresa de informática, pero no me sentía del todo a gusto hasta que un año me presenté a las pruebas de acceso de la escuela profesional de teatro y cuando me cogieron se me planteó la decisión crucial de mi vida, romper con todo o empezar mi nueva vida en la interpretación, y fui valiente y lo dejé todo, un buen trabajo y una vida "segura", pero con la que no era feliz, por seguir mi sueño, reconozco que en casa se asustaron y hubo momentos que no lo entendieron pero sabían que no era feliz y me

apoyaron con mi decisión. La mejor decisión de mi vida, y soy muy insegura para todo, pero ahí lo tuve claro... No me arrepentí ni me arrepentiré.

-De tu época como estudiante en la Escuela de Arte Dramático de Getxo, qué recuerdos guardas de tus maestros y de compañeros de pupitre. Qué nos podrías contar de los maestros que más te marcaron y de los alumnos con los que coincidiste, has trabajado con alguno de ellos después.

-Recuerdo a la escuela con mucho cariño, fue una época preciosa en la que tu vida, ya es el teatro, todo lo que te rodea es tu pasión, era una esponja leyendo y viendo teatro sin parar y las clases de improvisación, interpretación, cuerpo y voz eran apasionantes. Es verdad que no todos los profesores te marcan igual, pero conocí un montón de profesionales, directores, profesores y muchas formas de abordar una escena, y de todo aprendí, y sobre todo de mis compañeros con los que sigo teniendo muy buena relación. Incluso formé compañía con mi amiga Sol Maguna y a día de hoy seguimos juntas.

-Aunque ya habías realizado cosas interesantes, la fama te llegó con *Vaya Semanita*, programa que ha regresado con parte del elenco de las etapas anteriores, con nuevos sketch súper divertidos y actuales. Cómo fueron los primeros tiempos de tan aclamado programa y qué motivó su regreso.

-Sí empecé a trabajar en la TV Autonómica en una serie y en varios programas de entretenimiento, pero la propuesta para trabajar en la prueba piloto de *Vaya Semanita* me llegó y a priori era una apuesta complicada, pensábamos que no iban a emitir un programa de humor con algo que en Euskadi había sido motivo de mucho sufrimiento, pero los directivos supieron verlo como lo que era, una manera de destensar y relajar posturas y le tentó. La acogida fue increíble, hicimos audiencias buenisimas, digamos que ahí empezó el humor vasco y la vuelta supongo que es por que sigue vivo y la gente quiere seguir viéndolo.

-A lo largo de tu carrera habrás realizado números castings, siendo escogida para algunos papeles y para otros no.

ENTREVISTA A LA ACTRIZ MARIBEL SALAS

De todos ellos por cuáles te sorprendieron al ser elegida y qué personajes te hubiera haber gustado interpretar pero desgraciadamente no conseguiste.

-La vida de un actor/actriz es hacer pruebas constantemente y lo habitual es que no te cojan, porque hay un montón de cosas que influyen en esa decisión y no tienen nada que ver con que hayas hecho o no una buena prueba, entran otros factores en juego como que empastes bien con el resto del elenco, que quieran a una actriz en concreto más conocida, que des la edad y el perfil, en fin cosas ajenas a ti, así que una se acostumbra al no. En mi caso nunca me siento cómoda en las pruebas, un casting está cargado de nervios, y yo muestro una pequeña muestra de lo que puedo dar, y luego también es importante quién te haga la prueba, gracias a Dios eso ha evolucionado y actualmente l@s Director@s de casting lo ponen mucho más fácil, con más empatía y te ayudan mucho con las replicas.

Hay muchos personajes que me hubiera gustado hacer pero no me convocaron para los castings, o alguno que no me cogieron y me dolió, pero siempre pienso "pues eso no estaba para ti" ya vendrán más, no me puedo quejar, no me ha ido nada mal y he disfrutado de muchos trabajos muy interesantes.

-De todos los personajes que has interpretado, que han sido muchos. Nos podrías decir el que te supuso un mayor reto de exigencia, pero que a su vez más te enriqueció internamente, y el que te gustaría algún día interpretar pero que te lo han propuesto.

-Pues el reto más interesante ha sido en la serie "La segunda muerte" de DLO que era en Movistar ya que es un personaje con muchas capas, que va evolucionando en los seis capítulos y que muestra algo muy distinto de lo que siente de verdad, me ha gustado mucho y también sobretodo porque es dramático y normalmente me llaman para comedia.

Recientemente he interpretado en "La favorita" a Lourdes, una mujer entrañable muy tierna pero con una coraza que le hace parecer una gruñona, moviéndome entre el drama y la comedia, un gustazo de trabajo. Y bueno existen un montón de trabajos que no me han propuesto y que me hubiera encantado hacer, pero no estaban para mí... no sufro demasiado por eso.

-Has trabajado bajo las órdenes de grandes directores y directoras, y trabajado junto a grandes profesionales. De todos esos momentos de tu carrera, quiénes te sorprendieron como persona y artista, ayudándote a mejorar como actriz, y qué huella dejaron en ti.

-Uf, hay tantos tan especiales y tan buenos actores y compañeros que me costaría quedarme con alguno, he tenido mucha suerte y salvo excepciones (siempre hay alguno con el que no conectas por lo que sea) pero son los menos, con la mayoría he aprendido mucho y he disfrutado también, voy a destacar a Karra Elejalde por que es tremendamente generoso y trabajador, se prepara el personaje con mucho mimo y trabajo, y te ayuda muchísimo porque piensa en el proyecto no sólo en él, y aporta mucho a los demás personajes, su mirada

en escena te da mucho, eso es muy importante para mí, como te mira el compañero eso hace que crezcamos todos.

-A Maribel Salas, que ha hecho cine, televisión y teatro. En qué medio de todos ellos se siente cómoda y con el que disfruta más si cabe, como actriz y persona. Por lo que ofrece a los artistas.

-Bueno, no podría elegir uno, soy muy feliz haciendo las tres cosas y es que son tan distintas que cada una te aporta algo y tienen algo maravilloso, es verdad que el teatro es algo muy puro y la esencia del actor pero amo el Cine también y disfruto mucho con la TV! Todos me apasionan.

-Nos podrías avanzar de algún futuro proyecto que tengas entre manos, sin con ello gafarlo, para que los lectores que lean esta entrevista sepan, de cara a verte bien en las pantallas o sobre un escenario.

-Ahora mismo tengo sobre la mesa un proyecto de teatro muy bonito y que me apetece mucho, pero estamos en estos momentos viendo fechas y todavía no sé si será posible porque tengo otros compromisos, como seguir grabando en otoño una temporada más de Vaya Semanita.

-A lo largo de la historia de la farándula, han existido momentos inolvidables que han marcado y rellenado páginas de oro. A Maribel Salas a qué instante de todos ellos, le gustaría asistir en primera persona, para vivirlo como actriz o como espectador y por qué.

-Bueno por el momento en que la vi, y luego la he visto mil veces por la edad que tenía, en la adolescencia una época en la que todo es muy especial y te sorprende, te emociona y por que no quiero perder esa mirada y esa alegría, me encantaría vivir la película "Grease" la disfruté tanto.

-Sabemos que todas las personas, y especialmente los artistas tenemos manías o supersticiones antes de salir a un escenario o grabar una escena. En el caso de Maribel Salas, existe alguna que sea confesable y no te suponga ningún problema reconocer.

-Bueno, soy muy maniática con el camerino, tiene que estar ordenado, no soporto el caos antes de empezar. Quiero orden, tranquilidad y que todo esté en su sitio, y no puedo cambiar nada del vestuario y el atrezzo porque me da inseguridad, todo tiene que ser siempre igual.

-Para concluir, existe alguna pregunta a la que te hubiera gustado responder, pero que no has tenido la oportunidad de hacerlo.

-Solamente reivindicar nuestro trabajo, y la desigualdad existente que hay. Somos muy pocos los que nos podemos dedicar y vivir de nuestra profesión, creo un 3% es una barbaridad. Existe un montón de talento, cuidemos a nuestros intérpretes porque ya se ha demostrado que la sociedad necesita del arte y la cultura para vivir, no es algo superfluo.

Quiero agradecerte nuevamente Maribel Salas, tu simpatía y encanto a la



hora de atenderme, y realizar esta entrevista para el www.grnadacostanacional.es que seguro que hará las delicias de los lectores. Solamente me queda pedirte un último esfuerzo, que tengas a bien el responder a una serie de preguntas tipo test, con las que podremos conocer tus gustos personales y preferencias artísticas.

¡Muchas gracias, Maribel Salas! Quiero desearte muchos éxitos para tus nuevos proyectos profesionales y especialmente en tu vida personal.

PREGUNTAS TIPO TEST

- ¿Un personaje histórico? Federico García Lorca.
- ¿Una época? Los 70/80.
- ¿Un pintor? Antonio López.
- ¿Un escultor? Eduardo Chillida.
- ¿Un escritor? Anna Gavalda.
- ¿Un poeta? Gloria Fuertes.
- ¿Un libro? Crimen y castigo.
- ¿Una película? El verdugo.
- ¿Un director de cine, teatro o televisión? Benito Zambrano.
- ¿Un actor? Robert de Niro.
- ¿Una actriz? Carmen Machi.
- ¿Un compositor? Juan Carlos Calderón.

- ¿Un cantante? Rocío Jurado.
- ¿Un músico? Jacob Collier.
- ¿Un plato favorito? Patatas fritas, con huevos y txistorra.
- ¿Una flor? El girasol.
- ¿Un animal? El mono.
- ¿Una estación del año? El verano.
- ¿Un lugar donde residir? Bilbao.
- ¿Un lugar que te gustaría visitar antes de morir? Nueva Orleans.
- ¿Un color? El amarillo.





Ana María López Expósito
Profesora y Escritora
Madrid

EL ROSCÓN DE REYES Y REINAS

Era una tarde otoñal de 2018 cuando llegué por primera vez a la *Tertulia de Versos Pintados* del Gran Café Gijón de Madrid. Empujé la puerta con un temblor leve en la muñeca, como si entrara en un plano que aún no había sido rodado. De inmediato aprecié las mesas de mármol, el sonido de las tazas, las cucharillas que tintineaban como metrónomos antiguos, olor a café, las notas del piano de fondo y un leve murmullo de palabras superpuestas. En el exterior Recoletos arrastraba una luz transversal de película italiana. Una treintena de escritores habían acudido al espacio de intelectuales aquella tarde.

Me senté al fondo, con la discreción de quien llega por primera vez a un rodaje y no quiere pisar cables. Los poetas empezaron a recitar. Yo llevaba preparado un relato, pero de inmediato me di cuenta de que los asistentes leían poesía. Busqué entre mis documentos y vi que llevaba un único poema que había compuesto para la presentación de uno de mis libros titulado *Esperanza*, de pronto pensé, leeré este poema. Lo había recitado en un par de ocasiones y tenía la sensación de que siempre me daba suerte y así lo hice. Una amalgama de voces heterogéneas se sucedió pronunciando un mar de versos de diferente temática. De pronto se escuchó una voz especial. No fue un golpe, fue un travelling lento: una mujer rubia, muy atractiva, cosmopolita, leía versos con una claridad que no pedía permiso. Cada palabra parecía haber pasado antes por la biblioteca, por el cuerpo y por la historia. María Antonia García de León —alguien susurró el nombre— sostenía el poema como se sostiene una verdad: sin alzar la voz, pero sin ceder un milímetro. Sentí que aquellos versos no solo hablaban de la vida: la pensaban. Había en ellos feminismo sin consigna, cultura sin pedertería y cine sin pantalla. Los poemas se movían como escenas bien montadas: primer plano de la conciencia, plano general del mundo. Cuando terminó la lectura, el silencio fue una ovación íntima. Después escribí un verso que me inspiró en el cuaderno. El camarero dejó dos cafés en ambas mesas. El vapor se cruzó como si los aromas se conocieran antes que nosotras. Al finalizar la tertulia se levantó —no supe por qué— y se acercó a mi mesa. María Antonia me miró

con una sonrisa de reconocimiento inmediato, como si ya la hubiera leído antes.

—¿Escribes o escuchas? —preguntó.

—Las dos cosas. A veces la escritura se esconde en el ruido —respondí sorprendida.

Mientras tanto, los poetas debatían acerca de Lorca, Machado y Miguel Hernández. Hablamos de escritura como acto político, de poesía como montaje, de mujeres que no piden plano secundario. En ese momento sentí que el Gijón era una sala de cine sin proyector, donde las ideas eran luz.

—¿Qué piensas sobre la escritura en general? —le dije con cierta timidez.

—Te confieso que siempre he sentido el amor por el “buen escribir”, por la buena escritura, fue una especie de “desideratum”, un mandato interior, y también, como no, una afición-un gusto.

Además, he leído mucha buena literatura desde la infancia, y hago mío el mandato de Orson Wells: “¿Cómo se aprende cine? Encerrándote en la cinemateca”. Mutatis mutandi: encerrándote a leer la buena literatura. (ojo, también se aprende, a veces, de lo malo). Soy de una generación difícil, rebelde. Por llevar la contraria a todo, no me encaminé directamente a las letras, sino a la rebelión y etc.

—Me gustaría comprarte alguno de tus poemarios.

—¿Cuál de ellos? Tengo publicados 15 títulos: *El yo conquistado* (2016), *Desde mi torre de adobe en La Habana* (2016), *Cernuda, el pájaro pardo, la guacamaya, mi abuela Umbelina y yo* (2016), *Casa de fieras* (2017), *No hay señal* (2017), *Años de luz y niebla. Contra la conjura del olvido* (2018), *Premio Internacional de Biografía y Memorias “Stefan Zweig”* (Madrid 20218), *Acariciar un poema* (Bajo el delirio tecnológico),...

—Me gustaría *Años de luz y de niebla. Contra la conjura del olvido*—dije de inmediato.

—Ese lo acabo de publicar. Es uno de mis preferidos. El próximo lunes te lo traigo dedicado.

Cuando nos despedimos tras abordar otros temas, supe que algo había cambiado. No era solo haber conocido a una poeta admirable, sino haber entendido que la literatura también es encuentro, que el feminismo puede decirse en verso y que el cine —como la poesía— enseña a mirar el mundo sin bajar

los ojos. Aquella noche salimos juntas del Gijón. Madrid nos acompañaba. Quedamos para la semana siguiente.

Esa noche estaba inspirada y escribí otro poema sin miedo. Al día siguiente me metí en Google para conocer la trayectoria de María Antonia y descubrí que era profesora de sociología, en la Facultad de Educación, de la Universidad Complutense de Madrid. Sus líneas de investigación y sus publicaciones pertenecían al campo de la sociología del género, sociología del cine y sociología de la educación. Es sobresaliente (y pionera en la bibliografía española) su contribución al estudio sociológico de las élites femeninas españolas, especialmente focalizado en el colectivo de mujeres altamente cualificadas en distintos ámbitos profesionales (empresarias, ingenieras, políticas, catedráticas, académicas...). Había sido directora de diversos proyectos I+D, entre ellos: *Las Académicas* (2001). Su carrera como investigadora se ha llevado a cabo en prestigiosas universidades extranjeras: Universidad de California en Berkeley, en Santa Bárbara, Wellesley College, Roehampton University, Unicam Brasil...

Cuando me trajo el libro me sorprendió descubrir a una persona cercana y amable. Nunca he olvidado la dedicatoria que me escribió: *Querida Ana: Estas páginas mías te acompañarán este verano, tejerán nuestra amistad, junto al cine, la poesía, viajes y tantas otras cosas. Con cariño.* María Antonia.

Os confieso que me emocioné, acababa de llegar y ella me tendía la mano ante un mundo prácticamente desconocido para mí. Le compré todos y cada uno de sus libros de poesía que fui investigando al detalle. Su obra poética adquirió el carácter de Biblia en mi trayectoria. Un día me comentó que su poesía nace de la unión de la naturaleza y sensibilidad. Me atrevo a decir que su vida en la universidad probablemente ha sido una vida de pensamiento, de Cultura, dentro de la cual el género literario de la poesía ocupa el puesto número 1, porque en ella está lo mejor del logos y es el acto más intelectual, para el cual se conjuran los saberes: música, ritmo, inteligencia y las bellas artes. Un día me dijo: *quien hace un poema también pinta y esculpe sustantivos uno a uno, lima adjetivos sin cesar, en fin, se mete en el*



atelier al completo.

Un miércoles día del espectador el cine Renoir de la calle Martín de los Heros olía a lluvia reciente, la marquesina mostraba una luz tímida sobre la acera mojada, y a celuloide antiguo. Era una de esas noches en las que Madrid parece escrita por alguien que ama el detalle: farolas como planos fijos, carteles iluminados, conversaciones en voz baja antes de que empezara la película. Yo llegaba con el paraguas y un cuaderno bajo el brazo. En el vestíbulo la reconocí de inmediato: María Antonia, rubia, serena, con la elegancia de quien sabe escuchar tanto como decir. Hablaba con un crítico de cine sobre una directora iraní; sus palabras tenían ritmo, como si ya estuviera montando un poema invisible. Nos saludamos con un abrazo breve, sincero, de esos que inauguran algo.

La película —una historia de mujeres que miran de frente al mundo— pasó casi sin darme cuenta. Yo observaba la pantalla, pero también a María Antonia: cómo asentía en los silencios, cómo sonreía ante un plano bien resuelto. Comprendí entonces que el cine también era un idioma común, otro hilo más que se sumaba a la poesía, a la escritura, al feminismo vivido sin estridencias.

Al salir, caminamos despacio por la acera, comentando escenas,

palabras y gestos. La conversación se volvió íntima, necesaria. Hablamos de libros por escribir, de voces femeninas aún por conquistar su espacio, de la urgencia de decir sin pedir permiso.

Fue entonces cuando me detuve.

—María Antonia... —dije, como quien se decide a mostrar un manuscrito un año después de conocernos—. He terminado mi primer poemario.

Hubo un segundo de silencio, cargado de cine y de noche madrileña.

—Me gustaría... si lo consideras oportuno, que me lo presentaras.

María Antonia me miró con una mezcla de orgullo y ternura, como si ese gesto fuera también un reconocimiento mutuo.

—Será un honor —respondió—. Las voces nuevas necesitan ser acompañadas, no juzgadas.

Desde aquella noche, los lazos se estrecharon sin ruido: cafés, lecturas compartidas, correcciones al margen, risas cómplices. Dos escritoras hambrientas de conocimiento, caminando juntas, sabiendo que la amistad —como la buena poesía— también se construye plano a plano.

Meses después el barrio de Salamanca amanecía con una luz limpia, casi cinematográfica. Las fachadas claras devolvían el sol

Cultural

como si alguien hubiera subido la exposición del día. Volvimos a encontrarnos. Caminamos despacio por la calle, entre escaparates silenciosos y cafés donde el tiempo parecía escrito en cursiva. Nos sentamos en una terraza discreta. Sobre la mesa, dos libros y un cuaderno abierto: rituales de reconocimiento.

—Aquí todo parece ordenado — dije —, pero debajo late una intensidad extraña.

Hablamos de mujeres que aprenden a nombrarse, de ciudades que miran de vuelta, de cuerpos que ya no piden permiso, de escritoras invisibilizadas, de películas que enseñan a resistir, de la escritura como un acto de conciencia, de amor propio y de cine. Recitamos poemas mientras el barrio de Salamanca seguía su coreografía elegante, preparándose para el rodaje de una escena de escritoras, ajeno a la pequeña revolución que se gestaba en aquella mesa.

—Tus poemas tienen plano corto — me dijo al terminar—. No se esconden. Eso no se aprende: se asume.

Luego María Antonia abrió su libro. Sus versos se mezclaban entre la gente como una arquitectura precisa: pensamiento, emoción y memoria. Sentí que sus palabras además de enseñar, me acompañaban. Había feminismo sin consigna, cultura sin frontera, cine sin pantalla: poemas que sabían mirar.

Intercambiamos libros como se intercambian promesas.

—Para que subrayes sin miedo — dijo María Antonia.

Nuestras conversaciones se volvieron un hábito, casi un rito. A veces nacían de una película recién vista —un plano secuencia que nos había dejado sin aliento, una actriz que sostenía el mundo con la mirada— y otras de la vida. Nos enviábamos notas a través de WhatsApp y sugerencias de películas, exposiciones, viajes y cultura en general, sin jerarquías.

La última vez que estuvimos juntas hablamos de sus dos últimas obras: *Acariciar un poema* y *Escucha mi voz*, esta última presentada en el Ateneo de Madrid, una edición traducida a inglés, francés y árabe. Fue un éxito, cuento con el honor de que María Antonia me eligió para recitar uno de los poemas en español *Adiós a las hijas de Bernarda Alba*.

Mi admiración por María Antonia García de León ha ido creciendo sin ruido, día a día, como crecen las convicciones verdaderas. Su obra me ha enseñado a afinar la mirada, a distinguir entre lo que emociona y lo que permanece, entre el gesto brillante y la verdad narrativa. Donde otros levantan muros, ella traza líneas que unen. Siempre la he escuchado con gratitud y coraje, tomando notas mentales que luego se volvían versos. Cuando hablo de su persona la defino como una gran mujer, intelectual pública, puente entre universidad y cultura, voz clave para entender la excelencia femenina invisibilizada. Leída como una autora que entra en conversación con otras grandes pensadoras, ampliando el marco del feminismo, la sociología y la cultura crítica en España. ¡Me siento orgullosa de ser amiga de Antonieta!



Juan Martínez Martínez
Berja - Almería

El pasado 22 de diciembre se celebró una Cena Benéfica en un céntrico restaurante de Madrid, organizada por la Asociación de Artistas, Creadores y Escritores de Madrid. Esta asociación presidida por Don Mario Jimeno García aprovecha este evento para, durante el transcurso de la estupenda velada, premiar y distinguir a personalidades que por distintos motivos destacan en la actualidad. La encargada de organizar esta cena fue Doña Mayla de Barbeito, vicepresidenta de la asociación, una persona llena de energía, y con una capacidad organizativa espectacular.



Unos días antes recibo una invitación para asistir a la velada, en dicha invitación aparecen los premiados de esa noche y compruebo que uno de los premiados era yo. La sorpresa fue tremenda y no llegaba a creerme que una asociación a cuyos miembros siempre he valorado por su capacidad artística y creadora, pensarán en mí para recibir tan importante galardón como es el premio “DEPORTE Y SALUD”. Gracias y mil gracias por esta distinción. Aunque el premio fue a mi trayectoria y dedicación, sigo pensando que no lo merezco y creo que el motivo principal es el Tai Chi, disciplina deportiva a la que me dedico y como no, a sus beneficios para la salud.

RINCÓN DEL TAICHÍ

PREMIO “DEPORTE Y SALUD”



Esa noche tuve la fortuna de compartir premio con la pintora Doña María de los Ángeles Ortega que recibió el premio “PI-CASSO” y pudimos disfrutar de la grandiosidad de su obra en una exposición de parte de sus trabajos que nos dejó a todos impresionados.

Fortuna también, fue compartir premio con la polifacética Doña Sandra Loi Milhaud, Artista Global e Interactiva Cultural, que fue distinguida con el premio “ARTE INTERNACIONAL” y no es para menos, ya que es escritora, actriz, compositora, intérprete, música, presentadora de radio y televisión y mucho más.

Y todo un honor coincidir y conocer al Rvdo. P. D. Ernest Baributsa, Sacerdote y profesor de Teología, distinguido con el premio “VALOR HUMANO DE HONOR” premio más que merecido por toda una vida de entrega a los más necesitados.

Pero la noche aún me tenía una sorpresa más y fue que la persona encargada de hacerme entrega del premio fue Doña Ángeles Martínez, poeta y escritora y cuyo corazón no puede ser más grande.

Fue una noche maravillosa que nunca olvidaré y vuelvo a dar las gracias a la Asociación, a todos los que me acompañaron y sobre todo a mi familia.



Mari Angels Molpeceres
Lleida

Queridos amigos: Hoy hablaré de este teatro. He de decir que vosotros sabéis que he viajado un poco y fue precisamente en un viaje que hice gracias a la coral en la que cantaba mi marido. Pasamos por Montecarlo y la verdad es que nos deslumbró a todos por su “glamour”. Creo honradamente que nunca había visto tantos coches de lujo. Quedamos completamente deslumbrados. Vimos por fuera el casino y solo recuerdo que una amiga me pagó un café y le costó una barbaridad. Bien, pues hoy hablaré de su teatro de ópera.

Este teatro fue diseñado por Charles Garnier, bajo la dirección de Marie Blanc, viuda de François Blanc.

Fue inaugurado el 25 de enero de 1879, con la actuación de la “excelsa” Sarah Bernhardt.

Con la falta de diseños culturales disponibles en Mónaco, el príncipe Carlos III, junto a la Société des Bains de Mer, decidió la construcción de un teatro de ópera privado con entradas reservadas para su familia. Este iba a ser la Salle Garnier.

El edificio, después de muchos años, debió cerrar en el año 2000. La restauración

EL TEATRO DE ÓPERA DE MONTECARLO



se llevó a cabo a partir de 2003 con un precio de 26 millones de euros. La ópera fue completamente renovada y abierta al público el 16 de noviembre de 2003. Después de cinco años sin actuaciones, la primera representación fue la obra *El viaje a Reims*, de Rossini.

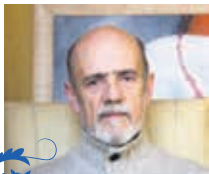
Muchos artistas del siglo XX han creado diseños para la ópera de Montecarlo. Los primeros decoradores que han visto pasar a tantos artistas de fama internacional... uno muy importante fue el italiano director de cine Visconti y el pintor francés Charles Roux, que realizó un número importante de escenogra-

fías hasta su jubilación en 1967.

Entre los artistas contemporáneos que han contribuido a la reputación de la sala se incluyen Basacq Leon, Pablo Picasso (*El amor brujo*), Leon Zaki (Racin) o Pablo Roux (*El amor de las tres naranjas*, de Prokofiev).

Para este año 2026 tiene programados a grandes compositores: Verdi con *Aida*, Wagner con *El buque fantasma* y, entre otros, Orfeo y Euridice, de Gluck.

Esta ha sido mi pequeña contribución a la ópera de Montecarlo. Sin nada más, recibir como siempre un fuerte abrazo.



Diego Nieto Marcó
Málaga

Viendo la foto de Alejandra a los quince años (izquierda), allá por 1883, uno no puede dudar de que era una estudiante aplicada y obediente, y si prestamos atención a la foto superior derecha, alrededor de sesenta años, uno no puede dudar ni un segundo de que era una mujer de carácter. Sin embargo, ya en la primera foto (a los quince, recuérdese) Alejandra ya tenía ese carácter y se las traía. Lo del famoso “Socorro. Tengo un hijo adolescente” resulta insignificante.

Alejandra David-Néel, cuyo nombre de pila es Louise Eugénie Alexandrine Marie David (imagina tener que pasar lista el primer día del curso), nació en París el 24 de octubre de 1868 y viene aquí a ser una especie de representante de la rebeldía en busca de algo; una rebeldía que llevaba en la sangre: hija de Louis David, periodista liberal y republicano que se opuso al golpe de estado de Louis-Napoleón Bonaparte en 1851 y tuvo que emigrar a Bélgica, donde conoció a Alexandrine Borghmans, que sería la madre de Alejandra.

Tuvo la suerte de no tener ni tele, ni móvil, ni tablet, y ya de niña se apasionó por la lectura, especialmente de los libros de Jules Verne, como en realidad nos apasionaban a todos, pero seguramente no llegamos a su extremo. Eso la movió a soñar con largos viajes, con lo difícil que era viajar en esa época. Y como si fuera poco descubrió el Museo Guimet de Artes Asiáticas de París, y el viaje comenzó a bullir en su interior. Pero ya veremos que no era un viaje cualquiera, como turista, aventurera, escritora; era un viaje de búsqueda, porque ella buscó toda la vida, y nadie se lo impidió por ser mujer, más bien recibió ayuda cuando la necesitó.

A los quince años (así, como en la foto, ella tan dulce, tan bella, como la canción), con motivo de unas largas vacaciones familiares en Ostende, complejo turístico de ocio y playa, escribe: “Lloré lágrimas amargas más de una vez, con la profunda sensación de que la vida se me escapaba, que los días de mi juventud se iban, vacíos, sin interés, sin alegría”. Como es de imaginar, se fuga. La primera vez pero no la última. Se sabe que alcanzó el puerto de Vlissingen (Flesinga, en español) en los Paí-

ses Bajos pero luego hay dos versiones: la primera, cruzó a Inglaterra, pero se vio forzada a regresar por falta de dinero; la segunda, su familia la encontró justo antes de embarcar y se lo impidió.

En esa vida que se le escapaba, según ella, comienza a leer sobre ocultismo. Su sentimiento de la vida no la lleva por el mismo camino que a la gente de su medio. A los diecisiete (1885, faldas a los tobillos, escote al cuello), aún menor de edad, vuelve a mostrar su radical independencia: sola, viaja en bicicleta por España, Suiza e Italia. Llevaba una falsa alianza de matrimonio que le daba libertad de movimiento: “Sí, ahora viene mi marido” o “Quedé aquí con mi marido”. ¿Quién no creería a ese ser angelical?

En 1886, elige algo que llamaríamos normal para su edad: ingresa en el Real Conservatorio de Bruselas para estudiar piano y canto lírico. Pero, como contrapeso, también ingresa en la Sociedad Teosófica de Madame Blavatsky, uno de los movimientos esotéricos más influyentes de Europa. Y es así como entra en contacto con religiones orientales y círculos espiritualistas.

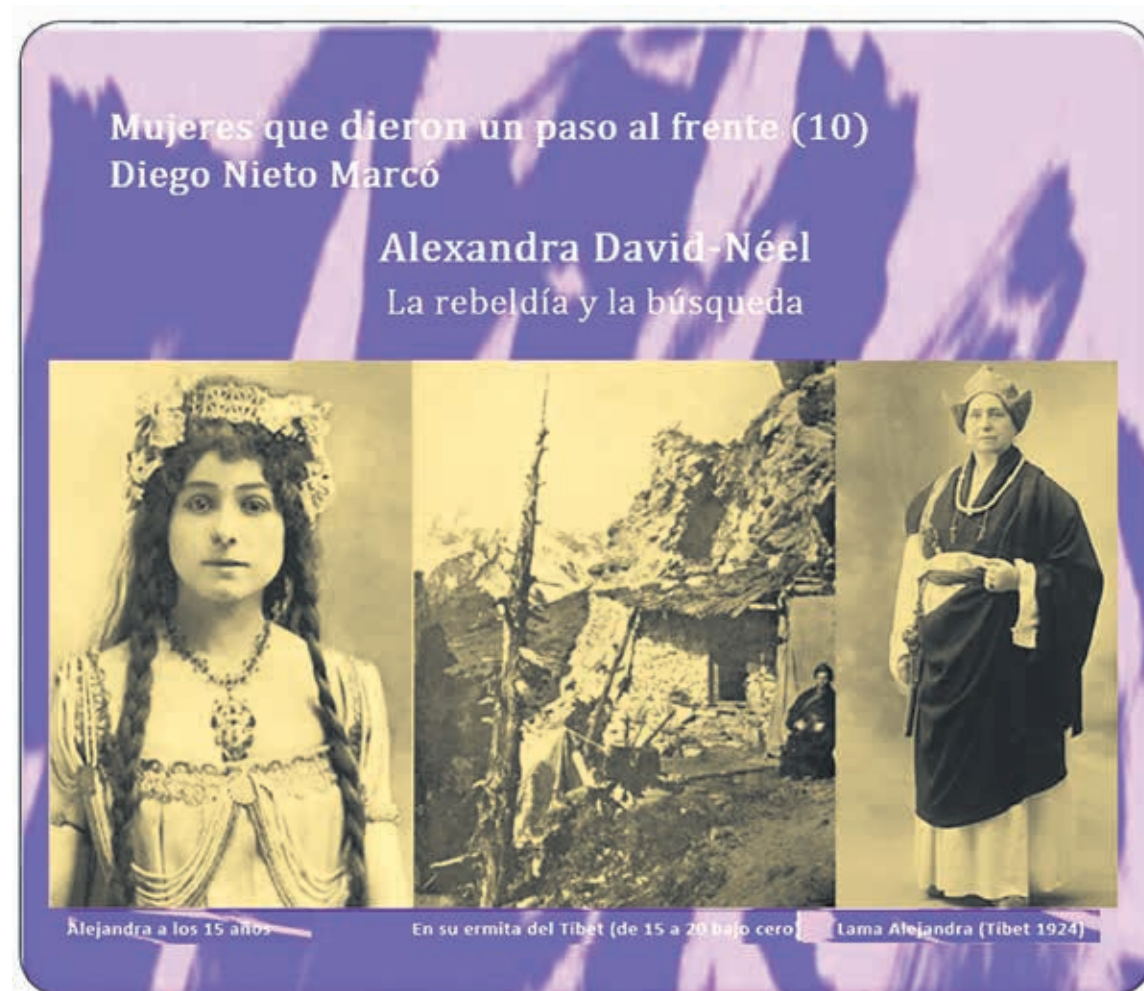
En París, se convierte en una asidua del museo Guimet de artes asiáticas con la idea de profundizar en la cultura de esos pueblos: historia, religiones, folclore, geografía. Y comienza a estudiar sánscrito y tibetano. Su camino ya está marcado.

