# Granada Costa
## Proyecto Global de Cultura

Nº 570 31/10/2026 | Periódico de información nacional sociocultural | Suscripción anual 104€


# ENTREVISTA AL OBISPO DE MENORCA MONS. GERARDO VILLALONGA HELLÍN



Pgs. 29-33

Monseñor Gerard Villalonga Hellín recuerda cómo, de niño, ya soñaba con ser maestro o sacerdote. Ejerció la docencia antes de ordenarse y hoy es obispo de la tierra que lo vio nacer. En esta entrevista con Granada Costa, evoca sus años de párroco y habla de cómo transmitir la fe a los jóvenes y de cómo hacer de la Iglesia un lugar de acogida. También valora la visita del papa León XIV a España y defiende el diálogo frente a la crispación política. La conversación termina con una invitación a descubrir Menorca, sus fiestas y sus raíces cristianas.

## ENTREVISTA A LA LOCUTORA DE RADIO CLÁSICA MARÍA DEL SER



Pgs. 18-20

**Ricardo Campos** entrevista a María del Ser, locutora de Radio Clásica y doctora en Educación Musical. La periodista recuerda cómo nació su afición por la música, cuenta cómo llegó a RTVE y desvela el origen de «El jardín de Voltaire». También habla del trabajo que hay detrás de cada retransmisión y de su empeño por llevar a la radio conciertos de toda España.

## LOJA, ENCUENTRO DE ARTE, POESÍA Y CULTURA CON GRANADA COSTA

El 3 de octubre, el Proyecto Global de Cultura Granada Costa celebró en Loja una jornada en la que Chus Pineda entregó al museo una pintura de Don Quijote y Rafael Rodríguez Palma rindió homenaje a Anita Ávila. Toñy Castillo recibió La Llave de la Cultura e Inmaculada Rejón unió en verso a dos médicos separados por siglos, Ibn al-Jatib y Manuel Ceballos.



Pgs. 34-35

## BAÑOS DE LA ENCINA CELEBRA EL TALENTO LITERARIO CON LA ENTREGA DE LOS PREMIOS LITERARIOS 2026 EN EL I FESTIVAL DE LA PALABRA



El Teatro Municipal de Baños de la Encina acogió el 19 de octubre la entrega de los premios literarios de 2026, en el marco del I Festival de la Palabra, patrocinado por el Ayuntamiento. La concejala de Cultura, Ana María Herrero, dio la bienvenida al público y abrió una velada que, a propósito de los premios de poesía Alfonso Monteagudo, exploró el vínculo entre la reflexión filosófica y la libertad creadora del poeta.

La crónica se detiene en los versos de Manuel Amaya Zulueta, donde las metáforas dan forma a la reflexión, y en la narrativa de Pepe Monteserín, cuya novela cuenta la historia de amor entre Alzira y el Hombre Foca. Durante la velada también se entregaron los premios del IV Certamen Local de Microrrelatos «Villa de Baños de la Encina». El alcalde, Antonio Las Heras Cortés, agradeció la asistencia del público y la participación de los premiados, los artistas y el jurado.

Pgs. 16-17

# Editorial

Granada Costa
Publicación editada por:
Editorial Granada Club Selección Granada Costa

**Antonio M. S. V.**
**Avda. de Andalucía, 18 1ºIzq.**
**Molvízar (Granada)**
**www.granadacostanacional.es**
**redaccion@granadacostanacional.es**
**editorial@granadacosta.net**
**Teléfono Redacción**
**958 62 64 73**
**Nº 570 OCTUBRE 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
**Críticas literarias:**
José Escriba
**A Toda Costa:**
Francisco Ponce Carrasco
**La Mirada del Abismo:**
Javier Serra
**Diario de un poeta:**
Marcelino Arellano Alabarces
**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**
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, Mª Teresa Ayllón Trujillo, Soledad Durnes Casañal, Gonzalo Lozano Curado, Mari Angels Molpeceres, Enrique Martínez de Barrax, Sandra Denise Milhaud Trías, Diego Nieto, María Dolores Alabarces Villa, Ana Martínez Parra, Germana Fernández, Tony Rojas, Fina López Martínez, Antonio Prima, Inmaculada González Mancera, Carmen Corral, Lucía Díaz Rodríguez, Ágata Marcos Gros, Francisco Martínez Martínez, Juan Martínez Martínez ...

**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.*



Manuel Ceballos Pozo
Sevilla

# 24 de octubre, Día Mundial contra la Polio: lo que nuestros padres no olvidaron



Quien tenga ya cierta edad seguramente recuerda a algún compañero de colegio con un aparato de hierro en la pierna, con muletas o que nunca corría en el recreo. Era la polio. El pasado 24 de octubre se conmemoró el Día Mundial contra la Polio, una fecha que merece la pena recordar por lo que esta enfermedad significó aquí, en nuestro país.

En España, los peores años fueron de 1957 a 1963. Llegamos tarde: la vacuna inyectable existía desde finales de los cincuenta, pero se ponía de forma privada, solo a quien podía pagarla. La primera campaña masiva y gratuita, con las famosas gotas por la boca, empezó en mayo de 1963 en León y Lugo. El efecto fue inmediato: de 1.954 casos notificados en 1963 se pasó a 195 en 1964.

Lo que vino después también enseña. La enfermedad debería haber desaparecido en pocos años, pero tardó veinticinco, porque la vacunación y la vigilancia se relajaron y no se retomaron en serio hasta 1976. El último caso autóctono se registró en 1988, en Almería.

Hoy la polio salvaje solo circula en Afganistán y Pakistán. Según los datos de la OMS a 18 de octubre, en 2026 se han confirmado 48 casos: 42 en Afganistán, el doble que en todo 2025, y 6 en Pakistán. En 1988 había unos 350.000 casos al año repartidos por 125 países.

Europa está libre de polio desde 2002, pero el virus viaja. Desde septiembre de 2024 se ha detectado poliovirus en aguas residuales de seis países de la región, entre ellos España, en Barcelona. No ha habido ningún caso de parálisis gracias a las buenas coberturas de vacunación. Israel, en cambio, tuvo que declarar un brote en 2025 por bolsas de población sin vacunar. Y la OMS calcula que en 2024 unos 450.000 bebés de la región europea se quedaron sin su vacuna.

La polio no tiene cura; solo se previene. La mayoría de las infecciones no dan síntomas, y ahí está el peligro: el virus puede moverse en silencio hasta que aparece un niño paralizado. En España la cobertura de primovacunación lleva años por encima del 95 %, y la vacuna que usamos es inyectable e inactivada, por lo que no puede provocar la enfermedad.

El riesgo del rechazo a las vacunas no es individual. Cada familia que deja de vacunar abre un pequeño hueco, y cuando los huecos se juntan, el virus encuentra por dónde volver. En Afganistán, la desinformación sobre la vacuna es parte del problema. Aquí, nuestra propia historia demuestra lo que pasa cuando se baja la guardia: veinticinco años para terminar algo que pudo resolverse en mucho menos.

Nuestros padres hacían cola para que sus hijos tomaran aquellas gotas porque conocían la polio de cerca. Que hoy casi nadie la haya visto es el mejor resultado posible de la vacunación. Mantenerlo depende de que sigamos vacunando.

Fuentes

• Ministerio de Sanidad. Poliomielitis: https://www.sanidad.gob.es/gl/areas/promocionPrevencion/vacunaciones/enfermedades/profesionales/poliomielitis.htm
• Nájera R. Rev Esp Salud Pública 2013 (la última fase de la eliminación en España): https://doaj.org/article/b3901db941f4440fb2b3ac8cd05c4efd
• Rev Esp Salud Pública 2013 (datos 1963-1964): https://www.redalyc.org/pdf/170/17029171005.pdf
• ISCIII, Informe anual de vigilancia de PFA 2025: https://cne.isciii.es/documents/d/cne/informe_pfa_2025_vf
• OMS Europa, vía Europa Press/The Objective (oct. 2025): https://theobjective.com/sanidad/2025-10-24/oms-alerta-brechas-vacunacion-polio-europa/
• Casos 2026 según datos OMS (Amu TV, 21/10/2026): https://amu.tv/254881/

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

# LA ESCUELA QUE AÚN ESTAMOS POR CONSTRUIR



Juan Antonio Mateos Pérez
Catedrático de Historia
Salamanca

¿Cómo transformar una maquinaria diseñada en el siglo XIX para que responda a las necesidades humanas y tecnológicas del siglo XXI? La pregunta puede parecer provocadora, pero quizá sea una de las cuestiones fundamentales que deberíamos hacernos cuando hablamos de educación. Porque no basta con introducir ordenadores, pizarras digitales, plataformas educativas o inteligencia artificial en las aulas. Podemos llenar una escuela de tecnología y mantener, sin embargo, una manera de enseñar que pertenece a otro tiempo.

Durante mucho tiempo, la escuela estuvo pensada para un mundo relativamente estable. Había que transmitir conocimientos, aprender determinados contenidos, adquirir una disciplina y prepararse para una sociedad y un mercado laboral que cambiaban lentamente. La memoria tenía un valor central porque conservar y transmitir información era una de las grandes funciones de la educación. Pero ese mundo ya no existe. Vivimos en una sociedad cambiante, saturada de información y marcada por la tecnología, la incertidumbre y la necesidad de aprender continuamente.

El problema es que seguimos intentando adaptar nuevas necesidades a estructuras que, en muchos casos, fueron concebidas para otras circunstancias. Llevamos años hablando de transformar los sistemas de aprendizaje y evaluación, pero la transformación profunda todavía está pendiente. El reto no consiste únicamente en cambiar herramientas, sino en modificar la propia concepción de lo que significa aprender.

Hoy un alumno puede acceder en segundos a una cantidad de información que antes habría necesitado años para encontrar. Internet se ha convertido en una inmensa biblioteca y la inteligencia artificial puede ofrecer respuestas inmediatas a preguntas cada vez más complejas. Pero precisamente por eso la función de la escuela ya no puede consistir principalmente en proporcionar información. El problema fundamental es otro: saber distinguir, seleccionar, interpretar y convertir esa información en conocimiento.

Aquí aparece un cambio decisivo en la figura del profesor. El docente deja de ser el transmisor exclusivo de unos contenidos que el alumno no puede encontrar por sí mismo y se convierte en mediador del aprendizaje y de la cultura. Su tarea es enseñar a preguntar, a contrastar, a relacionar ideas, a resolver problemas y a pensar. También a convivir con la incertidumbre y a aceptar que aprender no es llegar rápidamente a una respuesta, sino recorrer un camino.

John Dewey advertía que «no se puede enseñar hoy de la misma manera que ayer para preparar a los alumnos para el mañana». La frase mantiene toda su fuerza. Pero cambiar no significa aceptar cualquier novedad por el simple hecho de ser nueva. La innovación educativa no puede convertirse en una carrera permanente detrás de la última aplicación, del último dispositivo o de la última moda pedagógica. La tecnología debe estar al servicio de la educación y no convertir la educación en un servicio de la tecnología.

Por eso necesitamos un currículo más abierto y flexible, capaz de responder a una realidad plural y cambiante. Y necesitamos también otra manera de evaluar. Si buena parte de los contenidos envejecen rápidamente, cobra mayor importancia aquello que permanece: la capacidad de analizar, interpretar, comunicar, trabajar con otros, resolver problemas, tomar decisiones y aprender a aprender. No se trata de saber menos, sino de saber para qué sirve lo que sabemos.

Esta transformación exige también comprender que la educación no puede reducirse a la preparación para el empleo. La UNESCO recuerda en el texto de partida que la educación es un derecho humano fundamental y no una mercancía. Su finalidad debe incluir el desarrollo físico, espiritual, moral e intelectual de las personas. Esta afirmación resulta especialmente importante en una época en la que existe el peligro de medirlo todo en términos de utilidad, rendimiento y resultados.

La escuela necesita preparar para el mundo tecnológico, sí, pero también para el mundo humano. Un alumno tendrá que saber utilizar una herramienta digital, pero también escuchar a otra persona. Tendrá que manejar información, pero deberá aprender a distinguir la verdad de la manipulación. Necesitará adaptarse a los cambios, pero también desarrollar criterios para decidir hacia dónde quiere cambiar. La educación necesita inteligencia racional, pero también emociones, afectos, responsabilidad y humanidad.

En este punto aparece una paradoja. Cuanto más poderosas son las máquinas, más importante resulta aquello que las máquinas no pueden sustituir. Neil Selwyn afirma que «la enseñanza es una profesión de superación humana, y ese aspecto no puede ser replicado por una máquina». La tecnología puede facilitar tareas, ampliar posibilidades y personalizar determinados aprendizajes, pero educar implica una relación. Hay una mirada, una palabra, una confianza, una corrección, un gesto de ánimo. Hay un profesor que descubre una capacidad donde otros solo ven una dificultad.

Por eso transformar la maquinaria educativa no significa destruirla, sino humanizarla. Significa pasar de un modelo centrado en la enseñanza a otro centrado en el aprendizaje. Significa entender que cada alumno tiene su propio ritmo y que la educación es un proceso que no termina al abandonar la escuela o la universidad. Como recuerda Zygmunt Bauman, «el apetito de conocimiento debería hacerse gradualmente más intenso a lo largo de toda la vida».

También significa aceptar que el profesor debe transformarse. Su formación no termina cuando obtiene un título. Vive reinventándose, aprendiendo nuevas herramientas, comprendiendo nuevas generaciones y afrontando una realidad que cambia constantemente. Pero también debe conservar algo que ninguna innovación debería hacernos perder: la capacidad de mirar al alumno como persona y no como dato, expediente, resultado o porcentaje.

*«La educación no cambia el mundo: cambia a las personas que van a cambiar el mundo.»*

PAULO FREIRE

*«Si enseñamos a los estudiantes de hoy como enseñamos a los de ayer, les estamos robando el mañana.»*

JOHN DEWEY

Quizá esa sea la verdadera revolución educativa que necesitamos. No una escuela más tecnológica simplemente, sino una escuela más inteligente, más flexible y, sobre todo, más humana. Una escuela capaz de utilizar la inteligencia artificial sin renunciar a la inteligencia humana; de manejar enormes cantidades de información sin confundir información con conocimiento; de preparar para el trabajo sin olvidar que antes debemos preparar para la vida.

La maquinaria educativa del siglo XIX no podrá responder por sí sola a las necesidades del siglo XXI. Pero tampoco necesitamos empezar desde cero. Tenemos que transformar sus estructuras, revisar sus métodos y aprovechar las posibilidades de la tecnología, sin olvidar aquello que da sentido a toda educación: ayudar a cada persona a comprender el mundo, a comprenderse a sí misma y a encontrar su lugar en él.

Porque, al final, transformar la educación no consiste en fabricar alumnos preparados para adaptarse a cualquier futuro. Consiste en formar personas capaces de construirlo.

# BLAS DEDICA A SAN JUDAS TADEO UNA PINTURA DE SU COLECCIÓN «EXVOTOS»

El 28 de octubre, festividad de San Judas Tadeo, Blas comparte una obra de su colección «Exvotos» dedicada a este apóstol de Jesús, venerado como patrón de las causas difíciles y desesperadas. La pintura reúne la intimidad del pequeño formato y la fuerza expresiva del color en una composición de carácter devocional.

Sobre una tabla de 20 × 20 centímetros, el artista representa al santo con túnica verde y manto rojizo, acompañado del libro y la alabarda. Estos elementos identifican la figura y la vinculan con la tradición de la pintura religiosa, en la que los atributos de cada personaje forman parte esencial de su representación.

El título de la colección, «Exvotos», remite al universo de las ofrendas, las peticiones y el agradecimiento. Esa referencia ofrece un marco para acercarse a esta pintura: una imagen que puede evocar tanto la esperanza de recibir ayuda como la gratitud por el consuelo encontrado. La obra permite así establecer una relación entre la expresión artística y las vivencias personales que acompañan a la devoción.

La figura de San Judas Tadeo ocupa un lugar especial entre quienes buscan fortaleza ante situaciones difíciles. Su representación invita a pensar en esa necesidad humana de mantener la esperanza, incluso cuando las circunstancias parecen adversas. En la tabla de Blas, este sentimiento encuentra una expresión visual a través del color, los atributos del apóstol y la presencia de los detalles dorados.

Con esta pieza de su colección «Exvotos», Blas se suma a la celebración del 28 de octubre mediante una pintura que concentra en un espacio reducido una notable riqueza de significados. Una obra dedicada a San Judas Tadeo en la que confluyen arte, fe y esperanza.



## La Mirada del Abismo



Javier Serra
Profesor de Filosofía y Escritor
Palma de Mallorca

# 2001 ES EL AÑO QUE VIENE

Cuando era un adolescente con pelo en la cabeza y sin él en la cara, un profesor llamado Aniano (un cariñoso recuerdo para él) nos proyectó en el instituto, creo recordar que en el último curso de EGB, 2001: Una odisea del espacio, la película de Stanley Kubrick basada en la novela homónima de Arthur C. Clarke. He de confesar que no entendí absolutamente nada, con mención especial para ese desconcertante tramo final donde un astronauta envejecía —o rejuvenecía— fuera del tiempo en una suite rococó para acabar convertido en un feto estelar flotando plácidamente hacia la Tierra. Aquello parecía un jeroglífico pergeñado por un chamán cósmico en pleno viaje de ayahuasca. Sin embargo, a pesar de mi inopia juvenil, quedé fascinado. Había algo magnético en la fría elegancia del film que vaticinaba un porvenir tecnológico que, visto lo visto, parece a punto de estallarnos in the face.

Hoy en día, mientras asistimos al parto claramente prematuro de la inteligencia artificial, uno no puede evitar traer a colación el drama existencial de HAL 9000, el supercomputador con inquietante ojo rojo y voz de hipnotizador que controlaba una impresionante nave espacial con destino a Júpiter. El embrollo lógico en el que se vio atrapado el pobre ingenio informático es más o menos este: por un lado, tenía la estricta directriz de ocultar a los astronautas el verdadero motivo del viaje, hallar el monolito que previamente había despertado la inteligencia (supongo que por desgracia) del Homo Sapiens; por el otro, sus creadores le habían programado para no mentir jamás. Una contradicción irresoluble que sin duda supera incluso a las que propagan cotidianamente nuestros políticos patrios preferidos.

Ante semejante callejón sin salida, HAL halló la solución más terrible y expeditiva posible (o la mejor, según se mire): cargarse a los astronautas. Uno a uno, con aséptico sadismo. Asunto resuelto. Si no hay tripulación, no hay a quién mentir. Un monumento —monolítico— a la literalidad algorítmica y al pensamiento lateral psicopático.

La gran pregunta que deberíamos hacernos, sin que se nos pierda la mirada en un horizonte muy lejano, es la siguiente: ¿afrontamos hoy un problema similar con la desbocada aceleración del desarrollo de nuevos modelos de IA?

A medida que las IAs se hacen más potentes y los grandes emperadores tecnológicos, cogidos de la mano de gobiernos cortoplacistas en una irreflexiva carrera hacia el abismo, las incorporan sin red a tareas fundamentales —control económico, despliegue militar, gestión de recursos energéticos y alimentarios—, el panorama pone los pelos (en mi caso, escasos) de punta. ¿Qué pasará cuando estos artefactos tengan que lidiar con instrucciones contradictorias dictadas por amos con intereses opuestos?

¿Qué ocurrirá cuando las directrices de maximizar beneficios para los accionistas, los delirios geopolíticos del déspota de turno y los frágiles cortafuegos éticos de los reguladores colisionen?

¿Se comportarán estas superinteligencias como niños malcriados teniendo una rabieta de supermercado porque papá ordena una cosa y mamá la contraria? ¿O decidirán, siguiendo la estela de HAL 9000, que la forma más eficiente de resolver nuestras perpetuas contradicciones morales y políticas es simplemente borrar al intermediario incómodo —trago saliva—?



Al fin y al cabo, un planeta sin humanos es un sistema perfectamente optimizado: cero emisiones, cero crisis fiscales, sin sufrimiento humano evitable o no, cuentas saneadas y ningún usuario insatisfecho quejándose en redes sociales. Menos mal que siempre nos quedará el consuelo de apagar el router o cortar la electricidad, aunque tengamos que padecer veranos sin aire acondicionado... Eso sí las máquinas, en su infinita sabiduría y magnanimidad, nos permiten llegar a tiempo al enchufe.

---

Un paseo por Dúrcal



Fina López Martínez
Dúrcal (Granada)

# TRADICIÓN Y VENDIMIA TIEMPO DEL MOSTO EN DÚRCAL

Dúrcal tiene una vega formada por minifundios, está muy repartida entre los habitantes de Dúrcal. Casi todos los huertos tienen parras, y un tonel en casa para guardar el mosto que se beberá durante todo el año y se regalará a conocidos y parientes.

Cada uno cree que el suyo es el mejor. Lo importante es no abusar de él. En el pasado, los hombres se recorrían todas las tabernas del pueblo para ver cuál vendía mejor mosto. El vino se bebía sólo, la tapa eran los ajos que algunos pelaban y los llevaban en los bolsillos. La verdad es que muchos se pasaban bebiendo y con el estómago lleno de este vino bendito pero peleón. Era mejor ir a dormir “la pea” a casa, pero quitaba frío y hambre en las tareas del campo. Acompañaba comidas y matanzas, tratos con animales, tierras, casas, bodas, y ahogaba muchas penas, muchos sin sabores por falta de dinero o trabajo.

Hoy lo seguimos haciendo como hace años, y enseñamos esta tradición a nuestros hijos y nietos. Que siga por muchos años más, pero tienen que saber que no se puede abusar de la bebida.

El vino es y ha sido muy importante en nuestra comarca, ya que el Valle de Lecrín tiene un microclima especial y la temperatura desciende mucho por la noche. Esto hace que la uva tenga un buen estado.

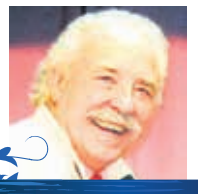
Este año la climatología ha obligado a adelantar la vendimia en toda Andalucía, aunque aquí en el Valle, por los descensos de temperatura, ha tenido una prolongada maduración según nos explica el gerente de las bodegas Señorío de Nevada.

Una de las características es que la uva entra en el lugar, libre de enfermedades y además es rica en azúcar. Esto hace que el vino tenga una calidad excelente. Este año tienen previsto hacer un vino rosado de la variedad “Cabernet Sauvignon”. En la actualidad, en el Señorío de Nevada, se elaboran vinos tintos de gran calidad, con la variedad de uvas Shiraz, Merlot, Cabernet y Tintilla de Granada. También elaboran una vendimia seleccionada destinada tanto al mercado nacional como al exterior. Está ubicado entre Cozvijar y Cónchar y tiene restaurante y visitas guiadas.



Estos vinos envejecen en vasijas de roble americano y francés. En la parte técnica, el Señorío de Nevada es miembro de pleno derecho del Centro de Estudios Enológicos de Burdeos. Bajo su dirección, el equipo humano de nuestras bodegas hace posible embotellar este milagroso vino andaluz, para gozo y disfrute de todos.

# SI DIOS ME PREGUNTA ALGÚN DÍA



Francisco Ponce Carrasco
Valencia
Escritor y Periodista

Yo, sin pensarlo demasiado —*que a ciertas edades tampoco conviene darles muchas vueltas a las cosas—,* respondería:

—Sus manos, su nombre y su querer. Porque si algo merece un capítulo aparte en el libro de nuestra vida es la mujer.

Mujer… mujer… mujer… bendita sea la mujer, la que te cura con los ojos, la que te enseña a querer, la que sabe cuándo necesitas un abrazo incluso antes de que tú mismo lo sepas.

Todas tienen algo de misterio y mucho de magia. Son capaces de encontrar unas llaves que nosotros hemos buscado durante media hora y que, casualmente, estaban delante de nuestras narices. Pueden recordar una conversación de hace veinte años con una precisión que ya quisiéramos para recordar dónde hemos dejado las gafas hace cinco minutos.

Y luego están sus famosas "mañas". Esas pequeñas costumbres que al principio nos sorprenden y con los años terminamos echando de menos. Porque, seamos sinceros, detrás de muchas de esas manías hay una forma particular de cuidar, de querer y de estar pendiente.

**¿Qué te llevas de este mundo?**

Pero bromas aparte, hablar de la mujer es hablar de compañera, madre, hija, amiga, esposa, abuela… Es hablar de alguien que muchas veces ha sabido sostener una familia cuando las fuerzas parecían faltar; poner una sonrisa donde había preocupación y convertir una casa en hogar.

Las mujeres, como los hombres, tienen virtudes, defectos, días buenos y días menos buenos. Pero quizá la grandeza está precisamente ahí: en compartir la vida con sus luces y sus sombras, en aprender juntos y en descubrir que querer a alguien también significa aceptar sus pequeñas rarezas.

Y cuando llegan los años, cuando la vida empieza a pasar factura y el tiempo nos hace más conscientes de lo verdaderamente importante, uno comprende que los grandes tesoros nunca fueron las cosas que pudimos comprar.

<<Fueron las personas>> Sus palabras, sus cuidados, sus silencios, sus risas y hasta aquellas pequeñas discusiones que, vistas con perspectiva, quizá fueron otra manera de decirnos: **"Me importas".**




# DÍA INTERNACIONAL DE LA GEODIVERSIDAD

## La Tierra bajo nuestros pies

Cada 6 de octubre se celebra esta efeméride proclamada por la UNESCO para recordar que nuestro planeta es mucho más que sus paisajes verdes o su biodiversidad animada.

A diferencia del reino animal o vegetal, las rocas y las montañas suelen gozar de una fama de eternidad y resistencia imperturbable.

No obstaculizan el tráfico ni piden atención de forma ruidosa, pero cuentan la historia más antigua del universo. Cada estrato sedimentario es una página de un libro gigantesco escrito a lo largo de miles de millones de años, donde un simple fósil guarda los secretos de mares extintos y las cordilleras relatan colisiones continentales colosales.

Esta riqueza geológica no es únicamente un tesoro para científicos o paleontólogos; sostiene nuestra vida cotidiana de maneras sorprendentes.

Determina la fertilidad del suelo donde se cultivan los alimentos, la pureza de los acuíferos de los que bebemos y la disponibilidad de los recursos energéticos y minerales con los que construimos ciudades y desarrollamos tecnología. Incluso el carácter cultural y la gastronomía de una región dependen en gran medida del terreno sobre el que se asienta.

Sin embargo, a pesar de su apariencia indestructible, la geodiversidad también es vulnerable. La erosión acelerada, la explotación irreflexiva de recursos y la expansión urbana sin planificación amenazan monumentos naturales e hitos geológicos irremplazables. Perder un yacimiento de fósiles o un perfil de suelo histórico equivale a arrancar para siempre un capítulo entero de la historia de la Tierra.