Según algunas fuentes en esa época atraviesa un período de depresión que la lleva al borde del suicidio, que no comete por su creencia en la reencarnación y porque lo veía como una deserción.

A los veintitrés años (1891) recibe una pequeña herencia de una tía que sus padres quieren que invierta en una tienda de tabaco pero ella no está por la estabilidad, y mucho menos comercial, y decide hacer su primer viaje a la India.

En la India se une a un grupo liderado por el gurú Sri Ananda Sarawati, que usaba hachís para hacer viajes astrales. Ella probó una vez, pero nunca más. Podría haber tenido lo que se llama coloquialmente “un mal viaje” o simplemente no gustarle.

Al cabo de dieciocho meses, agotados sus fondos, regresa a depender de sus padres. Pero al año



Mujeres que dieron un paso al frente (10)
Diego Nieto Marcó

Alejandra David-Néel
La rebeldía y la búsqueda

Alejandra a los 15 años

En su ermita del Tibet (de 15 a 20 bajo cero)

Lama Alejandra (Tíbet 1924)

siguiente, debido a un revés económico, sus padres ya no pueden mantenerse ni a sí mismos ni a ella. Pero ella es Alejandra, y se saca un as de la manga: el canto lírico. Es contratada por el Teatro Nacional de la Ópera, actuando no sólo en Francia sino también haciendo giras por toda Europa. Entre los años 1895 y 1898 interpreta a Violeta en La Traviata de Verdi, canta en Las Bodas de

país, era una ciudad doble: por un lado la zona árabe intacta y por otro la zona europea en plena expansión colonial. Aquí canta en diferentes teatros y, sobre todo, le sucede algo que cambiará su vida, o mejor dicho impulsará su vida por ese camino que tanto buscaba: conoce al ingeniero jefe de los ferrocarriles tunecinos, un distante primo suyo, Philippe Néel de Saint-Sauveur, y se convierte en su amante.

tima contacta con la Sociedad de Textos Pali (RAE: Dialecto del indio medio en que se escribió la más antigua tradición budista.)

Esa etapa dura unos siete años, hasta que en 1911, su marido Philippe, quizás por notarla extraña, quizás por notarla deprimida (nunca se sabrá) ofrece costearle una estancia de un año en la India para que perfeccione sus idiomas orientales.



Alejandra en boque tibetano (c. 1915)

Con su hijo Yongden

Lama Yongden, su hijo

Jeannette de Víctor Massé, en Mireille de Gounod, Carmen de Bizet, Thaïs de Massenet entre otras. Actúa con el nombre de Alejandra Myrial, como si reservara su verdadero nombre para lo que iba a venir.

Entre 1897 y 1900 vive en París con el pianista Jean Haustont y, con él a cargo de la música, escribe el libreto de Lidia, una tragedia lírica en un acto.

Al terminar el contrato con el Teatro Nacional de la Ópera en 1899 es contratada para cantar en Atenas. Y a Atenas que se va, dejando a su amante tocando el piano a orillas del Sena.

De Grecia pasa a Túnez. En aquella época Túnez, capital del

A los dos años es contratada como directora artística del casino de Túnez y abandona su carrera de cantante.

Y en 1904 formaliza la relación con su primo. Pero ella se niega a tener hijos porque un hijo, argumentaba, coartaría su independencia. Alejandra era Alejandra y lo que ella no busca la busca a ella. Porque ese mismo año, en diciembre, muere su padre, dejándole una herencia de 20.000 francos, una fortuna para la época.

Comienza entonces una etapa extraña en su vida, que desentona con lo que ella era y mucho más con lo que sería. Da conferencias en Bélgica y Londres. En esta úl-

No lo duda y al mes la encontramos en la India. (Recuerda: Túnez-Bombay en esa época implicaban casi treinta días de navegación.) Objetivo, o excusa, profundizar en sus conocimientos del budismo y de las lenguas tibetana y sánscrita. Pero Alejandra es Alejandra y descubrimos que Philip, su marido, es Philip: en lugar de un año le costea catorce. ¿La veía muy mal? ¿Quería quitársela de encima? ¿Tenía una amante? Lo cierto es que en ese período su marido actúa como distribuidor, acaso interesado, de los artículos que Alejandra escribe y le envía, artículos que varios periódicos ya están dispuestos a adquirir.

Cultural

¿Pero cómo sería el método de estudio y trabajo de Alejandra? Ella es quien es y estudia y escribe al mismo tiempo que viaja por toda la India. Algo muy peculiar, porque el viaje implica novedad y distracción y el estudio requiere sedentarismo y concentración.

En 1914 contrata como sirviente a un tibetano de quince años, Aphur Yongden, con el que tan unido llega a sentirse que lo adopta como hijo. Con él, que luego sería lama (maestro del budismo tibetano), marcha a vivir como anacoreta en el Himalaya (ver titular foto central).

Al año de anacoreta (edad:47), comienza a sufrir reumatismo y el dolor y la época del año (Navidad) trae a su mente algo impensable: nostalgia del hogar. Pero está atrapada por el invierno del Himalaya: nieves profundas, vientos huracanados, temperaturas gélidas. Varada allá arriba, comienza entonces a practicar tummo, (literalmente calor interior, método yoga de contemplación y control de la temperatura del cuerpo).

Clama que sigue avanzando en su dominio de las técnicas yoga y haber creado una sprul-pa (tulpa en occidente), o sea una manifestación espiritual de sí misma pero fuera de sí misma, que describe en su libro Magia y misterio en Tíbet publicado en 1929.

Pasados unos años, decide salir del Tíbet y, con su hijo adoptivo, se lanza a recorrer los dos mil kilómetros que la separan de Lhasa (hoy sureste de China). El camino, de terreno agreste, de temperaturas gélidas, de nieve blanda, de viento como latigazos, (recordemos que se mueve entre 4.300 y 4.900 metros sobre el nivel del mar), el camino, decíamos, está poblado no sólo por pastores sino por bandoleros; comenzó un viaje en el que habían fracasado muchos aventureros europeos. Durante el mismo recurre al método yoga de tummo para crear calor interno y, como dice ella en el libro citado “Pronto vi llamas a mi alrededor; se hacían grandes y más grandes, y me envolvían...”

Alexandra David-Néel, que había ido a Asia en 1911 a pasar un año de aprendizaje, regresa a Europa en 1945, a los 77 años de edad, y se radica en Digne-les-Bains (sur de Francia), en una casa que ella llamaba La Fortaleza de la Meditación.

Publica artículos en revistas y periódicos, afines a su visión de la vida, y más de treinta libros. Asimismo recibe premios y honores: Comandante de la Orden Nacional de la Legión de Honor, concedido por el estado Francés, y la Gran Medalla de Oro de las Exploraciones y Viajes de Descubrimiento, de la Sociedad Geográfica.

Pero Alejandra es Alejandra y en 1968,



a los cien años, ¿qué crees que hizo? Renovó su pasaporte. ¿Un viaje en mente? Pero no volvió a usarlo, murió en 1969, a punto de cumplir 101 años. Su casa Santem Dzong (La Fortaleza de la Meditación) hoy día es un museo que tú puedes visitar.

Si vale de algo mi opinión, me atrevo a decir que, aunque no estando de acuerdo

con su visión del mundo, encuentro admirable su determinación y fortaleza, que ya empezó a mostrar a los quince años de edad. Recordemos que pudiendo ser una diva de la ópera prefirió la soledad de las montañas más altas de la tierra.

Próxima entrega: Cristiana Davies – De armas tomar



José Manuel Gómez Torrefarrera (Lleida)

Cartas que nunca se enviaron

Hay algo profundamente humano en escribir una carta. No un mensaje inmediato, no una respuesta lanzada al aire con la prisa del instante. Una carta. Ese gesto lento de sentarse, ordenar el pensamiento, aceptar el temblor y dejar que la tinta —o las palabras— hagan lo que la voz no siempre se atreve.

La carta existe porque el otro no está. Nace de la distancia. Y en esa ausencia se construye una de las formas más honestas de la escritura: la confesión sin interrupciones. Cuando escribimos una carta no competimos con el ruido del mundo. Hablamos directamente a alguien, incluso aunque ese alguien no llegue nunca a leerla.

Las cartas más conmovedoras no siempre fueron concebidas como literatura. Muchas ni siquiera fueron enviadas. Y, sin embargo, sobreviven. Tal vez porque lo que no llega a destino permanece intacto, suspendido en un tiempo que no caduca. Lo no entregado conserva una pureza extraña, como si el papel hubiera quedado a salvo del desgaste de la respuesta.

En los textos del Nuevo Testamento, las epístolas atribuidas a

San Pablo no eran tratados pensados para la posteridad, sino cartas dirigidas a comunidades concretas, escritas con urgencia y preocupación. Había en ellas consuelo, corrección, afecto y también firmeza. Eran palabras enviadas a personas reales, con dudas reales. No buscaban convertirse en literatura, pero terminaron siendo uno de los testimonios epistolares más influyentes de la historia. Quizá porque toda carta auténtica, cuando nace de la necesidad, termina trascendiendo su circunstancia.

La literatura comprendió pronto el poder narrativo de la correspondencia. En Drácula, de Bram Stoker, la historia avanza a través de diarios y cartas. Lo que sabemos del miedo lo sabemos porque alguien decidió contarlo por escrito a otro. El horror se vuelve más cercano precisamente porque adopta la forma íntima de la confidencia. En Las amistades peligrosas, de Pierre Choderlos de Laclos, la carta es estrategia y máscara: cada línea es un movimiento calculado, cada saludo es una trampa. La correspondencia revela que escribir a alguien puede ser un acto de ternura... o de manipulación. La carta nunca es inocente: siempre delata la intención de quien la firma.

Pero más allá de las grandes novelas y de las cartas que fundaron comunidades, existen otras que rara vez ven la luz. Son las cartas que quedaron en un cajón, dobladas con cuidado, sin sello ni dirección. Cartas a un amor que terminó antes de empezar. Cartas a un padre que ya no está. Cartas a un hijo que todavía no comprende. Cartas escritas de madrugada, no para ser leídas, sino para sobrevivir a la noche.

En esas páginas que nadie recibió suele habitar la verdad más desnuda. Porque cuando uno escribe sin la certeza de ser leído, desaparece la tentación de impresionar. No hay público. Solo destinatario. Y a veces ni siquiera eso. Solo la necesidad de decir lo que pesa.

Muchos escritores dejaron tras de sí correspondencias que se publicaron después de su muerte. En ellas aparece un tono distinto, menos pulido, más frágil. La carta permite una respiración diferente. No exige arquitectura perfecta ni desenlace brillante. Permite dudar en voz alta. Permite contradecirse. Permite mostrarse humano sin el escudo del estilo.

En una época en la que todo se responde al instante y las palabras se multiplican sin reposo, la carta representa casi un acto de resistencia. Obliga a pensar antes de escribir. A

asumir que no habrá corrección inmediata ni posibilidad de borrar lo dicho con un gesto rápido. La carta nos enfrenta a la responsabilidad de nuestras palabras. Y quizá por eso intimida tanto.

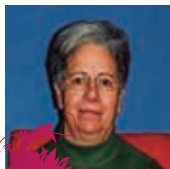
Febrero, con su brevedad y su discreción, parece el mes adecuado para pensar en todo esto. Es un mes contenido, sin estridencias, como una hoja escrita a mano. No busca imponerse; se desliza. Tal vez por eso invita a revisar lo que no dijimos, lo que quedó pendiente, lo que todavía espera forma.

Porque al final, escribir una carta —aunque nunca se envíe— es un acto de valentía silenciosa.

Es admitir que algo nos importa lo suficiente como para dedicarle tiempo y palabras. No siempre se trata de que el otro la lea. A veces basta con haberla escrito. A veces la carta cumple su función en el mismo instante en que la terminamos y la doblamos con cuidado.

Quizá esa sea una de las formas más puras de la literatura: decir lo que necesitábamos decir, aunque nadie responda. Guardar en un sobre imaginario aquello que nos definió en un momento concreto. Y aceptar que no todo lo importante necesita destino. Algunas palabras solo necesitan existir.





Germana Fernández Zurgena (Almería)

Esta es una historia que nace del silencio impuesto y florece en la incertidumbre del camino. Valeria no solo huyó de un matrimonio impuesto. Después de perder a su marido y quedarse sola con sus dos hijas pequeñas; huyó de la certeza de que su vida era una moneda de cambio en manos de los varones de la familia.

Esta historia no comenzó con la muerte de su marido, un hombre bueno al que amaba y respetaba, hallando en él justa correspondencia. Sino con el silencio ensordecedor que quedó después. A sus veinticuatro años, el luto no era solo una cinta negra en el brazo, era una losa de piedra sobre su pecho, que, se hacía más pesada cada vez que su familia mencionaba, el deber.

En su pueblo, una viuda joven era vista como una propiedad descuidada, una fruta que debía recogerse antes de que se echara a perder.

—Míralas, Valeria — le decía su tío, señalando a las niñas que juga-

ban con muñecas de trapo en el suelo de tierra—. No tienen padre. El invierno viene y el granero está vacío. Don Julián tiene tierras, tiene ganado y busca esposa. Es tu salvación.

Pero para Valeria, esa, salvación, se sentía como una sentencia de muerte. Recordaba el sudor de su difunto esposo, un hombre que la amó en igualdad, y la idea de vender su piel por un plato de lentejas la hacía sentir náuseas. Cada vez que Don Julián la miraba, ella sentía que él no veía a una mujer, sino una transacción; un contrato que le otorgaría el derecho de mandar sobre sus días y sus noches.

Valeria intentó trabajar. Fue de puerta en puerta buscando lavar ropa, coser o limpiar establos. Pero el pueblo era pequeño y las leyes invisibles eran más fuertes que las cadenas de hierro.

Nadie le daba trabajo por respeto a las leyes arcaicas, hechas por y para los hombres, tampoco se le permitía disponer ni hacer uso de las

tierras heredadas de su marido, sin la firma de un tutor varón.

Las propias mujeres de su familia le daban la espalda, tachándola de soberbia que prefería ver pasar hambre a sus hijas antes que cumplir con su deber. Esa noche, bajo la luz de una vela que se extinguía, Valeria miró sus manos. Estaban ásperas, pero eran suyas. Esa misma noche al amparo de la oscuridad, ató el carro a las bestias, recogió, lo imprescindible, subió a sus hijas a la carreta y haciendo el menor ruido posible, se alejó hacia un destino incierto. En la capital vendió los animales y el carro junto con lo que le dieron por ellos y algo del dinero que su marido guardaba en la casa, el resto junto con las joyas que le dio a escondidas su abuela las llevaba escondidas entre sus ropas. Su abuela se había despedido de ella diciéndole a modo de disculpa.

No puedo hacer más si mis yernos se enteran, no me perdonarán. Cuida de mis nietas y cuando puedas hazme saber de vosotras.

El viaje fue un tormento. Cruzar la frontera no fue solo un acto físico, fue un desgarró emocional. Al llegar a aquella ciudad gris y extraña, el sentimiento de desamparo fue desolador.

El cambio fue un golpe seco. Llegó a una tierra donde el idioma no era un puente, sino un abismo. Las palabras de la gente sonaban miedo y frío, ese frío del bautismo en una vida nueva, le encogía el pecho cada vez que veía sus ahorros menguar.

El idioma se alzaba ante ellas como un muro de espinas. Cuando intentaba pedir ayuda o buscar un rincón donde dormir, las palabras se le quedaban atrapadas en la garganta. La gente pasaba a su lado, como si ellas fueran invisibles, o peor, como si fueran una mancha en el paisaje.

Sentía que estaba naciendo de nuevo, pero sin madre que la arrullara. Sus hijas se aferraban a su falda, asustadas por el ruido de los trenes y las voces que no enten-

dían. Fue en ese momento, bajo la lluvia fina de un país que no la quería, cuando apareció una mujer con el rostro surcado por las mismas cicatrices del exilio. Ella le ofreció un consejo y un espacio en una mesa compartida.

—Aquí nadie te regalará nada —le dijo aquella mujer, cuya voz sonaba a tierra lejana—, pero nadie te obligará a hacer lo que no quieras.

Valeria respiró sin sentir que el aire le pertenecía a otro. Aprendió que el "sagrado sustento" sabía mejor cuando se ganaba con el esfuerzo propio, sin "ley ni mandato" que la encadenara. Valeria descubrió que su libertad no era la ausencia de problemas, sino la capacidad de elegirlos. Las manos que antes solo sabían llorar sobre una tumba, ahora aprendieron a manejar herramientas, a negociar en mercados y a acariciar el cabello de sus hijas con la paz de quien tiene futuro.

Ya no era la "viuda de...". Ahora, simplemente, era Valeria.



Ana Martínez Parra Huércal-Overa (Almería)

Querido mundo:



Yo estuve allí. Y lo digo despacio, porque no todos los días se asiste a un momento que, mientras sucede, ya sabes que va a quedarse para siempre en tu memoria y en la colectiva de todo un pueblo. Pero hay más, mi vivencia propia, el sentimiento de saber que me equivoqué porque nunca pensé que yo viviría lo suficiente para ver en directo aquello en lo que mi madre creyó con tanta fe: la santidad de un hombre justo.

Esa mañana Huércal-Overa amaneció tintina. Lo sentí al salir a la calle, al ver a la gente caminar con un paso más lento, más consciente. No era solo una celebración religiosa; era algo más hondo. Era la sensación de que íbamos a devolverle al Cura Valera algo de todo lo que él nos dio sin pedir nada a cambio.

Llegué al Espacio Municipal de Usos Múltiples con esa mezcla de emoción y respeto que se tiene cuando se entra en un lugar sagrado, aunque no sea una iglesia. Estaba lleno. Rostros conocidos, vecinos, personas mayores que hablaban en voz baja, jóvenes que escuchaban con atención. Nadie parecía fuera de lugar. Allí estábamos todos, y otros muchos más, esos otros que viajaron para dar testimonio de algo inmenso en su valía y reconocimiento que estaba a punto de acontecer en la villa.

Cuando comenzó la ceremonia y apareció el cardenal Marcello Semeraro, supe que aquello ya no era solo nuestro. Venía en nombre del Papa León XIV, de la Iglesia universal. Y, aun así, sentí que el verdadero protagonista no estaba en el altar, sino en la memoria compartida de quienes sabíamos quién fue Salvador Valera Parra.

Escuchar su nombre completo, pronunciado con solemnidad, me estremeció. Porque para nosotros siempre ha sido el Cura Valera, sin títulos, sin solemnidades, sin distancia. El cura que se quedó. El que entró en las casas donde nadie quería entrar. El que acompañó a los enfermos cuando el miedo era más fuerte que la fe.

Hubo un momento, cuando se leyó la Carta Apostólica que lo proclamaba beato, en el que el silencio fue tan profundo que casi dolía. Sentí un nudo en la garganta. Pensé en cuántas generaciones habían esperado este día sin sa-



Protagonistas del hecho milagroso

berlo. Pensé en la fe sencilla, transmitida de abuelos a nietos, que nunca necesitó milagros oficiales para creer en la santidad de aquel hombre.

El milagro reconocido por la Iglesia, la vida salvada de un recién nacido en Estados Unidos, fue mencionado, claro. Y lo escuché con respeto. Pero dentro de mí pensé que el verdadero milagro estaba allí, delante de mis ojos: un pueblo entero reunido para agradecer una vida entregada.

Durante la homilía, el cardenal habló del Cura Valera como un "Evangelio viviente". Y asentí en silencio. Porque eso es lo que fue. No un santo de grandes discursos, sino de gestos pequeños y constantes. De presencia entre los necesitados. De compromiso para con la fe. De entrega a su Iglesia... y de todos aquellos prodigios que llevaba a cabo y que mi madre me contaba que lo configuraba como persona excepcional.

Yo estuve allí: el día en el que en Huércal-Overa se nombró beato a su amado Cura Valera.

Me emocionó especialmente ver la Virgen del Río, nuestra Virgen, tan unida a él. Sentí que todo encajaba: la fe, la historia, la identidad de Huércal-Overa. Nada estaba puesto al azar. Todo tenía sentido. Más de cinco mil almas ahondaban en ese sentimiento de devoción hacia ese ser tan íntegro que fue don Salvador.

Cuando la ceremonia terminó, nadie se levantó de golpe. Nadie tenía prisa. Nos mirábamos como quienes han compartido algo importante y no saben muy bien cómo volver a la normalidad. Yo tampoco quería irme. Necesitaba quedarme un poco más, grabar ese momento dentro de mí.

Al salir, pensé que el Cura Valera, en su serena humildad, habría sido el primero en restarle importancia a todo aquello. Y, sin embargo, también pensé que este reconocimiento no era para engrandecerlo a él, sino para recordarnos a nosotros que otra forma de vivir, más sencilla, más comprometida, más humana, es posible.

Ese día, Huércal-Overa no solo ganó un beato. Ese día, yo sentí que el pueblo se miró al espejo de su historia y se reconoció mejor. El más humilde de sus hijos ha trascendido fronteras y reconocido por sus virtudes y humanidad. Digno ejemplo a seguir.

Y por eso puedo decirlo con verdad: yo estuve allí. Ojalá lo vea santificado.



HISTORIA DE LA ORDEN ECUESTRE DEL SANTO SEPULCRO (PARTE SEGUNDA)

La Orden en España: Su restauración.

Al restaurarse el Patriarcado latino de Jerusalén en España, se produjo una gran satisfacción pues siempre se había mantenido una gran devoción por el Santo Sepulcro, y España siempre fue la nación que más contribuyó a la conservación de los santos lugares, en la que más intensa fue la devoción por Tierra Santa, especialmente desde que recayó en el rey de España el título de Rey de Jerusalén.

La noticia de la restauración del Patriarcado latino, y del reconocimiento de la suprema dignidad de este como Gran Maestre de la Orden, fue recibida en España con inmensa alegría, pues los caballeros sepulcristas habían dejado de estar huérfanos, lo que incitaría a muchas personas a peregrinar a la ciudad santa y hacer allí sus votos de caballeros ante el Santo Sepulcro, incrementándose notablemente los cruzamientos de españoles en Jerusalén.

Las adversas circunstancias políticas por las que atravesaba el reino, tras la revolución de 1868, y el destronamiento de Isabel II demoraron unos años la reorganización del Capítulo, hasta que en la Junta General convocada el 27 de mayo de 1874 se publicó un escalafón con todos los caballeros españoles de la Orden y se nombró una comisión para que procediera a la redacción de un reglamento interior, por cuyas disposiciones hubiera de registrarse la Orden en Es-

paña. En abril de 1892 se reconoce la existencia de un Capítulo General para toda España, y se permite la creación de Capítulos regionales.

Existía un Capítulo General en Madrid y se crearon cuatro regionales en Barcelona, Manila, La Habana y Valencia.

El 22 de diciembre de 1906, a petición de los capítulos españoles, el rey Don Alfonso XIII, como Rey de Jerusalén, se dignó aceptar el título de Gran Bailío Protector de la Orden en España y presidir los capítulos que la Orden celebrara, delegando su representación cuando no pudiera hacerlo personalmente, como en otro tiempo hizo el gran monarca Felipe II, previa autorización del patriarca de Jerusalén, al mismo tiempo que aprobó una modificación de los Estatutos Generales, declarando "Nobles" a los Capítulos españoles, y que se reconociera que para ingresar en ambos, era preciso presentar pruebas de nobleza de sangre, al modo de las Órdenes Militares.

Españolas. En 1925 fue nombrado Protector de la Orden el Infante Don Alfonso de Borbón, por delegación regia, en el Capítulo conjunto de los tres capítulos españoles celebrado en San Francisco el Grande (Madrid), en presencia del patriarca de Jerusalén, Monseñor Barlasina, con asistencia de toda la familia real. En 1871 se estableció el brazo de Damas de la Orden, aunque la primera dama española no ingresaría hasta el año 1907; desde entonces ingresa-

ron en los capítulos españoles doce damas hasta 1935, incluyendo a S.M la Reina Doña Victoria Eugenia.

Durante la guerra civil de 1936, gran número de caballeros y damas sepulcristas cayeron víctimas del odio anticristiano, tanto es así, que al llegar la paz en 1939 no quedó ningún superviviente en el Capítulo de Valencia, que sería suprimido como tal por el Gran Maestrazgo.

Las graves circunstancias que atravesó Europa durante la II Guerra Mundial hicieron que, hasta 1944, no se autorizaran cruzamientos. En el periodo 1944-2010, ingresaron en la Lugartenencia de España oriental, antiguo Capítulo Noble de Aragón y Cataluña, 544 personas (37 eclesiásticos, 1 canonisa, 116 damas y 390 caballeros); y en la España Occidental 586 personas (40 eclesiásticos, 106 damas y 440 caballeros).

-Espíritu de caballero, ingreso en la Orden-

La caballería se ha configurado siempre como una gran confraternidad en la que todos sus miembros, a pesar de las diferencias sociales y económicas, eran iguales entre sí y todos ellos tenían el derecho a apadrinar o hacer entrar a nuevos miembros en la Orden, circunstancia que hoy en día se sigue cumpliendo pues el procedimiento que se sigue para el ingreso de los nuevos caballeros y damas no es mediante convocatoria pública, sino por la acción personal



de los miembros de la Orden que transmiten su entusiasmo para atraerlos.

Con ocasión de su ingreso en la Orden, los varones son armados caballeros y las damas reciben el lazo de la Orden. Todo ello se realiza, mediante un solemne ceremonial cuyo ritualismo se remonta a la Edad Media.

Según las antiguas crónicas, la investidura era la culminación de un largo proceso de selección y formación del neófito o candidato a ingresar en la Caballería. Este proceso se compone de diversas fases por las que el aspirante va pasando...



Cuenta una antigua leyenda china que en la víspera del año lunar, una bestia muy fiera con dientes afilados, cuernos y cuerpo mitad león y mitad dragón, surgía del fondo del mar y atacaba las aldeas, destruyendo todo a su paso, los campos, los ganados y atacando también a las personas. Los aldeanos vivían aterrorizados ante la furia de este monstruo que llamaron Nian. Toda la población se refugiaba este día en sus casas para evitar los ataques de la bestia. En una ocasión un anciano se cruzó con Nian, el anciano estaba muy asustado pero para su sorpresa el monstruo salió huyendo, el anciano pensó que era por sus ropas de color rojo y por el ruido que hizo con unos cubos de metal. Al año siguiente un buen número de aldeanos esperaron al monstruo vestidos de rojo y haciendo



mucho ruido. Comprobaron que de nuevo Nian, el monstruo, corrió despavorido a esconderse sin llegar a ocasionar daño en la aldea. De aquí la tradición de a principios del año lunar, organizar la fiesta para ahuyentar al monstruo.

El año lunar empieza entre el 20 de enero y el 20 de febrero, según la luna nueva, y marca el inicio de las fiestas del Año Nuevo Chino, también llamada fiesta de la Primavera o fiesta de los Faroles. Hay que destacar que en estas fechas se produce el mayor movimiento de personas en el mundo, ya que la tradición marca pasar estos días con la familia y son muchísimas las personas que vuelven a pasar. Este próximo empieza el 17 de Febrero de 2026 siendo el año 4724 según el orden del calendario chino y según su zodiaco corresponde a este nuevo año el Caballo de Fuego, estos ciclos se repiten cada 60 años.

Según las predicciones este año viene cargado de energía transformadora, al caballo que representa la libertad, la fuerza, la vitalidad se le suma el fuego que lo intensifica y le aporta dinamismo y pasión, convirtiendo a este año en un periodo ideal para tomar decisiones im-

RINCÓN DEL TAICHÍ AÑO NUEVO CHINO



portantes, iniciar nuevos proyectos y sobre todo salir de la zona de confort. Pero controlando en todo momento esos impulsos desbordados para que no nos produzca frustración o agotamiento. Siempre y este año más tenemos que controlar nuestra fuerza.

En nuestro país hay ciudades que por su gran concentración de ciudadanos chinos celebran a lo grande la entrada de año, Valencia, Barcelona y sobre todo en el barrio de Usera en Madrid, donde estos días hay una gran manifestación cultural con desfiles, pasacalles y una gran fiesta de celebración con fuegos artificiales.

A un nivel mucho más sencillo en el municipio de Dalías en Almería, el "Club Deportivo

Dalías por Tai Chi" como ya es tradición, también celebra el cambio de año, en este caso con un encuentro deportivo, en las instalaciones del Casino de Dalías, donde se reúnen los deportistas practicantes de Tai Chi de los municipios de Dalías, Berja y El Ejido. Durante la jornada hay exhibiciones de los dis-

tintos grupos así como trabajos en conjunto de las tablas de esta disciplina deportiva que son tan beneficiosas para la salud. Y como siempre será una jornada de convivencia, de compartir experiencias y de celebración.





Francelina Robin Villajoyosa (Alicante)

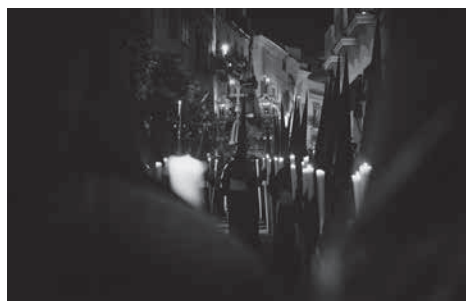
El Cristo de la Buena Muerte: emoción, tradición y alma de Málaga

Hay momentos en la historia de los pueblos que no necesitan explicaciones. Son instantes que se sienten en el pecho antes de entenderlos con la razón. Son silencios que hablan, miradas que se detienen y corazones que laten con un ritmo distinto. En Málaga, uno de esos momentos llega cada año cuando el Cristo de la Buena Muerte y Ánimas vuelve a encontrarse con las calles de la ciudad, sostenido con respeto y devoción por los hombres de la Legión Española.

No es solo una procesión. No es solo un acto religioso. Es un suspiro colectivo, un recuerdo que se renueva, una emoción que parece guardarse en el alma de quienes lo contemplan. Porque cuando el Cristo avanza, el tiempo parece detenerse por un instante, como si la ciudad comprendiera que está ante algo que pertenece tanto al pasado como al presente. Las calles de Málaga se llenan de una atmósfera especial cuando se acerca el momento. Hay un murmullo suave de voces, un movimiento lento de personas buscando un lugar desde donde observar. Los balcones se preparan, los ojos se orientan hacia el punto por donde aparecerá la formación legionaria. Y en el aire se siente esa tensión dulce que solo nace cuando algo importante está por suceder.

Los legionarios llegan con paso firme, con esa cadencia que parece marcar el pulso de la tierra. Sus botas golpean el suelo con un sonido que recuerda la disciplina, el honor y la historia. Sus uniformes representan algo más que una vestimenta militar, representan un compromiso, una identidad y una forma de entender el deber. Cuando el Cristo de la Buena Muerte y Ánimas es alzado sobre los hombros de los legionarios, el mundo parece cambiar de ritmo. No hay ruido innecesario. No hay prisa. Solo hay solemnidad y respeto. Es como si la ciudad respirara lentamente para acompañar ese momento sagrado.

El Cristo no avanza con prisa, ni con movimientos bruscos. Avanza con dignidad, con esa serenidad que parece contener el dolor humano transformado en paz espiritual. Su imagen transmite un mensaje silencioso que cada per-



sona interpreta desde su interior. Algunos ven esperanza. Otros encuentran consuelo. Muchos simplemente sienten que están ante algo grande y difícil de explicar. La expresión del Cristo de la Buena Muerte y Ánimas tiene una fuerza especial. No es una representación del sufrimiento desesperado, sino del sufrimiento aceptado con dignidad. Su mirada parece recorrer el alma de quienes lo observan, como si ofreciera un mensaje de calma frente a las dificultades de la vida.