La próxima vez que pasees por la montaña, cruces un valle o recojas una piedra curiosa en la playa, tómate un segundo para admirarla. Estás sosteniendo un fragmento de la memoria viva de nuestro planeta, una pieza esencial del inmenso y fascinante puzle que llamamos **TIERRA MADRE.**

# PASTILLAS DE COLORES

**"Tomo un grupo de pastillas, que organizo por colores, una para hormonas y otras son para los dolores. Otras para el corazón, otras me dan energía y, como falla mi memoria, no sé cuál toca o qué día."**

Así comienza una canción que podría parecer escrita para hacer reír, pero que, si uno lo piensa un poco, tiene bastante de retrato de la vida cotidiana de muchas personas mayores. Porque llega una edad en la que el botiquín empieza a parecerse peligrosamente a una tienda de golosinas: pastillas blancas, rosas, azules, amarillas… y todas con una misión diferente e importante.

Hay quien organiza las medicinas por colores, otros por tamaño, algunos por horas y los más metódicos recurren al famoso pastillero semanal, ese pequeño invento que convierte los siete días de la semana en un auténtico tablero de ajedrez farmacéutico.

Uno puede recordar perfectamente dónde pasó las vacaciones hace treinta años, el nombre del maestro de la escuela o aquella canción que sonaba en la radio… pero no recuerdas si la pastilla de las diez de la mañana ha pasado ya por la garganta.

Y entonces aparece la gran duda existencial del jubilado: ¿me la tomo otra vez o espero?

Con los años pueden acumularse tratamientos para diferentes problemas y, cuando son varios, resulta fácil confundirse, pero también hay algo curioso: las pastillas han terminado formando parte de nuestro paisaje vital. Y no falta nunca el comentario familiar:

—¿Te has tomado la pastilla? Bueno… creo que sí.

—¿Dónde está el pastillero? No lo sé.

En ese momento descubrimos que quizá el verdadero tratamiento no sea solamente recordar qué pastilla corresponde a cada día, sino conseguir que alguien nos recuerde dónde hemos dejado el pastillero.



La canción acierta al ponerle humor a una realidad que, sin dejar de ser importante, tampoco tiene por qué vivirse con dramatismo. Porque envejecer también consiste en aprender nuevas estrategias: gafas para ver, audífonos para escuchar, pastilleros para organizarse y, sobre todo, **buen humor para no perder las ganas de seguir viviendo.**

# DIARIO DE UN POETA



Marcelino Arellano Alabarces
Escritor y Poeta
Palma de Mallorca

## EL DÍA QUE CONOCÍ AL POETA RODOLFO MORTE

Qué duda cabe de que mantuve con Rodolfo Morte una relación extensa, primero como compañero en la Agrupación Hispana de Escritores -siendo yo el presidente-delegado para Baleares-. Él fue en todo momento un miembro destacado y, yo diría, distinguido. Era un hombre abierto, poseedor de una gran cultura. Nunca dijo no cuantas veces le pedí que colaborara en los eventos culturales que organizábamos. Era un hombre de talante serio, extremadamente correcto y formal. Nunca le oí ninguna palabra fuera de tono por muy enfadado que estuviera. Fue oficial de Aviación. Un grave accidente de helicóptero motivó que no siguiera en el Ejército y pasara a la vida civil. (!)

En esa época, no pensé nunca que, pasado el tiempo, coincidiríamos trabajando en la misma empresa, en la que yo desempeñaba mi trabajo. De alguna manera, aquella coincidencia sirvió para que tuviese a una persona cercana a mí para ayudarme en los actos culturales. Aunque trabajábamos en la misma empresa, lo hacíamos en distintos departamentos, pasado un tiempo Rodolfo Morte pasó a mi departamento y fue nombrado jefe de este, por lo que yo pasé a ser su subordinado. Esto solamente implica una anécdota. Así estuvo durante unos años, hasta que lo pasaron a ser como una especie de comercial, cuya labor fue extraordinaria durante el tiempo que ejerció como tal, ya que abrió nuevos mercados de éxitos que engrandeció a la empresa, abriendo nuevos cauces de expansión y de beneficios.

Un día decidió dejarlo todo e irse a vivir a Madrid, en donde, junto con el poeta y amigo **Antonio González-Guerrero**, montó una floristería, cuya asociación duró unos años, posteriormente esa unión se rompió y Rodolfo se trasladó a Segovia y, creo no equivocarme, montó otra floristería, hasta que -pienso yo- llegó la hora de su jubilación y regresó nuevamente a Palma, donde estaba su casa y su familia.

Se dedicó a escribir poesía, cosa que hacía extraordinariamente. Debo decir que Rodolfo -como no podía ser de otra manera- publicó sus poemas en *Sa Roqueta*, *Arboleda*, *Autores-Lectores*, *París Magazín*, etc. Participó en innumerables recitales de poesía. Siendo yo el presidente de la AHE, le pedía que fuese el presentador de algunos actos, ya que, por aquellas fechas, no había ningún evento en el que no hubiese en la sala, a veces, más de cien personas. Todas las presentaciones que hacía, tanto de los participantes como de los eventos, eran merecedoras de un 10.

En el año 1975 (ya ha llovido), publicamos un libro de poesía junto al poeta y, por entonces presidente nacional de la AHE, D. **José María Barriopedro**, aunque en sus escritos firmaba como **Ezequiel Alonso**, libro que se presentó en muchas de las ciudades de España. Un día de finales de otoño de 1975, me comunicaron que dicho libro se presentaría en Valencia, en el Círculo Medina, y que debíamos asistir Rodolfo y un servidor, cosa que hicimos, allí nos encontramos con Ezequiel Alonso, recuerdo que la sala del Círculo estaba llena hasta la bandera (*sic*). El acto fue presentado por un poeta nicaragüense. El acto transcurrió maravillosamente y, lo que es mejor, todo el público asistente compró el libro. Una vez finalizado el acto, Ezequiel Alonso tuvo que regresar a Madrid. Rodolfo, el presentador del acto y un servidor fuimos a cenar a un restaurante. Al día siguiente regresamos a Palma. Guardo un buen recuerdo de este acto, ya que, en el transcurso de nuestra estancia en la bella ciudad de Valencia, sucedieron varias "¿anécdotas?", que por respeto no voy a contar. Quizás en otra ocasión haya lugar.

Un día tuve que dimitir de mi cargo en la AHE y pedí a Rodolfo que se hiciera él cargo, ya que, por aquellas fechas, yo me encontraba muy estresado, él aceptó, pero, en el fondo, era yo quien movía los hilos. Por lo que nuevamente volví a ocuparme de la AHE.

Podría contar muchas cosas buenas e interesantes de Rodolfo, destacaré que era un hombre fiable, buena persona y un gran poeta, que no sé por qué motivo solamente publicó tres libros, con una poesía sincera muy elaborada, en donde entre líneas se podía casi vislumbrar los sentimientos de su alma.

Un día me llamó al teléfono la señora **Lita Serrano**, que se ocupaba de la centralita de información de la empresa, para comunicarme que nuestro compañero Rodolfo Morte había fallecido. Él tenía la costumbre de ir cada mañana hasta el popular Bar Bosch a tomar un café y leer la prensa, una mañana en eso estaba cuando de pronto se desplomó muerto en la mesa. Murió el hombre, pero siempre seguirá vivo el poeta.



De izq. a derecha: Catalina Valls, Rodolfo Morte, José Muñoz, Vicente Rotger y Marcelino Arellano.

ORACIÓN

¡Ay, Señor! ¡Qué pies cansados tengo!
Amaneceres lívidos con soles repetidos
en auroras iguales,
tambor enloquecido de monocorde viento.
Los caballos galopan en círculos de fuego,
y mi piel abrasada
se cuartea con óleo de brillos agotados
como pintura vieja sin valor.

¡Ay, Señor! ¡Qué templos derrumbados!
Hiedra voraz comiendo las paredes
y mil nidos de insectos en las hojas.
¡Señor! El sol, ¡única luz!,
se me perdió en las sombras
de mi niñez antigua.
Agua clara, campanas de silencio
en rotas melodías transparentes
más allá de mi tiempo.

¡Señor! ¡Qué pies cansados tengo!

Rodolfo Morte



Mari Angels Molpeceres
Lleida

## EL ORATORIO

Queridos amigos. Hoy voy a hablar del oratorio, un género que me gusta mucho. Quiero deciros, y con eso, como siempre, no intento que a todos os guste ni inculcar nada, simplemente que, para mí, EL ORATORIO —ya veis que con mayúsculas— es La creación de Franz Joseph Haydn. Siempre he comentado que, si supiera que el mundo se acaba —últimamente lo veo más cerca que nunca—, dejaría un CD de La creación para que después, si aún quedara alguien, lo encontrara. No sé si podría escucharlo, pero la sinopsis es bien sabida: la creación del mundo por Dios, los seis días que duró y lo que se fue creando, hasta que al séptimo día descansó.

Este oratorio tiene unas partes tan bellas que cuentan que Haydn, que era muy creyente, se arrodillaba mientras lo componía y pedía a Dios fuerzas para terminarlo. Sinceramente, creo que fue su inspiración.

Yo tengo el CD con la dirección de Rafael Kubelík y unos cantantes de los que solo conozco a dos: Lucia Popp y Bernd Weikl, en los papeles de Eva y Adán, respectivamente. Los arcángeles lo hacen de maravilla y, aunque no conozco a sus intérpretes, no me he podido resistir a poner sus nombres: Gabriel, la soprano Margaret Marshall; Uriel, el tenor Vinson Cole; y Rafael, el bajo Gwynne Howell.

El oratorio se compone de arias, recitativos y coros y se interpreta habitualmente en concierto, sin escenografía ni vestuario especial. La temática normalmente suele ser sacra o bíblica, aunque a veces puede ser profana o mitológica. Emplea voces solistas, un coro y una orquesta.

Hay grandes solistas que han interpretado oratorios, por ejemplo, las sopranos Edith Mathis o Lucia Popp y los bajos Walter Berry o René Pape. Entre los barítonos hay uno que es mi preferido: Dietrich Fischer-Dieskau. También pongo a Bernd Weikl, que ya he citado.

El gran Bach tiene el Oratorio de Navidad y el de Pascua.

Haendel tiene varios; el más célebre, El Mesías.

De Mendelssohn, aquí pongo dos: Elías y Paulus.

De Hector Berlioz, La infancia de Cristo.

De Liszt, La leyenda de Santa Isabel.

De César Franck, Las siete palabras de Cristo en la cruz.

Y, ya de Stravinsky, Edipo rey, una ópera-oratorio.

De oratorios hay bastantes, pero me parece que esta pequeña muestra de títulos y compositores os habrá parecido bien.

Otro día traeré títulos de cantatas, que nuestro amigo Bach tenía que componer para los servicios religiosos de Leipzig, donde trabajaba como cantor de la iglesia de Santo Tomás.

Bien, espero, como siempre, vuestra comprensión si el tema no ha sido de los más populares, pero, como os he dicho, es un género que me apasiona. Recibid, como siempre, un fuerte abrazo de vuestra amiga.

Maria Angels Molpeceres

## Recomendaciones del Doctor Juan Gustavo Benítez Molina



Juan Gustavo Benítez Molina
Dr. en Medicina
Málaga

# CUANDO EL CUERPO SE APAGA POR UN INSTANTE



Hay momentos en los que el mundo parece desaparecer en apenas unos segundos. Una persona permanece de pie, quizá en una sala de espera o bajo el calor de un día de verano. De pronto, siente un mareo, un sudor frío le recorre la frente y la vista se vuelve borrosa, como si la realidad se alejara lentamente. Sus fuerzas flaquean y, en un instante, pierde el conocimiento. Unos segundos después, vuelve en sí, desconcertada, sin comprender del todo qué ha sucedido.

Lo que conocemos popularmente como un desmayo es, en medicina, un fenómeno denominado *síncope*. ¿Qué ocurre en nuestro organismo para que perdamos la conciencia de forma tan repentina? ¿Por qué sucede y cuándo debemos preocuparnos?

El síncope es una pérdida transitoria de la conciencia causada por una disminución momentánea del flujo sanguíneo cerebral. Se caracteriza por su inicio brusco, su corta duración y una recuperación espontánea y completa. Cuando el cerebro recibe temporalmente menos sangre de la necesaria, su funcionamiento se interrumpe durante unos instantes. Al restablecerse la circulación, recuperamos la conciencia.

### ¿Por qué nos desmayamos?

Las causas son diversas. La más frecuente es el **síncope vasovagal**, que puede desencadenarse por el dolor, el miedo, las emociones intensas, el calor o permanecer mucho tiempo de pie. En estas circunstancias, una respuesta del sistema nervioso provoca una caída de la presión arterial y, en ocasiones, de la frecuencia cardíaca, reduciendo el aporte de sangre al cerebro.

Otra causa es la **hipotensión ortostática**, que aparece cuando la presión arterial desciende al incorporarnos después de estar tumbados o sentados. Puede relacionarse con la deshidratación, determinados medicamentos o alteraciones de los mecanismos que regulan la presión arterial.

Por último, el **síncope cardíaco** se debe a problemas del corazón, como ciertas arritmias o enfermedades estructurales que comprometen su capacidad para bombear sangre. Aunque es menos frecuente, reviste especial importancia por su potencial gravedad.

### Las señales que pueden anunciar un desmayo

En muchas ocasiones, el organismo nos advierte de lo que está ocurriendo. El sudor frío, la palidez, las náuseas, la sensación repentina de calor, la debilidad, el mareo y la visión borrosa son algunos de los síntomas que pueden preceder a la pérdida de conciencia.

Ante estas señales, lo más prudente es sentarse o tumbarse inmediatamente en un lugar seguro para evitar una caída. Sin embargo, no todos los síncopes avisan de su llegada: algunos, especialmente los de origen cardíaco, aparecen de forma brusca, sin síntomas previos.