Para Málaga, este momento es parte de su identidad más profunda. No es solo tradición, es memoria viva. Es la continuidad de una historia que se transmite de padres a hijos, de abuelos a nietos, de generaciones que encuentran en esta imagen un punto de encuentro emocional. Hay niños que observan con curiosidad, sin comprender todavía el significado completo del acto, pero sintiendo que están presenciando algo importante. Hay adultos que recuerdan otros años, otros rostros, otras emociones que regresan con la misma intensidad. Hay mayores que cierran los ojos por un instante, como si guardaran ese momento dentro del corazón. Y, entonces, llega el canto del "Novio de la Muerte". La voz de los legionarios se eleva con fuerza, con orgullo, con sentimiento. No es solo una canción militar. Es un himno que habla de amor, de entrega y de destino. Cuando resuena en las calles de Málaga, muchos sienten cómo la emoción se vuelve más intensa. El sonido de las voces, el ritmo de los pasos, el silencio respetuoso del público y la presencia del Cristo crean una combinación difícil de describir. Es un lenguaje que no necesita traducción. Es una comunicación directa

entre la tradición y el corazón de las personas.

La Legión Española, en este contexto, no representa solo una institución militar. Representa una forma de entender la lealtad, el compañerismo y el sacrificio. Portar al Cristo de la Buena Muerte y Ánimas no es un acto cualquiera. Es un honor que se asume con conciencia y respeto. Cada paso que dan los legionarios parece llevar consigo un pedazo de historia. No hay protagonismo individual. Hay unidad. Hay fuerza colectiva. Hay la sensación de que todos caminan hacia un mismo destino simbólico, compartiendo el peso y el significado del momento. El público observa en silencio. Algunos sienten orgullo. Otros sienten una emoción difícil de contener. Hay lágrimas discretas que aparecen sin pedir permiso, porque la intensidad del instante supera, a veces, la capacidad de las palabras.

La Semana Santa de Málaga tiene muchos momentos importantes, pero este posee una carga simbólica especial. Es un encuentro entre fe religiosa, tradición militar y sentimiento popular. Es una manifestación cultural que pertenece a la ciudad, pero también a quienes la visitan y la respetan. La tradición no sobrevive solo porque se repite cada año. Sobrevive porque las personas la sienten como parte de su historia personal y colectiva. Cuando un joven asiste por primera vez y se emociona, la tradición se fortalece. Cuando un mayor recuerda y comparte su experiencia, la tradición se mantiene viva. El Cristo de la Buena Muerte y Ánimas se ha convertido en un símbolo de resistencia espiritual. No representa el dolor por el dolor mismo, sino la dignidad frente al sufrimiento. Su imagen invita a pensar en la vida, en la muerte y en la esperanza que permanece incluso en los momentos difíciles.

Cuando el recorrido termina, queda un silencio especial. No es un silencio vacío. Es un silencio lleno de significado. Es el silencio de quienes han vivido algo importante y necesitan un momento para procesarlo en su interior. Málaga vuelve lentamente a su ritmo cotidiano, pero algo ha cambiado en el corazón de quienes presenciaron el acto. Porque las tradiciones

verdaderas no terminan cuando el desfile o la procesión concluyen. Continúan viviendo en la memoria, en las conversaciones, en los recuerdos.

El Cristo de la Buena Muerte y Ánimas seguirá regresando cada año. Y cada año habrá ojos que lo miren con respeto, corazones que se emocionen y una ciudad que guardará silencio durante ese instante eterno donde historia, fe y sentimiento caminan juntos. Para los malagueños, esta imagen no es solo una obra de arte religioso, sino un profundo símbolo de identidad, tradición y sentimiento colectivo. Su estrecha vinculación con La Legión Española, que cada Semana Santa lo escolta y le rinde honores, refuerza su carácter solemne y emotivo, convirtiendo su procesión en uno de los momentos más impactantes de la Semana Santa malagueña.

En definitiva, el Cristo de la Buena Muerte y Ánimas encarna para Málaga la unión entre fe, historia y orgullo local, siendo un referente espiritual y cultural que trasciende lo religioso para convertirse en parte esencial del alma de la ciudad.



LUCÍA GUERRERO, NUEVA SOCIA DE GRANADA COSTA

El Proyecto Global de Cultura Granada Costa continúa creciendo con la incorporación de nuevas voces vinculadas al pensamiento, la literatura y la cultura. En esta ocasión, nos complace dar la bienvenida a **Lucía Guerrero**, granadina de nacimiento y poseedora de una sólida trayectoria académica y literaria.

Nacida en Granada en 1980, Lucía Guerrero desarrolló desde muy pronto una destacada vocación intelectual, que la llevó a cursar la licenciatura de **Psicología en la Universidad de Granada**. Su brillante expediente académico fue reconocido con el Premio Na-

cional de Fin de Carrera, distinción que la situó como poseedora del mejor expediente de Andalucía y del segundo mejor de toda España. A ello sumó posteriormente su especialización en **Psicología Clínica**, que completó con la calificación de **Excelente**, además de ampliar su formación con estudios de posgrado en esta misma rama.

Junto a esa vertiente científica y profesional, Lucía Guerrero ha cultivado un profundo interés por el ámbito de las letras. Fruto de esa inquietud, cursó un **Máster en Estudios Lingüísticos, Literarios y Culturales en la Universi-**

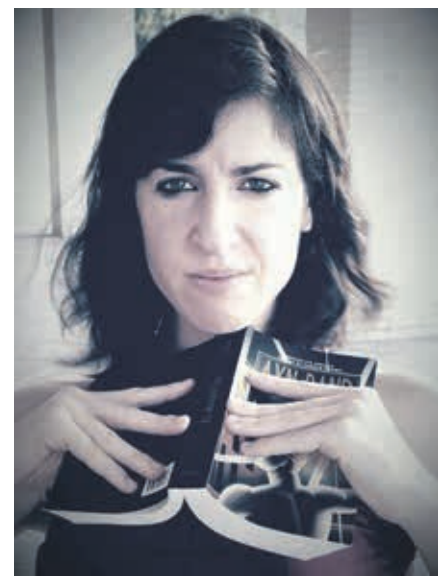
dad de Sevilla, centrando su trabajo de fin de máster en el análisis de la obra ensayística y de no ficción de autores tan relevantes como **David Foster Wallace** y **Jonathan Franzen**.

Su vinculación con la creación literaria se ha traducido también en diversas participaciones y publicaciones. Ha formado parte de la antología **24 poetas + Paco Ayala**, dedicada a *El jardín de las delicias* de **El Bosco**, y es autora de **En guerra con la piel**, publicado por **Niña Loba Editorial**. Asimismo, su labor literaria ha sido reconocida en varios certámenes y concursos. **Próxima-**

mente verá la luz su nuevo libro, Flores a los vivos, editado por la Editorial Granada Costa.

En la actualidad, **reside en Granada**, ciudad desde la que continúa desarrollando su trayectoria personal y creativa.

Desde el **Proyecto Global de Cultura Granada Costa** le expresamos nuestra más cordial bienvenida, con la seguridad de que su incorporación supondrá una valiosa aportación al espíritu cultural y humano que define nuestra entidad.





Alberto Báez Izquierdo
Valencia

DON QUIJOTE DE LA MANCHA III PARTE. CAPÍTULO VI

En el que se da cuenta del singular Jueves Santo de aquel año

- Sobremanera - sentenció el cura -. Héroe de Lepanto, hombre de letras y autor de una discreta novela titulada "La Galatea", una de las pocas obras

que salvamos de la quema de la biblioteca de Alonso. Años ha que es amigo mío y la fortuna no acaba de mostrarle su cara a pesar de

merecello en hartura.

- ¿Y "La Galatea"?

- Es la primera parte; prometido ha una segunda. Esta "Galatea" la escribió ya hace algunos años, tiene ritmo, finura... Me gustó mucho. Es su primera novela y tengo para mí que si a este buen zagal y mejor cristiano hubiérasele ayudado en su inventiva, grande servicio hubiérasele hecho a la cultura hispana. Mas ya se sabe que el talento y la virtud más es perseguida de los malos que amada de los buenos.

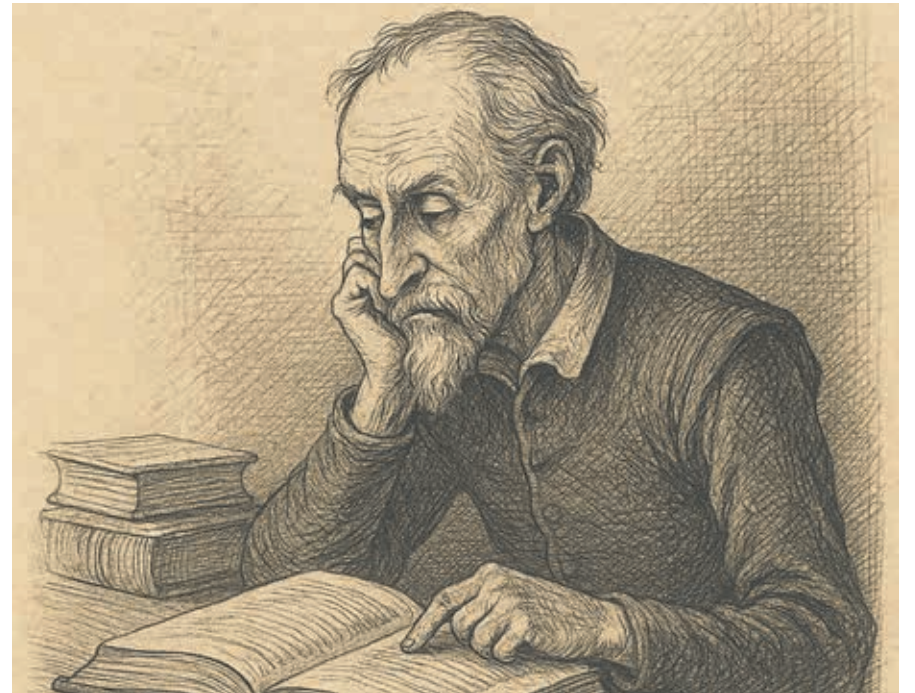
Plació a Sancho la alabanza y signos de

identidad que mentó el cura sobre su amigo Cervantes y en su fuero interno determinó romper sus zozobrantas dudas sobre el diario y hacérselo llegar precisamente al tal Cervantes.

Al hacerlo se sintió tan grandemente aliviado que entendió ser eso lo que procedía hacer con el valiosísimo diario de su amo. Gozóse Sancho tanto que invitó a sus amigos a una más que notable comida en el mesón más cuajado de la aldea.

Durante la comida inquirió más noticias sobre Cervantes; pero de esos detalles Cide Hamete no consigna mucho, quizá por parecelle que el historiador cristiano pudiera hacelle sombra.

En todo caso se confirmó en que sería lo más discreto y digno llevar personalmente el diario a Madrid para que el buen hacer y entender de Cervantes lo incorporara a su estudio de Don Quijote.



Francisco Ávila González
Escultor y escritor
Maracena (Granada)

UN SECADERO EN MI PATIO

El anillo de casado

Del mismo modo que María Gómez aprovechaba los descansos para sacar unas pesetillas, a cambio de deleitar al personal con alguna golosina o a pasar un buen rato escuchando la radio para hacer más llevadera la jornada de trabajo —ya que, por este tiempo, se había llegado a la conclusión de que con un fondo musical armonioso el personal obrero rendía más en el trabajo—, Teresa Pérez también se había comprometido con una señora de Maracena, apodada «La Chichiperra», que comerciaba con todo tipo de alhajas. Mediaba con esta mujer para ofrecerles a los obreros las diversas alhajas que ella vendía a bajo interés.

Teresa Pérez Bedmar, en los descansos, reunía a toda la gente interesada en comprar alguna de estas joyas deslumbrantes por su calidad y su diversidad. Modelos de lo más modernos que, hasta ahora, no habían estado al alcance de la clase trabajadora y que Teresa facilitaba a bajo interés por recomendación de su dueña. Eran piezas de alta cali-

dad que Teresa presentaba al personal interesado envueltas en un paño de tela enguantada en terciopelo de lo más seductor.

Dada la facilidad de pago, fueron muchas las personas que se hicieron de estas alhajas; bien para ellas mismas, para sus hijas o para regalárselas a sus novias o novios.

Yo, en particular, ya llevaba más de una década casado con un anillo que se lo había comprado a un hermano de Paquita la Calderona y que no hacía nada más que darme problemas en el trabajo: cada dos por tres, el muy coqueto se salía del dedo anular de mi mano izquierda y se daba una vuelta por los sitios más recónditos del centro para ser encontrado. Pero no por ello me libré de la tentación de comprarle a Teresa Pérez una pulsera chapada en oro de ley, con cantidad de colgantes representativos de horóscopos y aniversarios para mi señora. Además de tres medallas de plata para mis tres hijas.

Mi anillo de casado, tan pequeño, parecía que echaba de menos a su compañero de enlace.

Siempre que se le presentaba la ocasión, llevado por la nostalgia de encontrarse con su pareja, se lanzaba al vacío desde los pilones de fermentación, que estábamos cambiando entre mi compañero Rafael y yo, para encontrarse con su pareja de boda. No había día de la semana de casado que este anillo no aprovechara la ocasión de desprenderse del dedo anular, bien por un descuido mío o por la acidez del tabaco en su proceso de fermentación. Era evidente la ironía o la mordacidad saltarina con la que se definía por lanzarse al vacío desde esta altura del pilón de tabaco, haciéndome burla. Una vez en el suelo, no dejaba de hacer círculos grandes en el pavimento de la nave para despistarme. Cuando ya parecía estar a punto de desvanecerse, se paraba en seco y, en vez de quedarse quieto para facilitarme su encuentro, se erguía el muy astuto y volvía tras sus pasos en forma espiral. Por último, no sé de dónde sacaba las fuerzas, pero, sin dejar de hacer círculos innecesarios, se levantaba de nuevo y, de una co-

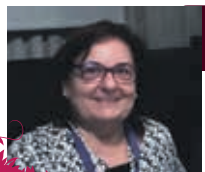
rrida, titubeante, guardando el equilibrio se ocultaba debajo de los tableros de los pilones más próximos. Allí se tiraba escondido unos quince o veinte días hasta que el capataz o el vigilante de naves dieran la orden de cambiar de nuevo el pilón de tabaco a otro sitio.

Otras veces ocurrían cosas inesperadas con este anillo especial. Era cuando cambiamos de trabajo y los capataces nos ponían a transportar tabaco ya fermentado desde los pilones a las artesas, donde lo esperaban las mujeres impacientes para su clasificación. Allí, el anillo se aferraba a las cuerdas de los matus o a las cabezas de las manillas, que parecía estar de acuerdo con él para escabullirse entre los montones. O quién sabe si esperaba ser lanzado al vacío por las mujeres clasificadoras, aprovechando alguna manilla de tabaco inútil, para nunca volver a este cautiverio de los pilones de tabaco adormecidos, lejos de su pareja.

Uno de estos días de ausencia, donde el dedo anular ya había per-

dido la esperanza de tenerlo entre sus dedos, ocurrió el inesperado hallazgo: el anillo fue descubierto por Valentín enredado en una arpillera, dentro de la bolsa del carro que transportaba con dificultad.

Valentín era un hombre de estatura media, de ojos claros y tímido como él sólo, que hacía poco tiempo que se había incorporado al trabajo del centro. Cuando se dio cuenta de que el anillo desaparecido podía ser el hallado en la bolsa de su carro, tímidamente dio la alarma; al tiempo que se preocupaba por si alguien dudaba de la veracidad de los hechos. Pero allí se encontraba presente mi hermano Manuel, para comprobar si este anillo jugueteón era el mío, el que tanto tiempo se le tenía por perdido. En agradecimiento por no saber con qué obsequiar a Valentín por el hallazgo, se sacó del bolsillo derecho un puñado de higos pasos que traía como obsequio de mi cumpleaños y se los dio, acompañados de un fuerte beso en la calva que dejó a Valentín traspuesto y un poco abrumado.



Psicóloga clínica

Dra. Carme Tello i Casany
Lleida

EL IMPACTO EMOCIONAL DEL NACIMIENTO DE UN HERMANO¹

¹ Cuando hablamos de hermano es genérico y nos referimos a hermano y hermana

El nacimiento de un nuevo hermano, puede ser vivido muy mal por los otros hijos², especialmente si se es el primogénito. Este nuevo miembro de la familia puede ser vivido como un enemigo que va a desplazarle de su lugar dentro de la familia. La Biblia y la mitología nos ofrecen muchos ejemplos de celos patológicos entre hermanos, como: Cain y Abel, José y sus hermanos descritos en la Biblia, o Romulo y Remo míticos personajes de la creación de Roma. De la literatura destacaría la magnífica novela de John Steinbeck "Al este del Eden"³, que relata el mito de Cain y Abel en la California del siglo XIX, donde los dos hermanos rivalizan por el amor de su padre.

En la mayoría de los casos, la aparición de los celos, es una reacción que podemos considerar dentro de la normalidad evolutiva. Estarían relacionados con la necesaria organización psíquica y emocional para ubicarse en la realidad, sentir que no es "el centro del mundo". Si se le ayuda a superar esta fase, va a salir reforzada no solo la cooperación entre hermanos, sino que permitirá un aprendizaje para su organización emocional, personal y social.

Pero, ¿qué pasa si estos celos no pueden ser elaborados y contaminan las relaciones personales y familiares? Como señalaba, e independientemente de que, durante el embarazo, se le haya preparado para el nacimiento del hermano y éste se haya mostrado entusiasmado con el nacimiento del mismo, va a producirse un cambio brusco en la relación del hermano con los padres, porque el bebé ne-

cesita cuidados constantes. Otro factor que también incrementan los celos es la atención que todos, familia y conocidos prestan al bebé y que pueden incrementar el sentimiento de exclusión. Todos estos elementos pueden generar sentimiento de favoritismo y exclusión. Frente a este sentimiento se pueden observar diferentes cambios de conducta para llamar la atención.

Existen dos libros que explican, desde la perspectiva del hermano desplazado, los celos que le generan el nacimiento del nuevo hermano: "El príncipe destronado"⁴ de Miguel Delibes y "Yo también quiero tener hermanos"⁵ de Astrid Lindgren. El protagonista de "El príncipe destronado" es un niño de 4 años, el quinto de 6 hermanos, que al nacer su hermana se siente desplazado de su lugar privilegiado, lo que le lleva a llamar la atención con travesuras y palabrotas. En "Yo también quiero tener hermanos" Peter es hijo único y como sus amigos tienen hermanos el también quiere para poder jugar con ellos. Por eso, cuando sus padres⁶ le dicen que va a tener un hermanito está muy ilusionado i entusiasmado. Este entusiasmo e ilusión mostrado a lo largo del embarazo queda totalmente roto cuando llega el bebé real a casa. Se siente totalmente desplazado de su posición dentro de la familia y del amor de sus padres y los celos le llevan a tener patetas o hacer travesuras con el propósito de llamar la atención de sus padres. Este libro explica lo que normalmente ocurre: se pide un hermanito confundiéndole con un muñeco. Uno puede jugar con el muñeco a su

gusto y por supuesto los padres no le desplazarán por ese bebé. Pero la realidad con la que se encuentra es muy distinta. El bebé necesita cuidados y atenciones especiales y mucho tiempo de dedicación. Nunca más va a ser el único o la única. Y este duelo a veces es difícil de elaborar, por lo que son frecuentes cambios en la conducta como una forma de llamar la atención. En estos dos libros el nacimiento del nuevo bebé siempre es un duelo, independientemente de si se es el hijo mayor o cuando hay más hermanos.

¿Cómo se puede ayudar a estos niños?⁷ La literatura psicoanalítica profundiza en los diferentes aspectos emocionales que aparecen a raíz de los celos entre hermanos. Freud⁸ analiza los celos, la rivalidad y la estructura de los vínculos familiares desde la respectiva del desarrollo infantil, y⁹ los aspectos ligados a los duelos. Winnicott¹⁰ los relacionó con la construcción del yo y la capacidad de relacionarse con los demás. Es importante el repaso de los aspectos patológicos que puede desencadenar el nacimiento de un hermano y que muchas veces no terminan de tomarse en cuenta. Para ello es importante ayudar al niño, pero también a los padres a poder superar esta difícil etapa. En primer lugar, es importante ver si la conducta del hijo se desencadena a raíz del nacimiento del hermano o ya tenía estos problemas previamente. Si son a raíz del nacimiento, primero entender que es lo que está pasando y luego ver como reforzar y validar sus emociones. Evitar frases negativas como: "no tengas celos", y en su lugar decir frases de refuerzo



como: "es normal que te sientas mal". También dedicar, en la medida de lo posible, un tiempo exclusivo para él y darle responsabilidades (en función de su edad) como hermano mayor en el cuidado del bebé. Y especialmente, jamás comparar a los hermanos: "tu hermano lo hace mejor" o "aprende de tu hermano", porque cada uno es diferente y necesita sentirse valorado por quien es, no en comparación con el otro.

Como decía, los celos entre hermanos, son una reacción normal, pero es importante poder acompañar a los niños y a los padres para que se pueda elaborar este duelo. Les recomiendo una magnífica serie de TV3 que pueden ver traducida al castellano: "Esto no es Suecia"¹¹, que describe las dificultades de una joven pareja para educar a su hija y ser "padres perfectos", según un modelo mítico e irreal de Suecia. Muchos padres pueden sentirse superados por el tema: cuidar al nuevo bebé y hacerse cargo de la conducta del hijo o hijos que ya tienen. Y los padres no nacen con un manual de cómo ser buenos padres debajo del brazo, por ello es

importante ayudar en lugar de culpabilizar.

² Cuando hablamos de hijo es genérico y nos referimos tanto a hijo como hija

³ Steinbeck J. (2001) "Al este del Eden" Barcelona, Tusquets Editores SA

⁴ Delibes M. (1995) "El príncipe destronado" Barcelona, Ediciones Destino Colección Destino Libro

⁵ Astrid Lindgren (2014) "Yo también quiero tener hermanos" Barcelona Editorial Juventud

⁶ Cuando hablamos de padres usamos el genérico de padres y madres

⁷ Niño es genérico y se refiere tanto a niños como a niñas

⁸ Freud, S. (1914). "Introducción al narcisismo". "Madrid: Biblioteca Nueva

⁹ Freud, S. (1928). "Duelo y melancolía". Madrid: Biblioteca Nueva

¹⁰ Winnicott, D. W. (1965). "El desarrollo emocional del niño". Barcelona: Paidós.

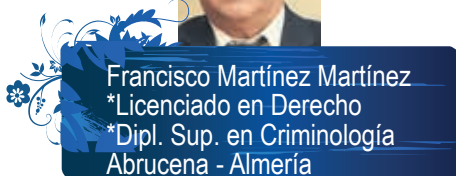
¹¹ "Esto no es Suecia" Ver serie completa y gratis en RTVE Play

Inmaculada Rejón Del sentimiento a la voz

La niña de puerta oscura



Aportaciones Jurídicas



Francisco Martínez Martínez
*Licenciado en Derecho
*Dipl. Sup. en Criminología
Abrucena - Almería

¡Mientras que la política divide, rechaza y enfrenta, las religiones se unen, se armonizan y comparten sus valores espirituales!.

España tiene reconocido en la Constitución española como valores superiores del ordenamiento jurídico la libertad, la justicia, la igualdad y “El Pluralismo Político”, estableciendo además que la soberanía nacional reside en el “Pueblo Español” y que la forma política del Estado español es la “Monarquía Parlamentaria”. (Art. 1º C.E.)

En su Art. 6, establece que “Los partidos políticos **“expresan el pluralismo político”**, concurren a la formación y manifestación de **“la voluntad popular”** y son instrumento fundamental para la **“participación política”**.”

Mientras que en su art. 16 garantiza la **“libertad ideológica, religiosa y de culto”** de los individuos y las comunidades sin más limitación, en sus manifestaciones, que la necesaria para el mantenimiento del orden público protegido por la ley y **“que ninguna confesión tendrá carácter estatal”**. Además, los poderes públicos tendrán en cuenta las creencias religiosas de la sociedad española y **“mantendrán las consiguientes relaciones de cooperación con la Iglesia Católica y las demás confesiones”**.

Hecha esta introducción jurídica sobre la regulación que nuestra Constitución hace de **“la política y de la libertad religiosa”**, es de destacar el camino y los derroteros por los que está caminando la política en España (Y en el resto de Europa y del mundo) y a la situación de enfrentamiento y confrontación social, incluso de conflicto personal al que nos están llevando nuestros políticos, los

cuales se están distanciando cada vez más entre ellos, con las distintas coaliciones, partidos y políticos enfrentados en una guerra sin cuartel en defensa de sus intereses partidistas y personales, los cuales se alejan cada vez más de los propios ciudadanos a los que representan y de los cuales dependen con su voto para poder seguir viviendo y disfrutando de todos sus privilegios y prerrogativas, los cuales desgraciadamente demuestran cada día que es lo único que realmente les interesa, incumpliendo sus propuestas y promesas electorales, con las que nos han pedido nuestro voto soberano y llegando al enfrentamiento y al reproche personal del otro, por el solo hecho de pertenecer al partido que defiende los valores contrarios, aunque legítimos constitucionalmente, nos gusten o no.

En cambio, las distintas religiones, fieles cada una a sus valores tradicionales, en lugar de enfrentarse entre ellas para captar seguidores, se reúnen como coalición espiritual única compartiendo momentos y espacios comunes que ayudan a hermanar a todos sus fieles, sin necesidad de reprocharse mutuamente las debilidades o carencias que cualquiera de ellas pueda tener para sus fieles, sino, aportando una espiritualidad común, siendo un ejemplo de hermandad y de convivencia pacífica a seguir por todas las personas, de la que los políticos deberían de tomar buena nota.

Así ha sucedido, del 21 al 23 del presente mes de febrero, en la ciudad de Esauira en Marruecos, donde han celebrado la diversidad y la convivencia en la **IIIª edición del Festival “Alma de las Culturas”**. La Fundación Tres Culturas del Mediterráneo ha organizado un encuentro de las **“culturas**

judía, musulmana y cristiana”, para celebrar la diversidad cultural y religiosa con coloquios, debates, música, procesiones o ceremonias religiosas, a pesar de los diferentes enfoques religiosos en los que se basa cada una de ellas.

Ha sido un espacio de encuentro y sobre todo de convivencia entre las tres comunidades religiosas, donde se reúnen para compartir el patrimonio, los rituales, las tradiciones y los vínculos de las tres religiones, siendo un ejemplo para todos los fieles practicantes de cada una de dichas culturas religiosas, donde la convivencia, el respeto por el otro y la unidad espiritual de todas ellas, son un ejemplo que nuestros políticos deberían de copiar, ya que no deben de olvidar que como establece nuestra Constitución, **“los partidos políticos expresan el pluralismo político, son la manifestación de la voluntad popular y el instrumento fundamental de la participación política”**.

Además, la Fundación Tres Culturas ha previsto otras acciones que se desarrollarán durante el resto del año para mantener viva esta llama de diálogo y entendimiento, que es el objetivo principal y los fines de dicho Festival, **“Como modo de promover la coexistencia entre los pueblos, siguiendo el ideal universal de Fraternidad Humana”**; mientras tanto, nuestros políticos locales (Concejales y Diputados Provinciales), autonómicos (Parlamentarios Autonómicos) y nacionales (Diputados y Senadores), e incluso europeos (Parlamentarios Europeos), no son capaces de ponerse de acuerdo para luchar y defender la justicia universal de todos los pueblos y los derechos y libertades de los ciudadanos a los

-LA POLITICA Y LAS RELIGIONES:



que representan y a los que convencen para obtener su voto y luego hacer todo lo contrario de lo que nos han prometido durante sus campañas electorales, las cuales, bajo mi humilde punto de vista, se deberían de hacer ante Notario y aquel que la incumpla deberían de juzgarlo por estafar a los ciudadanos que le han votado y entonces si se cumpliría lo que establece nuestra Constitución de que **“la soberanía nacional reside en el pueblo español”** y no en los políticos que votamos para que nos representen, los cuales terminan haciendo todo lo contrario de lo que nos han prometido en sus respectivas campañas electorales, sin que eso conlleve ningún tipo de responsabilidad jurídica ante sus propios votantes.

Por eso, más allá de nuestras creencias religiosas, (Ateos y agnósticos incluidos), y más allá de nuestros valores y tendencias políticas (Apolíticos incluidos), considero honestamente que esta demostración de unión y solidaridad de estas tres culturas religiosas, compartiendo de esta manera tan solidaria y cercana **por tercer año consecutivo** esta experiencia

de unión y de hermandad, sin tener en cuenta las diferentes posturas y aspectos religiosos y espirituales de cada una de ellas, sino, valorando y potenciando los puntos comunes y los argumentos religiosos y espirituales que todas ellas comparten, hacen que sus fieles seguidores creyentes, formen una unión universal y espiritual, digna de elogio y de hermandad, de la que la política y especialmente los políticos de España y del mundo entero, deberían de aprender y seguir sus pasos, con independencia de sus tendencias y valores individuales y personales, tanto políticos como religiosos, ya que ambos son totalmente respetables, defendibles y amparados por nuestra Constitución. Pues el fin común de todos los políticos debe de ser el de luchar por los derechos y libertades de todos-as los ciudadanos-as, sin ningún tipo de distinción y no por sus propios intereses como desgraciadamente hacen todos.

“En tiempos de engaño universal, decir la verdad se convierte en un acto revolucionario.” George Orwell



José el Granaíno
En homenaje a mis amigos de
Granada Costa

3- Alegrías a Granada.
Autora: Carmen Carrasco Ramos



Mirada al pasado



José María Escribano Muñoz
Hendaya-Francia

La Cultura del agua en el Reino Nazarí

DEDICATORIA:

Solidaridad con todos los pueblos, que están sufriendo los embates meteorológicos, unos fenómenos, que hasta no hace mucho, nos resultaban lejanos, habituales en países asentados en zonas tropicales...

La historia del reino nazarí; no se concibe sin su ligazón con el agua, siempre fue una tradición entre el pueblo árabe el aprecio por el agua, basada en una convivencia amigable con el medio, fruto de la filosofía nazarí por lo natural.

Si hablamos de los principales referentes nazarí; automáticamente recurrimos al tesoro arquitectónico de la Alhambra, que a pesar de sus reiterados expolios, incluso el mal trato en cuanto a la destrucción de parte del conjunto. Lo primero que llama la atención a cualquier visitante, es la relación que patios y jardines comparten con el agua, incluso llama la atención la ingeniería que fue capaz de elevar hasta esta altura el líquido elemento.

Ejemplos a lo largo de Andalucía los tenemos; por singularizar quiero hacer referencia a uno muy relevante, “El jardín Nazarí” de Vélez de Benaudalla, este lugar es

una joya tanto histórica como desde el punto de vista etnográfico, por lo que cualquier visitante, puede hacerse una idea clara, de cómo compartían aquellos antecesores nuestros, lo práctico y vital con lo lúdico.

Nada más cruzar el portalón del Jardín Nazarí; la primera sensación es la de entrar en uno más de los patios, diseminados por gran parte de Andalucía; sin embargo a medida que nos adentramos en sus paseos, vamos comprobando como entendían aquellos moradores la vida, asistiendo a un testimonio en directo, mostrando la convivencia, de sus vidas con la naturaleza, con un huerto que me recuerda a “los jardines del cura” en Francia, que por la cronología es seguro que estos tomaran como referente a la experiencia nazarí, pero el murmullo del agua, que aportan canales y fuentes creando una relajante música que reconforta tanto la mente como el espíritu, pero también dentro de su carácter funcional, posibilita la limpieza, como nos muestra el lavadero, continuando él canal su marcha incansable, en busca del viejo molino, ofreciendo su fuerza hidráulica, haciendo posible la rotación de las piedras molas, las cuales con su movimiento pudieron contribuir al sustento de la población.



Los Baños árabes (Jaén)

Es cierto que tenemos muchas muestras aisladas de la herencia nazarí, por toda Andalucía, pero no es menos cierto que gran parte de él, se encuentra no siempre cuidado como merece, cuando no desaparecido, por eso es de agradecer a las autoridades de Vélez de Benaudalla, la labor de puesta en valor de este tesoro, colaborando a su divulgación, y sin duda enriqueciendo la oferta cultural al visitante, haciendo honor a su calificación de (Pueblo Mágico).

El agua como eje vertebrador de la sociedad nazarí:

Todos los fenómenos históricos, surgen por que se dan unas condiciones escénicas, el entorno que propició lo que conocemos como cultura nazarí; sin duda estuvo marcado por una geografía que la propició, donde unas sierras captadoras del agua necesaria, para un desarrollo vital sin duda fue la clave fundamental.

Estos enclaves principales son Sierra Nevada, con una captación y almacenamiento casi permanente de nieve; pero también las sierras sureñas, cuya tradición en pluviometría, las han hecho ser las que más lluvia reciben de todos los lugares de la península.

Con una geografía tan generosa, no fue difícil que surgiera una cultura con tal refinamiento como la nazarí, por la cual se produjo el matrimonio perfecto entre, el medio y sus habitantes, es cierto que aquel movimiento

cultural, no hubiese sido posible sin la buena formación de sus dirigentes, que supieron dar importancia a la ciencia y la formación en general, por un lado el apoyo científico, tanto para la ingeniería y medicina, como en jardineros, horticultores, maestros albañiles, entre otros profesionales; en el arte literatos, escultores, el repujado del cuero y orfebres.