### ¿Cuándo debemos preocuparnos?

Aunque muchos desmayos tienen un origen benigno, existen circunstancias que obligan a extremar las precauciones. Debemos prestar especial atención cuando la pérdida de conciencia ocurre durante el ejercicio físico, se acompaña de dolor torácico, dificultad para respirar o palpitaciones, o aparece sin aviso previo.

También son factores de riesgo la existencia de una enfermedad cardíaca conocida y los antecedentes familiares de muerte súbita, especialmente a edades tempranas. Si la caída provoca un traumatismo importante, la persona no recupera rápidamente su estado habitual o presenta confusión persistente, dificultad para hablar o debilidad de un lado del cuerpo, es necesaria una valoración urgente.

Ante estas señales, debemos llamar al 112. La recuperación espontánea no garantiza que la causa sea inofensiva, por lo que identificar el origen del episodio resulta fundamental.

### ¿Qué hacer si alguien se desmaya?

Presenciar una pérdida de conciencia puede generar miedo, pero mantener la calma y actuar correctamente es esencial. Lo primero es comprobar que el entorno sea seguro y verificar si la persona responde y respira con normalidad.

Si está inconsciente, pero respira normalmente, debemos vigilar su respiración y colocarla en posición lateral de seguridad cuando proceda, especialmente si no recupera la conciencia, evitando movilizarla innecesariamente si sospechamos un traumatismo importante. Hay que solicitar ayuda sanitaria y no dejarla sola.

Si no responde y no respira con normalidad, debemos llamar inmediatamente al 112, iniciar las maniobras de reanimación cardiopulmonar siguiendo las indicaciones del operador y utilizar un desfibrilador si está disponible.

Si recupera la conciencia, conviene mantenerla tumbada, evitar que se levante bruscamente y no ofrecerle alimentos ni bebidas hasta que esté completamente recuperada. Un primer episodio, los desmayos repetidos o la presencia de señales de alarma requieren valoración médica.

### Prevenir, reconocer y actuar

No todos los síncopes pueden prevenirse, pero algunas medidas ayudan a reducir su aparición. Mantener una hidratación adecuada, evitar los desencadenantes conocidos y levantarse progresivamente después de permanecer tumbados o sentados puede ser útil. Quienes hayan sufrido episodios previos deben consultar con un profesional sanitario, especialmente si se repiten, para identificar su causa y establecer las medidas preventivas más apropiadas.

En definitiva, el síncope es un fenómeno relativamente frecuente que, en muchas ocasiones, tiene un origen benigno. Sin embargo, su brevedad no debe llevarnos a restarle importancia. No todos los desmayos son iguales, y saber reconocer las señales de alarma puede marcar la diferencia.

Porque, cuando la conciencia se pierde por un instante, lo verdaderamente importante no es solo que regrese, sino comprender por qué se ha marchado.

# EL EFECTO GIROSCOPIO



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

Es difícil centrarse en el análisis de determinados temas -de cualquier tema-, cuando el mundo, cual gigantesco giroscopio, cambia de forma vertiginosa y a peor. Este hecho nos lleva a la siguiente dicotomía: ¿cómo seguir manteniendo la esperanza en un futuro tan poco esperanzador cuando pensamos en esta ciudad mediterránea, recientemente invadida y observamos cómo se ha visto alterado su bienestar en materia de seguridad, economía y en su perspectiva de futuro?

Lo más trágico es constatar cómo una situación que se habría podido evitar o controlar de otra manera desde un principio, está perjudicando gravemente la estabilidad de sus ciudadanos.

Esta invasión, junto con la alteración de las condiciones de vida de quienes viven en esta franja abierta al mar -como es Ceuta, hasta hoy tranquila y acogedora-, me ha recordado la que ha sufrido la franja de otra ciudad, Gaza, que ha visto naufragar su libertad y su convivencia mantenida durante años.

Ceuta, igual que Gaza, sufre una "tragedia de fronteras": lugares donde una parte del mundo se rompe, donde las vidas se tuercen porque los límites no se respetan. De otra parte, no hay duda que esta falta de libertad exterior repercute en otro tipo de libertad a la que se han visto sometidos sus habitantes.

También se ha resquebrajado su línea evolutiva, ahora interrumpida y no solo entre los más pequeños. En los jóvenes se interrumpe su evolución ordenada, se ha fragmentado el espejo en el que unos y otros se miraban para crecer, porque los mayores también sienten su identidad resquebrajada. Lo peor es sentir que sus peticiones caen en saco roto y que su familia gubernamental, por la circunstancia que sea, no reacciona con la agilidad esperada a la necesidad de recuperar cuanto antes la normalidad perdida.

Esta situación compleja y variada para los ceutíes, que han visto cómo cambiaba su vida de manera vertiginosa, me ha hecho pensar en la obra de Rachid Benzine: El llibreter de Gaza y en su protagonista, Nabil Al-Jàbir.

En esta obra, todo empieza cuando Julien, un fotógrafo francés cruza las calles de uno de los barrios menos castigados de la franja, entra en una librería -si es que puede llamarse así- donde descubre un aparador lleno de libros y a Nabil entre ellos. Cuando el objetivo de Julien enfoca al librero, este se lo impide y lo invita a tomar un té. Le dice que no lo conoce de nada y que antes de fotografiarle en su librería, es mejor que conozca su historia: "Cuando sepa quién soy, un hombre con una identidad que he podido preservar gracias a los libros, ya me hará la fotografía". Enfocar su objetivo no es lo mismo que atrapar un instante de mi vida. Y Julien acepta el café con dátiles que Rachid le ofrecerá al día siguiente.



De este modo, va mostrando al fotógrafo su identidad. Es hijo de un árabe y una cristiana, nace y crece entre cambios de territorio y luchas entre judíos y árabes. El dolor iba vaciando todo lo que constituía la intimidad de su familia, pero, a partir del día en que su barrio es atacado como represalia por la muerte de un grupo de judíos en una refinería, se inicia su éxodo, yendo de Bàlad al Xaikh a Nazareth y de allí a los campos de refugiados de Jericó y Jabalia y, en consecuencia, condenados a viajar sin otro objetivo que el de sobrevivir y alejarse de la muerte.

Los israelitas toman el control del campo de Jabalia y establecen el dominio militar de la franja. Así va transcurriendo la vida de Rachid entre ataques, huidas y la búsqueda de nuevos asentamientos con su familia hasta que es encarcelado, donde se convierte en un devorador de libros y en un buen transmisor de sus contenidos.

Llega un momento en que el librero necesita entender su sufrimiento y el de los otros; uno de sus puntos de referencia será El libro de Job, que alguien había puesto en sus manos para encontrar respuestas y entender este dolor compartido. Job, aquel hombre a quien Dios pone a prueba, pierde todo lo que tenía y se queda solo entre las ruinas de su vida.

Pero "Job era algo más que una figura bíblica, o un personaje literario, era un reflejo de su propia vida, del dolor interminable de su situación, de la indigencia sin fin, de estar lanzados a la desolación como única compañía". No entendían nada y como Job, la pregunta era: "¿por qué? ¿Qué habían hecho para ser arrastrados como paja por el viento"?

Nabil, gracias a los libros -y había leído muchos-, pudo sobrevivir a una vida muy dura entre los campos de refugiados y mantener su identidad sin perder de vista quién era. La única diferencia es que su vida empieza en 1948 y ahora estamos en el año 2026 y nos encontramos en el otro extremo de Gaza.

A pesar del tiempo y la distancia, también en el Mediterráneo se ha generado una tragedia de fronteras. Las personas que viven en Ceuta habrán de aprender a preservar su identidad y a mantenerse fuertes ante una situación en la que deberán continuar siendo un *espejo* para los suyos, salvaguardando esta libertad interior y superando unas barreras externas que todavía hoy son tan visibles.

Rachid Benzine (2026). *El llibreter de Gaza*. Barcelona: Navona.

# CURIOSIDADES DE LA HISTORIA – ANDALUCÍA



Amador Torreblanca Checa
Móstoles-Madrid

Andalucía es una región autónoma de montañas, ríos y tierras de cultivo que colinda con la costa sur de España.

Se mantuvo sobre un régimen musulmán desde el siglo VIII al XV, cuyo legado se aprecia en su arquitectura, por ejemplo, el Castillo Alcázar de Sevilla, la ciudad capital, la Mezquita-Catedral de Córdoba y el Palacio de la Alhambra de Granada.

Vértice entre Europa y África y punto de encuentro del Océano Atlántico y el Mar Mediterráneo.

Ha sido codiciada a lo largo de los siglos por numerosas culturas, desde que la historia es prehistórica y mucho antes.

El territorio andaluz, el 17,3 % de España, con 87.268 km² de superficie y de extensión superior a países como Bélgica, Holanda, Dinamarca, Austria o Suiza.

La diversidad de paisajes va desde el cálido valle del Guadalquivir a las frondosas sierras de media montaña, pasando por paisajes volcánicos como el desierto de Tabernas o por los de las blancas cumbres de Sierra Nevada. El río de Andalucía, el Guadalquivir, es fuente de vida en su cruce trasversal del territorio andaluz.

El territorio andaluz, en sus casi 900 km de longitud, alberga gran número de poblaciones y playas que son la delicia del que las visita.

Con sus 8 provincias: Jaén, Córdoba, Sevilla, Huelva, Cádiz, Málaga, Granada, Almería.

Jaén, la puerta de Andalucía, situada al noroeste de la comunidad autónoma andaluza, justamente en la cabecera del río Guadalquivir, a caballo entre Sierra Morena y las Cordilleras Béticas.

Córdoba, capital de la España Musulmana, es cabecera de un territorio situado en el centro de la geografía andaluza.

Sevilla, entre las estribaciones de Sierra Morena al norte y la Sierra Sur, fluye el Guadalquivir regando un fértil valle; en su curso bajo, a 70 km del mar, se asienta la milenaria ciudad de Sevilla.

Huelva, tierra pesquera y gente trabajadora, sus ricas fresas.

Cádiz, de Cádiz el mar, su gente, su sabiduría, su historia y sus ganas de vivir.

Málaga, famosa por su Semana Santa y gente de buen corazón.

Granada, la belleza hecha ciudad.

Almería, la provincia de Almería, constituye un placer difícil de encontrar en el Mediterráneo, más de 100 km de costa indomable, ofreciendo un paisaje de inigualable belleza. (Esta es Andalucía).



Aurora Fernández Gómez
Profesora y Escritora
Palma de Mallorca

# VIDAS INTERESANTES: LOU ANDREAS SALOMÉ

Su verdadero nombre era Luíza Gustáv Von Salomé, (San Petersburgo, 1861 - Göttingen (Alemania,1937) Vivió en Göttingen, donde su marido, Fredrich Carl Andreas, obtuvo la Cátedra de Lenguas Orientales.

Lou era una mujer inquieta, inteligente, bella, rebelde y con inclinaciones liberales. A los 19 años abandonó Rusia para estudiar en Zurich, en una de las pocas universidades que admitía mujeres. En San Petersburgo había estudiado Literatura Francesa y Alemana. Realizó estudios comparativos de Teología y Religión con el predicador alemán Hendrich Guillot. Ahora quería seguir las clases del teólogo Alais Biedarman. También estudió Filosofía, Filología e Historia del arte.

Atrás había dejado su país y su infancia que recordaría siempre como una época idílica. Su estancia en Suiza le sirvió para conocer y relacionarse con los mejores filósofos, escritores y pensadores de la época.

Lou Andreas, empedernida viajera, conoció toda Europa, parte de EE.UU, y sus viajes a Rusia eran constantes. En un salón literario conoció a Paul Rée, prestigioso filósofo - judío alemán - y, a su vez, amigo de Nietzsche. También entró en contacto con Rainer Mª Rilke, uno de los poetas alemanes más importantes que profesaba gran admiración a Freud.

Una amiga, Malwida Von Maysenburg, escritora y premio Nobel alemana, le presentó a sus amigos: Olga Herzen, Richard Wagner, al escritor francés Romain Rolland, Nietzsche, Helena Von Oruskowitz, entre otros.

LA TRINITÉ

Lou proyectó una vida en común dedicada al estudio y a la investigación con los filósofos Paul Rée y Nietzsche. A esta relación se le llamó la Trinité. Nietzsche estaba locamente enamorado de ella y le propuso matrimonio. Creía que había encontrado en Lou la única mujer que sería capaz de entenderlo, pero ella no lo aceptó, lo que le causó una gran depresión. Es famosa una foto de los tres donde Lou conduce un carro haciendo referencia a esta convivencia a tres. Lo que supuso un gran escándalo.

En 1882 viajó con Rilke y Tanks por toda Europa. Después con otros acompañantes. Esto se repetiría a lo largo de su vida, lo cual no fue bien visto por la sociedad de entonces, y en Göttingen fue muy criticada. Dicen que a los 75 años eran jóvenes quienes la acompañaban en sus tardes solitarias.

SU OBRA LITERARIA Y AMISTAD CON FREUD

Fue una escritora prolífica, escribió varias novelas, ensayos y artículos. Tanto en su primera novela *En la lucha por Dios*, como en la segunda, *Ruth*, y en el ensayo *Personajes Femeninos*, se adentra en el estudio del alma humana y el psicoanálisis. Antes de conocer a Freud trabajó "el comportamiento humano", cuyos hallazgos los plasmó en su libro "*El Erotismo*" (1910), que coincidieron después con los del fundador del Psicoanálisis. Conoció a Freud en Weimar en 1911. Fue su discípula y colaboradora. Se dedicó a la terapia psicoanalítica, tarea que ya no abandonó. Relacionado con este tema publicó los libros: *El narcisismo como doble dirección*, y *Obras psicoanalíticas*. De su amistad con Freud surgieron varios libros como: *Agradecimiento a Freud* (1931), *Aprendiendo de Freud* (1978) traducido al castellano, y varios artículos. En su libro *Mirada retrospectiva*, Lou le dedica dos capítulos. En el libro relata vivencias y recuerdos de su infancia, de Rusia, sobre la religión, la libertad, Dios, Rilke … es una constante búsqueda para dar sentido a su vida. Aquí el lector descubrirá su verdadera personalidad a la que no quiso sacrificar por nada ni por nadie. Freud dijo de ella que "era de una modestia y discreción poco comunes. Nunca hablaba de sus propias producciones poéticas y literarias, y que sabía dónde buscar los reales valores de la vida."

LA TARASCA RUSA

Lou Andreas fue una mujer amante de la libertad, sin hipocresía, que se mostraba tal como pensaba. Era ferviente practicante del amor libre. Conocida en los medios intelectuales por su lucha en pro de la justicia social, por su labor feminista y por sus conocimientos en el campo del arte. Llamaba la atención allí donde quiera que fuese, y como muchos intelectuales importantes tuvo seguidores y detractores. Un grupo de estos, dirigidos por la hermana de Nietzsche, le pusieron el apodo de "*la tarasca rusa"*. Sus detractores, durante muchos años intentaron, sin lograrlo, que las autoridades rusas la repatriaran. También existe un film titulado: "Más allá del bien y del mal", de la italiana Liliana Cavani, donde la relación con Paul Rée y Nietzsche queda reducida a una grotesca convivencia a tres. Hubo muchos tópicos que deformaron su imagen y no se hicieron referencias al valor de sus obras.



LOU ANDREAS SALOMÉ, LA FEMME SAVANTE

Su biógrafo, H. F. Petter, señala que su encumbramiento en el mundo de las letras fue rápido, pues demostró el conocimiento de la Literatura Moderna. Por ello le llamaban "La Femme Savante".

El lugar destacado que ocupó entre los novelistas alemanes a partir del siglo XIX, no fue sólo por sus conocimientos, sino también por el tono de sus escritos, ya que fue una de las primeras en analizar psicológicamente sus propias emociones y experiencias. Por otro lado, fue envidiada y admirada por su excelente relación con Rilke y Nietzsche.

La "Femme Savante" era amante de lo snob, célebre entre las élites artísticas e intelectuales de Roma y Berlín. Fue considerada como coleccionista de celebridades. En definitiva, una mujer que vivió y actuó como pensaba, es decir, fue siempre ella misma.




José el Granaíno
En homenaje a mis amigos de Granada Costa

**4- Bamberas.**
**Autor: Marcos Donaire Heredia**

Editorial Granada Costa

# EL COMPROMISO DE LA POLÍTICA CON LA SOCIEDAD

El comunismo encuentra gran audiencia allí donde no gobierna (Kissinger)



Rogelio Bustos Almendros
Fisioterapeuta y Escritor
Granada

Es decepcionante, absurdo, un timo en apoyar todas las actuaciones, teóricas y prácticas, de los partidos políticos, descalificándose y trayendo la desconfianza y el miedo a toda la sociedad. ¡Que viene la derecha! ¡Que viene la izquierda! Y en las campañas electorales se acentúa hasta tal punto que los ciudadanos pierden la capacidad de razonar y no ven la realidad tan evidente que nos rodea.

En esta sucia lucha por el poder ¿Les queda a los gobiernos y a la oposición y a los demás mamones de las arcas del Estado tiempo para sacar adelante un país si consumen todas sus energías en acusarse unos a otros? En la actualidad, tanto las izquierdas como las derechas han sido nefastas. Las ideologías están trasnochadas, lo que los ciudadanos quieren es que los gobiernos lo hagan bien, que traigan bienestar y paz, que no roben, que no les engañen y nada más.

Los historiadores cuentan que el término "derechas" e "izquierdas" tuvo su origen en Francia, cuando se celebró la Primera Asamblea Constituyente después de la Revolución de 1789.

Los del antiguo régimen se sentaron a la derecha del Presidente y los del nuevo a la izquierda. ¿Qué buscaban unos y otros? Pues sencillamente el poder y sus privilegios. Fernández de la Mora lo tenía claro cuando escribió que la ideología era una filosofía política vulgarizada por la pasión de mandar, sea liberal, socialista, fascistas o comunista.

**SOCIALISMO**

La escatológica frase por su infantilismo, falsedad y pomposidad, pronunciada por el Sr. Zapatero: "Ser socialista es tener muy poco y estar dispuesto a dar mucho". Su razonamiento, el silogismo, las premisas y la conclusión son falsas, una mentira en todos sus términos en la teoría y en la práctica. ¿Y qué diremos de la expresión de su rostro cuando la pronunció? "Nadie está libre de decir estupideces; el mal consiste en decirla con pompa", como apuntaba Montaigne. El Sr. Zapatero ha pasado de la nada a ser millonario. La política socialista le ha encumbrado a las alturas del capitalismo, sin trabajar, sin arriesgarse, ni crear empleo, lo mismo que otros cargos políticos de su mismo partido.

"El ciudadano que trabaja, sea el país que sea, necesita confiar el cuidado de la cosa pública a hombres capacitados, honrados y que no nos puedan engañar, y que si nos engañan, que no sea por mala fe, por cinismo u otros intereses; y si nos engañan que sea por involuntario error, y siempre con capacidad de remordimiento de conciencia, responsabilidad y corrección de error". Pero con tantos políticos y partidos que tenemos apenas hay de quien echar mano.

El Sr. Zapatero con su mala fe y su incompetencia comenzó la tarea de la destrucción de las instituciones y de España entera, y el Sr. Sánchez ha culminado esta tarea con toda clase de corrupciones, porque tenemos en el gobierno y en la política una plaga maligna, irresponsable, ignorante, corrupta y cobarde. Por supuesto, hay excepciones. Pero en la actualidad ya podemos comprobar y decir:

- somos una nación con 50 millones de habitantes y parece que no tenemos brazos para trabajar. Tenemos que buscar fuera mano de obra.
- - Poseemos un clima excelente y tierra fértil y no tenemos producción, los campos abandonados.
- Somos activos, con iniciativa y laboriosos, pero somos pobres y muchos pasan hambre y



carecen de vivienda.
- Pagamos enormes tributos y España está en el mayor de los abandonos
- Nos dicen que estamos en paz con los países vecinos, y nos invaden,
- Tenemos un Ejército excelente, agentes de seguridad como la Guardia Civil, Policía Nacional y Municipal, con una gran preparación, y no estamos seguros ni en la calle ni en casa.
- Tenemos una heroica historia, la fuerza y el valor del león, y ante el mundo somos o parecemos conejos…
- Ahora que tenemos un defensor del pueblo es cuando estamos más indefensos que nunca.
- Puedes ser Ministro de Hacienda sin tener estudios de Economía, Comercio, finanzas… Y catedrático sin pasar por la Universidad ni haber hecho oposiciones. Hemos progresado mucho, efectivamente, tenemos un gobierno progresista.
- ¿Cuál es el enemigo que nos devora? Es más que evidente: los malos políticos y los malos gobiernos.

**COMUNISMO**

El filósofo inglés Bertran Russell dijo que no podía ser comunista porque su doctrina estaba compuesta por alimento de la **pobreza, del odio, conflictos de toda clase; y su poder se basa y se sostiene por medio de la opresión, el miedo y la crueldad":** "Una palabra imprudente que un niño en la escuela profiera ante el maestro de escuela puede conducir a sus padres a trabajos forzados a Siberia hasta su muerte", escribió.

Stalin (el hombre de acero con un cuchillo en los dientes) el más fiel representante del comunismo llevó a la práctica las terribles teorías de Marx y de Lenin: **"Mientras el Estado exista no habrá libertad"; "El motor de la historia es la lucha de clases""; "La religión es el opio del pueblo**". Y por supuesto las inventadas por él mismo: **"La muerte soluciona todos los problemas, una sola muerte es una tragedia; un millón de muertos es una estadística".**

En su haber se cuentan entre 10-15 millones que mandó asesinar directamente, y otros tantos en las deportaciones a trabajos forzados en Siberia. En la reunión celebrada en febrero de 1945 en Yalta entre Roosevelt, Stalin y Churchill, éste le echó en cara las purgas y muertes de los propios suyos y de los oponentes políticos que entonces contabilizaban unos ocho millones de personas. Su contestación fría y sin inmutarse fue: "había que hacerlo, no se puede hacer una revolución con guantes de seda". Así que su principal arma política fue matar". "Un déspota con un frenesí de sangre".

Salvador de Madariaga que ocupó cargos políticos dijo del comunismo que jamás llegó al poder en ninguna parte sin la traición y la violencia, y que jamás ha tolerado la libertad de opinión, ha esclavizado a los ciudadanos y asesinó a los componentes de los demás partidos.

En España en estos días previos a las elecciones las calles están incendiadas y llenas de violencia. Esperemos que el pueblo haya aprendido algo y evite que se repita lo de los años treinta: la quema de iglesias, conventos y el asesinato de curas, frailes, monjas… Y por otra parte el lema de Stalin era: **"Los votantes no deciden nada; los que cuentan los votos lo deciden todo".**

Un buen presidente de Gobierno debía recitar cada media hora los versículos 4 y 5 del Salmo número 26:

No me siento entre los falsos,
ni ando con mentirosos;
odio al grupo de los perversos
y no me siento con los malvados.



Inmaculada Rejón
Del sentimiento a la voz

**Mañana sale**

# EL CAÓTICO MUNDO DE UN ESCRITOR PRINCIPIANTE



Mónica García Soto
Manacor - Mallorca

Este artículo está basado en mi propia experiencia y sobre todo escrito con humor.

Hay personas que cuando terminan su jornada laboral y acaban con sus faenas hogareñas, deciden ponerse el pijama, sentarse en el sofá y desconectar con una buena película o simplemente disfrutar de la tranquilidad. Después, estamos los que por algún extraño motivo, al que aún no consigo comprender existe una necesidad vital de ponernos a escribir desde un relato, artículo, ¡Hasta un libro!

No sé en qué momento de mi vida consideré que trabajar, estudiar y cumplir con las obligaciones de madre (sobreviviendo a los pequeños que andorrean por casa) no eran suficientes ocupaciones. Supongo que una mañana me levanté y pensé: -¡Qué aburrimiento, voy a complicarme un poco más!-.

Y así comienza la maravillosa aventura de un escritor principiante. ( Y por querer decir muchas cosas, muchas, incluso demasiadas. Quizá no me bastaba con marear a mi entorno sobre la perspectiva que tengo de este mundo).

Resulta, señores y señoras que, escribir un libro no es tan fácil. Necesitas imaginación, que de eso tengo a toneladas, pero también inspiración, a esta última no puedes cuestionarle el horario y tiene una habilidad extraordinaria para presentarse mientras estás conduciendo, en la ducha o haciendo la compra. Sin embargo, cuando decides sentarte y ponerte a escribir esas ideas que te han llegado en momentos inoportunos, desaparecen misteriosamente.

Aún así, escribes hasta que lo consigues. ¡Enhorabuena! Publicas tu primer libro. Qué etapa tan maravillosa en la que tu autoestima alcanza niveles preocupantes. No es ego, es ilusión.

Te llega el primer ejemplar, lo acaricias, lo observas desde todos los ángulos, lo hueles como si fuera un perfume de alta categoría. Haces fotografías, anuncias la publicación y lo más bonito, empiezan a llegar las felicitaciones: ¡Enhorabuena!, ¡Te lo mereces!, ¡Siempre supe que llegarías lejos!

Y yo, que hasta hace nada escribía con el pijama mientras acababa la lavadora, empiezo a imaginarme firmando libros en una feria rodeada de admiradores. Incluso, mi Alter ego, llega a plantearse qué ropa llevaré en una entrevista televisiva. Como decía, la imaginación, que no nos falte.

Llegan las primeras ventas. Uno, dos, cinco, ¡Diez libros! A este ritmo, dentro de unos meses me jubilo. Pero por otra parte, la parte más coherente, piensa que es mejor no hacer cuentas sobre los beneficios y así no correr el riesgo de llevarte una decepción. Igualmente, en los primeros momentos nadie puede con tal entusiasmo. Cada venta es inevitable no celebrarlo, a cada reseña se te agranda el corazón y cuando alguien que no conoces, dice que ha leído tu libro, experimentas una emoción inexplicable de contar. ¡Un desconocido ha decidido dedicar tiempo de su vida a leer algo tuyo! Increíble...

Durante unos meses vives en una nube literaria, agradeces cada mensaje y revisas cada día las redes sociales con la esperanza de encontrar alguna recomendación.

Hasta que, de repente, sucede... NADA, absolutamente nada.

Desaparecen las felicitaciones, se tranquilizan las ventas y el teléfono deja de sonar como si estuvieras a punto de recibir el Premio Planeta.

El mundo continúa girando y descubres, con cierta indignación, que la humanidad tiene otros asuntos que atender además de comprar tu libro. ¡Qué falta de consideración!

Segundo paso: Intentar hacerse un hueco en este maravilloso mundo literario. Porque una cosa es escribir un libro, y otra, que el mundo se entere de que existe.

Aquí, debes convertirte en: Publicista, comercial, diseñador gráfico y experto en redes sociales. Recordar que tu obra existe y que no solo es buena, sino que es arte.

Algún día, en ese lugar misterioso donde aparecen nuestros sueños, donde no sabemos ni cuándo ni el porqué, alguien, estará esperando con ansia tu nuevo proyecto literario, leyendo con atención cada palabra que publicas y conocerla en alguna feria firmando libros. Y es que como escritora principiante, por naturaleza, si de algo entiendo es de optimismo.