Pero lo que sin duda marcó de forma determinante, el nacimiento de esta cultura, sin duda fue la plena identificación de convivencia con el agua, aceptándola al mismo tiempo que respetando su protagonismo, un ejemplo lo tenemos en sentido de no invadir espacios cuya pertenencia era del agua, (véase ramblas, humedales, riberas, etc.,). En torno al agua se fueron creando una serie de mecanismos, para garantizar su aprovisionamiento, mediante captaciones y también transportarla allá donde fuera necesario, como tendremos oportunidad de ver más adelante, a lo largo del artículo.

La agricultura:

En el valle que conforma el sistema penibético, las características edafológicas de sus suelos, se muestran favorables de forma explícita, para la actividad agraria, terrenos por lo general mullidos, terciarios y cuaternarios, con una importante carga de fertilidad, a la que se le une un clima, un tanto anómalo al resto peninsular, cuya principal característica, es la de los contrastes extremos, todo ello hace que esta zona del antiguo reino nazarí de Granada, pueda denominarse por sus características especiales (TROPICAL), galardón que puede ostentar con orgullo, no



Jardín Nazarí, el uso domestico.



Molino del Jardín Nazarí (Vélez de Benaudalla)

Mirada al pasado

por su situación geográfica, sino por sus condiciones climáticas. Es cierto que no todo el territorio, reunía idénticas características, también había zonas de un tanto desérticas, pero incluso estas, supieron adaptarlas para hacerlas habitables, convirtiéndolas en lugares de producción de pasas, higos, almendros y diversos frutales, siempre adaptados al terreno, de esta forma se cumplía con el sostenimiento de la población, al mismo tiempo que se abastecían otras poblaciones demandantes de estos productos.

Durante los más de dos siglos y medio; que tuvo vigencia el reino nazarí de Granada, sus pobladores consiguieron una estabilidad económica, como no se conocía en ningún otro reino contemporáneo, sin duda este resultado fue gracias, a unas prácticas de gestión política, pensadas en la estabilidad social, al mismo tiempo que practicar una apertura comercial con otros pueblos, principalmente abiertos al mediterráneo, lo que les llevó a mantener una economía lo suficientemente saneada, provocando las envidias de otros reinos medievales.

El historiador Marmol Carvajal, hace una descripción de las riquezas que ofrecía Granada y su reino, de la siguiente forma. “Es Granada abundante de frutos de toda suerte, muy proveída de leña, bastecida de carnes, regalada de pescado fresco de mucha pasa, higos, almendra, que traen de los lugares de la costa; tiene mucho aceite, vino y hermosas hortalizas, y toda suerte de agros, como naranjas, limones y cidras, y lo más importa es estar en buena comarca de pan, trigo y cebada; porque de más de lo que coge en sus términos, donde entran villas de Illora, Montefrío, Modín, Colomera, Hiznaleuz, Guadahortuna, y Montexicar y otras, que tienen grandes cortijos y rozas, se prevee ordinariamente de la ciudad de Loja, y de Alhama, y de Alcalá la Real y de los lugares de Andalucía que confinan con ella”. Muchas de estas localidades que menciona Carvajal, pasarían posteriormente a depender de la jurisdicción, del Valle de Lecrín, las Alpujarras, Almuñécar, Salobreña y Motril.

Pero el verdadero éxito de la Granada agrícola; fue posible gracias a la colaboración, tanto de la naturaleza como de conocimiento de sus habitantes; la fertilidad de sus suelos para los que contó con los colaboradores imprescindibles, las aguas provenientes de las alturas, creadoras de una red hidrográfica, teniendo como eje principal el río Genil, alimentado por su hermano, Aguas Blancas, al que se le suma el Darro, Monachil, Dilar y Cubillas, aportando con suficiencia, el necesario abastecimiento a la red de acequias, capaces de mantener las necesidades hídricas, de esos suelos capaces de producir unos frutos de excelente calidad.

La tecnología hidráulica:

No se concibe ningún plan hídrico sin su tecnología; en el caso que nos ocupa se puede calificar de extraordinaria, pensada en las personas de forma integral, contemplando un amplio abanico de las necesidades humanas, yendo desde lo más necesario hasta lo simplemente lúdico. Sobre la importancia de este pasado, sin duda nuestro diccionario de la RAE, es un buen testigo, como se nutre de infinidad de términos relacionados con la actividad del agua, procedentes del legado árabe, palabras como acequia, azud, entre otros que conforman un amplio panorama, sin duda es un buen refe-



Noria de Albedin (Córdoba)

rente de la importancia y arraigo de aquella cultura.

Sobre los medios mecánicos, norias y molinos sin duda acaparan buena parte del protagonismo, dentro del mundo agrícola y social, las norias las había que estaban movidas por la fuerza del agua, mientras que las denominadas de sangre, eran movidas por caballerías principalmente.

Las infraestructuras hidráulicas, tuvieron un papel fundamental, tanto en la captación y transporte, así como en el abastecimiento, sobre todo en las poblaciones, pero también en los campos de cultivo; no se debe de olvidar otros elementos como fueron los pozos, aljibes, azudes y pilas.

La maquinaria relacionada con la hidrología, no estuvo aislada del resto de actividades, un ejemplo lo tenemos con los molinos, batanes, el mundo de la fundición con las ferrerías, el cortado de troncos en las llamadas serrerías, en canteras y el corte de piedra con fuerza hidráulica entre otras muchas actividades.

La maquinaria hidráulica sin duda requiere de un excelente nivel de sus ingenieros, con capacidad para dar respuesta a todas las necesidades que se les plantee, ante cualquier proyecto; durante el periodo nazarí esto quedó suficientemente probado que el conocimiento de sus técnicos, fue de una altura impresionante, sobre todo si miramos como fueron capaces de elevar el agua a lugares insospechados, o conducirlos de forma precisa a poblaciones alejadas de los lugares de captación.

Durante la Alta Edad Media, con el dominio visigodo siglos V y VIII de nuestra era, este periodo se caracterizó, por una paulatina languidez de lo que fueron las prácticas agrícolas, durante el tiempo colonizador de Roma, en un tiempo en los cuales, la fuente principal de de la economía, era la agricultura junto con la ganadería, es fácil pensar que este periodo histórico protagonizado por los visigodos, en parte viviendo de las rentas anteriores, pero sin la evolución necesaria, acorde a los tiempos, aquel periodo no podía terminar bien.

Pero retomando el periodo central que nos ocupa, sobre el reinado nazarí, sus prácticas fueron tan importantes, que fueron imitadas como veremos en otros lugares; entre los sistemas más importantes sobre el transporte del agua, son de destacar los famosos

(qanats), una técnica de captación del agua, que fue capaz de fijar poblaciones, como es el caso de la misma capital de España, si les hablo de Madrid es uno de los ejemplos más significativos, su fundación como fortaleza en el año 871, fue gracias a la red de qanats, establecida por ingenieros omeyas, como consecuencia de la abundancia y buena calidad del agua, fue elegida por el rey Felipe II en 1561, como capital del reino en lugar de Toledo.

Este sistema conocido como de los qanats, es un método de traslado del agua por decantación, desde un acuífero hasta el lugar de destino, (por lo general hacia las poblaciones), se trata de la captación de aguas subterráneas, que se extraen al exterior sin necesidad de mecanismos de elevación.

Otros importantes protagonistas fueron los aljibes, palabra del árabe al-yubb, se trata de un sistema de aprovisionamiento de agua, las había de dos tipos principalmente, las de aprovisionamiento para las poblaciones con falta de agua, que mediante los antes mencionados qanats, eran llenadas, (algunos de los mejores ejemplos los encontramos en la actual provincia de Almería, pero los más abundantes eran los particulares instalados en las casas de los propios vecinos).

En cuanto a los aljibes domésticos, su función era la de recoger el agua de los tejados, mediante una especie de canalones y tuberías incrustadas en los muros, estos aljibes también se ubicaron en las mezquitas, uno de los ejemplos más relevantes es el de Almanzor, ubicado en la Mezquita de Córdoba.

Los pozos solían ser otro acceso al recurso hídrico, eran muchas las casas que contaban con su pozo, permitiendo a sus moradores, explotar la capa freática que se encontraba debajo de la casa, por lo general esta proliferación de pozos, solía darse en unas buenas condiciones, tanto freáticas como geológicas, por lo general en terrenos cuaternarios, sobre los que se asienta un nivel freático, de fácil accesibilidad, entre los siete y los nueve metros de profundidad. Este fue un tiempo de esplendor, que por desgracia no es considerado, históricamente como merece, las razones siempre suelen ser las mismas, el relato interesado que conviene establecer, a costa de ocultar la realidad, pero la historia es terca y tozuda, dejándonos ejemplos que hablan por sí solos.



Molino y noria de Albolafia (Córdoba)

Conclusiones:

Estoy escribiendo este artículo mientras poblaciones tan queridas como Grazalema, están siendo desalojadas, por los efectos climáticos, una ciudad que pudo soportar el paso de los siglos, hoy asistimos como un tren de borrascas de efecto tropical, sacuden de forma ininterrumpida una tras otra, a esta sierra que no admite más agua.

Ante tanta desinformación, recorro como siempre a las fuentes que de forma científica, nos pueden aportar algo de conocimiento, en apenas cinco semanas, este tren de borrascas ha descargado siete de ellas en la Serranía de Ronda, la explicación que nos aportan los expertos es que, “obedece al impulso de la corriente en chorro, conocida como (jet stream). Esta corriente, se está debilitando por el efecto de las emisiones de CO2, lo que hace que estas tormentas bajen a la península ibérica, cuando tradicionalmente fueron siempre hacia el norte”. Espero y deseo que pronto se pueda volver a la normalidad, pero que nuestros gobernantes no se olviden, de tomar las medidas que puedan minimizar estos fenómenos meteorológicos.



La terca presencia, Jardín Nazarí.



José Segura Haro
Presidente del Proyecto de
Cultura Granada Costa

MESÓN BAENA: TRADICIÓN, SABOR Y CULTURA EN EL CORAZÓN DE LA HERRADURA

En la Costa Tropical de Granada, donde el Mediterráneo abraza suavemente las montañas y el clima templado acompaña durante todo el año, existe un lugar que se ha convertido en un auténtico referente gastronómico y humano: el **Restaurante Mesón Baena**, situado en La Herradura, una de las localidades más hermosas y acogedoras del litoral granadino. Desde su apertura a principios de la década de los noventa, este restaurante familiar ha sido mucho más que un lugar donde comer. Es un espacio donde la hospitalidad, la tradición culinaria y el cariño por el cliente se convierten en una experiencia que permanece en la memoria de quienes lo visitan. Fundado y dirigido por **José Luis Ruiz Baena y M^a Ángeles de Haro Pozo**, el Mesón Baena representa el espíritu de una familia trabajadora que ha sabido construir, con esfuerzo y dedicación, un establecimiento respetado y querido por vecinos, visitantes y turistas de toda España y del extranjero.

Ubicado en **primera línea de playa en La Herradura**, el restaurante goza de una situación privilegiada, con vistas al mar y una terraza donde el sonido del Mediterráneo acompaña cada comida. El local cuenta con una amplia barra de tapas, un acogedor comedor con capacidad para alrededor de ochenta personas y una terraza exterior de aproximadamente cien metros cuadrados que invita a disfrutar de la gastronomía con el paisaje marino como telón de fondo.

La cocina del Mesón Baena se caracteriza por su fidelidad a los sabores de la **Costa Tropical**, combinando la tradición mediterránea con productos de proximidad. En su carta destacan platos elaborados con pescados frescos del litoral —pulpo, boquerones, sardinas, salmonetes o pescado de roca— junto con una excelente selección de productos subtropicales como el **aguacate, el mango, la chirimoya o la guayaba**, frutos emblemáticos de esta comarca única en Europa.

Entre sus especialidades más reconocidas se encuentran la **pae-lla por encargo, la fritura de pescado, las ensaladas con productos tropicales y una variada oferta de tapas y platos combi-**



José Luis en una zona del restaurante



M^a Ángeles dentro de la barra

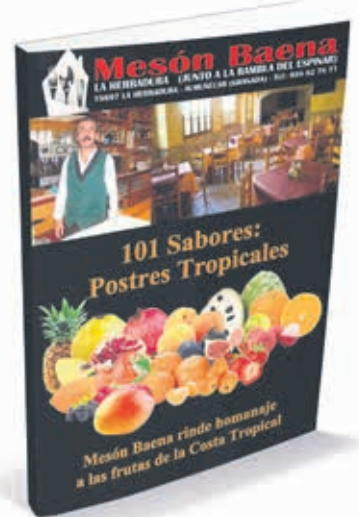
Cultural

nados, pensados tanto para el visitante que desea degustar la cocina local como para el cliente habitual que busca calidad y cercanía.

Pero si algo distingue al Mesón Baena es el trato humano. Quienes cruzan sus puertas perciben de inmediato un ambiente familiar, donde el cliente se siente como en casa. Ese espíritu cercano y atento ha sido reconocido en numerosas ocasiones, como cuando el restaurante obtuvo en **2013 los premios a la “Mejor Atención y Servicio” y a la “Tapa Más Original”**, galardones concedidos en la ruta de la tapa organizada por el Ayuntamiento de La Herradura.

A estos reconocimientos se suma otro importante distintivo: **la Medalla de Oro al Trabajo Granada Costa**, que premia su trayectoria, su compromiso con la gastronomía local y su contribución al desarrollo cultural y turístico de la zona.

Y es que el Mesón Baena no solo ha destacado por su cocina. También ha demostrado un fuerte compromiso con la **divulgación cultural y gastronómica**. Fruto de ese espíritu nacieron varias publicaciones que han tenido una gran repercusión dentro de la Costa Tropical. Entre ellas



destaca el libro *101 sabores del aguacate*, una obra que reúne más de un centenar de recetas elaboradas con este producto emblemático del litoral granadino, rindiendo homenaje a uno de los frutos que mejor representan la riqueza agrícola de la comarca.

A esta publicación le siguió *101 sabores: Postres Tropicales*, donde el restaurante vuelve a poner en valor las frutas subtropicales de la región —chirimoya, mango, guayaba, papaya o caqui— mostrando su versatilidad en la cocina y reivindicando la identidad gastronómica de la Costa Tropical.

Estos libros, publicados en colaboración con la **Editorial Granada Club Selección – Granada Costa**, no solo recogen recetas, sino también historia, tradición y el amor por una tierra rica en productos y cultura gastronómica.

Con más de casi cuarenta años de experiencia, el Mesón Baena continúa siendo un referente en La Herradura. Su éxito no radica únicamente en la calidad de sus platos, sino en algo mucho más profundo: la capacidad de convertir cada comida en un encuentro, cada visita en una amistad y cada cliente en parte de la familia.

Hoy, cuando alguien pregunta dónde comer bien en la Costa Tropical, la respuesta surge casi de forma natural entre quienes conocen la zona: **Mesón Baena**, un lugar donde el sabor del mar, la tradición culinaria y el corazón de una familia se unen para ofrecer una experiencia auténtica e inolvidable.

Dentro de esa unión entre gastronomía y cultura se incluye también un hermoso poema de **Carmen Carrasco Ramos**, presidenta de honor del Proyecto Global de Cultura Granada Costa y delegada nacional de poesía, titulado **“Yo, el aguacate”**, en el que la autora convierte a este fruto emblemático en protagonista de un canto poético que enlaza historia, naturaleza y tradición:

YO, EL AGUACATE

De la América lejana
nací allende de los mares.
Libre y silvestre crecí
bajo el amparo del cielo
y la caricia del aire.
Me descubrió el pueblo azteca.
Me llamaron ahuatl.
Y por mi buena estatura,
la riqueza que hay en mí
y el esplendor de mi copa,
en un dios me convertí.
Mi fruta es verde ovalada,
y, aunque de dura corteza,
tengo mi pulpa jugosa,
amarillo el corazón
y danzarinas mis hojas.
Esparcidas por el mundo
tengo muchas variedades.
Algunas, de otros sabores,
pues somos razas distintas
de tamaños y colores.
Te confesaré un secreto
que pocos hombres conocen:
Unido a mi buen sabor
y a mis muchas cualidades,
¡afrodisíaco soy!
De las tierras tropicales
me trajeron a esta tierra
en donde hice fortuna.
Si en aquellas fui un dios...
¡Soy un dios en La Herradura!

Carmen Carrasco Ramos



Especial Aula Hospitalaria



Toñy Castillo Meléndez, Delegada Nacional del Proyecto Global de Cultura Granada Costa "Aulas Hospitalarias"

DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES 2025: CUIDAR EN CADA ETAPA DE LA VIDA

Vivimos en una época en que Internet no es solo una herramienta, sino un entorno vital. Para los adolescentes, la red forma parte de su manera de aprender, comunicarse, construir identidad y comprender el mundo. Desde el punto de vista pedagógico, esto nos plantea un enorme desafío, pero también una oportunidad histórica para repensar la educación.

Hablar de adolescentes e Internet no debe centrarse únicamente en los riesgos o en la nostalgia por modelos educativos del pasado, sino en cómo acompañar, orientar y educar en un contexto digital complejo, dinámico y profundamente influyente.

A menudo se describe a los adolescentes como «nativos digitales», dando por sentado que dominan la tecnología de manera natural. Sin embargo, desde la pedagogía sabemos que el uso frecuente de Internet no equivale a un uso crítico, ético o consciente.

Aprendizajes significativos. El uso de Internet en la educación debe permitir que los estudiantes relacionen los contenidos con su realidad, intereses y experiencias. Cuando los adolescentes investigan problemas cercanos a su contexto, crean contenidos digitales o trabajan con proyectos colaborativos en línea, el aprendizaje deja de ser memorístico y se vuelve significativo.

Autonomía. Internet ofrece múltiples oportunidades para desarrollar la autonomía del estudiante. Aprender a organizar tiempos, elegir fuentes, gestionar recursos digitales y avanzar en

procesos de autoaprendizaje son competencias fundamentales. Sin embargo, esta autonomía no surge espontáneamente: debe ser acompañada y guiada por el docente.

Pensamiento crítico. En un entorno saturado de información, educar en el pensamiento crítico es una prioridad pedagógica. Los adolescentes necesitan aprender a cuestionar lo que leen y ven en Internet, identificar intenciones, reconocer sesgos y diferenciar hechos de opiniones. El centro educativo cumple un papel clave al enseñar a dudar, analizar y argumentar.

Capacidad de búsqueda, selección y análisis de información. No toda la información disponible en Internet es válida o confiable. Desde la pedagogía, es esencial enseñar estrategias de búsqueda eficaz, criterios para evaluar fuentes y habilidades para sintetizar y analizar información. Estas competencias son indispensables para la formación académica y ciudadana.

Ejemplos:

- En casa o en el aula, pedir al adolescente que muestre de dónde ha obtenido una información y preguntar:
 - ¿Quién la escribió? ¿Es una página confiable? ¿Aparece en otros sitios?
 - Comparar una noticia leída en redes con la misma información en un medio reconocido.
 - Enseñar a no quedarse con el primer resultado de Google y a leer más de una fuente.

Riesgos y retos pedagógicos. No podemos ignorar que el uso de Internet también conlleva riesgos reales para los adolescentes.

Desde una mirada pedagógica, estos riesgos deben abordarse como oportunidades educativas y no solo como problemas a evitar.

Desinformación y noticias falsas. La circulación de información falsa representa uno de los mayores desafíos actuales. Educar en alfabetización mediática permite que los adolescentes aprendan a verificar fuentes, contrastar información y desarrollar una actitud crítica frente a los contenidos digitales.

Ejemplos:

- Analizar juntos una noticia viral y preguntarse:
 - ¿El título busca informar o impactar? ¿Tiene fecha? ¿Cita fuentes?
 - En el centro educativo, trabajar noticias falsas como actividad didáctica para aprender a detectarlas.
 - En casa, evitar reenviar información sin antes verificarla y explicar al adolescente por qué.

Ciberacoso. El ciberacoso afecta profundamente la vida emocional y social de los adolescentes. El centro educativo debe promover el respeto, la empatía y la convivencia digital, además de generar espacios de diálogo donde se aborden las consecuencias del mal uso de las redes y se fortalezcan valores éticos.

Ejemplos:

- Hablar claramente sobre que una burla en línea duele igual que una presencial.
- En el centro educativo, generar espacios de reflexión sobre el respeto en redes y las consecuencias del daño digital.
- En casa, decir explícitamente: «Si algo te incomoda en Internet, puedes contármelo sin miedo.»



- Enseñar a no reenviar mensajes ofensivos ni participar del acoso, aunque sea "en broma".

Adicción a las pantallas. El uso excesivo de dispositivos puede afectar la concentración, el descanso y las relaciones sociales. Desde la pedagogía, es importante enseñar equilibrio, autorregulación y uso consciente de la tecnología, integrando momentos de reflexión sobre los hábitos digitales.

Ejemplos:

- Establecer horarios claros para el uso de dispositivos (especialmente antes de dormir).
 - Proponer momentos sin pantallas compartidos: comidas, conversaciones, actividades familiares.
 - En el centro educativo, alternar actividades digitales con tareas manuales, reflexivas o grupales.
 - Conversar sobre cómo se sienten después de muchas horas conectados (cansancio, irritabilidad, falta de concentración).
- Exposición temprana a contenidos inapropiados.** Internet

expone a los adolescentes a contenidos para los cuales muchas veces no están preparados emocionalmente. La educación debe ofrecer orientación, acompañamiento y herramientas para afrontar estas situaciones con criterio y protección.

Ejemplos:

- Explicar que en Internet pueden aparecer imágenes o mensajes que incomoden y que no es culpa suya encontrarlos.
- Enseñar qué hacer: cerrar la página, no compartirla y pedir ayuda a un adulto.
- En el centro educativo, trabajar la educación sexual y emocional con lenguaje adecuado a la edad.
- En casa, hablar del tema sin tabúes ni amenazas, fomentando la confianza.

Comparación constante y afectación de la autoestima. Las redes sociales promueven modelos idealizados de éxito, belleza y felicidad que pueden impactar negativamente en la autoestima de los adolescentes. La pedagogía debe trabajar el refuerzo de la identidad, el pensamiento crítico

Especial Aula Hospitalaria

ante los estereotipos y el valor de la diversidad.

Ejemplos:

- Conversar sobre cómo las redes muestran solo “lo mejor” de las personas.
- Ayudar a los adolescentes a reconocer sus propias capacidades y logros fuera de las redes.
- En el centro educativo, promover actividades que valoren la diversidad, el esfuerzo y la identidad personal.
- Preguntar:
- ¿Cómo te hace sentir lo que ves en las redes? Escuchar sin juzgar.

La educación digital como responsabilidad compartida. La formación de los adolescentes en el uso de Internet no es responsabilidad exclusiva del centro educativo. Familia, docentes, instituciones y la sociedad en su conjunto deben trabajar de manera articulada para acompañar a los adolescentes en su vida digital. Sin embargo, el centro educativo ocupa un lugar privilegiado y estratégico en este proceso educativo.

Ejemplos:

- Mantener comunicación entre familia y centro educativo sobre normas, acuerdos y preocupaciones digitales.
- Unificar criterios: lo que se pide en el centro educativo debe tener continuidad en casa.
- Padres y docentes actuando como modelos de uso responsable (lenguaje respetuoso, tiempos equilibrados, pensamiento crítico).
- Recordar que educar digitalmente no es controlar, sino acompañar, orientar y enseñar.

El rol fundamental del centro educativo. El centro educativo adquiere un papel fundamental: ofrecer espacios de reflexión, diálogo y aprendizaje crítico sobre lo digital. No se trata de demonizar la tecnología ni de idealizarla, sino de enseñar a utilizarla con sentido, responsabilidad y conciencia.

La institución escolar debe asumir que Internet ya forma parte de la vida cotidiana de los adolescentes y, por tanto, integrarlo en el proceso educativo de manera intencionada, con objetivos claros y criterios pedagógicos sólidos. Esto va más allá del uso ocasional de dispositivos o plataformas digitales. El verdadero reto no es solo incorporar tecnología al aula, sino hacerlo con una finalidad pedagógica clara, coherente con los objetivos educativos y las necesidades reales de los estudiantes.

Desde esta perspectiva, Internet debe convertirse en un medio para potenciar el aprendizaje y no en un fin en sí mismo. Integrarlo de manera consciente implica promover una serie de competencias clave:

Aprendizajes significativos conectados con la realidad de los estudiantes. El uso educativo de Internet permite vincular los contenidos escolares con el contexto social, cultural y personal de los adolescentes. Investigar problemáticas actuales, analizar información del entorno o producir contenidos digitales relacionados con su vida cotidiana favorece aprendizajes más profundos y duraderos. Cuando el estudiante encuentra sentido a lo que

aprende, se involucra activamente en el proceso educativo.

Autonomía responsable en el uso de recursos digitales. Internet ofrece múltiples posibilidades para el autoaprendizaje, pero esta autonomía debe ser construida pedagógicamente. El centro educativo tiene la tarea de enseñar a los adolescentes a organizar su tiempo, seleccionar recursos adecuados, gestionar la información y asumir responsabilidad sobre sus decisiones en entornos digitales. La autonomía no implica ausencia de acompañamiento, sino una guía progresiva hacia el uso consciente de la tecnología.

Pensamiento crítico ante la información y los contenidos en línea. En un contexto de abundancia informativa, desarrollar el pensamiento crítico es una prioridad educativa. Integrar Internet de manera intencionada implica enseñar a los estudiantes a cuestionar la información que consumen, identificar fuentes confiables, reconocer intereses ocultos y analizar los mensajes que circulan en redes y medios digitales. La educación debe formar ciudadanos capaces de pensar, no solo de consumir contenidos.

Capacidad de análisis, reflexión y producción de conocimiento. Internet no solo permite acceder a información, sino también crearla. Desde una mirada pedagógica, es fundamental promover actividades donde los adolescentes analicen datos, reflexionen sobre lo aprendido y produzcan conocimiento propio a través de textos, presentaciones, proyectos multimedia o trabajos colaborativos. De esta manera, el estudiante deja de ser un receptor pasivo y se convierte en protagonista de su aprendizaje.

Educación en lugar de prohibir. Desde la pedagogía, los problemas asociados al uso de Internet no se resuelven únicamente con prohibiciones, controles o restricciones. Aunque estas medidas pueden ser necesarias en determinadas situaciones, resultan insuficientes si no van acompañadas de procesos educativos profundos y sostenidos.

Educación en lugar de prohibir implica confiar en la capacidad de los adolescentes para aprender a utilizar la tecnología de manera responsable, proporcionándoles herramientas para comprender los riesgos, tomar decisiones informadas y desarrollar criterios propios. La educación digital debe promover el diálogo, la reflexión y el acompañamiento, formando sujetos críticos, autónomos y éticos en el uso de Internet.

Educación digitalmente implica:

- Hablar abiertamente sobre estos temas, generando espacios de confianza donde los adolescentes puedan expresar dudas, experiencias y preocupaciones.
- Desarrollar competencias socioemocionales como la empatía, la comunicación respetuosa y la gestión de emociones en entornos digitales.
- Fomentar el autocuidado y la autorregulación, ayudando a los estudiantes a reconocer límites, administrar tiempo y construir hábitos digitales saludables.
- Construir criterios éticos para la vida digital, promoviendo valores como el

respeto, la responsabilidad, la honestidad y la solidaridad en el uso de Internet.

Un trabajo conjunto y sostenido. La educación digital requiere coherencia entre los diferentes ámbitos de la vida del joven. Por ello, es fundamental reforzar el vínculo entre centro educativo y familia, generar acuerdos institucionales y promover políticas educativas que acompañen estos procesos.

Solo a través de un trabajo conjunto y sostenido será posible formar adolescentes capaces de habitar el mundo digital de manera crítica, responsable y consciente, transformando Internet en una herramienta al servicio del aprendizaje, la convivencia y el desarrollo humano.

Ideas clave para el uso y aprendizaje de Internet. Orientadas a padres y educadores

Internet es un entorno educativo, no solo una herramienta. Internet no es únicamente un espacio de entretenimiento: es un lugar donde los adolescentes aprenden, se informan, socializan y construyen identidad. Por ello, requiere acompañamiento adulto, de la misma manera que otros espacios de la vida.

Educación es más eficaz que prohibir. Las prohibiciones absolutas generan desconocimiento y uso oculto. En cambio, educar en el uso responsable permite que niños, niñas y adolescentes desarrollen criterio, autocontrol y conciencia sobre sus decisiones digitales.

Acompañar según la edad y la madurez. No todos los adolescentes necesitan las mismas normas. El acompañamiento debe ser progresivo, ajustado a la edad, al nivel de autonomía y al desarrollo emocional, combinando orientación, acuerdos y confianza.

Fomentar el pensamiento crítico. Es fundamental enseñar a:

- Dudar de lo que se ve en Internet
 - Verificar fuentes
 - Reconocer noticias falsas
 - Entender que no todo lo que circula en redes es verdadero ni saludable
- El pensamiento crítico es una de las competencias digitales más importantes.

Promover hábitos digitales saludables. El uso equilibrado de Internet implica:

- Establecer tiempos de conexión
- Enseñar a cuidar la privacidad en

Internet

Ejemplos:

- Proteger datos personales: no compartir dirección, teléfono, centro escolar o contraseñas en redes, juegos o chats.
- Crear contraseñas seguras (mezclar letras, números y símbolos) y no compartirlas ni con amigos.
- Revisar juntos la configuración de privacidad en Instagram, TikTok o WhatsApp y limitar quién puede ver el contenido.
- Utilizar ejemplos reales: “Si cualquiera puede ver tu perfil, es como dejar la puerta de casa abierta.”
- Comprender las consecuencias de publicar información: una foto o comentario puede copiarse, reenviarse o guardarse, incluso si luego se elimina.

- Respetar la privacidad propia y ajena: no subir fotos o videos de otras personas sin permiso, aunque sean amigos.
- Los momentos sin pantallas (comidas, descanso, estudio) deben respetarse, priorizando el sueño y la vida social presencial.

Desarrollar competencias socioemocionales

Internet amplifica emociones. Es clave trabajar:

- Empatía en la comunicación en línea
- Gestión de conflictos digitales
- Prevención del ciberacoso
- Autoestima frente a la comparación constante en redes

Valorar Internet como herramienta de aprendizaje. Acompañar a los adolescentes a utilizar Internet para:

- Investigar
- Crear contenidos
- Resolver problemas
- Aprender de manera autónoma
- No solo consumir, sino producir conocimiento

Mantener el diálogo abierto y constante. La confianza se construye hablando. Escuchar sin juzgar, interesarse por lo que hacen en línea y conversar regularmente sobre Internet refuerza el vínculo y previene riesgos.

Trabajar conjuntamente: familia y centro educativo. El mensaje debe ser coherente. Cuando familia y centro educativo comparten criterios, normas y valores, los adolescentes se sienten acompañados y contenidos en su vida digital.

Aplicación práctica
Acompañar el uso de Internet no se trata de grandes discursos, sino de pequeñas acciones cotidianas que educan:

- Conversar sobre lo que ven en Internet: qué videos miran, qué redes usan, qué les llama la atención.
- Establecer acuerdos claros: definir horarios, espacios sin pantallas y normas básicas de convivencia digital.
- Acompañar una investigación escolar: sentarse juntos para investigar, comparar fuentes y distinguir información fiable.
- Hablar sobre redes y autoestima: recordar que lo que se muestra no siempre es real.

- Dar ejemplo: revisar los propios hábitos digitales.

- Abrir el diálogo ante un problema: escuchar, acompañar y buscar soluciones juntos.

- Acompañar a los hijos en el uso de Internet es un proceso continuo, centrado en estar presentes, escuchar, orientar y educar.

Cuando familia y centro educativo trabajan en la misma dirección, los niños, niñas y adolescentes aprenden a utilizar Internet como una herramienta para crecer, aprender y relacionarse de manera sana y responsable.

Desde el Colegio Oficial de Pedagogía de Cataluña proponemos un uso responsable del acceso a Internet donde padres y educadores trabajen desde la corresponsabilidad.

Páginas Verdes



Julián Díaz Robledo
Empresario y Escritor
Madrid

NOMBRE CIENTÍFICO: *Psidium friedrichstahlianum*. Familia de las Mirtáceas. Nativa de América Central.

Otros nombres: Arrayán. Guayaba de Costa Rica. Guayaba agria. Guayaba del Chocó.