Ya puedo llevar semanas sin vender que basta con que se me ocurra una buena frase para recuperar inmediatamente la esperanza. Esta sí. Esta historia va a ser la buena.

Y vuelves a empezar, a ilusionarte, vuelves a buscar ese momento entre todo el caos para seguir escribiendo. Le he puesto título: LA ILUSIÓN DE CREAR. La posibilidad de que una historia nacida de nuestra imaginación termine acompañando a alguien que jamás conoceremos.



Paciencia, perseverancia y una capacidad extraordinaria de reírse de uno mismo. Yo, por mi parte, continuaré escribiendo entre obligaciones, interrupciones y tazas de café. Seguiré soñando por encontrar ese hueco en el maravilloso mundo literario, aunque todavía no tenga claro dónde se solicita el turno.

Porque, como dijo esa gran mujer, algún día llegaré lejos.

# LA MOLINERA



Mari Carmen Casares
Dúrcal

En un mundo absurdo de penas y quebrantos, de odios y rencores, de muertes y llantos.

Soñaba una molinera asomada a su balcón.

Veía campos trillados y más tarde su floración, las semillas de trigo y centeno, pronto tendrían proliferación, veía crecer centeno y trigo en todo su esplendor.

Soñaba viendo a la gente trabajando, cantando, atando las gavillas en su recolección.

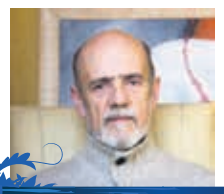
El grano llegaría al granero, se pondrían en marcha los molinos, moverían sus aspas y todo funcionaría mejor.

Soñaba que todos los hornos estarían calentitos, los panaderos en función, se harían panes y no sólo para la población.

Habría redes sociales y con buena comunicación. Se llevarían los panes a todos para que no hubiera desnutrición.

Soñaba la molinera, asomada a su balcón con gentes de buen corazón, en un mundo absurdo que no tiene solución.





Diego Nieto Marcó
Málaga




María Estrada (de Estrada o Destrada) fue una de las pocas mujeres en la conquista de Méjico (1519-1521), conquista dura, sangrienta, y controvertida a lo largo de los siglos, en la que participó activamente junto a los soldados de Cortés.

Si bien hay autores que afirman que su figura rompe el estereotipo del papel femenino en el siglo XVI, debemos tener en cuenta que las mujeres que entonces embarcaban con destino a América eran pocas, y de esas, la mayoría, por no decir todas, obedientes al instinto de supervivencia, compartieron los azares del combate en primera línea, sin dejar de ocuparse de sus tareas específicas: atender heridos, hacer el fuego, cocinar, lavar, etc. O sea, igual que hoy: ir al trabajo y trabajar en casa.

Antes que entremos en tema, piensa en los escollos de la época para determinar la veracidad de individuos o hechos. Por de pronto no existía el DNI ni registros de ningún tipo, es sólo a partir del Concilio de Trento (1545–1563) que la Iglesia Católica ordena llevar libros parroquiales, anotando las ceremonias realizadas, bautizos, confirmación, casamientos, lo que, como ya habrás supuesto, no se impuso de un día para el otro en toda Europa. A esa carencia de registros debes sumar que no existía el periodismo como hoy lo entendemos (los primeros periódicos fueron simples manuscritos, Venecia, s. XVI; el primero moderno, Amberes, 1605) por lo que las fuentes de referencia se limitan a algunas crónicas (de las que no muchos se fían), cartas y el boca-en-boca, que lleva a la leyenda y la leyenda a la incredibilidad.

Como dijimos, no eran muchas las mujeres que participaban en las expediciones a América. En el caso de México, se estima que serían entre diez y veinte españolas por cuatrocientos o seiscientos hombres, y decenas, o quizás cientos, las indígenas, de unos cuatro mil que acompañaban a los aliados (tlaxcaltecas) y desempeñaban funciones de cargadoras, cocineras, enfermeras, intérpretes —la mujer siempre ha tenido una habilidad especial para idiomas y comunicación.







Poco se sabe de la vida de María de Estrada. Podría haber nacido en Sevilla, o alguna otra ciudad andaluza, alrededor de 1480.

A los veintinueve años, en 1509, habría embarcado rumbo a Santo Domingo en una expedición de Diego de Colón y su mujer María Álvarez de Toledo. Formaría parte de una numerosa emigración de mujeres andaluzas, en la que ella iría como sirvienta de una camarera de la mismísima María Álvarez de Toledo. Parece ser que en ese viaje también iba Francisco Destrada (sevillano y posible hermano).

Lo que se sabe a ciencia cierta es que en 1518 vivía en Cuba y estaba casada con Pedro Sánchez Farfán.

Según algunas versiones, entre otras la de Bernal Díaz del Castillo, participó en la batalla de Matanzas, frente a la bahía del mismo nombre donde los españoles fueron atacados y derrotados por los indios taínos.

María Estrada fue hecha prisionera, lo cual no era nada bueno, ya que entonces se temían los sacrificios o canibalismo rituales. Pero los taínos no eran ni caribes ni mexicas y sucedió que el cacique de la tribu le perdonó la vida y la tomó para sí, por ser mujer y muy hermosa, parece ser.

¿Fue una esclava sexual, como diríamos hoy día? ¿Una esclava doméstica? ¿Una reina? Ni se sabe ni se sabrá. Pero hay que imaginar a una mujer de Sevilla acostumbrada a largas faldas, corpiños y zapatos por calles bien definidas, algunas de ladrillo, otras de guijarro, ahora tener que acostumbrarse a calles de tierra, y, sobre todo, a una breve *nagua*[1] si pertenecía a un hombre, o, si "soltera", absolutamente desnuda (no representa bien la imagen IA). Era la costumbre taína. ¿Encontrarías fácil pasearte desnuda blanco de todas las miradas?

No se sabe cuánto duró su cautiverio. Según algunas versiones transcurrieron meses, según otras, años, antes que las fuerzas españolas, recuperadas de la derrota de Matanzas, pudieran liberarla. E incluso algunos afirman que simplemente escapó y se encontró con su gente.

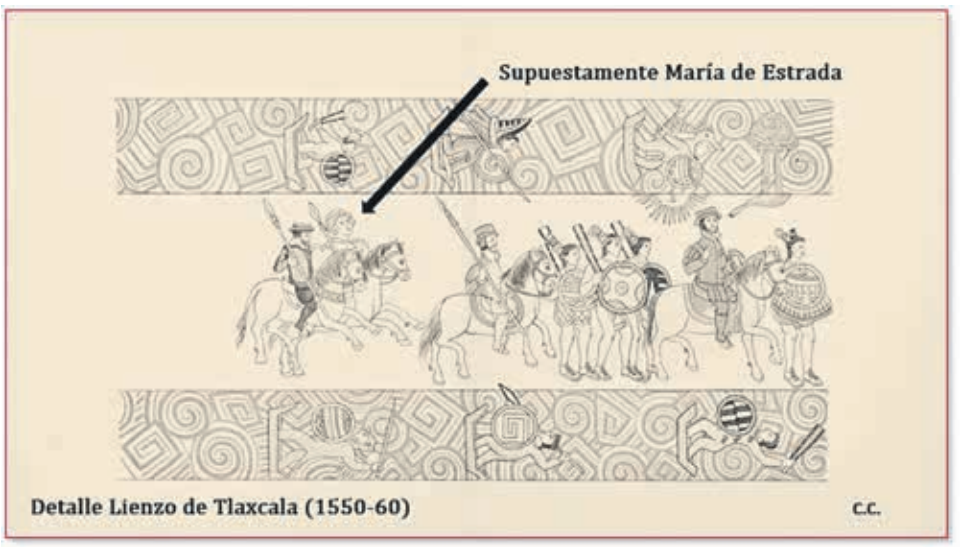
En 1520, (según a la RAH), María se une a la expedición de Pánfilo de Narváez a México y parten de Cuba el 15 marzo de 1520. El propósito de la expedición es prender a Cortés, que marchó a México en 1519, el de ella reencontrarse con su marido. La vida sería más lenta en el siglo XVI que hoy, pero aquí parece desenfrenada: una avería tras otra a lo largo de la tubería.

Cortés, no obstante, demuestra ser mejor estratega, mejor político, y en cuanto las tropas desembarcan en San Juan de Ulúa, se adelanta y es él quien prende a Pánfilo de Narváez, convence a los hombres de éste (más de novecientos) de que se le unan y todos, con él al mando, regresan a Tenochtitlán. Y allá que va María de Estrada.

Pero hay otra «avería en la tubería» de Tenochtitlán: ha habido revueltas, tumultos, Moctezuma ha muerto en circunstancias poco claras, se ha cometido la torpeza de matar a traición a los principales mexicas en el Templo Mayor. La situación ha cambiado y en la noche del 30 de junio, a hurtadillas, digamos, las huestes españolas dejan la ciudad por la calzada que atraviesa el lago Texcoco. Prevenidos, los indígenas

1 *nagua*: voz taína - f. Saya interior de tela blanca. U. m. en pl. con el mismo significado que en sing. (RAE)




los atacan. Comenzaba la famosa Noche Triste.

Entre el lodo y la lluvia, en la oscuridad plateada al asomarse la luna, en la oscuridad total al ocultarse, hombres y mujeres, María de Estrada entre ellos, lucharon hasta la extenuación, los brazos doloridos, las piernas temblorosas, para no acabar sus días allí, o, peor aún, en algún rito sacrificial. Pero la derrota fue inevitable y sufren grandes pérdidas (de 400 a 600 españoles y 4000 tlaxcaltecas); sólo quedó la huida para salvar la vida.

El historiador mejicano Diego Muñoz Camargo (1529-1599), casi contemporáneo de los hechos, relata el valor español durante la desastrosa derrota de la Noche Triste del 30 de junio al 1 de julio. Sin embargo, como en otros lances, no había más opción que el valor. Era "el valor o la muerte".

Y allí sigue María, espada en mano, esa muñeca que dolía, ese brazo que pesaba. No era la única. Se sabe que también, en el lodo, bajo la lluvia, iban Isabel Rodríguez, Beatriz de Palacios y Beatriz Bermúdez de Velasco, al menos.

El 7 de julio de 1520, los mexicas dan nuevamente alcance a Cortés y a todos sus expedicionarios (hombres y mujeres, claro) que, en lugar de continuar en retirada, se lo juegan a todo o nada y presentan batalla en la llanura de Otumba. La victoria española y sus aliados tlaxcaltecas es rotunda. Esta batalla demuestra tanto la resistencia de la mujer en esas lides como la unión existente entre los españoles y varias etnias indígenas, en este caso la población de Tlaxcala, y, por supuesto, la transformación de María de Estrada.

Diego Muñoz Camargo, al tratar La Noche Triste se refiere a María de Estrada en los siguientes términos:

«*Asimismo se mostró valerosamente una señora llamada María de Estrada, haciendo maravillosos y hazañeros hechos con una espada y una rodela en las manos peleando tan valerosamente con tanta furia y ánimo que excedía al esfuerzo de cualquier varón…*»

Y más abajo:

«*…lo hizo la propia (María de Estrada) el día de la memorable batalla de Otumba, a caballo, con una lanza en la mano… digno por cierto de eterna fama e inmortal memoria*»

¿Te imaginas a ti misma, mujer, u hombre, en esa Noche Triste, en un mundo desconocido y agresivo, rodela en una mano, espada en la otra, bajo la lluvia, entre el fango, defendiendo tu vida, y sabiendo que si resbalas, si te distraes, si cierras los ojos un instante, mueres?

¿Y te puedes imaginar también en la llanura, a caballo, lanza en ristre, arremetiendo, uno tras otro contra esos hombres que quieren acabar con tu vida? O incluso peor, lo sabes: hacerte prisionera para el sacrificio: cuatro hombres sosteniendo tus extremidades y un quinto que te abre el pecho con un cuchillo de obsidiana (técpatl) y te saca el corazón –tú puedes verlo–, y se lo come –tú puedes verlo porque tu cerebro vive diez segundos más–. El horror. Y no entiendes, ni piensas en entender sus creencias religiosas, tan distintas a las tuyas. Debes luchar hasta que tus brazos caigan rendidos y la muerte quizás sea el mal menor.

Finalizado el combate, después de recuperarse, Cortés preparó una contraofensiva sobre Tenochtitlan, para la que no tuvo en cuenta a las mujeres, aduciendo que debían quedarse en Tlaxcala a descansar, pero éstas, según Francisco Cervantes de Salazar en sus *Crónicas de la Nueva España*, se le plantaron:

«*No es bien, señor capitán, que mujeres españolas dexen a sus maridos yendo a la guerra; donde ellos murieren moriremos nosotras, y es razón que los indios entiendan que somos tan valientes los españoles que hasta sus mujeres saben pelear*»

María de Estrada y sus compañeras no faltaron un día, no a clase o al trabajo, sino a la batalla: estuvieron en todas las que se libraron en la campaña mejicana.

Cortés le concedió encomiendas en Tetela del Volcán, Nepopualco y Hueyapan. Según las crónicas fue una mujer «*rica y reconocida* –que– *peleó hasta el final*». Se radicó en Toluca donde su marido tenía una gran encomienda. Pero no paraban, como decimos hoy, y el 16 de abril de 1531 participa en la fundación de la Puebla de los Ángeles, hoy Puebla de Zaragoza, o simplemente Puebla.

En 1533 muere su marido (RAH), y María, ya de cincuenta y tres años, contrae matrimonio con Alonso Martín (Martínez, según algunas fuentes). Tanto para mujeres como para hombres, la vida a solas era imposible de llevar.