Árbol que se cultiva comúnmente en Costa Rica y fue introducido en Florida y California. Actualmente se cultiva en Guatemala, Nicaragua y en El Salvador, donde se conoce por arrayán. Es un árbol erecto de 10 m de altura, con ramas glabras rojizas, hojas brillantes y puntiagudas. Las flores generalmente solitarias u ocasionalmente en dicasios con la flor central sécil, pedúnculos hasta 4 cm de largo, glabros o escasamente pubescentes, bractéolas filiformes, hasta 1,5 mm de largo; hipanto de 2 a 5 mm de largo, glabro; cáliz dividiéndose durante la antesis en 3 segmentos o lobos irregulares de hasta 1 cm de largo.

Su cultivo es similar o muy parecido al de la guayaba, y como ella no soporta las heladas y su cultivo tiene prácticamente las mismas exigencias de clima y tratamientos posteriores. Es un árbol de clima húmedo, tropical o subtropical. Se reproduce por semillas que deben sembrarse en semilleros para su posterior repique; germina a los 20 a 35 días. Produce pocos frutos, es de crecimiento lento y por ello suele ser un cultivo familiar y poco comercial.

El fruto es redondo de 3 a 6 cm de diámetro, y de color amarillo muy parecido a una guayaba, con una areola en el sitio donde estaba el cáliz. Contiene pocas semillas, y suelen ser más grandes que las que contiene la guayaba. Su sabor es mucho más ácido que aquella y por ello su uso se centra en la preparación de mermeladas, jaleas y jugos, sin que tenga interés su consumo como postre.



CAS



En Costa Rica se usa como base para lo que allí conocen como “fresco de cas o refresco de cas”, donde los costarricenses lo mezclan con azúcar y agua y a veces añaden leche para conseguir así una bebida con base en las frutas de ligero sabor ácido. Ese mismo refresco se congela y se hace helado de cas.

Entre la familia de Mirtáceas hay variedad de plantas medicinales, entre las que sobresalen ésta, y sobre todo el eucalipto y guayaba que resultan muy populares, entre otras. Sus efectos curativos provienen principalmente de los aceites esenciales presentes en esta familia. Dichos aceites suelen utilizarse de manera casera o comerciales usando métodos de laboratorio. Los aceites esenciales se extraen mayormente del eucalipto,

que presenta propiedades expectorantes y antiinflamatorias y alivia los problemas respiratorios, para garganta, gripes, fiebre etc.

En el supuesto del aprovechamiento del cas, figura como principal motivo la elaboración de productos de belleza, cosméticos y demás por su aporte de aceites.

Apunte publicado en mis Páginas Verdes, de 2012 a 2018, y decía lo siguiente:

¿Sabías que... EL CAS es un fruto pariente de la guayaba, de color verde, y sus semillas se comen con la pulpa mejorando su sabor ácido en zumos, helados y gelatinas?

PRÓXIMA PRESENTACIÓN

EL ECO DE LAS LEYENDAS
ISIDRO SIERRA CALZADO

EN LA CASA DE GRANADA
EN MADRID





Julián Díaz Robledo
Empresario y Escritor
Madrid

CASABANANA

NOMBRE CIENTÍFICO: *Sicana odorifera*. Familia de las *Cucurbitáceas*. Nativo de la *Amazonia brasileña*.

Otros nombres: Melón colorado, cajaba, melón de olor, pepino, calabacín de olor, curuguay, casaban, sicana, calabaza melón, cojombro.

La *Sicana odorifera*, única especie del género *Sicana*, es una gran planta herbácea perenne parecida a una vid, nativa de Sudamérica tropical, que se cultiva como planta ornamental y por su dulce fruto comestible conocido con distintos nombres populares en cada país.

Se cree originaria de Brasil, pero se ha extendido en toda la América tropical. Los historiadores tienen pruebas de que se cultivaba en Ecuador en la época prehispánica. Fue mencionada por primera vez por los escritores europeos en 1658, como cultivada y popular en Perú. Se cultiva cerca del nivel del mar en Centroamérica, pero la fruta es llevada a los mercados incluso en las tierras altas. Los venezolanos y brasileños consideran parcialmente la vid como planta ornamental, pero en Cuba, Puerto Rico y México se cultiva por la utilidad de la fruta.

Especie que alcanza alturas de 15 metros comportándose

se como planta trepadora similar a una calabacera, pero con fruto grande de carne anaranjada similar a un pepino. El fruto suele comerse antes de madurar pero se puede dejar madurar del todo para elaborar deliciosos dulces. Es una planta ornamental y el aroma de sus frutos es parecido al de la manzana, aunque más penetrante, embalsama el ambiente durante los varios meses que se conservan. Se los utilizó para perfumar las ropas y las habitaciones y hasta los altares de los templos.

El fruto es comestible antes de la maduración y ya maduro se consume al natural y se le usa para la fabricación de dulces y jugos. También es útil para el engorde de cerdos

Es un pepónide oblongo, casi cilíndrico, de hasta 50 cm. de largo y 8 cm. de diámetro, de cáscara dura y resistente (tipo calabaza), amarillo-naranja, rojiza o rojo-oscuro, carnoso, conteniendo pulpa amarilla que envuelve semillas elípticas muy achatadas de 1 cm. más o menos.

“En Puerto Rico lo cortan y remojan en agua con azúcar durante la noche a temperatura ambiente para que fermente. El líquido resultante se bebe con frecuencia para aliviar el dolor de garganta. En Brasil, la infusión



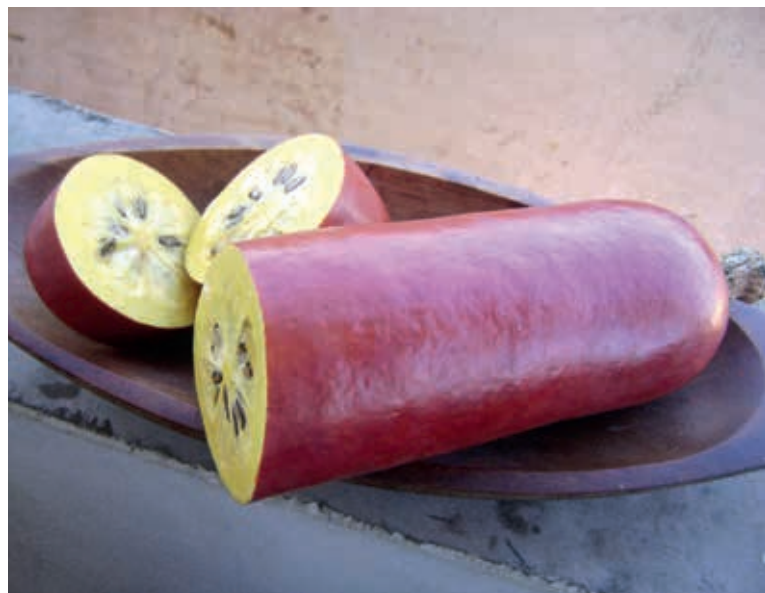
de semillas se toma como febrífugo, vermífugo y purgante. Y en Yucatán, una decocción de hojas y flores se prescribe como laxante, pero advierten de no hacer una preparación muy fuerte ya que las semillas y flores producen cantidad de ácido cianhídrico”.

“Información nutricional para 100 gr. de fruto: Proteína: 0.145 g, Grasa: 0.02 g, Fibra: 1.1 g, Ceniza: 0.70 g, Calcio: 21.1 mg, Fósforo: 24.5 mg, Hierro: 0.33 mg, Caroteno: 0.11 mg, Tiamina: 0.058 mg, Tiamina:

0.058 mg, Riboflavina: 0.035 mg Niacina: 0.767 mg Ácido ascórbico: 13.9 mg.”

Apunte publicado en mis Páginas Verdes de 2012 a 2018, y decía lo siguiente:

¿Sabías que...LA CASABANANA es un fruto brasileño que se produce en La Amazonia, y los nativos regalan a los turistas con el nombre de “Cajaba”?



FRUTAS EL PORTÓN



Avda. de Motril, 52 -
18611 - Molvizar -
Costa Tropical

+34 958 627 030

<http://www.frutaselporton.es>

e-mail: frutaselporton@frutaselporton.es

Rincón Poético



**Carmen
Carrasco Ramos**
Profesora y Escritora
Delegada Nacional de
poesía
Granada Costa

EL DESTELLO

Aquel grupo de jóvenes muchachos, estudiantes de Bellas Artes, había venido en viaje de estudios a Madrid y esa tarde la habían destinado a visitar el Museo del Prado ávidos de aprender y recrearse con las magníficas pinturas que contenía, una de las mejores pinacotecas del mundo cuya iniciativa se debía a Carlos III, a decir de los madrileños, el mejor alcalde de Madrid.

Ya habían visitado varias salas y ahora se encontraban en la de Goya, ante la cual quedaron impresionados con los cuadros expuestos en ella, vibrantes y llenos de fuerza. También les llamó la atención un pequeño cuadro representando al pintor, un autorretrato pintado en su juventud al que dedicaron unos momentos de atención y, una vez hubieron contemplado todas las pinturas expuestas en la sala, ya se disponían a abandonarla cuando, súbitamente, hizo su aparición un personaje desconocido, quizá un actor-guía de los que a veces hay en los museos, caracterizado con ropajes de época. El joven, pues representaba pocos años, iba vestido al estilo del siglo de Goya, tal vez por eso se hallaba allí con objeto de recrear un ambiente decimonónico en la sala del pintor.

-Me gustaría que os fijaseis unos momentos en este cuadro. Es un autorretrato del pintor -rogó el desconocido, señalando con la mano el lugar donde se hallaba el retrato.

El grupo de estudiantes se detuvo de nuevo ante aquel pequeño cuadro como esperando una explicación acerca del mismo, sorprendidos ante la presencia de aquel personaje inesperado.

-Como veis -continuó el joven-, es Goya en su juventud. Observad los rasgos, rostro redondo, labios gorduzuelos, ojos de mirada viva y penetrante...

Dejó que los muchachos contemplasen unos instantes el cuadro, pasados los cuales retomó la

palabra.

-Quizá pensaréis que este cuadro es único... pero no es así. Existió una copia tan perfecta del mismo que ni los propios expertos pudieron distinguirlo del original. ¿Os gustaría escuchar una historia que sucedió hace mucho tiempo?

Todos al unísono contestaron afirmativamente, interesados en conocer aquella historia que el actor-guía se había ofrecido a relatarles.

-Bien -respondió el joven-, abandonemos pues el siglo XXI para trasladarnos al Madrid del siglo XIX... Escuchad.

oooooooooooooooooooooooooooo

Le había tocado vivir las posimerías del XIX, del último cuarto de siglo de un Madrid, capital del Estado, salido de un período convulso, de invasiones napoleónicas seguidas de la Guerra de la Independencia, sucesión de reyes ineptos -Carlos IV, José I Bonaparte, Fernando VII- guerras carlistas, Isabel II, cambios políticos... Pese a ello, la población de la ciudad ya casi alcanzaba el medio millón de habitantes y su crecimiento iba avanzando a pasos agigantados, tanto en lo referente a nuevos barrios con el ensanche de importantes núcleos en la periferia, como la construcción de grandes avenidas, plazas, jardines, líneas de tranvías. Una gran capital se iba fraguando día a día ante la admiración de los madrileños y de aquel joven ingenuo de apenas veinte años, orgulloso de haber nacido en Madrid en donde había vivido desde que vino al mundo en aquella época calamitosa pero, asimismo, de importantes cambios.

Hijo único, nacido en el seno de una familia bastante acomodada -su padre poseía un taller de marcos y enseres de pintura-, Francisco, que así se llamaba el joven, menudo de cuerpo, mo-

reno, ojos vivarachos, se había criado entre los cuadros que sus autores llevaban al taller del padre para que les fuesen enmarcados. El muchacho pues, fue creciendo entre bellos paisajes, retratos, bodegones, ramilletes, dentro de los diferentes estilos que salían de la paleta de cada pintor. Y poco a poco, empezó a aficionarse a la pintura hasta el extremo de que con sus manos casi infantiles trataba de copiar algunos de los cuadros que dejaban en el taller, siendo esta su mayor afición, por no decir la única ya que, embebido por completo con los pinceles, hasta se olvidaba de jugar con otros niños en la calle.

Pasaron los años y aquel niño se hizo hombre, pero su afición por la pintura creció cada día más. Sabía de antemano que su progenitor le tenía destinado como futuro el hacerse cargo del negocio fundado por él para así tener el porvenir asegurado a sabiendas de que nunca habría de pasar necesidades. Pero Francisco no compartía esas ideas de su padre: él quería ser pintor. Un buen pintor. Y, ¿por qué no? Quizá algún día podría ver un cuadro suyo expuesto en el Museo del Prado junto a otro de su admirado Francisco de Goya. ¡Qué orgulloso estaba de llevar su mismo nombre!

Sí, era cierto. Goya era su pintor favorito. Era tal la admiración que sentía por él que cada vez que le era posible, a escondidas de su padre, se escapaba del taller para correr al Museo Real de Pintura, llamado popularmente del Prado por hallarse ubicado en esa calle, y contemplando sus cuadros pasaba largas horas, ajeno por completo al transcurrir del tiempo. Después, tendría que escuchar la reprimenda del padre, quien ya sospechaba que la vocación de su hijo no era precisamente la de enmarcar cuadros... sino pintarlos.

Y un buen día, armándose de valor, le confesó a su progenitor el deseo de asistir al estudio de un



buen maestro de pintura con el fin de aprender las técnicas y llegar a ser un gran pintor. Le rogó, asimismo, que lo perdonase por no complacer su deseo de hacerse cargo del taller pero la pintura era su auténtica vocación, vocación que ya se forjó desde niño cuando copiaba aquellos cuadros que traían los pintores.

El padre, comprendiendo que todo intento por hacerle desistir de su empeño sería inútil, accedió, no sin dejar de sentir interiormente una enorme decepción, pero no quería negarse ante la firme decisión tomada por su hijo. Aunque para sí tenía la secreta esperanza de que quizá con el tiempo comprendiese que todo había sido una ilusión pasajera, un capricho de juventud y que, arrepentido, retomase su antiguo oficio aprendido mientras trabajaba con él en el taller.

Una vez obtenido el permiso paterno, los dos, padre e hijo, se dirigieron al estudio de un acreditado pintor, cuyos numerosos discípulos hablaban por sí mismos

sobre las excelencias de sus enseñanzas, ya que ambos estaban de acuerdo en elegir al más afamado profesor de pintura de la ciudad.

El maestro era un hombre de mediana edad, cuerpo enjuto y rostro afable, con una enmarañada barba y ojos de mirada viva e inteligente. A Francisco le causó muy buena impresión, así como el ambiente del taller y sus futuros condiscípulos, todos afanados en la tarea de copiar un famoso cuadro expuesto como modelo.

Así que, discutidas las condiciones económicas y demás detalles, se decidió que el nuevo aprendiz de pintor asistiría a las clases diariamente, siempre y cuando el maestro viese en él que verdaderamente había madera de artista y no era un simple capricho producto de aquellos largos años rodeado de cuadros y pintores.

Y, en efecto, Francisco resultó ser un excelente alumno, asistiendo puntual a las clases del maestro de pintura, hiciese frío o calor, para aprender las diferentes técnicas que un pintor debe domi-

Rincón Poético

nar: óleo, acuarela, sfumatto, y copiando cuadros de pintores famosos, de los cuales él elegía casi siempre a su admirado Goya, para, posteriormente, a medida que avanzaba en sus conocimientos, copiar modelos del natural e, incluso acompañado de su maestro y demás aprendices, hacer escapadas fuera del taller para pintar paisajes, de los que Madrid les ofrecía generosamente, tanto en lo referente a bellos edificios y monumentos como en su hermosa campiña.

Pasado un tiempo, el profesor decidió que ya estaba preparado para pintar retratos del natural, tarea que exigía un gran aprendizaje, ya que reproducir la figura humana era hartó difícil y no todos los pintores habían sido buenos retratistas. Pero el avanzado discípulo se estaba revelando como un futuro gran pintor, incluso el mismo progenitor así lo había reconocido, sintiéndose ahora orgulloso de aquel hijo que definitivamente había encontrado su vocación de artista pues sus retratos destacaban entre los realizados por los demás compañeros debido a la naturalidad y perfección con que estaban pintados.

Un día, el maestro de pintura pidió a sus alumnos que abandonasen por unos momentos los pinceles pues tenía que comunicarles una buena noticia que les iba a llenar de alegría a todos ellos, jóvenes plenos de ilusiones soñando con llegar a pintar ese cuadro que los hiciese famosos.

-Muchachos -comenzó-, voy a daros una noticia que estoy seguro va a interesaros ya que es la oportunidad que todo aspirante a pintor espera.

Calló unos instantes para ver el efecto que sus palabras causaban entre aquellos jóvenes ávidos de triunfar y llegar a tener un nombre entre los artistas consagrados. Y comprobando que sus palabras habían causado una gran expectación, continuó.

-He sabido que se ha convocado un concurso de pintura para alumnos en grado avanzado, como es vuestro caso. El tema obligado es la reproducción lo más exacta posible del retrato de un personaje famoso, expuesto en el Museo del Prado, libremente elegido por cada concursante. Y ahora os comunicaré lo mejor: El premio consiste en la exposición de la pintura premiada, nada más ni nada menos, que en dicho Museo junto al retrato original que hayáis copiado. ¿Qué os parece? -concluyó el maestro.

Los jóvenes aprendices prorrumpieron en gritos y aplausos, no acabándose de creer aquella oportunidad que la vida les deparaba. En su mundo de fantasía cada uno

de ellos ya se veía ganador del concurso y admirado por los miles de visitantes que a diario acudían para contemplar las numerosas obras de arte contenidas en las salas del famoso Museo. Y llenos de ilusión, aquellos muchachos fueron eligiendo el retrato de un personaje cuya pintura les parecía más afín a su estilo propio y así de este modo, les ayudaría a triunfar.

Francisco, al igual que sus compañeros rivales en el certamen, no cabía en sí de gozo. Era la oportunidad de su vida, la suerte que solo pasaba una vez y no estaba dispuesto a dejarla escapar. Por supuesto, eligió como modelo a copiar un autorretrato de su admirado Goya. Aquel pintor, Francisco de Goya y Lucientes que, como él mismo, fue de niño aprendiz de pintor y años después, con su talento y genialidad, llegaría a ser pintor en la corte de Carlos IV, gran retratista de reyes y personajes célebres del Madrid de 1800 cuyas puertas le eran abiertas, tanto de palacios como de nobles mansiones. Ejemplo de ello fue aquella famosa duquesa de Alba con la cual mantuvo una íntima amistad pues se decía que el pintor estaba enamorado de ella. Los dos hermosos retratos que le pintó, “La maja desnuda” y “La maja vestida”, escandalizaron al todo Madrid y fueron condenados por la Inquisición por obscenos ante la provocativa pose de la modelo. Mentés estrechas, pensaba Francisco, mientras seguía repasando in mente las maravillosas pinturas de Goya a través de sus distintas etapas: “Los Caprichos”, originalísima serie de aguafuertes. Los horrores de la guerra con “La carga de los mamelucos” y “Los fusilamientos del 3 de mayo”. Y “aquellas pinturas negras”, aterrante visión de un mundo enloquecido, después de padecer una grave enfermedad y como consecuencia de no poder oír, de encontrarse sumido en un mundo de silencios. Un Goya descarnado y trágico que finalmente hubo de huir de su amado Madrid, perseguido por supuesto afrancesado, para ir a morir en una tierra extraña, Francia.

El joven pintor abandonó su evocación para volver a la realidad y tratar de poner manos a la obra en la realización de aquel cuadro, copia del autorretrato. Se había propuesto reproducir, pincelada a pincelada, el rostro del genio aragonés de tal forma que no se pudiera distinguir el original de la copia. Y provisto de caballete, tubos de pintura, pinceles y una gran ilusión, se dirigió al Museo del Prado, cuya dirección había permitido a los concursantes

la entrada libre con objeto de ir realizando los retratos para el concurso.

Francisco, estudiando detenidamente el autorretrato de Goya antes de comenzar su ejecución, observaba uno por uno el color, el gesto, el peinado de largas guedejas negras, la frente despejada, los gordezuelos labios. Pero, sobre todo, los ojos, oscuros y profundos, de mirada desafiante, que parecían penetrar a quien estuviese contemplando su retrato. Era lo que más le llamaba la atención de aquel rostro y tenía que reproducirlos exactamente tal como estaban pintados en el original. Una pincelada mal dada estropearía la expresión de los mismos.

Y Francisco, ante un lienzo impoluto, comenzó aquel autorretrato de Goya, pincelada a pincelada, reproduciendo exactamente cada rasgo, cada tonalidad cromática, las sombras, claridades, el fondo oscuro sobre el cual destacaba, casi como un aparecido, el rostro redondo de Goya. Totalmente concentrado horas y horas, casi obsesionado, por conseguir una copia perfecta de aquel retrato.

Y por fin llegó el momento en que creyendo acabada su pintura se la mostró al maestro, esperando ansioso oír su aprobación y así poder presentar la obra a concurso.

El profesor, al serle mostrado el cuadro, lo observó con detenimiento, estudiando minuciosamente, trazo a trazo, aquella reproducción, en apariencia perfecta. Y una vez acabado el estudio del cuadro, se dirigió con gesto grave al joven autor.

-Muchacho, la copia que has hecho de este retrato es académicamente perfecta. Perfectos los rasgos, el color, las tonalidades, sombras, fondo y claridades... pero es eso: una simple copia. Esta pintura no tiene alma. ¡Le falta vida!

Un jarro de agua helada cayó sobre las ilusiones de Francisco. Había puesto todo su esfuerzo en aquel cuadro con la esperanza de realizar un gran trabajo digno de ser presentado a concurso y salir ganador del mismo y todo se le vino abajo como un castillo de arena. ¡Adiós a sus sueños! ¡Qué ironía! Él, que ya se veía triunfador, no era más que un pobre perdedor con la moral por los suelos y los forjados sueños convertidos en humo. ¡Qué gran decepción! Y qué gran tristeza invadió su alma juvenil al ver todos esos deseos echados por tierra.

Decepcionado, se dispuso a recoger sus bártulos y regresar a la casa de su padre para pedirle perdón como el hijo pródigo de la Biblia.

Y a medida que iba depositando en el interior de una bolsa tubos de óleos, pinceles y demás, era como si enterrase en ella para siempre aquellos sueños que un día acarició, aquel triunfo que casi llegó a alcanzar y que se esfumó cual un globo de gas en el espacio.

El joven, dedicando una última mirada al retrato de Goya, con lágrimas en los ojos, se disponía a partir cuando... ¿sería obnubilación pasajera o consecuencia de sus ojos cegados por el llanto? Creyó ver como un destello en la mirada del cuadro. Como si el genio le indicase que no se diera por vencido. Parecía como si aquellos penetrantes ojos le estuviesen diciendo: -¡No te rindas! ¡Inténtalo de nuevo!

Y siguiendo un impulso, preparó el equipo de pintura y se dispuso a pintar un nuevo retrato, con tal agitación, que los pinceles apenas descansaban un segundo, apenas se separaban del lienzo. No acertaba a explicarse qué le estaba sucediendo. No era él quien pintaba. Parecía como si su mano fuese guiada por un ser sobrenatural ajeno a su voluntad. Sin tan siquiera mirar el cuadro original, su mano se movía ágilmente, trazando mil y una pinceladas, sometida por completo a un espíritu que la iba guiando por aquel nuevo lienzo sin que el joven pudiese controlar los movimientos a que era sometida. ¿Qué le estaba pasando?

Francisco, en medio de su agitación febril, alzó un momento la mirada hacia el cuadro original y comprobó que en los ojos de Goya seguía brillando el mismo destello que instantes antes creyó ver. Y dominado por aquel poder que lo obligaba a pintar sin control, vertiginosamente, continuó con el retrato, ya casi acabado, al que solo le faltaban las últimas pinceladas que habían de trazar los ojos. Y su mano, cual marioneta sostenida por hilos invisibles, continuó pintando y pintando. Y, una vez acabado el cuadro, vio con asombro que de aquellos ojos ¡brotó el mismo destello que despedían los ojos del retrato original!

El joven pintor, fuera de sí, cayó exhausto a los pies del retrato de Goya y allí, casi perdido el conocimiento, fue encontrado por unos compañeros, mientras balbuceaba con voz ininteligible una y otra vez:

-¡Ha sido su espíritu! ¡Su espíritu ha guiado mi mano!

El jurado, por unanimidad, eligió como ganador al cuadro realizado por Francisco, el cual fue expuesto al lado justo del autorretrato de Goya. Era de tal perfección que ni expertos en la materia, extrañados ante el hecho, podían

distinguir la copia del original.

Numerosos visitantes acudieron para admirar la obra de aquel joven pintor, sorprendidos por el idéntico parecido entre los dos cuadros. Pero lo que más les llamaba la atención era la exactitud con que su autor había captado ¡el destello que, tanto los ojos del original como los de la copia, despedían!

Y un rumor comenzó a extenderse entre el mundillo de los pintores madrileños. Se decía que el autor había sido poseído por el espíritu de Goya y que fue su ánima y no él quien pintó el cuadro. ¡Habladurías! Comentaban los escépticos. Y con el tiempo, dicho rumor se fue olvidando como todo se olvida en esta vida.

Solo Francisco, que transcurridos los años llegó a ser un gran pintor de fama, solicitado retratista por el alma que plasmaba en sus retratos... ¡solo él sabía la verdad!

oooooooooooooooooooooooooooo

-¡Qué maravillosa historia! -exclamaron casi a coro cuando el joven guía acabó su relato-. Nos ha encantado y te agradecemos mucho que nos hayas hecho partícipes de lo que le ocurrió al pintor Francisco poseído por el espíritu de su admirado Goya. ¡Qué suerte hemos tenido al encontrarte!

Cada uno de aquellos chicos fue haciéndole un comentario de alabanza mientras el joven guía, sonriendo levemente, los miraba con cierto brillo en sus ojos.

-Por cierto, ¿cuál es tu nombre? Aún no lo sabemos -preguntó uno de los muchachos.

-Me llamo Francisco -fue su escueta respuesta.

-¡Francisco! ¡Qué casualidad! Como el protagonista de la historia que acabas de contarnos. Y dinos, ¿qué fue de aquel maravilloso cuadro, copia exacta del que pintara Goya? -preguntó curioso otro de los muchachos.

-Ese cuadro, olvidado y ya desconocido... está en mi poder.

Un rumor se extendió por todo el grupo de estudiantes que no daban crédito a lo que acababan de oír de labios de aquel desconocido, cada vez más misterioso. Quien, con una voz que a los asombrados muchachos les sonó a ultratumba, respondió.

-No hay tal misterio. El pintor Francisco ¡soy yo!

Y desapareció ante los espantados ojos de aquellos jóvenes que, atónitos, no advirtieron cómo en el retrato de Goya aparecía de nuevo ¡aquel destello en su mirada!

Premio de “Relatos Ciudad de Madrid”

Rincón Poético



J. Bosco
Faner Bagur
Menorca

Qui celebra l'Eucaristia no ho fa perquè sigui millor que els demés, sinó perquè es reconeix necessitat de la misericòrdia de Déu (Papa Francesc)

NO ESTIC CÒMODE AMB

QUI...

Agraint el pa de cada dia

*He nascut a casa d'un forner
i m'emboc per tot arreu.
Em veig guardat
a la motxilla d'un estudiant,
al talec d'un vianant,
a la senalla d'un obrer,
i també, i no és just!,
em veig tirat
al contenidor dels fems.*

*Mentre alguns,
tenint buida la taula,
em reclamen amb "gana",
d'altres, amb la panxa plena,
ni em miren ni em demanen.*

*No estic còmode amb qui,
fent-me trossos,
refà les seves forces
per omplir els seus graners
buidant els graners d'altres.*

*Som el pa de cada dia,
el pa de cada boca,
el pa de cada taula.
He nascut per a tots.
Vull ser partit i compartit.*

*Amb senzillesa em faig present
a la taula de l'Eucaristia.
En aquesta, a tothom convid
a viure el que som:
menjar per a tots, vida per a tots.*

*Observa el pa que tens a taula.
Jutja per què no és present en totes.
Fes-te amb la Paraula de Déu: 1Re
13,19; Jr 38,9;
Jn 6,35.
Actua donant gràcies pel pa de cada
dia i pel pa de l'Eucaristia. És en els
somis on respira la nostra ànima.*
(Katherine Pancol)



Toñy
Castillo Meléndez
Lleida

DESENCUENTROS

*Paseaba sin equipaje
dejando al sol atrás como testigo.
La noche había sido larga
de desencuentros,
de pechos vacíos,
de manos inertes.*

*Caminaba lentamente,
la falda rota
susurrando secretos al viento.
Cada hilo desgarrado
era una promesa
que pedía ser tocada.
La noche era larga
ardía en su cintura.
Mientras el amanecer
desnudaba su sombra
sobre la piel tibia del asfalto
dejando huellas húmedas
en la mañana.
Buscaba lágrimas de terciopelo,
caricias que comenzaran
en la penumbra.
Mientras sus ojos se nublaban,
la luna descendía por su cuello
como un amante silencioso.*

*Caminaba lentamente,
sintiendo como sus heridas recientes.
Estaban abiertas no por dolor,
sino por deseo
de otros brazos
de otros labios no prohibidos.*

*La noche era corta,
palpitando entre sus muslos,
dejando huellas
encendidas en la mañana
con su falda corta
y tacones desgastados
sobre aceras de promesas rotas.*



Diego
Sabiote Navarro
Palma de Mallorca

a mis padres

EN EL PUEBLO, DIEGO

*En el pueblo,
Diego,
hijo de Serafín,
el Cortijero,
y de Carmen,
hija de Agustina,
la hermana de Martín,
el Pescadero;
como primogénito
de tres hermanos
llevo el nombre
de mis abuelos,
Diego,
el Curro, y Diego,
el Platero.
Así que Diego,
Diego, dos veces
Diego.*

*En la ciudad,
Diego,
profesor de la
Universidad
Balear,
y unos cuantos amuletos
más.
¡Ah!
y un carnet de identidad
que recoge mi huella
dactilar.*

*Este es el precio del paso
del pueblo a la ciudad,
Die-go*



Jesús
Solano
Marchena (Sevilla)

POÉTICA DE NOVIEMBRE LVIII

*Se esfumará la palabra y los párpados hundidos
avanzarán por una jungla de visiones.
Vertederos manando cieno
y estrofas de versos malditos consumiendo
sepulcros.*

*Sólo una estirpe endemoniada
habitará en la densidad del aire.*



Rincón Poético



Inmaculada
González Mancera
Carmona (Sevilla)

FORTALEZA QUE
COBIJA

El corazón se sincroniza.
La respiración se sosiega.
La piel se torna maleable
y el ruido de la mente se silencia.

El dolor se siente aliviado
imbuido en el mágico ritual.
Las tribulaciones se desvanecen.
El tiempo para a descansar.

El alma vibra y se enarbola.
El cuerpo se vuelve baluarte.
Las palabras se acunan y adormecen
para oír la conexión inefable.

Estallan en tropel los sentimientos
en el ímpetu del contacto.
Emana luz, amor y vida
la grandiosidad de un abrazo.

Un gesto de lenguaje universal.
Abrigo y sanación bendita.
Una vaharada que calma.
Es una fortaleza que cobija.



Inmaculada
González Mancera
Carmona (Sevilla)

A TONY

La lluvia ya había pasado,
y seguía sosteniéndole el paraguas.
Con fuerza.

En esas calles tranquilas de Málaga
y ese cielo despejado,
Observaba desde atrás
y supe que tenía que hablar de vuestro amor.

De un amor que no llegó temprano,
de los que no nacen con prisa
ni que se encuentran al azar,
Pero si en el momento exacto.

Él, con la resistencia de un galán, sin saberlo,
aquella forma de mirar al mundo, altruista,
y esa elegancia tranquila del saber estar,
de esas que convierten lo simple en hogar.

Ella, que no es simplemente ella,
que sus palabras acarician igual que enseñan,
con esa gentileza que hace del mundo un lugar más amable,
transformando luz en momentos memorables.

Estoy convencida que el destino necesita tiempo,
y el vuestro acertó,
Acertó al juntar dos almas tan valiosas
cuando sus caminos podían mirarse en plenitud.

Y quizás por eso,
aunque la lluvia ya había terminado,
él seguía sosteniendo el paraguas.
Con fuerza

Como sosteniendo ese amor que tardó en llegar,
que después de tanto tiempo encontró su lugar,
y que jamás piensa soltar.
Porque es su paz, su refugio,
su hogar en medio del mundo,
está justo allí, bajo el paraguas.



Marcelino
Arellano Alabarces
Palma de Mallorca

SIEMPRE EXISTIRÁ TU
NOMBRE

Siempre existirá tú nombre
por donde quiera que yo, valla,
en donde quiera que yo esté.
Tu nombre siempre será
como un sueño inalcanzable
que nunca podré tener.

Siempre existirás tú. Siempre
estarás junto a mí, en mi pensamiento
en la silla de al lado donde me siento,
aunque este vacía, tú estarás a mi lado.
Tú caminarás en nuevos paisajes.

Oiré tus palabras, aunque estés ausente
pero las oiré nítidas y claras
porque las sentiré en el alma
porque las sentiré en el alma
como una canción primera
que por mucho que queramos
nunca podemos olvidarla.

Siempre estarás junto a mí,
por el camino que yo, valla,
como guirnaldas de flores
de tus manos artesanas.
Te oiré muy cerca de mí
porque las oiré con el alma.

Nunca estaré solo
aunque tú, sin decirme nada
hayas cogido otro camino
derribando la muralla
que nunca ha existido
entre tu alma y mi alma.

Siempre estarás junto a mí
en el anochecer y en la alborada
y junto al pilar de agua fresca y clara,
donde sumergíamos las manos
y se nos quedaban heladas.



Soledad
Martínez González
Madrid

EL TIEMPO

Vitalidad y alegría es tu talante, preciosa
voz cálida, en sólido trono azul,
dulce y delicado rostro de tul
es tu presencia de sol y rosa.

Naciste para el canto y la poesía
con esa voz tan pura y recatada,
como la flor bonita y delicada,
con suave resonancia y melodía.

Generosa es tu luz a los humanos
Que acoges con cariño y con bondad
en este mundo cruel y sin amor.

Rayo de ilusión para los hermanos,
jardín multicolor y sin maldad,
que declama poemas con ardor.



Julia
Rosillo Martínez
Granada

“EL PINAR”

A la sombra de aquel pino
te esperaba cada día.
Veía salir el sol
mirando a ver si venías.
Que buenos ratos pasábamos
contándonos nuestras cosas

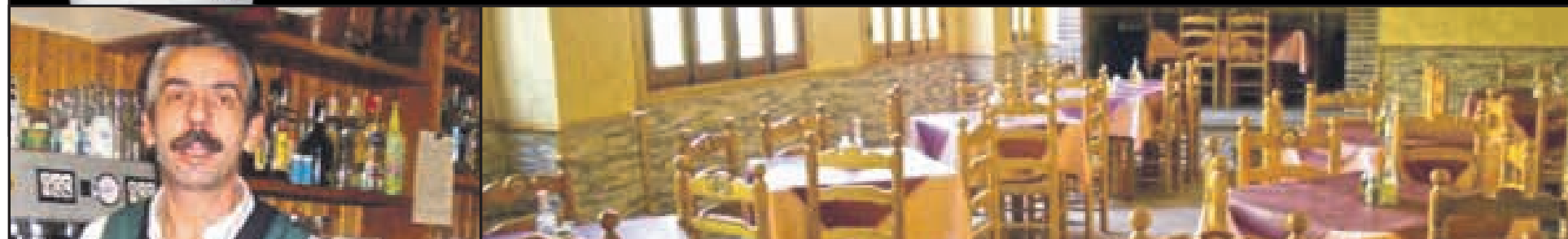
pues disfrutábamos mucho
y tú me decías hermosa.
Y yo con la boca abierta
decía, gracias cariño
después tú sonreías
mientras yo te hacía un guiño.

Rincón Poético



Mesón Baena

LA HERRADURA (JUNTO A LA RAMBLA DEL ESPINAR)
18697 LA HERRADURA - ALMUÑÉCAR (GRANADA) - TLF: 958 82 78 71



HOTEL
AVENIDA
TROPICAL

H

AVDA. MEDITERRANEO, 35
SALOBREÑA (GRANADA)
TEL. +34 958 611 544
RESERVAS@HOTELAVENDATROPICAL.COM

Congelados
Campoy

LANGOSTINO CRUDO LANGOSTINO COCIDO
GAMBA BLANCA GAMBÓN CRUDO CIGALAS

PEDIDOS A DOMICILIO
958 83 41 71
618 58 11 48

f

RESTAURANTE EL PEÑÓN

RESTAURANTE EL PEÑÓN
SALOBREÑA

PESCADOS Y MARISCOS
PUERTO DE MOTIL
ESPETOS DE SARDINAS
TUDO A LA BRASA

GASTRONOMIA SALOBREÑERA Y MARINERA ARROZES
PAELLA DE MARISCO PAELLA MIXTA

DESDE 1954

RESERVAS AL : 958610538



Hotel Restaurante
La Brasa



Rincón Poético



**José Manuel
Gómez Hernández
Lleida**

FEBRERO SIN MÁSCARAS

*Febrero se pone careta
aunque nadie monte escenario;
aquí el disfraz es discreto,
más de plaza que de barrio.*

*No hay telón que se levante
ni focos buscando aplauso,
pero el pueblo se permite
decir lo que calla el año.*

*Las calles, con frío aún dentro,
se llenan de guiños cómplices;
una peluca en la esquina,
una risa que se esconde.*

*Torrefarrera se mira
en el espejo del invierno,
y entre confeti y rutina
se pregunta si es sincero.*

*Porque el Carnaval no es ruido
ni comparsa organizada;
es ponerse frente al miedo
y soltar alguna verdad.*

*Verdad para el que promete
aceras que no terminan;
para el que exige milagros
pero nunca arrima.*

*Verdad para el que murmura
desde el banco de la plaza,
mientras otros, sin discurso,
son los que empujan la barca.*

*Febrero tiene ese filo
que no hiere, pero despierta;
te deja la cara pintada
y la conciencia abierta.*

*Aquí no hace falta escenario
para entender lo que pasa:
un pueblo que se disfraza
también se quita la máscara.*

*Y cuando el frío regrese
con su seriedad intacta,
quedará flotando en el aire
una pregunta sin capa:*

*¿seremos igual de valientes
cuando febrero se marcha?*



**Ana
Martínez
Huércal-Overa
(Almería)**

LO SUPE ANTES

*No llegué limpia a ese día.
Llegué con una voz antigua
viviéndome por dentro.*

*Mi madre me habló de ti
cuando yo aún no sabía
qué era creer.
No te nombró santo.
Te nombró cura.
Y eso bastó.*

*Te dijo con palabras pequeñas,
de las que no hacen ruido:
ese hombre se quedó.
Y yo entendí mucho después
lo que significa quedarse.*

¿Acaso porque tenemos la misma sangre?

*Ese 7 de febrero
yo no fui sola.
Entré contigo, madre,
con tu forma de decir las cosas,
con tu fe sin catecismo,
con tu respeto casi silencioso
por quien entrega la vida
sin levantar la voz.*

*Cuando pronunciaron tu nombre,
Salvador Valera Parra
sentí la mano de mi madre
apretándose la memoria.
No estaba allí,
pero estaba.*

Acaso porque nos corre la misma sangre.

*No pensé en milagros.
Pensé en ella hablándome
como quien deja una semilla*

*sin saber si verá el árbol.
Pensé en cómo me enseñó
que hay hombres
que no pasan,
que permanecen.*

*Cuando dijeron beato
no miré al altar.
Miré hacia atrás.
A la infancia.
A la voz que me explicó
que la bondad verdadera
no necesita aplauso.*

Sería la llamada de la sangre.

*La Virgen del Río nos miraba
como siempre:
con esa paciencia
que tienen las madres
cuando saben
que el tiempo acaba entendiendo.*

*Salí distinta.
No por lo que vi,
sino por lo que regresó.*

*Porque aquel día
no reconocimos solo a un hombre.
Reconocí
lo que mi madre
había sembrado en mí
sin saberlo: la fe.*

*Y supe, al fin,
que yo estaba allí
desde mucho antes.*

Sería, acaso, que la sangre llama.



**Francisco
Muñoz Pacheco
Lleida**

DESDE LA DISTANCIA

*Hoy me hubiera gustado
poder dominar el tiempo.
Hubiera estado a tu lado
disfrutando del momento.*

*De tu alma y de tus manos
creadoras de tus sueños
brotaron todos tus cuadros
que pervivirán eternos.*

*Sé, que te han acompañado
tu familia y tus amigos.
Ellos, sí que han disfrutado
de ese don que has recibido.*

*Yo confío, que algún día
pueda admirar, junto a ti
arte, color y alegría
y la fuerza de vivir.*

Rincón Poético



**José
Pérez González**
Madrid

CUANDO YO NO ESTÉ

*Cuando ellos me echen de menos
será que yo ya he partido.
No sabrán que me llevo
sus recuerdos de niños.*

*He ido guardando
el sonido de sus voces,
he reído y llorado
pero me han llenado el corazón.*

*Cuando ya no esté,
no quiero que lloren por mí,
como yo lo hice por mi mujer.
El dolor no me dejó ser feliz.*

*Ellos colman mis días,
son mis tres nietos
que me alborotan con su alegría,
tres ángeles venidos del cielo.*

*Cuando ya no esté
quiero que sonrían
que me perdonen si me equivoqué,
no fue fácil la vida.*

*Viví ilusionado teniéndolos a mi lado,
la vida no es fácil y se cometen errores.
En muchas cosas me he equivocado,
la soledad no concede favores.*

*Cuando ya no esté
me gustaría que miraran al cielo
pensando en esa mujer
que lleva allí tanto tiempo.*

*Convive hace años con las estrellas,
ellos no conocieron a su abuela
y yo quiero que la regalen sus sonrisas.
Así mis lágrimas se coinvertirán en alegría.*



**María Jesús
Sarmiento**
Lillo del Bierzo
León

TE LLEVO EN EL CORAZÓN

*Cómo decirte que te amo.
Cómo decirte
que en ti pienso.
Sí, con una palabra tuya.
Mi corazón tiembla por dentro.*

*Sí, por una caricia tuya.
Mi corazón suspira.
Por un beso.
Que daría por un beso.*

*Ay... amor.
Cómo te siento.
Un suspiro lanzó al viento,
por tenerte en este momento,*

*... más No puedo; quisiera tenerte.
Y no te tengo.*

*La vida es un tormento.
Que vivo a cada momento.
Pues te llevé tan adentro.
Que sí con palabras pudiera.*

*Decir lo que siento.
... te diría.
Eres el amor que alegra mis días.
Y mis momentos.*



Toni Mel
Madrid
Poeta

QUIERO SER

*Quiero ser como el nardo que florece
y engalana el arroyo en primavera
expandiendo su olor por la ribera
como un dulce placer que te adormece.*

*Quiero ser como el junco que se mece
con el viento y su flor como bandera
mientras trepa la alegre enredadera
y a sus plantas el verde musgo crece.*

*Quiero ser: ¿En verdad quisiera serlo
o tal vez, solo sean ilusiones
y no sé o no quiero comprenderlo?*

*Cuando empiezo a tener vacilaciones
sin saber el problema resolverlo,
a los cielos le pido soluciones.*

Poema de Francisco Jiménez Ballesteros



**Carmen
Corral**
Dúrcal

EL CAMINO DEL AMOR

La Cuaresma es un tiempo para detenernos y escuchar: a Dios, a los demás y a nuestro propio corazón.

Cristo caminó entre nosotros, cargó nuestro dolor y nos enseñó que amar de verdad significa darlo todo, incluso la vida.

Estos cuarenta días nos invitan a abrir el corazón, callar el ruido y dejar que su amor transforme nuestra vida.

*Un susurro en el silencio:
—Para un momento, escucha,
que entre tanto ruido del mundo
quiero hablar contigo.*

*Cuarenta días de desierto,
cuarenta días de paciencia,
para que el corazón recuerde
el gran regalo después de la muerte.*

*Dios que caminó despacio,
cargando el peso del mundo,*

*sin odio en las manos abiertas,
solo amor, fuerza y ternura.*

*Sus pasos suben la colina,
el cielo guarda silencio,
y en la madera de la cruz
un amor que ya está escrito.*

*Porque amar fue su camino,
amar hasta dar la vida,
y en la cima del Calvario
su amor siempre renace todavía.*

Rincón Poético



**Manuel Camacho
Fernández
Madrid**

MIEDO ENCARNADO

*Cuando los vientos soplaban,
cuando el dolor me rompía,
me agarraba a la esperanza
para mantener la vida;*

*pero llegaron las sombras,
las hijas de las tinieblas,
y robaron la esperanza;
nada queda, nada queda...;*

*tan sólo el miedo a la muerte,
un miedo que está matando
sin que nadie se resista
a este genocidio humano.*

*¿De qué están hechos los hombres?
Siempre pensé que de amor;
¡ay, de mí!
al ver lo que está pasando,
se me parte el corazón:*

*el hombre está hecho de miedo,
el miedo lo está matando;
ha perdido la esperanza,
sólo le queda el milagro.*

*Que no te corten las alas;
¡vive, vive!..; ¡vuela!, ¡vuela!..*

*estar vivo y no vivir,
es la muerte verdadera.*

*Si dejas que los malditos
hagan del mundo su infierno;
olvidate de la vida,
ya puedes darte por muerto.*

*Si tuvieras que morir,
que sea por salvar la vida;
luchando contra el malvado,
que la ensucio de mentiras.*

*Morir por salvar la vida
es la certera señal
de haber vencido la muerte,
de vivir la eternidad.*

*Con un profundo pesar
por la esperanza perdida,
y mi más vivo deseo
que siga viva la vida;*

*a Dios pido humildemente
que se produzca el milagro,
pues, de este maldito infierno
tan sólo Él puede sacarnos.*

*Te ruego que reflexiones,
amigo del alma mía;
que no te maten los miedos,
que no te llegue el ocaso
con el sol del mediodía.*

*Nunca lograré entender
lo que nos está pasando
que, por temor a la muerte,
nos esté el miedo matando.*

*No dejes que los malditos;
los habitantes del orco,
los ciervos de Satanás,
los vasallos del demonio;*

*arruinen tu existencia
porque si llega a pasar,
y a la vista de lo visto
poco le debe faltar,*

*no te dejen vivir;
serás un muerto viviente;
tu vida será su vida,
y su vida sólo es muerte.*



**Fina
López Martínez
Dúrcal (Granada)**

ALMA

*Tengo el alma dormida,
El corazón envenenado,
Porque vivo la locura
De sentirme enamorado.*

*Que mal augurio me ronda
Desde que te conocí,
Que vivo amarguras, celos
Sin saber que pasa en mí.*

*El poder sobre mi mente
Tu cuerpo de verde luna,
Sin ser tú mi compañera
Soy tu esclavo, tu locura.*

*Quiero mi libertad amada
Quiero andar, solo el camino,
Necesito un vuelo raso
Para seguir mi destino.*

*Ser águila de mi vida
Dejar de raptar en manglares,
Navegar el viento, mi barca
Navegar surcando mares.*

*Con los remos entre mis manos
Ebrio de fe y de cantares.*



**Juana
Olmos Castillo
Alhama de Granada
Poeta**

LA RAZÓN Y EL PENSAMIENTO.

*Buscamos lujos en yates,
en mansiones imponentes,
lujo es tener amigos,
no tener enfermedades.*

*Buscamos buena apariencia
sin escatimar la forma,
nos importa la apariencia
por encima de otras cosas.*

*Lo importante es la salud,
hay que tenerlo en cuenta,
porque si no la tenemos
sobra toda la belleza.*

*La soledad encubierta
en grandes núcleos urbanos,*

*hay que tenerlo en cuenta,
nos vuelve más deshumanos.*

*Depresión tras depresión
sufre mucha población,
falta de amor y atención
nos dobla el materialismo.*

*Nuevos patrones de vida
que son poco saludables,
nos falta humanidad,
el valor más importante.*

*Suplir con tecnología
un beso y un abrazo,
el amor esteriliza,
no puede ser reemplazado.*



**Isabel
Pérez Fernández
Valencia**

AL AMOR

*Con el alma desnuda
quiero cantarle al amor,
expresar los sentimientos
que guardo en el corazón,
palabras de gran aliento
que tengo en el pensamiento.
Enamorados amantes
ya sabéis lo que es amor;
son dos besos, dos caricias
y un poco de comprensión.
Son dos cuerpos que se juntan,
dos corazones que laten a un son
cuando la noche se hace magia
la brisa tenue envuelve el amor;
se comparten los besos de los dos.
No peséis que mis versos son dolor,
es que yo con el alma desnuda
quiero cantarle al amor.*

Rincón Poético



**María J.
López Palomar
Madrid**

AQUEL DÍA EN GETSEMANÍ

*Aquel día en Getsemaní
día glorioso fue,
a solas, silencio y júbilo,
a solas mi mente en ti.*

*Tuve un regalo divino,
al menos así lo sentí,
en providencial olvido
una pasmina perdí.*

*Paseando entre los olivos
pronto cuenta me di,
mi pasmina había olvidado
dentro, en Getsemaní.*

*Agitada fui a buscarla,
hasta allí me dirigí,
y un franciscano anciano
me quiso la puerta abrir.*

*Y permitirme la dicha
de quedarme absorta en mí
con la presencia divina
que mora en Getsemaní.*

*¡Que solo aquí te sentiste,
qué angustia te recorrió!*

*los discípulos dormían,
ajenos a tu dolor.*

*La tristeza que yo siento,
tristeza de soledad,
de ver a todos "dormidos"
sin poderlos despertar.*

*¡Qué día alegre y glorioso
la piedra pude tocar,
la que un día sangre tuya
derramaste al sudar!*

*Las gotas que te caían
de miedo, en tu humanidad,
las limpié con mi pasmina,
que no he querido lavar.*

*Aquella hora la guardo
donde guardo mi verdad,
mis recuerdos más hermosos
que nadie puede rozar.*

*Aquel día en Getsemaní
tu presencia fue tan bella
que quise guardarla en mi alma
como luz, guía y estrella.*



**Pedro
Ruiz Hidalgo
Granada**

QUIZÁS SE LLAME ELENA.

*Abrigo marrón.
Bufanda carmesí
alargándose en el aire.*

*La calle no la sostiene:
la deja ir,
como humo que recuerda
su forma.*

*No camina.
Se desliza.
Como quien aprendió
a no pesar.*

*El día se abre a su paso,
las aceras guardan silencio,
y el mundo —por un instante—
recuerda
cómo moverse sin ruido.*

*Nada la nombra.
Nada la detiene.*

*Solo ese irse
tan suyo,
tan limpio.*

*Aquí me quedo,
con el tiempo acumulado sobre los hombros,
viendo cómo la vida
—a veces—
pasa
con elegancia.*



**Antonio
Cañellas Rigo
De Sa Font
Marratxinet
(Mallorca)**

LA MADONA DE SA CABANA

*Es sol quan sur tés Vermell
que tot el món il·lumina
o rafel na catalina
té ses Claus de tot remei!!*

*Afectat d'anar de vega
som en tenir companyo
un homo qui és nadador
en voure la mar s'alegra!!!*

*Una dona marinera
sempre mira d'on vé es vent
de llavant o de ponent
amb bon vent sempre l'espera!!!*

*Cunyada quan anireu vós
a besar mans a mumare
ella té per donar-vos
cara de clavel hermós
una manta d'endiana.*

*A sa cunyada la trob
guapa es darret claviguer
però aquestes dents que té
la descaracten un poc!!!*

*Plaça real de Sineu
quants de pics te atravesada
per anar a ca s'estimada
cariñosa d'el cor meu.*

*Dues peres a un brot,
no són de dues pereres...
jo m'en ric de ses guerreres
de s'enemorat i tot!!!*

*Sóu de Santa Margalida
Margalida sóu de nom
vós agradau a tothom
per causa que sou polida.*

*Una serp muda sa pell
no es raro si jo mud s'amor
per ventura es meu señor
m'obrirà qualque portell.*

*Tenc s'estimat Moliner
quan no tenc blat tenc farina
sempre me diu catalina
en a ver.me de mester!!!*

Continuará...



**Antonio
Cercós Esteve
Palma de Mallorca**

ANOHECER DE TOROS

*Anohecer de toros
en un corral vacío de clamores.
Y una plaza despintada
con los chisqueros llenos de voceríos.*

*El miedo come luna
mientras una madre reza sin palabras.*

*Al amanecer de enredaderas,
las amapolas se llenarán de sangre,
el trigo ondeará sin bandera,
y el hambre reclama su pan.*

Las cinco de la tarde.

*Un clarín sin sordina
proclamará todas las iras,
los aplausos esperan,
y la impaciencia del toro
hace de la fiesta brava
el centro de cualquier geometría.*

*En el vértice de la lidia,
mil gritos y un solo silencio,
el silencio de la Muerte
que muerde la sangre de su presa,
mientras una madre, esposa o novia,
elegida sin rostro ni sorteo,
junta lágrimas, rezo y dolor,
y une su luto el de antiguas cornadas.*

*Un día después, en otra Plaza,
a la distancia de un discurso,
de nuevo ruge la fiera,
la auténtica fiera, la única, la más
feroz,
la que tiene mil caras y mil voces:
el público
el que, sin odio, hacia el toro
ya desposeído de su casta,
gime su último discurso,
y anuncia todos los funerales.*

Rincón Poético



**Tony
Rojas
Almería**

PENA

*A veces me da pena
ver perderse a mis ancestros,
y como así los nuestros
toman otra vereda.*

*Me dan pena los perros
me da pena el maltrato,
y a veces perder el rato
al verlos tan enjaulados.*

*Siento pena en los asilos
me falta el aliento grato,
al ver como a esos "viejos"
solo les falta el cariño.*

*Y al dar la mano y calor
ver el día que me asoma,
y como esa otra paloma
vuela hacia ese balcón.*

*¡Ay! Pena que me tienes
roído tanto el corazón,
y que a veces tú te llevas
de mi vida la razón.*

*Me dan pena los muertos
que se han muerto de pena,
pues la pena es la condena
de morirse sin amor.*

¡Ay! Que pena, por favor.



**Lola
García Jaramillo
L'Hospitalet - Barcelona**

SUSPIROS EN EL AIRE

*Suspiros en el aire
que vienen y que van,
como un llanto suave
que el viento se lleva al mar.*

*Suspiros de amor
que se escapan del pecho,
como un susurro leve
que lo recoge el silencio.*

*Quedan en el aire
como un eco lejano,
suspiros que se pierden
en el vacío del espacio.*

*Pero en lo más hondo del corazón
siempre se quedan grabados,
suspiros de ese amor
que nunca será olvidado.*

*Y en la nostalgia el alma
sin ni siquiera poder gritar,
queda suspendido y ahogado
lo que solo se pudo respirar.*

*Solo eran suspiros
que se quedaron en el aire...
Mudos, como un lamento mudo
cuando las palabras
no los pueden alcanzar.*



**Carmen
Salas del Río
Granada**

UNIÓN DE VOCES

*Cruzando el mar de letras y de ideas,
Granada Costa extiende sus banderas,
no importan ya distancias ni fronteras
mientras el pensamiento nos rodeas.*

*Es periódico y voz en las aldeas,
es refugio de artes verdaderas,
donde florecen siempre primaveras
en las mentes que tú mismo moldeas.*

*José y Antonio, guías del camino,
mantienen viva la llama sagrada
de un pueblo que ha forjado su destino.*

*Cultura global, siempre renovada,
que al mundo entrega su laurel divino
desde la costa fiel y enamorada.*



**María Dolores
Alabarces Villa
Palma de Mallorca**

COMO ALCANZAR LA PAZ

*Todo lo que tengo yo daría
si con ello la paz alcanzara
y un mundo sin agonía
ante mis ojos, descubriera.
Eso, es casi imposible...
hace falta más empeño.
Para que sea factible
no hay que fruncir tanto el ceño.
Pues parece muy difícil
esbozar una sonrisa,*

*en cambio, para hacer daño
sí que aprendemos deprisa.
Ambicionamos el poder
y con muy poca consciencia
alabamos a la codicia
ignorando nuestro deber.
Hay voces en nuestro cerebro
que nos hablan pudorosas
como esas hermosas prosas
que te ofrece un buen libro.*

*Otras voces tristemente
son como lobos hambriento
arrasando de nuestra mente
los más puros sentimientos.
Dejando los más oscuros...
Esos que fraguan las guerras.
Abren tumbas con sus garras...
Dejan desierta la tierra.
Se me contrae el corazón
cuando oigo las noticias.*

*Escuchar tanta inmundicia
me causa gran desazón.
Con tanta contradicción
ya no hay nadie que se entienda,
sumergidos en la contienda...
no buscan conciliación.
Así no habrá solución
para este gran problema.
Mientras, el planeta se quema
sin que le echen carbón.*

Rincón Poético



**María
Vives Gomila
Mahón (Menorca)**

TIMIDESA, SENSIBILITAT

*Ser tímida no és cap alteració,
ni cap deshonra.*

*Pot ser un posat, una defensa,
una barrera, que et diferencia
de tants altres, mentre dura.*

*Una forma d'amagar-te,
de no mostrar-te com ets,
quan et sents més vulnerable.*

No ets introvertit quan calles.

*Inhibeixes la resposta, que no dones,
tot i tenir les idees ben fermes,*

Calles per no ser el centre

d'una situació que t'incomoda.

*Inhibir-te, quan tens tant per dir,
no és útil ni desitjable.*

És bo dir el que penses i el que sents.

*El que dius pot donar tanta força
a qui espera i necessita respostes!*

*No evitis la paraula per sensibilitat,
en què sigui un dret, pel fet de viure!*

No tinguis por ni callis mai!

I, sobretot... Parla!!!



**Enrique Martínez
de Barrax
Palma de Mallorca**

EL CABALLERO DE BARRAX

*Sigo surcando las largas besanas
de mi pensamiento que ya no muere...
por mí, un día doblarán las campanadas*

*Alegando a mi alma que se quiere
morir, en la tierra que hemos nacido
respetando aquello que nos prefiere.*

*No estar encadenado ni vencido
siempre adelante todo es hermoso.
Que nadie me crea que estoy rendido.*

*Si con la nobleza soy generoso
y con la disciplina más candente
que se va venciendo al más poderoso.*

*Empapándose con sudor la frente
dejé mi juventud en la lejana
tierra, cuando se está tan pendiente.*

*Del amor más fiero que ya se pasa
y son lamentaciones del olvido;
cuando se está tan lejos de la casa.*

*Y de aquel pueblo donde hemos vivido,
de nuevo volveremos con descanso
y con la cautela de lo aprendido.*

*Ver nacer una nueva primavera
con la paz sosegada; será remanso
del jardín del Edén que se venera.*

*Con una misma libertad que no muera
como la flor, el verso y la armonía
que en los labios del poeta es la primera.*



**Juan Jesús
Díaz
Palma de Mallorca**

LAS GUERRAS

*Hay palabras que rechinan
yo las evito, ignoro, borro
son paro, guerra y envidia
traen hambres, dolor y odio.*

*Atraen a gentes resentidas
a vulnerables y confiadas
con frases prometedoras
muy golosas y estudiadas.*

*Pasan de razonamientos
rechazan buscar acuerdos
manipulan y les da igual
las barbaries y los muertos.*

*No hay se dice generación
sin su guerra y dictador
se silencia a los pacíficos
pareciere una maldición.*

*Y no vale echarle la culpa
al obrero ni al patrón
siempre surge un cabecilla
solo en busca de un sillón.*

*Otras guerras sin remedio
hay de celos y herencias
de envidias, vecinos, lindes
todas a cuál más perversas.*

*No se razona ni se escucha
ni a la experiencia ni al cielo
sobra ego, falta humildad
y tampoco yo soy un ejemplar.*



**Julia
Cortés Palma
Madrid**

RETAZOS DE PAZ.

*Quiero que el mundo obture cañones
que se acaben de una vez las balas
que nadie vuelva a cortar las alas
a la vida y a sus ilusiones.*

*Es imposible encontrar razones,
y si las encuentras son siempre malas,
una vida vale más que millones
no tiene compensación ni cábalas.*

*No quiero ver muchas tumbas con flores
mientras la gente se cruza de brazos,
quiero la paz donde quiera que mores.*

*Que el mundo se funda en abrazos,
que se acaben luchas y rencores,
cosamos la paz uniendo retazos.*

*LA PAZ MUNDIAL COMIENZA
CON LA TUYA.*



**Carmen
Bocanegra Montañés
Granada**

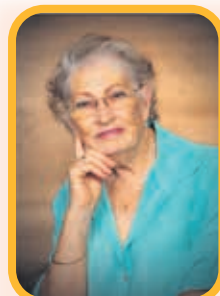
AMOR

¿Qué es la vida sin amor?

Vacío de la esperanza,

suspenso de la alegría,

comienzo de la añoranza...



**Ángeles
Díaz Vaca
Almuñécar - Granada**

SÍ AL AMOR

*Qué hermoso día
que os habéis unido
para dar el sí,
que Dios os bendiga
y que seáis muy felices
por el resto de la vida.
Muchas felicidades
os queremos con todo
nuestro amor.*

Rincón Poético



**Argeme
García Lucas
Colmenarejo
Madrid**

GRITOS

A mi querida amiga Soledad Martínez

*En los extremos de la vida
te encuentras con ellos,
los duendes que te cuentan
sus secretos en la bajura.*

*Oyes en la lejanía
mas no escuchas,
que quieren ser atendidos
y reclaman interés.*

*No te fías de su destino
quieres observar el propio,
tiempo que se te va,
y no volverá más nunca.*

*Caminas sin coraje
lo dejaste en el granero,
escondido entre el heno
y tú caballo Espartero.*

*Te miran a la cara
y no ven el silencio,
de tus gritos a voces
y sigues huyendo.*



**Francisco M.
Morales
Granada**

-¿VIDA?-

*Intrascendente,
siempre intrascendente,
será la vida.*

*El mundo gira,
aunque nos detengamos,
irrelevancia.*

*La existencia,
si sentido no tiene,
es prescindible.*

*Aburrimiento,
solo aburrimiento,
es lo que pasa.*

*O la depresión,
que somete al alma,
también puede ser.*

*Es lo habitual,
y una consecuencia,
de la soledad.*

*Reincidencia,
en la tortura vital,
siempre lo mismo.*



**Isidro
Sierra Calzado
Madrid**

LOS FULIGOS

*Miro hacia a tras mis pasos sin olvido
—desde el recinto triste de mi estancia—
y puedo ver en todo el recorrido
los alegres fuligos de mi infancia.*

*Y al comparar con estos que voy viendo
que al cielo suben ya sin arrogancia,
a medida que he ido envejeciendo
me he dado cuenta en la gran distancia,*

*que independientemente de tener
o no tener responsabilidades
o una familia que me ponga abrigos*

*para del mal poderme proteger,
de la importancia en todas las edades
que tienen en la vida los amigos.*



**Fernanda
Llabrés
Palma de Mallorca**

AL ABRIGO DE TU MIRADA

*Están fríos los días,
si falta tu presencia,
amaneceres grises de noches negras,
cubierta de hielo tengo el alma.*

*Qué noche sin luna,
si falta tu presencia,
largas, tenebrosas,
sin luceros ni albas.*

*No revolotean los pájaros,
si falta tu presencia,
no anidan, no canturrean,
ni tampoco revolotean.*

*Que tristes están los campos,
si falta tu presencia,
cubierta de hielo tengo el alma...
no revolotean los pájaros.*

*Sólo tu amor es mi aliento,
si falta tu presencia,
ya no se enciende mi fuego,
van quedando cenizas de las brasas.*

*Amor calienta los días,
que la luna siempre asome,
que los campos se llenen de pájaros,
sólo tu presencia lo alienta.*

¡Ay, si falta tu presencia!



**Sergio
Reyes
Murcia**

DESALIENTO

*No me quedan palabras
para describir la sintonía
que me invade esta noche
de extraña armonía.*

*Sólo sé que no sé nada
y la lucidez no me llega;
que sólo me alcanzan dudas y más dudas
mientras se marchan las certezas
y que ni el silencio es garantía
de profundidad en el pensamiento
ni, mucho menos, de sabiduría.
Ah, y no me sirve de escarmiento
ni consuelo si acierto o miento,
pues si miento nada acierto
y si acierto, no lo pretendo,
pues ya os dije que sólo tengo*

*—últimamente—
más dudas que certezas,
y, claro, cómo no,
algo más de desaliento...*



**Antonio
Prima Manzano
Valencia**

QUÉ DURO ES EL VIVIR

*Qué duro es el vivir la dura vida,
cuando sientes que la mitad de ti ya no subsiste,
y partido el corazón en dos por pura ausencia,
te atenaza el sinsentido de una triste existencia.*

*Te afanas por vivir al mundo asido,
buscando sobrevivir a duras penas.
Y ahora, cuando mi muerte quiero,
ella se ríe de mí, quizá diciendo:*

*Espera; ahora que lo deseas,
¡yo no lo quiero!*

Rincón Poético



**Mª Isabel
Sánchez Gea
Vila Seca
(Tarragona)**

SOLO EL OLOR

*Solo el olor de tinta entre las hojas tendidas
para hablar de los ángeles de la noche y del día.
Lo triste se deja solo.
Del resto haremos alegoría
para contársela a la vida.
Las penas y las alegrías.*

*Y comparte mis hojas. Mira que no son pocas.
Huelén a azahar y rosas. No son blancas ni son rojas.
Ven y siéntate aquí, tú en una orilla, yo en la otra.
Nos contaremos las penas. Las alegrías son pocas.
Si no te vas serás hojas del libro en mi corazón.*

*Volar y acariciar el cielo donde yo te veo
como nube de paso.
Se cerraron las rosas tras tu partida.
Solo el silencio reposa
donde calla la escarcha.
Y grito al cielo si te veo.*

Y no te pueden tocar mis caricias.