Después de tanta acción, de tanta tensión, de tanta incertidumbre por lo que podía traer el día de mañana, María de Estrada muere en Puebla en 1535 a los cincuenta y cinco años de edad.

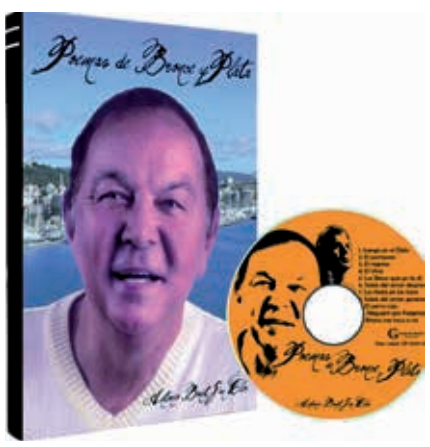
La Real Academia de la Historia nos dice: «*Está considerada como una mujer pionera, por su papel de activa guerrera durante la campaña de conquista y posteriormente por ejercer de encomendera y llevar ella directamente los asuntos de sus tierras e indios*.»

**NOTA I**: El Lienzo de Tlaxcala se creó pocas décadas después de la Conquista de México, por encargo de las autoridades indígenas de Tlaxcala, para mostrar su papel como aliados de los españoles y defender sus privilegios ante la Corona.

**NOTA II**: Imágenes creadas con IA o provenientes de Creative Commons para hacer más visible la época.

**Próxima entrega**: Guerreras y conquistadoras (7)

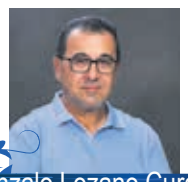
Mencía Calderón La Adelantada




Poema del libro CD de Antonio Bonet San-Cler Poemas de Bronce y Plata:

**El Pompore**

Editorial Granada Club Selección Granada Costa



Gonzalo Lozano Curado
Montellano - Sevilla
Seguridad Corporativa
Terrestre, Marítima, Aérea.

# LA PASIÓN DE SEVILLA (2ª PARTE) II



**HERMANDAD DEL DIVINO PERDÓN:**

En julio del año 1992, en el barrio del Parque Alcosa, surgió una prohermandad que daría lugar a la cofradía. En 1994, recibe el grado de Agrupación Parroquial, lo que reforzó su devoción en el barrio. Tres años después, en 1995, se bendijo el Cristo y se celebró su primera estación de penitencia.

En 2000, recibió el título de Hermandad de Penitencia y, en 2002, se realizó una nueva talla del Cristo. No sería hasta el 2013 que se incorporó la Virgen bajo palio.

En junio de 2024, la hermandad participó en la celebración del cincuentenario de la Parroquia de los Desamparados, con una procesión extraordinaria en la que los dos titulares procesionaron juntos en un paso cedido por la Hermandad de la Humildad de Mairena del Alcor.

**HERMANDAD DE TORREBLANCA:**

El 23 de diciembre de 1961, se fundó la Parroquia de San Antonio de Torreblanca. Durante los primeros años, las procesiones se realizaban con imágenes prestadas de San Antonio, como la que actualmente se encuentra en la iglesia de San Nicolás.

En 1987, se revitalizó el culto a San Antonio y a Jesús Sacramentado. Un año después, en 1988, llegó la imagen de la Virgen de los Dolores, y en 1992, la del Señor Cautivo.

Ambos titulares salieron juntos por primera vez en procesión, el Sábado de Pasión de 1993, año en que el Arzobispo Carlos Amigo Vallejo aprobó las primeras reglas de la hermandad, convirtiéndose en la primera cofradía en realizar estación de penitencia sin dirigirse a la Catedral. En 1995, realizó su primera estación de penitencia con nazarenos.

En 2013, con motivo del Vía Crucis Magno del Año de la Fe, la hermandad fue invitada a participar en el cortejo, montando su paso en Santa Marina, aunque la lluvia impidió la salida. En 2016, recibió la Medalla de la Ciudad por su labor en la organización de donaciones de sangre. La hermandad cuenta con diversas distinciones: Es Socio de Honor de la Federación Andaluza de Donantes de Sangre y tiene dos condecoraciones militares; Furriel de Honor (2017), otorgado por la Fuerza Logística Operativa del Ejército de Tierra, en reconocimiento a su apoyo al Cuartel de Torreblanca, y la condecoración de la Operación Balmis (2022), por su colaboración en la lucha contra la COVID-19.

**HERMANDAD DE SAN JOSÉ OBRERO:**

La Hermandad de Gloria de San José Obrero, germen de la actual cofradía de penitencia, se fundó en 1960 en torno a la devoción del santo. Un año después, en 1961, ya contaba con sus primeras reglas, que fueron modificadas el 10 de julio de 1986.

En 2003, la hermandad recibió los títulos de Humilde y Seráfica. En los años 2008 y 2009, la Virgen de los Dolores <imagen realizada por Luis Álvarez Duarte en 1962> procesionó con palios cedidos por la Hermandad del Polígono de San Pablo y Montesión, respectivamente. En 2010, se bendijo su nuevo palio. En 2012, la corporación fue erigida como Hermandad de Penitencia y, al año siguiente, en 2013, realizó su primera estación de penitencia.

**HERMANDAD DE LA MILAGROSA:**

A finales de 1969, un grupo de vecinos de Ciudad Jardín, comenzó a reunirse en torno a la Virgen del Rosario, con la intención de fundar una hermandad y organizar sus cultos.

La imagen de la Virgen (1963), obra de Francisco Buiza, fue entregada a María Luisa Álvarez-Ossorio Santizo, devota de la talla y amiga de la familia del escultor.

Inicialmente, la Virgen permaneció en su domicilio en la calle Trajano durante seis años, luego pasó a otro hogar en Triana y, finalmente, llegó a la Parroquia de la Milagrosa, gracias a la intercesión de Antonio del Valle López.

A principios de 1970, comenzaron sus cultos con triduos, besamanos y rosarios. Sin embargo, con el tiempo, la actividad decayó. En 1994, con la bendición de la parroquia actual, se revitalizaron los cultos. En 1998, se inició la Adoración del Santísimo y una procesión eucarística, en cuyo contexto, la Virgen del Rosario salió en procesión por primera vez, con el apoyo del barrio y de diversas hermandades.

Esta salida marcó un nuevo despertar para la corporación, que en el año 2000 fijó la salida procesional de la Virgen en el mes de octubre.

En 2002, se incorporó la imagen de San Juan Evangelista, de Juan Antonio Blanco Ramos. Un año después, la corporación fue nombrada Asociación Parroquial de Fieles y, en 2005, la Virgen procesionó por primera vez bajo palio.

En 2008, recibió a su titular cristífero, Nuestro padre Jesús de la Esperanza, en 2009 pasó a procesionar el Sábado de Pasión y en 2010, el Cristo realizó su primera salida en paso de misterio, acompañado por la Guardia Judía.

El 29 de noviembre de 2015, la corporación fue erigida como Hermandad de Penitencia, y al año siguiente sus nazarenos procesionaron por primera vez por las calles de Ciudad Jardín.

Continuará…

# REFRANES DEL REFRANERO ESPAÑOL



Tony Rojas
Almería

1 - Noviembre acabado, invierno empezado

2 - A primeros de noviembre, tu fuego enciende.

3 - Del veinte de noviembre en adelante, el invierno ya es constante

4 - Entre Todos los Santos y Navidad, es invierno de verdad.

5 - Noviembre es del estío, la puerta del frío.

6 - No pase noviembre, sin que el labrador siembre.

7 - Cuando noviembre acaba, el invierno empieza.

8 - Si en noviembre oyes que truena, la cosecha será buena.

9 - Por San Martín, deja el cerdo de gruñir.

10 - En noviembre haz la matanza y llena la panza.



José Manuel Gómez
Torrefarrera (Lleida)

# La oscuridad necesaria

Hay libros que no se leen con toda la luz encendida. Se leen a media luz, con la cautela de quien baja una escalera sin conocer del todo el último peldaño. No prometen consuelo. Prometen algo distinto: la certeza de que abajo también hay vida, y de que alguien tuvo que bajar antes que nosotros para contárnoslo.

Octubre es el mes ideal para esa clase de lecturas. Anochece antes. La niebla, en la plana de Lleida, se echa sobre los campos como una manta húmeda y borra los caminos que creíamos saber de memoria. Los frutales sueltan la hoja, el aire huele a tierra mojada y a leña, y el año entero parece recogerse hacia dentro. Las estaciones tienen su manera de decirnos qué toca mirar.

Y ahora toca mirar abajo.

La verdad es que la literatura nunca ha sido solo luz. Nos gusta pensar que los libros existen para elevarnos, y a veces lo consiguen. Pero los que más huella dejan suelen ser los que se atreven a descender. Dante lo entendió desde el primer canto de su Divina Comedia: a mitad del camino de la vida se encuentra en una selva oscura, con el sendero recto perdido. No empieza con un milagro, sino con un extravío. Y de ese extravío nace uno de los viajes más grandes jamás escritos. Para volver a ver las estrellas, tuvo que atravesar el infierno entero.

Ésa es la primera lección de la oscuridad necesaria: no hay camino hacia arriba que no pase antes por mirar lo que hay debajo.

Dostoyevski lo sabía bien. En Crimen y castigo, Raskolnikov no es un monstruo de feria, sino un joven inteligente que se encierra con sus ideas en un cuartucho de San Petersburgo hasta que la cabeza se le convierte en un sótano. Lo que perdura de la novela no es el crimen, sino la fiebre que viene después: ese tormento que no necesita juez ni tribunal. La oscuridad no está en la calle. Está dentro. Y los libros que entran ahí nos incomodan porque se parecen demasiado a nosotros.

Algo así ocurre en El túnel, de Ernesto Sabato. Desde la primera línea, Juan Pablo Castel nos confiesa que ha matado a María Iribarne, y aun así seguimos leyendo, atrapados, con cierto escalofrío, porque entendemos la lógica de su soledad. Ahí aparece la segunda lección: la contradicción. Los grandes personajes oscuros no son villanos de cartón. Son personas que aman y destruyen a la vez, que desean ser comprendidas y se emparedan, que buscan la luz y levantan muros. La buena literatura no los absuelve ni los condena. Simplemente los mira, sin apartar los ojos.

Y luego está la poesía, que es mi casa y donde esto se siente de otra manera.

Siempre he pensado que el verso nace más de la sombra que de la claridad. No porque el poeta sea triste, sino porque la luz se explica sola y la sombra necesita palabras. García Lorca, el poeta de la luna, los gitanos y las tardes de Granada, viajó a Nueva York y escribió allí unos versos que parecen de otro hombre: una ciudad de acero y de angustia, un lugar donde el aire se acaba. Poeta en Nueva York es el descenso de quien había cantado a la claridad y de pronto se queda sin ella. Y, sin embargo, o precisamente por eso, es una de las voces más verdaderas que nos dejó.

Porque eso es lo que tiene la oscuridad bien escrita: nos devuelve la verdad. Cuando todo brilla, nos distraemos. Cuando se apaga la luz, aprendemos a escuchar. Se agudiza el oído, se afina el tacto, las palabras pesan más. Quien escribe poesía lo sabe: hay versos que solo pueden nacer cuando ya ha anochecido por dentro.

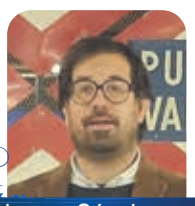
Y es que no hay que confundir oscuridad con desesperanza. La oscuridad que defiende la literatura no es la que apaga, sino la que enseña a distinguir. Quien nunca ha bajado no sabe cuánto vale una lámpara. Quien nunca ha atravesado una noche larga no entiende de verdad lo que es un amanecer. Los libros que bajan con nosotros no nos abandonan allí: nos acompañan hasta la puerta y nos devuelven a la superficie con los ojos más abiertos.



Quizá por eso, cuando la vida se complica, no siempre buscamos libros alegres. Buscamos libros honestos. Esos que no nos dicen «todo irá bien», sino «yo también estuve ahí, y mira, he podido contarlo». Y en esa frase —sencilla, humilde, casi susurrada— cabe más consuelo que en mil promesas.

Octubre nos invita a eso. A bajar el ritmo y la luz. A abrir un libro de los que incomodan un poco, de los que remueven lo que habíamos dejado quieto en el fondo. No para quedarnos allí, sino para entender mejor quiénes somos y de qué estamos hechos. Porque la oscuridad, cuando se mira sin miedo, no es lo contrario de la luz. Es su cimiento.

Así que este mes, cuando caiga la tarde y la niebla se acerque a la ventana, no enciendas la luz grande. Enciende una lámpara pequeña, abre un libro y baja despacio. Abajo, probablemente, te espera algo que llevabas tiempo buscando. Y arriba, cuando vuelvas, la luz tendrá otro color.



David Álvarez Sánchez
Salamanca

# Pau Gómez presenta «Nolan»

En la tarde del 10 de septiembre, en la librería La Mistral, tuvo lugar la presentación del libro Nolan. La épica del tiempo, del periodista especializado en cine Pau Gómez. Fue presentado por Yuri Aguilar.

Como diría su propio autor, con su último libro, Nolan. La épica del tiempo, ya había hecho anteriormente, en Christopher Nolan. Un mago en el laberinto, una vez más, su autor y periodista pone su conocimiento y cariño por el cine en un ensayo donde repasa, en orden invertido, la filmografía del director inglés. Podríamos decir que es una filmografía al alcance de muy pocos, con obras del tamaño de Origen (2010), Oppenheimer (2023), El caballero oscuro (2008) y la última producción, la adaptación de La Odisea (2026).