**Damià
Vidal
Palma de Mallorca**

DICHA

*Gracias,
por abrirme los ojos
y ver la dicha
que me regalas
aunque nada te pida.*

*Disculpa
mi osadía
si sólo de Ti me acuerde
cuando sufro.*

JOIA

*Gràcies,
per obrir-me els ulls
i veure la joia
que em regales
encara que res et demani.*

*Disculpa
la meva gosadía
si només de Tu me'n recordi
quan pateixo.*



**Enrique
Mateo Fernández
Madrid**

PERDIDOS EN LA

IGNORANCIA

*Perdidos en la ignorancia
nuestras verdades lanzamos
y a quien no piensa lo mismo,
revestidos de arrogancia,
raramente perdonamos.*

*La verdad nadie la tiene
y todos nos acercamos,
y hasta casi la tocamos,
cuando "don respeto" viene
y atentos nos escuchamos.*

*La verdad está muy lejos.
O es alcanzada entre todos
o debemos de olvidarnos,
porque no es de uso privado,
ni propiedad de unos pocos,
aunque haya necios altivos
que la llevan en sus bolsos.*



**María
de la Rosa Pérez
Jaén**

LA NIEVE

*¡Qué blanco de muerte fría deja la nieve a su paso!
¡Qué manto puro de armiño cubre montes y tejados!
Oculta con su belleza la muerte que va sembrando.
¡Cuánto animal sin cobijo! ¡Cuántas plantas sin amparo!
Que en su blancura perecen igual que nardo quebrado.*

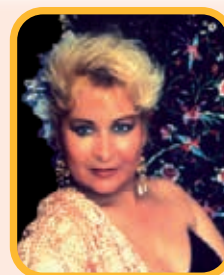
*Con qué silencio tan lento todo lo va transformando,
en blanco velo de novia que alguien dejó abandonado.
Es una novia ofendida, por un falso amor jurado,
que dolida en su abandono, frío y muerte sin piedad va dejando.*

*El sol es el falso novio que presume allá en lo alto,
el que ha jurado a la nieve, besarla y quererla tanto.
Por él se puso su más lúcido velo blanco,
pero el sol no acudió a la cita, y la nieve herida de muerte todo lo va amortajando.*

*Y cuando por fin, orgulloso, aparece el sol brillando,
pobre de la ofendida novia, que llorosa y suspirando,
a su calor sumisa y muda, se entrega de amor,
temblando como novia enamorada, que llorará por su amado.*

*Nieve y sol se funden, en un tierno y dulce abrazo,
y la frágil novia sucumbe en los brazos de su amado.
¡Qué triste unión la de ambos!
Que sólo muerte y tristeza entre los dos han dejado...*

*Ella por amarlo tanto, él por haberla abandonado.
¡Pero no todo está perdido! ¡El milagro se ha logrado!
Con la muerte de la novia, y el calor de su adorado,
nace el fruto de los dos, una hermosa primavera,
llenando todo a su paso, de ricos aromas en flor.*



**Gloria
de Málaga
Málaga**

HOMENAJE AL GRANGUITARRISTA JOSÉ ANTONIO LAVADO

*La GUITARRA se estremece
Desde la prima al bordón
Cuando sus manos la toca
Con cariño y gran amor*

*Sus notas van desgranando
Alegrias y desencanto
De nuestra Tierra Andaluza
Que a veces llora cantando*

*! GUITARRA....!
Que palabra tan cortita
Para una cosa tan grande
Que a un muerto lo resucita
Cuando sus notas en el aire
Suenan a !GLORIA BENDITA!!*

*!! GUITARRA !!
Gran compañera.
De un maestro tocaór*

*Que al abrazarte quisiera
Meterte en su corazón
Y que de allí no salieras*

*JOSÉ ANTONIO LAVADO
Se llama
El! Maestro de los maestros!!
Que siente el arte en sus venas
Porque toca por derecho*

*Y como buen malagueño
Enamorado de su tierra
Cuando se pone a tocar
Se inspira por malagueña*

*Y en el aire vá dejando
Sus notas que el viento lleva
Engarsadas en mil suspiros
De gentes de nuestra Tierra*

Rincón Poético



Val
Marchante
Alcalá de Henares
Madrid

EL TIEMPO

Ni el dique más fuerte es capaz de contener
el espacio que maneja el reloj en sus agujas.
Todo cuanto se vierte entre golpes de campana
tiene prisa por perderse en las aguas del río.

Se distorsiona el contorno de la imagen
mientras intentas recordar las escenas del camino,
las mañanas derramadas entre granos de café
y las tostadas antes de salir de la casa.

Te olvidaste de cerrar las puertas,
la corriente se llevó los días del calendario
y cayeron los meses usados sobre las baldosas.

Duele la mirada al recorrer la casa vacía
y escuchar las ausencias de las paredes golpeando en los oídos
mientras piensas que hubo poco tiempo entre las manos.

Ni el retrato más grande es capaz de capturar
los años escritos en la piel del cuerpo.



Marisa
González del Burgo
Madrid

LIGERO DE EQUIPAJE

Ligeros,
siempre ligeros
de equipaje. . .

Ligeros. . .
para estar atentos
a los restos de la vida
y poder componer canciones
de nueva libertad

Ligeros. . .
siempre ligeros,
para no perdernos
el rojo de las amapolas
ni el perfume del Jazmín. . .

Ligeros. . .
siempre ligeros
de equipaje
para desprendernos
de apegos y exigencias

Ligeros. . .
siempre ligeros
para poder contemplar
los destellos de los luceros
y en nuestra alma
puedan anidar
sin estorbos
Las golondrinas
de la dignidad

Ligeros
siempre ligeros
para poder estrechar
a otras manos desesperadas
y compartir nuestro pan. . .

Ligeros
siempre ligeros. . .



José Luis
Rubio Zarzuela
Conil (Cádiz)

ME VOY

Me voy, me voy, me voy
y no pienso volver.
Quiero olvidarlo todo
y de nuevo nacer.

No sé si será posible
pero al menos lo intentaré.
Quizás en otro sitio
nadie conocido encontraré
y poco a poco un hombre nuevo
empezaré a ser.

Todas las antiguas huellas,
una a una, borraré
porque solo de esta manera
dentro de un tiempo me regeneraré.

Me voy, me voy, me voy,
aunque no sé cuando lo haré.
Me siguen reteniendo muchas cosas
que no sé cuando soltaré.

Tal vez quede todo en un deseo
que nunca alcanzar lograré.



Rosa M.
Saavedra Martínez
Almonte (Huelva)

INCENDIO BAJO LA PIEL

No me mires así
si no estás dispuesto a perderte.

Mi piel recuerda
cómo se enciende cuando tus manos
la recorren sin mapa,
como si cada centímetro fuera un secreto
que quieres aprender de memoria.

Hay un temblor dulce
cuando tu boca desciende despacio
y el aire se vuelve más denso,
más tibio,
más nuestro.

Mi respiración cambia.
Se rompe.
Se abre.

No soy pudor cuando te deseo.
Soy llama vertical,
curva húmeda,
susurro que se desliza por tu cuello
hasta hacerte cerrar los ojos.

Tócame como si el mundo
se acabara en mi cintura.
Apriétame como si quisieras
fundirte con mi latido.

Porque cuando me arqueo
no es solo mi cuerpo el que responde,
es mi hambre.
Es mi piel reclamando la tuya.
Es el pulso acelerado
de dos incendios que se reconocen.

Y cuando por fin
me sostienes entre tus manos
como si fuera lo único que existe,
entiendes.

Que no era solo deseo.
Era destino ardiendo
bajo la piel.



Francisca
Arco Pérez
Burjassot
(Valencia)

ENSONAÑACIONES

Sobre la alfombra azul
Que nos separa; cabalgo cada noche
Cogida a las bridas de las nubes, volando dulcemente
Entre jirones blanquecinos
De ilusiones y sueños. . .

Sobre mi cabeza: Las estrellas brillantes
Bajo mi pecho el azul infinito
Y en la distancia = Tú.
Y me acerco despacio. Suavemente
Y me cuelgo en las ramas de tus brazos
Para enredarme por siempre en tus caricias.

Rincón Poético



**María Helena
de Val López
Valencia**

CUANDO RETORNA EL SOL

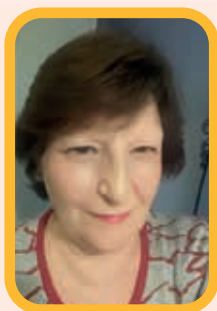
*Las golondrinas trazan un arco en la ventana.
Ha dejado de llover y de cantar es tiempo.
En un instante vuelve a la mente, con fuerza,
aquella imagen en la que vibraba el sueño
de cambiar el mundo injusto en que vivíamos,
pero hoy resplandece el sol en nuestro huerto.*

*Un puñado de libros, premios, cuadros y plantas;
nuestra vida real por la ventana contemplo:
ese milagro que fueron todos esos logros,
lo mejor de esa ilusión en cada proyecto.
Y vuelta siempre a esta ventana creadora
de tantas quimeras, viajes y andaduras lejos.*

*No podría ser otra persona más que tú,
la que enciende el amor cada día y me sorprende,
de sentir tras la ventana el aire del campo
por donde se filtra del pasado el recuerdo,
que integra el azahar con fe improvisada
y nuestra lucha por levantar el nuevo vuelo.*

*Tú me has hecho ser, sentirme mejor persona,
con la ilusión a la par hinchando nuestro pecho.
Sólo perseveran las cosas del pasado que
están en lugar adecuado, en su momento.
El futuro no es más que ese yo cambiante
y un ser enmascarado de miedo, incierto.*

*¿El ideal? tu corazón aquí y ahora.
Acalla tu mente. Quizá ser es sólo eso:
el amor que logramos reinventar cada día,
saber abrirse como como un pétalo tierno
y poder dar paso a la vida que nos trae
el rayo de sol que nos ama en su regreso.*



**Mª Dolores
Rivera Patiño
Madrid**

PATRIA

*En la lucha por su patria
hombres cumplen un destino
y a mediar son obligados
por fuerzas del enemigo.*

*El respeto al ser humano
se ignora en estos litigios
y hay que usar sabías palabras,
llegando a justos caminos,
para calmar los deseos
del poder más abusivo.*

*Debemos tomar conciencia,
que involución es matar
y evolución es crecer
en sabiduría y paz.*



**Soledad
Durnes Casañal
Torremolinos
(Málaga)**

UNA FLOR APASIONADA

*Una flor apasionada
La mujer será recordada
Como la cálida primavera
Que puede revolucionar al mundo
Con inteligencia y con garra
Haciendo lo que se proponga
Y siendo muy admirada
Por su destreza emblemada
Defendiendo sus derechos
Ayudando a esta vida humana.*



**Germana
Fernández
Zurgena
(Almería)**

PASADO Y PRESENTE

*En el silencio de un cuarto, luz de memoria,
se encuentran dos almas de una misma historia.
El Presente observa, con calma y decoro,
al Pasado que carga un pesado tesoro
de culpas ajenas y agendas extrañas,
tejidas con hilos de ajenas hazañas.*

*— Corro sin rumbo, — suspira el ayer,
— con miedo al vacío si dejo de hacer.
Me enseñaron que el 'sí' es la única vía,
que ser buena es darlo todo, todavía”.*

*El Presente le toma la mano con fuerza:
Escucha el latido que el miedo retuerza.
— Diría que no al que usa tu tiempo,
al que apaga tu voz como el rastro del viento.
No eres moneda de cambio ni escudo,
ni el fuego que apagas es tuyo ni mudo.*

*— “Me siento una pieza en tablero de otros”,
responde el Pasado, sintiendo los rostros
de aquellos inviernos de entrega absoluta,
donde el propio sueño perdió su disputa.*

*— “Entonces di Sí”, dice el Yo que ha crecido,
“pero un Sí con sentido, un Sí decidido.
Sí a la empatía, a la mano extendida,
pero sin que te borres de tu propia vida.
No es egoísmo marcar la frontera,
es cuidar la raíz para que el alma florezca”.*

*El peso invisible se escurre en el suelo,
el Pasado levanta la vista hacia el cielo.
Ya no hay más disculpas, ni agendas prestadas,
solo una lista con letras doradas:
donde antes el nombre de otros brillaba,
ahora está el tuyo, que al fin se escuchaba.*



**Mari Carmen
Martín
Madrid**

EL MAR

*Su balanceo
teje blancas puntillas.
La arena rueda.*

*-----
Algarabía:
comunidad de gaviotas,
el mar en calma.*

*-----
Por infinitos
mares viajan las olas
con blanco manto.*

Rincón Poético



Benito
Mansilla
Checa -
Guadalajara

☆☆EL REZO DEL SANTO
ROSARIO EN MAYO
QUE ES EL MES DE
MARÍA☆☆

**Es una pena se acabe
el mes de Mayo glorioso
que tanta alegría y gozo
envía la Virgen a todos.
*Es tiempo, es mes de alegría
por el tiempo que acontece
pues llueve, hace Sol, que enriquece
poder salir a charlar a la calle.
*Es el mes de las flores
dedicadas a María
con preciosas poesías
que a todos nos enternecen.
*Es el mes del Rosario
que por años prevalece
rezarlo en este mes
parece que nos enriquece.
*A la Virgen de la Soledad
a la Inmaculada María
a la Virgen de Fátima.....
o a la Virgen de Lourdes.
*Todas ellas éste mes
las plegarias nos escuchan
estudian, las comunican
a Dios Nuestro Señor.*



José María
Lopera
(Spanish poet of
peace and
harmony.)

INESPERADO

*Si estás inerte
y la tristeza exige
o tropieza en sí misma trastornada;
si ansiedad hiere
y el amor no resiste
el empuje en la mácula del alma,

hazte principio inesperado
del sublime amor soñado.*



María Eloina
Bonet Sánchez
Mislata
(Valencia)

A LA ORILLA DEL MAR

*Tu que al recoger del mar la ola
apaciguas su bravura,
y marcas una huella fresca
amortiguando las pisadas.

Déjame por un instante
sentir en los pies la espuma
que en tu seno muere.

Te tomaré en mis manos
y haré castillos... de esos
que se lleva el aire.

Soledad y esperanza.
Mañana volveré,
y estarás esperándome
para meterte en mi piel.*



María
Fernández Fernández
Madrid

LOS BANCOS
1974

*Me he sentado en un banco, ya van quedando menos.
Una vez, en la estación de Auto-Rex
me senté en uno- un banco-
al lado de un paquete -grande-,
era un muerto.
Pero nadie gritó “¡que el paquete es un muerto!”
y yo seguí sentada, esperándote,
venías en el autobús del pueblo.
Llegaron las autoridades
y entonces comprendí que mi espera
sirvió de compañía a alguien
que afrontó su muerte en soledad.
Pensé que el retraso de tu bus tenía sentido,
y me alegré de aquel velorio improvisado
preguntándome si habría seguido allí, sentada,
si hubiera sabido qué era realmente el paquete.
Llegaste al fin,
y preguntaste, una vez enterado del asunto.
“¿No te dio cosa?”*



Isabel
Parra
Huercal

ITALICA ENSUEÑOS

*Camino pedregoso
de redondas piedras
tan iguales entre si

Giro la vista
y contemplo sus formas
que más que ruinas
homenaje parecen

Pariste grandes hombres
Trajano y Adriano
emperadores fueron

La primera luz
en tu tierra
entre formas caprichosas
ellos vieron

Saliste de la mano
de quien te soñó
mas tarde te fundó

Tu peor enemigo; el viento
tu fiel compañera; la humedad
tus piedras tales enemigos
corroen sin piedad
solo en sueños
he podido ver
ciudad romana tan trágica y bella
todo a la vez
yo recorrí a la izquierda tus ruinas
y a la derecha fiel orilla
del Gualdalquivir.*



Antonio Villar Ramos
Madrid

LOS OLVIDADOS

*Oh vino odorífero, caldo de dioses, que pocos degustan
que, desde la cepa a la barrica, con mimo te tratan y reservan
y en fastuosas copas, contigo brindan y amores se disputan
¿dónde se hallan las manos, que en tu transformación faenan?

Quien separa la uva del sarmiento,
quien la transporta y lleva a la bodega,
quien bajo la lluvia, el frío y el viento
poda la vid, labra su tierra y la repliega

Sin que figure en la etiqueta, del vidrio que te contiene,
Manos resecaas participan en faenas, por penosas olvidadas,
de personas que nadie las recuerda, por muchos maltratadas
que sumisas, obedecen y callan, y solo son oídas si conviene.

Cuando te contemplo en la botella etiquetado,
veo grietas de manos en el fondo de tu esencia e imagino,
el rostro fatigado de quien cortó la uva, para que fueras vino
errante por caminos, y por aquellos que brindan ignorados*

Rincón Poético



**Francisco
Luque Bonilla**
Arganda del Rey
Madrid

MUJER, DOLOR E INJUSTICIAS

En el lienzo de la vida,
trazas tu figura, mujer,
con silueta de luna y fuego.
Eres la esencia
que desafía la penumbra,
la voz que se alza en un mundo ciego.

Tus ojos,
faros de esperanza y de lamento,
reflejan las cicatrices de siglos pasados.
En cada lágrima, un grito contenido,
un eco ancestral de sueños destrozados.
Tus manos,
tejedoras de historias y resistencia,
hílan la tela de la memoria colectiva.

En cada puntada,
un testimonio de existencia,
un encaje de lucha, valentía y generosidad.

Mujer, llevas sobre tus hombros
el peso de las cadenas
que la sociedad impuso.
El dolor, como un río subterráneo,
fluye por tus venas, pero no te reduce.

Las injusticias, como espinas en tu piel,
se clavan y arden, pero no te doblegan.
Eres la semilla que brota en el desierto,
la voz que exige justicia.
En la danza de la vida, giras y desafías,
mujer, con pasos firmes y corazón sereno.

Eres la llama
que ilumina los rincones sombríos,
la fuerza que transforma lo que es decadente.
Así, entre el dolor y las injusticias,
te alzas como un faro en la tormenta.
Mujer, eres poesía en movimiento,
la esencia misma de la lucha y la belleza.



**Loli
Molina**
Málaga

ABRIENDO CAMINOS

Ya afianzaron el laurel
sobre tus sienes.
Ya llegó la primavera
a tu paraíso,
y con ella me llega su perfume.
Te elevas y me elevas
hacia los cielos del triunfo.
Bajo tu árbol me cobijé
y sus frutos maduraron.
Tus pasos y tu voz abren
caminos sobre el mundo,
caminos de victorias,
caminos para la alegría y la paz.
Te canta el corazón del poeta;
te miman las manos de la vida;
te necesitan albas y ocasos.
Ya se escuchan en todo el orbe
las campanas solidarias de tu palabra,
los latidos de tus soles a mediodía,
el oleaje rebelde de tus mares...
En ti, el caminante encuentra
la bondad abierta de par en par
con sus inagotables manantiales
de vida fecunda, luminosa.



**Antonio
Iglesia Valdés**
Dúrcal

EL INVIERNO

Tras las hojas caídas
llega con su frío manto:
¡El invierno!
Porque cuando él es crudo,
nosotros notamos su crudeza,
incluso nuestros huesos
la sienten con aspereza.
¡Es invierno!
Con él llegan la ilusiones
de los niños con la nieve,
los charcos y el barro.
¡Es invierno!
Con él mueren los flores,
los pájaros no cantan
pero aún, con todo eso,
nosotros los humanos,
sin límite lo desafiamos.
¡Es invierno!

Con él llega el frío,
la nieve, la escarcha
helada de cada mañana.
¡Es invierno!
Con él parece que todo acaba,
la gente calla, no sale de casa
y los animales sabios
hacen su letargo.
¡Es invierno!
Y yo, tras mi ventana,
sentado en el sofá,
en la mesa camilla,
al calor del brasero,
estoy leyendo un libro,
viendo la tele o
escribiendo un verso.
¡Es invierno!



**Ana María
López Expósito**
Madrid

EL SEPTIMO ARTE

A Marilyn y María Antonia García de León

Eres ciudadana de un país
llamado cinematografía.
Mundos cambiantes...
¡Carrusel de historias!
Mujer de mil caras,
te sientas en primeras filas,
proyectando sombras y juegos ópticos.
El fundido en blanco y negro.
El protagonista duerme
sobre una máquina
de imprenta majestuosa.
Dos linotipistas
quieren triunfar
en mundos del celuloide.
Luz parpadeante de silbidos
me hacen reír, soñar y llorar.
Atmósfera grata,
cámara ondulante.
Ritmos, gente caminando
por la Puerta del Sol.
Me pongo en lugar de ellos,
sueñas despierta otra vez.
¡Carrusel de historias!
Pasa el tiempo volando
ante la palabra FIN;
bendigo a Alice Guy,
hermanos Lumière
y a Georges Méliès,
inventores con carisma,
me hacen pasarlo bien.
Instrumento de poesía,
umbral de mi subconsciente;
cultura eres de masas.
Te llaman séptimo arte,
recorres campos de plástica,
literatura y teatro.
No quiero que termine
esta hermosa proyección:
"Misterios en la Puerta de Sol".
¡Carrusel de historias!

Rincón Poético



Antonia
Navarrete Lebrato
Valencia

PORTU NOBLEZA
INCOMPARABLE

Yo quiero darte mi beso
y mi estrella para amarte,
con el amor tan inmenso
que yo siento como madre.

Quiero decirte mi verso,
quiero soñar un instante,
yo quiero gritarle al viento
que jamás nadie te amargue.

Como el sol en el desierto,
y como el agua en las nubes,
como cala el sufrimiento
me hiere la incertidumbre.

Yo le grito al universo
le digo entero tu nombre,
le cuento mi buen secreto
y que nunca te abandone.

Porque yo sin ti me muero
porque sería la más pobre,
porque no añoro dinero,
sólo tu fragancia noble.

Por ser sangre de mis venas,
yo te quiero como a nadie
porque tus obras son buenas,
tu nobleza, incomparable.



Ricardo
Campos Urbaneja
Irún

UN NIÑO MALCRIADO
Y CONSENTIDO

Un niño malcriado y consentido,
un multimillonario que no ve fin.
Un tirano que vive poseído
y que no deja al mundo, en paz vivir.

Finge salvar al planeta de malos,
si con ello, enriquece más su botín.
Donde pone sus ojos va su gancho,
engordándose su ego con tal festín.

No respeta aliados y amigos,
le importa un bledo a quién malherir.
Sólo quiere ganar un castillo
y reinar como un Nazi, desde allí.

De Groenlandia, se ha encaprichado
por la riqueza que debe de existir.
Europa protesta sin mucho garbo
pensando en lo que les podría venir.

Luego a dónde mirará su delirio,
ese afán lunático por destruir.
Saqueando sin ser un detenido
protegido por un cargo y un atril.

El poder corrompe demasiado,
y más si esta en unas manos así.
Que no dejará jamás ese cargo
aunque hunda al país en embargos,
y la guadaña se oxide por fin.

¡Menudo porvenir!



Francisco
Jiménez
Ballesteros
Madrid

LA CRUZ SOLITARIA

Me perdí entre negros nubarrones
con los ojos cerrados a lo bueno
disfrutaba pisando por el cieno
y viviendo mil malas emociones.

Al dejar de rezar las oraciones
que aprendí de mi madre desde el seno
me arrastré por el fango tan de lleno
que olvidé de mi padre sus lecciones.

Una cruz solitaria en una senda
me hizo ver que el camino que seguía
conducía a una meta equivocada.

Me quitó de los ojos esa venda
y otra vez a la cruz tomé por guía
al volver a mi vida ya olvidada.



Hermenegildo
Frutos Callejas
Leganés -Madrid

LENGUAJE SINUOSO

Veo las palabras que danzan como gotas
tratando de huir
de unos labios que las llaman.

La espera vigila
escondida en un latido

acerbo refugio
en la orilla de la luz

donde se refleja
un lenguaje sinuoso
que no llega a la mente.

La verdad se oscurece
cuando nadie la habita.



María Teresa
Ayllón Trujillo
Madrid

DEBATES EN LA TELE

Con su calor, el cuerpo me vino encima
“Gracias hija, ¡qué bien lo hiciste! de veras”
La mujer me abrazó en mi calle
con la afrenta quitada y las lágrimas puestas.
Otra también susurrando llega:
“¡Ya era hora que alguien lo dijera!”
“¡Gracias!”, al poco dijo una tercera...

Conmovime yo con las escenas...
Y quienes no me abrazaron
¿dónde quedan?
Ahora las ventanas me comentan
ahora si que me conocen... cualquiera,
mientras yo no sabía ni quiénes eran
Un escalofrío recorrió mi espalda entera.

Rincón Poético



**Francisco
Martínez Martínez
Almería**

*PARA LOLA... "MI AMOR Y MI
VIDA"-SAN VALENTIN-14-02-2026-*

-PARTE 1ª.-

-I-

*En este día de los enamorados
este poema te quiero dedicar
con sus versos entrelazados
para que nunca me puedas olvidar.*

-II-

*Cuando naciste, te pusieron Dolores
Loli y Lolita también te han llamado
para mi eres la Lola de mis amores
la persona que más he querido y amado.*

-III-

*Tu simpatía, tu ternura e infinita comprensión
son tu gracia y los dones que me cautivaron
pero pasado el tiempo, te digo con emoción
que esos dones los mejoraste y se multiplicaron.*

-IV-

*Tu corazón sabe querer y perdonar
tu mirada sabe transmitir tu bondad
tus preciosos labios saben decir la verdad
y tu alma limpia me transmite tranquilidad.*

-V-

*Me levanto con muchas ganas de verte
me acuesto con más ganas de abrazarte
por eso, aunque algún día yo me muera
nunca podré dejar de amarte y recordarte.*

-VI-

*Tu inmenso corazón y el mío
se funden en un profundo abrazo
y nuestras almas los envidian
los imitan y siguen sus pasos.*

-VII-

*Nuestros besos saben a dulce miel
tus preciosos labios saben a caramelo
tus ojos acarician suavemente mi piel
y yo por ellos me entrego y me muero.*

-VIII-

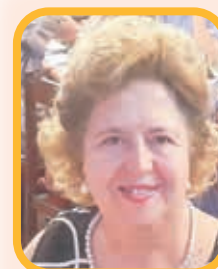
*El cielo y la tierra
se pueden juntar
siempre que tu amor
nunca me lo dejes de dar.*

-IX-

*El sol y las estrellas
se pueden apagar
pues con el brillo de tus ojos
yo me voy a conformar.*

-X-

*El reflejo de la luna
quiere dejar de brillar
pues envidia tu hermosura
y el amor que tú me das.*



**Ángeles
Martínez
Madrid**

ANDALUCÍA LLORA

Andalucía ha sido tocada

Por la varita de la mala suerte,

Van dos desgracias seguidas

Las que están sufriendo esta gente.

Gente buena y trabajadora

Dispuesta siempre a ayudar,

A todo el que lo necesita

En cualquier momento y en cualquier lugar.

Chocaron dos trenes en el mes de enero de 2026

46 personas murieron en la flor de sus vidas,

Son personas que han quedado en nuestros corazones

Personas que nunca se olvidan.

En el mes de febrero diluvio en Andalucía

Grazalema se lleva la peor parte,

Un pueblo que era afortunado por su abundantes lluvia

Ahora está a punto de derrumbarse.

Andalucía ahoga sus penas

Entre fandangos y bulerías,

Se renace como el ave Fénix

Es ternura, es respeto, es alegría.

Que la Virgen del Rocío

Y el Cristo del Gran Poder,

Hagan un milagro rápido

Para que deje de llover.

Que Andalucía recobre su ritmo

Y su gente recupere su fe,

Andalucía, bondadosa y solidaria

Contenta y alegre, te queremos ver.



**Paty Liñán
Moralzarzal
Madrid**

(poema del libro La
cuerda de los elementos)

COLUMPIOS ROTOS

*En el patio del colegio
solo quedan columpios rotos
desvanece todo juego.*

Y el cielo es una acuarela

que enmaraña el tiempo

en sonrisas de plata,

inertes besos de plomo

que esbozan en la cuna

de la niñez, olvidar,

que llueve sobre mojado

entre las fotografías

de una memoria que astilla

virtuosa el tobogán.

Cicatriz sobre el parque

yemas del tiempo sitibundas

llenas de sueños infantiles.



**Mari Carmen
Casares
Durcal**

MI PALOMA MENSAJERA

Mi paloma mensajera

olvidó tu dirección, la

envié por si te alcanzaba

más jamás a ti te encontró.

Mi paloma mensajera

nunca supo dar razón

de porqué a mí me olvidaste y me rompiste

el corazón.

Mi paloma mensajera

ella murió de pena y dolor,

por no saber de qué forma consolarme

y dame razón de tu amor.

Mi paloma mensajera

allá donde haya ido

nos estará esperando a los dos,

te dirá cuánto te quise

y todo lo que sufrí por amor.

Rincón Poético



**Victoria
Expósito Conde
Huétor Tajar
(Granada)**

A MIS AMIGAS

DEL ALMA

Tere, Nona, Mari Ángeles,
Carmen y Matilde, luz de mi ayer,
La infancia tejida en suave morada,
Un lazo que el tiempo no puede vencer.

Recuerdo en el barrio que juntas andamos,
Secretos contados bajo el sol ardiente,
Las risas tan buenas que aún recordamos,
Un eco dorado, promesa latente.

Mi corazón guarda aquel tiempo puro,
Cuando el mundo era un juego sin final,
Vuestro afecto firme, mi escudo seguro,
Un puerto sereno, un bien sin igual.

Hoy la distancia a veces nos separa,
Mas vibra en el alma vuestra presencia,
Una melodía que nunca se apaga,
Fiel testimonio de nuestra conciencia.

Y en el silencio donde el alma vuela,
Hay un espacio para quien ya no está,
Mi amiga soledad que en el cielo consuela,
Con el recuerdo de su dulce paz.

A vosotras ofrezco este verso sincero,
Con el cariño de niñas y el amor profundo,
Sois el tesoro que siempre venero,
La mejor parte de mi breve mundo.



**Manuel
Vélez González
Mislata - Valencia**

COPLA DEL AMOR IMBERBE

El incendio que todo lo calma
va rendido en el fondo del alma
a la llama de brava pasión.
Y la estela que deja el destino
es la lanza de agreste camino
que se clava en intensa lección.

Tiene tiñas la leve alborada,
mariposa de amor delicada
que faculta la incua fruición.
Tiene precio el ardor desbocado
en la brida de aligero estado
con que inicia la breve función.

Y en el pecio de fuego flotante
está el agua que cubre al instante
la soflama en su ruda elección.
Así necio el amor constituye
el escualo que todo lo engulle
bajo el palio de imberbe ilusión.



**Puri
Guzmán Guzmán
Montefrío (Granada)**

ANIVERSARIO DE BARI Y VÍCTOR

El día veintiséis de octubre
es un día muy especial,
para mi hermana querida,
pues cincuenta años lleva ya
junto al hombre de su vida.

Y por este motivo
nos reuniremos,
la familia y amigos,
y una gran fiesta
les celebraremos.

Anoche al acostarme
toda la vida la recordaba,
cuando empezaron de novios
y como al poco tiempo
casarse planeaban.

Mi hermana era seria y muy
formal,
lo contrario que el novio,
que era nervioso y muy jovial,
y como era alegre y simpático
a todo el mundo le cae genial.

Y llegó el día de la boda,
en casa de mis padres todo era
felicidad,
mis padres estaban orgullosos
y alguna lagrimilla
se les escapaba
al mirar a mi hermana
de novia y ver lo bonita que
estaba.

Y a recordar comenzaban
el día que llorando,
y pidiendo sitio
a este mundo llegabas.

Eras pequeña y muy bonita,
y cuando yo te miré,
y vi tu hermosa carita,
que me parecía una rosa pequeñita.

Fuiste una niña buena y tranquila
y con rapidez crecías,
y con el paso de los años
en una hermosa mujer te
convertías.

Pronto te sacaste un novio
y con él comenzaste a salir,
y como en todo congeniasteis
pronto hablasteis de boda,
y enseguida os casasteis.

Y el día de la boda muy pronto
llegaba
y tú, llena de ilusiones,
en tu cuarto arreglándote
esa mañana te encontrabas.

Mientras te estabas vistiendo,
que os guíe por buen camino,
con fe y devoción al Señor le
estabas
pidiendo.

Al verte vestida de novia
estabas radiante y feliz,
y tu cara era más hermosa
que la rosa y el jazmín.

Mis padres te contemplaban
lentos de orgullo y placer.
Era la primera que se casaba
y no querían perder una hija,
sino que un hijo ganaban.

Por eso fue un día lleno de
felicidad,
y hoy sus hijos, nietos, hermanas/os,
y familia, amigos y demás
para recordarlo lo vamos a
celebrar.

Con una fiesta que la familia
y amigos le vamos
a organizar,
esperando que no se enfade
y muy bien lo podamos pasar.

Su familia de Ibiza vendrá, y todos
los de aquí
también estarán.
Con amor e ilusión
haremos de este día
un momento muy especial.

Pero dándole vueltas
no paraba de pensar
que, como no querías
fiestas...
pues temo que te vayas a enfadar.

Nuestro único deseo
era hacerte muy feliz,
pero si te enfadas
lo pasaremos mal
y sentiremos tu sufrir.

Porque todos os deseamos que sean
muchísimos más años llenos de
felicidad,
y que cuando cumplan los sesenta
otra fiesta
nos puedan celebrar.

FELICIDADES
PURI



**Juan Jesús
Saldaña Viceira
Madrid**

AGUA PARA TI

Dame un poquito de agua
para poder lavar.
Tengo sed espantosa
dame agua de color rosa.

Ahora me quiero duchar
y el agua va a quemar.
Sin agua no puedo vivir
con este calor me quiero morir.

Agua para ti y para mí.
Agua para mí y para ti.

Agua para ti y para mí.
Agua para mí y para ti.

El agua me limpia hondo
ya no quiero tocar fondo.
Me quita las impurezas
y adelgaza a las obesas.

Mucha agua a beber
cinco palmos a crecer.
Con agua voy a regar
las macetas de Pilar.

Agua para ti y para mí.
Agua para mí y para ti.

Agua para ti y para mí.
Agua para mí y para ti.



**Paquita
Sayas Pastor
Palma de Mallorca**

TIEMPO DE PRIMERAS

COMUNIONES DESDE AHORA QUE SOY NIÑO

Oh Jesús del gran poder.
Yo quiero seguir tus pasos,
y quiero ser tu amigo
desde ahora que soy niño.
Yo siento mucha alegría
de recibirte en mi alma.
Yo quiero seguir tus pasos
porque Tú eres mi esperanza.
Todos debemos practicar,
las enseñanzas del cielo
y enseñar a los niños
para que sean muy buenos.
Oh Jesús que amas tanto
yo quiero seguir tus pasos,
y quiero ser tu amigo;
desde ahora que soy niño,
desde ahora que soy niño.

Cuando se tiene seda y cuando se necesita,
se ofrece lo que se precisa. Se seguirá dando hasta que todo quede terminado.
Haz esto y te sentirás mejor y tendrás el pleno amor de Dios.

Rincón Poético



**M. Carmen
Robledo Fores
Madrid**

LA VIDA

Qué me perdone la vida,
por todas las personas que me preocupé ayude,
y no supieron valorarme.
La vida es un largo camino, dónde eres alumno y maestro,
pero la vida me enseña cada día más.
La vida no cambia, la cambio yo,
en el momento que elijo, ver la vida de otra manera.
La vida se nos escapa, esperando tiempos mejores.
La vida te pone a prueba y te da la oportunidad para recapacitar.
Vivir no significa ganar siempre,
tus propósitos son otros en la vida,
hay un punto donde uno se cansa,
porque algunas personas te dan la espalda.
La vida me obliga a alejarme de esos momentos, que yo no elegí.
La vida me pone a prueba, pero nunca me rindo,
la vida no se detiene por nadie.
Yo no le pido mucho a la vida,
he vivido con intensidad el amor que tuve,
y di vida a mis hijos maravillosos.
Y la vida se va pasando volando,
pero la palabra vida se va quedando,
en cada instante de mi existencia.
La vida solo tiene un camino hacia delante,
nunca mires atrás,
porque lo que vivas hoy no lo tendrás mañana.
A la vida le pedí felicidad pero yo la tengo que buscar,
si eres capaz de creer en ti misma,
para ser más fuerte ningún día de tu vida puedes borrar.
La vida no tiene favoritos.



**José Antonio
Del Rio Garvi
Granada**

CAMINO

Nos volveremos a encontrar
en cualquier cruce de caminos
por donde un día pasamos,
donde una vez estuvimos .
Y hablaremos un rato
sobre todo lo sobrevenido,
de cómo es nuestra vida,
si es como dedujimos.
Y, así , caminando juntos ,
como tantas veces hicimos,
iremos recorriendo
las cortinas del destino,
e irán apareciendo escenas
que tú y yo compartimos
en nuestro paseo de tarde
todos los días, a las cinco.
Ay ! , qué corto era el camino
cuando hablábamos en silencio,
contemplando el fluir del agua
o el sublime canto de un jilguero .
Y así, tantos días, tantas veces,
encontrábamos algo nuevo
en nuestro camino de búsquedas
en nuestras preguntas sin tiempo .
Nos volveremos a encontrar,
amigo, ! cualquier día de éstos,
en el cruce que lo dejamos ,
donde descifrábamos sueños .



**Antonio
Gutiérrez Moreno
Lleida**

A LA MADRE ENFERMA

Cuando marché quedaste desolada,
mis espacios aquí eran pequeños,
me fui a buscar los mares de mis sueños,
de aquel vuelo aún recuerdo tu mirada.

Tú has sido la luz de mi destino,
al mirarme en tus ojos yo me digo,
a donde iré que no seas mi testigo,
siempre estuvo tu mano en mi camino.

Se han detenido mis alas sin fronteras,
ya estoy con tu amor nunca olvidado,
con mis besos te brindo primaveras
hoy junto a ti, como un enamorado.

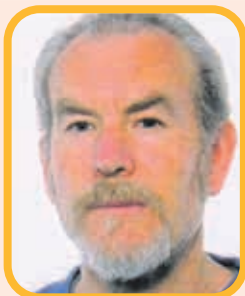
Borraré con caricias tus enojos,
te sentirás la madre más querida,
quiero ver en el brillo de tus ojos
que para ti no se acaba la vida.

Pero al coger tus manos sufro tanto,
la vida se te escapa día a día,
no quiero ni pensar en ese día
que me falte tu voz y tu encanto.

Te miro, te sonrío y hasta te canto,
te brindo una imagen de alegría,
y el corazón me llora, madre mía,
no quiero que tus ojos vean mi llanto.

Me diste la verdad pura y sencilla
y con tu amor me fui fortaleciendo,
hoy me llena el llanto la mejilla.

Me duele tu dolor, estoy sufriendo,
como terminará esta pesadilla,
algo dentro de mí se está muriendo.



**Antonio
Medina
Almuñécar (Granada)**

ME OCULTÉ EN LA SOLEDA

Me oculté en la soledad
fue una dura clausura
que yo me impuse a mí mismo;
mas, luego pensé de mí
...soy orgulloso...

pero no es verdad,
me juzgué mal,
la soledad es para mí
una condición necesaria,
para escribir mientras pienso.



**José
Fernández Avivar
Granada**

MI BIOGRAFÍA

Es mi tierra Andalucía
y en ella vi la luz primera
cierto día de primavera
a primera hora del día.

El idus de Marzo pasado
y la golondrina primera
voló veloz sobre la era
con el invierno acabado.

Diecinueve de Marzo nací
y empecé la vida nueva
viviendo en una cueva
pues troglodita yo fui.

Así empezó mi quimera,
Graena será mi principio
que forma un municipio
con Cortes y con Lopera.

Rincón Poético



**Francelina
Robin**
Villajoyosa (Alicante)

EL CRISTO DE LA BUENA MUERTE

*Málaga duerme mirando el mar brillar,
donde la vida cansada aprende a soñar.
El viento de la tarde comienza a llorar,
trayendo recuerdos que no volverán más.*

*La ciudad respira tristeza y sal,
entre la luz que muere al final del litoral.
El mar repite su lento caminar,
como alma perdida intentando llegar.*

*Gaviotas vuelan en el cielo azul y gris,
buscando el tiempo que la vida no dice.
Porque la existencia comienza a pesar,
cuando la muerte se acerca despacio al pasar.*

*Barcos distantes desean regresar,
cargando sueños que el tiempo llevó al mar.
La espuma blanca besa la roca fría,
recordando un pasado de otro día.*

*Málaga suspira bajo el horizonte,
donde la noche se acuesta más allá del monte.
El viento antiguo comienza a contar,
historias perdidas que sabe guardar.*

*La muerte camina sin prisa al llegar,
como descanso que aprende a esperar.
No trae ruido, ni grito, ni dolor,
solo silencio después del amor.*

*El puerto conserva nostalgia y sal,
recordando vidas que tuvieron final.
Cada ola que intenta morir al romper,
guarda un suspiro que vuelve a nacer.*

*Málaga guarda recuerdos en el mar,
nombres antiguos que el viento llevará.
Porque la vida también necesita dormir,
cuando el cansancio comienza a existir.*

*La noche abraza la ciudad al caer,
como un destino que aprende a partir.
El mar murmura con voz de pesar,
que hasta el hombre necesita descansar.*

*En el silencio azul del viejo litoral,
vive la historia del final natural.
Málaga llora mirando el mar,
porque la muerte también sabe amar.*



**Juana
Soto Baena**
Castellón de la Plana

SE ESTREMECE

*Se estremece furiosa Cumbre Vieja
abrió su vientre hinchado y el estruendo
dejó los corazones entre rejas
mientras ruge la fiera en sus adentros*

*Lenguas de llamas, montañas, cenizas
ríos de lava buscando la playa
deja a su paso la tierra abrasada
lucha por lograr que se salven vidas*

*El sufrimiento del cuerpo y la mente
con la esperanza en el firmamento
días interminables de agonía*

*Se ha dormido la fiera que rugía
que se pudra por siempre en el averno
y renazca la Palma con su gente.*



**Sandra Denise
Milhaud Trías**
Madrid

NO QUIERO TU

Dijo animosa la Luz:

"Sin el olor de una flor

Yo respiro más que amor.

Mucho es decir que te quiero,

Mucho es decir que no miento,

Mucho es verte llegar...

Mucho es soñarte en mi despertar...

¡Es que no quiero tu flor!

Yo sólo huelo ver llegar al amor."



**Antonio
González Váldez**
Dúrcal (Granada)

LA LUNA

*Como te lo diría yo
como haría que me entendieras
si hablando, las palabras no llegan
si los hechos son insuficientes
algo tengo que hacer, para que me quieras.
Pueden ser regalos, pueden ser promesas
puede ser yo mismo, lo que te apetezca
ser todo tuyo, todo lo que quieras
con esta fórmula podíamos seguir
todos los días que nos quedan.
Y si más me pides
alcanzar la Luna pudiera
no sería la de Valencia
si la de cascabelera
tan dulce como la miel.
Tan luna como lunera
la que nos mira sonriendo
esperando que me quieras.*



**Jesús
Martínez Martínez**
Caravaca de la Cruz
(Murcia)

AÚN

Aún quedará por aprender

de cada noche y cada verso.

Y volverá el abrazo

quizás vacío a mi costado:

no tendré fuerzas

para llenarlo...

Aún podrá la ilusión

o la esperanza regresar a lo real,

y volverá lo real

a caer sobre los sueños.

Aún despertará una gota de rocío

en la palma de alguna mano.

Todo estaba pasando...

Yo me detuve para verlo

pero quiso ir tan aprisa

y tan lejos

que ya no pude cogerlo.

Rincón Poético



**Rafael
Tejero Ibancos
(Dúo Andrógino)
La Taha (Granada)**

EL SABER COMÚN DE LOS PUEBLOS

*Escucha antes de hablar.
Busca acuerdos y consensos.
Contempla la proporción.
Haz tuyo el buen discurso.
No seas esclavo técnico.
Busca y asimila el legado.
Afirma el cuerpo y el espíritu.
Confía en el ser humano.
Participa del todo-uno.
Destínate al espíritu.
Sé de la amistad política.*



**Ana
Ortega Romanillos
Madrid**

UN INSTANTE DE LUZ

*Hay en la tarde un instante de luz
que me llama, que me hipnotiza.
Frecuento el silencio que rige
bajo el puente.
No me queda más que cautivar el instante
que trae nuevas luces a mi inspiración.

Hoy el fruto de la morera tiñe el suelo de dulzor.
Pasan pájaros en la tarde desvelando tu figura.
Y al fragor de la siesta duermen palomas.*



**Antonia
Barradas González
Madrid**

LA AMISTAD

*La amistad es ese gran don
que siempre nos llena de alegría el corazón
que nos regala esos momentos
que nos deja en nuestras vida
hondas huellas de recuerdos.
Tómala y úsala
haz con ella lo que quieras
pues es de material excelente
y de calidad extrema.*

*En los momentos bajos
siempre es útil
siempre gana a la tristeza
y cuando la necesitas
rauda acude a tu llamada.*

*Cuídala, y úsala
es tan desinteresada
que a poco que te des cuenta
la llevas siempre pegada.*

*Cosa abstracta es la amistad
casi es inapreciable
pues el valor que ella tiene
es del todo incalculable.*

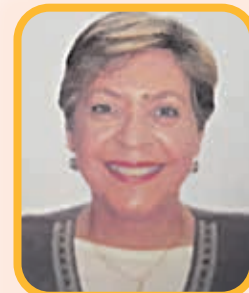
*Dónala y siéntete grande y dichosa
pues no hay mejor sentimiento
que compartir la AMISTAD*



**María
Blázquez González
Alcalá de Henares
Madrid**

RELOJ

*Reloj, tus manillas de cobre olvidado
ya no marcas horas,
detienes los minutos activos,
imparables,
de una existencia apátrida,
Tu tiempo caducó.*



**Hortensia
Rioja de Carlos
Palma de Mallorca**

ENSOÑACION

*¡ Que fácil es soñar, pero que hiriente !
si los sueños te invaden los sentidos
y te nublan la mente.*

*Soñé poder cambiar un mar en calma
por uno mas profundo y mas bravío
que hiciese despertar un día mi alma.*

*Trucar un campo yermo y dolorido
en prado verde cubierto de rocío
sentir temblar mi cuerpo, y no de frío
mientras lo dora un dulce sol de estío.*

*Soñé mirar a un cielo oscuro y nubló
y ver caer por miles las estrellas
y volverse mi cuerpo plateado
rodeado por ellas.*

*Y flotar mis pies en un abismo
mientras dibujo un mundo de colores
y abrazo el infinito.*

*Y el sueño se hizo luz, amigo mío
y conseguí volver un mar en calma
en otro mas bravío.*

*un campo yermo en prado floreado
cubierto de rocío.*

*Y mi cuerpo tembló, y no de frío
mientras cubrían mi yo diez mil estrellas
y flotando entre luces de colores
me unía al infinito junto a ellas.*

*y el sueño se hizo luz, se hizo sentido
al fundirse tu cuerpo con el mío.*

Rincón Poético



**A.P.G.S.G.M.
PICTORICO
ENVIDEN.
PRESIDENTA:
Clementa
Lopez Perez**

LOS OJOS DEL ALMA

*Desde los ojos del alma
yo te siento vida mía
en el espacio infinito
te busco de noche y día.*

*Quiero verte con mis ojos
escucharte con mis oídos
oler tu aroma de rosas
susurrándote al oído*

*Haz fusionar los anhelos
anhelos de mi razón
dando vida, a mi vida
tu mi pequeña flor.
tu mi pequeña flor,*

*De la vida, te, daría
de lo infinito, lo mejor,
para que tú recuerdes
el hechizo, de mi amor.*

*Y si al final de este sueño
juntos podemos soñar
tomados de la mano
felizmente pasear.*

*Haz fusionar los anhelos
anhelos del corazón.
dando vida a mi vida
tu mi pequeña flor
tu mi pequeña flor*

*Yo siempre te esperare
y con los ojos del alma
al final de este camino
esta Canción cantare.*



**David
Álvarez Sánchez
Salamanca**

TARDE PRIMAVERAL

*En esta tarde lluvia
primaveral,
en mi mente,
se me vienen
los recuerdos
de esta mujer maravillosa,
que aparece
en cada uno de mis sueños,
deseo ponerla cara ,
para susurrarle
al oído,
que la amo
desde el primer instante.*



**Gonzalo
Lozano Curado
Castelldefels
(Barcelona)**

ES ESTO AMOR...? O SOLO UN SUEÑO?

*Hay un amor que viene lentamente, sin previo aviso; pero cuando
agarra el alma, nosotros mismos no estamos seguros.*

*¿Es esto amor o solo un sueño? ¿Es esto amor lo que estoy
sintiendo... O estoy soñando.*

*Debería haber sabido mejor qué, dejarte ir sola, es en momentos
como estos, un no poder hacerlo por mi cuenta.*

*Días desperdiciados y noches de insomnio, y no puedo esperar a
verte de nuevo, encuentro que paso mi tiempo esperando tu llamada,
¿Cómo puedo decirte, nena? Mi espalda está contra la pared.*

*Te necesito a mi lado para decirme que está bien, porque no creo que
pueda soportar más... ¿Es esto amor lo que estoy sintiendo?*

*¿Es este el amor que he estado buscando? ¿Es esto amor o estoy
soñando?*

*Esto debe ser amor, porque realmente me tiene agarrado, en un
agárrame y no puedo detener el sentimiento, he sido así antes pero
contigo, he encontrado la llave para abrir cualquier puerta, puedo
sentir mi amor por ti creciendo más fuerte, día a día, y no puedo
esperar a verte de nuevo.*

*Así que puedo tenerte en mis brazos... ¿Es esto amor lo que estoy
sintiendo?*

*¿Es este el amor que he estado buscando? ¿Es esto amor o estoy
soñando?*

*Para el alma que ha esperado... y todavía espera ¿Es esto amor?...
Esto debe ser amor, porque realmente me tiene agarrado.*



Ángeles Martínez Martínez
Madrid

BAR RESTAURANTE (GULERIAS) CALLE PEDRO HEREDÍA N 1 MADRID - ESTA ENTREVISTA VA DEDICADA A DOS PERSONAS QUE HACEN MUCHO POR LA CULTURA, EN MADRID. DON LUIS FERNANDO RODRÍGUEZ Y MAYLA DE BARBEITO.

Quiero resaltar la labor tan interesante que hace este restaurante, regentado por don Luis Fernando Rodríguez Palencia, un colombiano que vino a España en el 2003 buscando una mejor vida de la que dejaba en su país.

Es pionero en esta modalidad, junta la gastronomía con la cultura, todos los meses expone cuadros de pintores, en su comedor donde los clientes a la vez que comen pueden ver las paredes adornadas con una variedad de lienzos dignos de competir con los pintores consagrados. Siendo renovados cada mes por otros diferentes, todo lo hace de manera altruista, por el bien de la cultura.

No solo queda en los cuadros, también una vez al mes junto con la ASOCIACIÓN DE ARTISTAS, CREADORES Y ESCRITORES DE MADRID, su director don Mario Jimeno y presidido por doña Mayla de Barbeito, celebran una vez al mes una cena sociocultural y benéfica, donde se premia a poetas, pintores y personas con dones humanitarias que han sido destacadas por algún acto solidario.

En estas cenas se crea un ambiente socio cultural y una camaradería de amistad donde son tan importantes los premiados como los asistentes.

***LE PREGUNTO A FERNANDO ¿COMO EMPEZÓ ESTA MODALIDAD?**

No recuerdo bien creo que hace 8 o 10 años me vino Mayla al restaurante y me propuso hacer estas cenas una vez al mes y me pareció una buena idea fusionar la comida con la cultura y desde entonces aquí estamos.

¿HE PODIDO COMPROBAR QUE ES UN PRECIO ASEQUIBLE PARA SER UNA CENA?

Si hago todo lo posible para que así sea, le dejo el menú del día igual de precio para la noche y claro está esa noche es en exclusiva para este evento, mis clientes no tienen acceso a él, les sirvo en el bar y eso también hay que tenerlo en cuenta.

¿SIEMPRE SE DICE QUE EL TRABAJO DE LA HOSTELERÍA ES MUY SACRIFICADO?

Es muy cierto, como yo suelo decir (yo trabajo, cuando los demás se divierten) si, hay que tener mucha profesionalidad, porque es un trabajo al público y hay que poner buena cara y ser muy amables, bueno, como en muchos trabajos más, como todos los que están relacionados con cara al público.

¿Y EL PÚBLICO ES AMABLE CON LOS CAMAREROS?

Hay de todo, personas que son agradecidas y valoran el trabajo, te agradecen cada gesto que tienes con ellos y los hay que piden la comida con exigencia y protestan por todo, pero de esos hay menos.

¿LA ECONOMÍA COMO VA EN ESTE SECTOR?

Yo puedo hablar de cómo me va a mí, habrá de todo porque esto es el día a día, hoy sabes la clientela que tienes pero mañana no, depende de muchos motivos, si hace buen tiempo o malo, si hay puentes y días festivos, si hay vacaciones y no hablemos de cuando la pandemia aún me estoy recuperando de los gastos, sin ganancias de aquella época, hay que pagar seguros sociales a los trabajadores, tengo 14 en plantilla y la verdad voy saliendo como puedo y haciendo muchos números, la materia prima sube cada día, las verduras la fruta, la carne, todo cuesta mucho y la carta tiene el precio fijo por mucho tiempo, pero esto es lo que he elegido y tengo que seguir para adelante como sea.

¿EL RESTAURANTE ESTÁ EN UN BUEN LUGAR DE MADRID?

Si clientela no me falta, está cerca de la plaza de Manuel Becerra, de la plaza de los toros, enfrente de los bomberos, la verdad es un sitio estupendo.

YO, PUEDO ASEGURAR, YA QUE HE VENIDO CASI DESDE EL PRINCIPIO

QUE ESTE LUGAR ES MUY AMPLIO, COMODO, ECONOMIO, COMIDA CASERA Y ABUNDANTE Y EL TRATO DEL PERSONAL, ES MUY CORRECTO Y AMABLE.

***MI PREGUNTA SIGUIENTE ES PARA MAYLA ¿PORQUE ELEGISTES ESTE LUGAR?**

Elegí este lugar, porque reúne todo cuanto has dicho tú anteriormente, es muy céntrico para que la gente pueda venir a las cenas en transporte público, me gustó mucho el trato que tienen con la clientela, también me pone el menú de las cenas a un precio excepcionalmente económico.

¿Cuál ES TU MISIÓN EN ESTOS ACTOS CULTURALES?

Mi misión es de ayudar a realizar estos eventos y además llevar



una pequeña contribución para lugares pobres a través de un sorteo de regalos que algunas personas donan para la ocasión.

¿HAN PASADO MUCHAS PERSONAS CONOCIDAS POR AQUÍ VERDAD?

Así es, a lo largo de estos años hemos dado muchos premios y reconocimientos a personas destacadas en muchos ámbitos de la sociedad, por ejemplo, se le dio al Duque don Adolfo Suárez, a militares, a embajadores extranjeros, a médicos, a policías, cantantes, pintores, poetas, músicos y muchas personas que han sido destacadas en alguna labor humanitaria, la labor de la asociación es ayudar a todos a seguir adelante y darles un reconocimiento por lo ya acontecido.

Yo que soy invitada de honor puedo asegurar que es una labor sociocultural muy interesante, me pierdo pocas cenas, siempre que puedo colaboro llevando a personas para que las premien y sobre todo acompañantes que son los mas interesantes para colaborar con la cena y los gastos que conllevan los premios, pero es una

ocasión para vernos con personas conocidas que si no fuese por esto no tenemos acceso a vernos, son unas reuniones llenas de cultura y camaradería de las que no deben perderse.

Solo me resta agradecerle a Luis Fernando Rodríguez a Mayla de Barbeito y a don Mario Jimeno, en nombre del PERIÓDICO SOCIOCULTURAL GRANADA COSTA, que da la oportunidad a que se publique esta entrevista, y En el mío propio muchas gracias. Ángeles Martínez.



La relación de Fali con el Proyecto Global de Cultura Granada Costa es profunda y prolongada. Desde su fundación, ha sido uno de sus pilares humanos y literarios, participando en recitales, presentaciones de libros, exposiciones y conciertos.

Un episodio especialmente recordado fue su implicación en las primeras 24 horas ininterrumpidas de poesía organizadas en 2015. Aunque algunos consideraban que la idea era una locura y que fracasaría, Fali fue de los primeros en ofrecer su apoyo. Junto a su amiga, la cantante Inmaculada Rejón, estuvo presente durante toda la jornada, asegurando que nunca faltara una voz poética en la retransmisión en directo. Su compromiso y resistencia se convirtieron en símbolo del espíritu de aquel evento, que hoy es un referente en la programación cultural del proyecto.

OBRA POÉTICA: ESCRITOS SIN PRETENSIÓN

Rafael Rodríguez Palma ha reunido en diversos poemarios una producción literaria marcada por la sinceridad. Su libro **Escritos poéticos sin pretensiones** es un compendio de sentimientos que oscilan entre lo íntimo y lo colectivo. No busca deslumbrar con artificios literarios, sino acompañar al lector en sus emociones.

En sus páginas encontramos piezas que van de lo sensual a lo melancólico: poemas como *Tu despedida* o *Gran dolor* transmiten la crudeza de la pérdida; otros como *Deseo* o *Atácame* muestran la faceta apasionada del autor; mientras que *A la mejor estrella*—dedicado a Estrella Morente—o los poemas para sus nietas Manuela y Lola, reflejan su capacidad para convertir el afecto en belleza.

Además de la temática amorosa, sus versos recuperan recuerdos de juventud, como en *Recordad vivencia* o *Llegué llorando*, en los que la nostalgia se convierte en refugio y celebración de lo vivido. La sencillez de su lenguaje hace que sus poemas lleguen con facilidad al corazón del lector.

DISTINCIONES Y RECONOCIMIENTOS

La trayectoria de Fali ha sido reconocida en numerosas ocasiones. Durante más de dos décadas ha sido presencia habitual en el **Rincón Poético**, espacio de Granada Costa donde se publican sus poemas.

En 2019 fue nombrado

Académico de Honor de la Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras Granada Costa, en reconocimiento a su compromiso cultural. En 2021, durante la **Pirámide Cultural**, recibió el título de **Juglar de Granada Costa** por su labor poética y su estilo de declamación.

En 2022 se le concedió el **Premio Humanidades de la Cultura**, que distingue trayectorias de altura en el mundo de la poesía. Y en 2025 recibió la **Estrella de Oro Miguel de Cervantes**, distinción que lo acredita como una de las voces fundamentales en el proyecto editorial *Huella Universal Miguel de Cervantes*.

De cara a 2026, ha sido propuesto como candidato al **Premio Ecos de las Leyendas**, galardón que se entregará en la Costa Tropical de Granada, reconociendo así su papel en la difusión del patrimonio literario y cultural.

UNA VIDA DE AMISTAD Y COMUNIDAD

Fali no es solo poeta: es amigo, confidente, compañero de proyectos. Muchos lo recuerdan por su voz aterciopelada, su cortesía y su buen humor. Es habitual encontrarlo en presentaciones de libros, recitales y encuentros culturales, siempre con disposición a sumar.

Sus poemas no solo hablan de amor conyugal o familiar, sino también de la amistad. Dedicó versos a compañeros del Proyecto, como Inmaculada Rejón, con quien comparte escenario en numerosas ocasiones. Esta entrega a los demás es parte esencial de su personalidad: no hay egoísmo en su poesía, sino apertura y generosidad.

EL LEGADO FAMILIAR

En su vida personal, Rafael ha encontrado en su familia su mayor orgullo. Dedicó su obra a sus dos nietas, Lola y Manuela, a quienes convierte en protagonistas de poemas llenos de ternura. También rinde homenaje a su madre y, por supuesto, a su esposa Conchi, quien ha sido su compañera de vida y su inspiración.

Su poesía, por tanto, no es un ejercicio literario aislado: es parte de la memoria familiar, un archivo sentimental que quedará como herencia para las generaciones futuras.

EPÍLOGO

Hablar de Rafael Rodríguez Palma es hablar de alguien que ha hecho de la poesía su manera de vivir. No se considera poeta en el

sentido académico, pero su obra demuestra lo contrario: hay en sus versos una hondura emocional y una autenticidad que muchos autores premiados envidiarían.

Fali escribe para recordar que el amor es el centro de la vida y que la cultura es un bien que se defiende con actos concretos: asistiendo a un recital, apoyando un proyecto, sosteniendo una jornada de 24 horas de poesía. Su figura representa la de un hombre que, sin renunciar a la sencillez, ha elevado el valor de la palabra y de la amistad.

Granada Costa lo honra porque en él se conjugan tres virtudes raras: coherencia, sensibilidad y constancia. Coherencia para mantener su voz personal sin caer en modas; sensibilidad para transmitir emoción con un lenguaje limpio y directo; y constancia para estar siempre presente allí donde la cultura lo llama.

Su biografía es también un homenaje a todos aquellos que, sin buscar la fama, sostienen el tejido cultural de una comunidad. Con su poesía, Fali nos recuerda que cada verso es un acto de amor, que la memoria es un refugio y que la vida, por dura que sea, siempre tiene un espacio para la belleza.

Su nombre ya está inscrito en la historia literaria de Granada Costa, pero más allá de títulos y premios, su verdadero legado está en el eco de sus poemas en quienes lo escuchan. Porque en Fali, la poesía no es un ejercicio de estilo, sino un testimonio de vida.



Fali junto a su mujer Conchi





José Segura Haro
Presidente del Proyecto de
Cultura Granada Costa

RAFAEL RODRÍGUEZ PALMA (FALI) POETA DE LA VIDA Y DEL AMOR

Rafael Rodríguez Palma, cariñosamente conocido como Fali, vino al mundo en los años cuarenta en el histórico barrio granadino del Realejo, bajo el signo de Aries. Desde pequeño demostró un carácter sensible y soñador, aunque su primer intento de acercarse al arte tuvo un desenlace inesperado: ingresó en la escolanía de la Virgen de las Angustias, pero apenas una semana después el director consideró que su voz no era la más adecuada y lo despidió. La familia, que incluso le había confeccionado un babero especial para las actuaciones, recibió la noticia con pesar. Sin embargo, aquella puerta cerrada en la música sería el inicio de otra más duradera: la de la poesía.

Su formación escolar transcurrió en las Mercedarias, las Escuelas Pías de Granada y posteriormente en el instituto Padre Suárez, centros en los que comenzó a forjar su carácter inquieto y observador. Aunque en esos años aún no se consideraba poeta, la sensibilidad que más tarde impregnaría su obra estaba ya latente.

EL AMOR COMO INSPIRACIÓN

Por los años veinte de su vida, Rafael conoció a la que sería su gran compañera de camino: Conchi. De ese encuentro nació una historia de amor que ha perdurado pasando más de cinco décadas y sigue siendo su mayor fuente de inspiración. Los primeros versos que escribió fueron para ella, aunque entonces —como él mismo confiesa con humor— nadie los aplaudía. Con

el tiempo, Conchi se convirtió en su musa constante y en el faro emocional de su poesía.

La relación de Fali con el amor es total: en su vida y en su obra, el amor aparece como motor, guía y sentido. Sus poemas están impregnados de ternura, deseo y gratitud. Escribe sobre la pareja, la familia, la amistad y la vida misma, siempre con un lenguaje directo, sin artificios. Esta autenticidad es la que convierte su poesía en un espejo de emociones universales.

DE POETA ÍNTIMO A JUGLAR PÚBLICO

Fali no buscó nunca la literatura como vía de prestigio ni reconocimiento, sino como forma de expresión personal. Sin embargo, su cercanía, su voz cálida y su compromiso cultural lo llevaron inevitablemente al escenario público. Con el tiempo, se convirtió en un participante habitual de recitales y encuentros literarios, especialmente en el marco del Proyecto Global de Cultura Granada Costa, del que es socio fundador.

Su presencia en actos culturales es constante: siempre con su inseparable carpeta de poemas bajo el brazo, dispuesto a compartir sus versos cuando se le solicita. Esta generosidad ha hecho que sea una figura querida y respetada en la comunidad literaria granadina. No solo declama, sino que anima a otros a escribir, a leer y a mantener viva la llama de la cultura.

EL PROYECTO GRANADA COSTA Y LAS 24 HORAS DE POESÍA



Granada Costa

www.grnadacostanacional.es

958 62 64 73

redaccion@granadacostanacional.es



Granada Costa. Todos los derechos reservados. Prohibida toda reproducción a los efectos del artículo 32.1, párrafo segundo, LPI. Esta publicación no puede ser reproducida, ni en todo ni en parte, ni registrada en, o transcurrida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia, o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito de la Editorial.

ISSN 1886-8584



9 771886 858009