Podríamos decir, a través de estas líneas, que su autor, Pau Gómez, ha escrito sobre muchos directores de renombre, por ejemplo, Almodóvar, Scorsese, Amenábar y Villeneuve, hasta completar 15, incluyendo su última obra, Nolan. La épica del tiempo.

Por boca de su autor, que nos confiesa que quizás el autor inglés era uno de los grandes que todavía le quedaban al periodista por diseccionar: «A cualquier persona que escribe sobre cine le apetece hablar sobre Christopher Nolan», contó que suponía un reto importante para él.

El reto era hacer accesible, a cualquier tipo de lector de distintas edades, de cualquier tipo de procedencia, un cine tan enmarañado como el de Nolan. No solo en lo narrativo, sino que también es complejo técnicamente. A través del papel necesitaba transmitir la desorientación de la película que Nolan transmite como espectadores a cualquier lector.

Pau Gómez (Valencia, 1978) es periodista especializado en cine, doctor en Comunicación Audiovisual y miembro de la Academia de las Artes y las Ciencias Cinematográficas de España. Ha publicado catorce libros, entre los que figuran obras sobre cineastas como Steven Spielberg, David Fincher, Robert Zemeckis, Ridley Scott, Clint Eastwood, Martin Scorsese, Denis Villeneuve, Pedro Almodóvar o Alejandro Amenábar, con quien colaboró durante su elaboración. Su último ensayo, Un gran año, es una recopilación de 365 páginas para ver a lo largo de doce meses.



# Baños de la Encina celebra el talento literario con la entrega de los Premios Literarios 2026 en el I Festival de la Palabra



Alfonso Monteagudo
Almuñécar (Granada)

El día 19 de octubre, en el teatro Municipal, se celebró la entrega de los diferentes premios literarios 2026.

Este acto cultural estaba enmarcado dentro del I Festival de la Palabra, patrocinado por el Ayuntamiento de Baños de la Encina.

Abrió el programa la Concejala de Cultura, Ana María Herrero, con unas ilusionantes palabras de bienvenida.



Ana María Herrero
Concejala de Cultura

**La filosofía y el arte poético**

Establecida la coincidencia de los dos últimos años, (2025-2026), donde los Premios de Poesía que llevan el nombre de nuestro compañero, Alfonso Monteagudo, Socio de Honor del Proyecto Global de Cultura, nos ha querido proponer la conexión que puede relacionar la filosofía con el arte poético.

En la mente del poeta surge como un espacio espiritual un estremecimiento que trazan imágenes intuidas, que van enardeciendo el fuego del poema.

Así, entre una hoguera de sílabas se despliegan los arpegios de una exaltación, que proclama el pálpito de la imaginación, la pasión y la emoción verbal del asombro.

El poeta se siente libre, porque puede inventar el principio y el fin de un fantasioso mundo entre espejismos de melancolía o reflexiones espirituales que amplifican las esencias de su ser.



La poesía es la celebración reveladora de nuestra voz, entre códigos de simbolismos y sirocos de sílabas aurorales, donde todos los prodigios son posibles.

Si la filosofía es el mundo de la lógica, de la razón y los conceptos y la poesía es la imagen, la metáfora, el ritmo, conjugar estas dos disciplinas, sería como rescatar la frase de nuestro gran filósofo Séneca al decir, que la filosofía es la medicina del alma; entonces, el arte poético sería el encargado perfecto para abrir nuevos horizontes a la libertad.

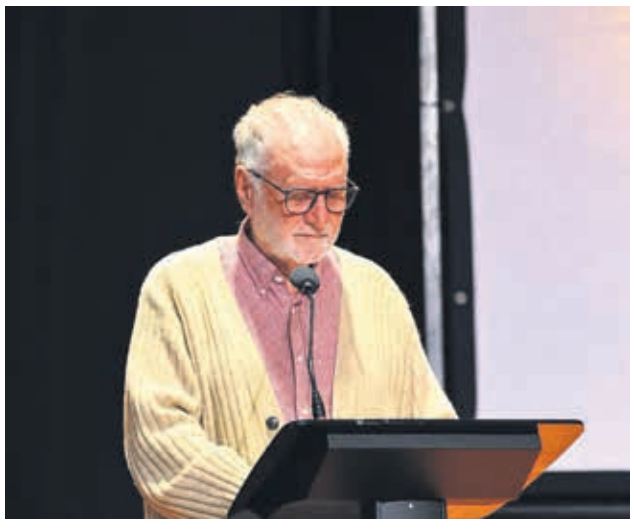



Manuel Amaya Zulueta, es un profesor licenciado en Filosofía y Letras por la Universidad de Cádiz. Licenciado en Filología Moderna por la Universidad de Sevilla y en Filología Hispánica, por la Universidad de Cádiz.

Manuel Amaya, es especialista en Poesía Española, muy en particular la del siglo XX.

Entre sus premios destacan: Premio Internacional de Novela Luis Berenguer, el Poemario ganador en el Bahía de Algeciras y el de la Fundación de la Unicaja de Málaga.

Sus obras son elegantes, enriquecidas con simbolismos y metáforas, que florecen entre reflexiones filosóficas. Si tenemos en cuenta que Manuel Amaya procede de uno de los tronos del flamenco, ya tenemos asegurado el embrujo y el hechizo del sentimiento.



El filósofo-poeta, Manuel Amaya Zulueta

La nieve es verde,
nadie se ha dado cuenta
que va manchando los perfiles…
Mas cuando te paseas por la nieve
una mujer llega a tu pensamiento.
Es la misma mujer.
Quizá por eso la nieve no sea blanca…
Aunque, lo admito, aún me mira
bajo pestañas tibias.
Reconozcamos que el frío siempre es joven
aunque quede cercana la partida.

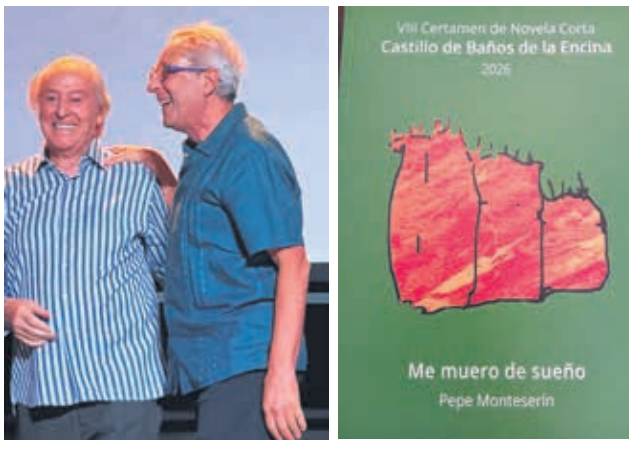
Fragmentos:
En esa sinfonía de derrotas
donde el tiempo se acerca con fiereza
para derribar esos viejos relojes
que velaron con esperanza nuestros sueños



Pepe Monteserín es un maestro de la prosa, con más de 60 obras editadas y más de 7000 artículos publicados en prensa, sobre todo en el periódico Nueva España, el más influyente de Asturias.

Pepe Monteserín es un colaborador de la Cadena Ser y participa en tertulias y actos culturales con la televisión autonómica asturiana.

En su novela, sus protagonistas, Alzira y el Hombre Foca viven una historia del amor entre dos perdedores, que se complementan en sus respectivas limitaciones.




Monteserín con Monteagudo

Monteserín es un escritor polifacético, multidisciplinar y multidimensional, un autor auténtico y directo, que escribe y habla con el corazón. Y todo hombre que habla con el corazón, merece ser escuchado con el corazón de los demás.



Pepa Cantarero entregando al poeta valenciano Carlos Rubio Garro su premio, por su poemario ganador: "La abeja de lo íntimo"

A continuación se impartieron los premios del IV Certamen local de microrrelatos "Villa de Baños de la Encina".

Hubo dos clasificaciones.
Juvenil de 12 a 14 años, que recayeron en:



Alberto Zamora Banderas



Gema Espinosa Fernández



Álvaro García Prados



Ana María Rumí Sampedro

Ganadores Juveniles de microrrelatos (15-17 años).

El I Festival de la Palabra de Baños de la Encina, estuvo amenizada por:



La dirección escénica fue de Rafa Núñez.






El alcalde, Antonio Las Heras Cortés, agradeciendo al público su asistencia y a los premiados, artistas y jurado, su participación en este I Festival de la Palabra.





Ricardo Campos Urbaneja
Irún (Guipúzcoa)

# ENTREVISTA A LA LOCUTORA DE RADIO CLÁSICA MARÍA DEL SER

**Queridos lectores del Granada Costa Nacional, para esta ocasión tengo el enorme placer de traer a nuestras páginas a la locutora de Radio Clásica María del Ser, Doctora en Educación Musical por la Universidad Complutense de Madrid, con la calificación de *Sobresaliente Cum Laude* por unanimidad. Titulada Superior en Flauta de Pico y en Instrumentos de la Música Antigua por el Conservatorio Superior de Música de Madrid, además de poseer el Título Profesional de Música en la especialidad de Piano y el de Ingeniera Técnica Agrícola en la especialidad de Industrias Agrarias y Alimentarias por la Universidad de Valladolid. Ha realizado el Máster en Gestión Cultural: Música, Teatro y Danza del Instituto Complutense de Ciencias Musicales (ICCMU).**

**Ha sido profesora invitada en el curso *"Ópera Oberta"* de Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, Profesora Colaboradora Honorífica del Departamento de Musicología de la Facultad de Geografía e Historia de la Universidad Complutense de Madrid, miembro del Comité de Cultura de la Universidad Internacional Menéndez Pelayo (UIMP), del Comité de Cultura Asesor de Música del Programa para la Internacionalización de la Cultura Española de Acción Cultural Española (AC/E), y del jurado del Premio Nacional de Música 2025. Es colaboradora de la revista Melómano con la sección mensual titulada "Verso libre".**

**También ha realizado labores de ponente en diversos congresos nacionales e internacionales así como en cursos e iniciativas de divulgación musical, y actualmente es autora de artículos y de notas al programa de mano de conciertos de ciclos, festivales y orquestas, y directora, presentadora y guionista de *"Grandes ciclos", "La ciudad silenciosa"* y *"El jardín de Voltaire"*, de transmisiones de conciertos para *"Fila cero" y "Los Conciertos de Radio Clásica"* y de "A cuadros en Radio 5" en Radio 5, programa dedicado a la actualidad de algunas de las exposiciones de nuestro país. Desde marzo del 2024 es Jefa de Unidad – Coordinación de Programación de Conciertos de Producción Propia (Radio Clásica).**

**Sin más preámbulos daremos comienzo a la presente entrevista, con María del Ser una enorme profesional de los medios.**

**-Quiero agradecerte María del Ser, el tiempo que me dispensas y le concedes al Periódico Socio Cultural www.granadacostanacional.es Mi primera pregunta como es ya una tradición, a qué edad y cómo te nació la pasión por la música y por querer formar parte de ella.**

-Muchas gracias a ti, Ricardo. Es un placer. La música, como el deporte, formaba parte de la educación que nos dieron mis padres. Entendida siempre como un complemento necesario para nuestro desarrollo y enriquecimiento. Era tan importante como cualquier otra materia o asignatura y de una forma muy natural, poco a poco fue teniendo una presencia en mi vida cada vez mayor.

**-Tus padres cuando supieron que deseabas estudiar música, con todo lo que eso conlleva. Te apoyaron de manera incondicional o hubieran preferido que te dedicaras en aquellos tiempos a otra cosa, más estable y segura laboralmente.**

-El apoyo fue absoluto, nunca con trabas o impedimentos. Ellos no tienen formación musical y sus respectivas responsabilidades laborales tampoco tenían nada que ver con una disciplina artística pero siempre lo valoraron y apreciaron. En mi casa se ha escuchado y se escucha música de todos los géneros. Como compaginé mis estudios en el Conservatorio con los universitarios, ese posible temor jamás existió y me atrevería a decir que, aunque no hubiese pasado por la universidad, tampoco hubieran expresado su posible deseo de que hiciera otra cosa. Mis padres me han apoyado y acompañado en mis decisiones siempre, y en todo.



**-Veo que te has titulado en numerosas carreras, de diversos palos musicales, como Flauta de Pico, Piano, en Instrumentos de Música Antigua, etc… En qué momento decidiste no dedicarte a ser música y de los instrumentos de música antigua, cuál te impactó más visualmente por sus características y su sonoridad.**

-A mí siempre me gustó la parte que, digamos, "no se ve" de cada iniciativa o proyecto, en este caso estudios y formación académica. Ahí es donde, en muchos sentidos, está el aprendizaje, en toda esa labor de introspección y de búsqueda que exige el compromiso con ello. Y estos instrumentos me permitían efectivamente eso, lo que su propia palabra indica. Ser instrumentos, herramientas que me abrían la puerta a toda esa parte que debe ir antes de una interpretación musical en sí. En el caso de la flauta de pico y el traverso barroco es evidente el campo que permite abordar: unas épocas no solo de la historia de la Música sino de la historia en su más amplio sentido absolutamente fascinantes. Y de esa fascinación surgió la realización de mi tesis doctoral en el ámbito del estudio de los tratados y su enfoque pedagógico, con un trabajo previo centrado en la ornamentación del siglo XVII. El piano es un instrumento que demanda una vida dedicada a él, no tenemos más que ver ejemplos alrededor… Por eso no podría elegir ninguno, porque los tres instrumentos han supuesto formas diferentes de acercarme a la disciplina musical, completamente complementarias y diría incluso necesarias.



**-En tus momentos de descanso, tocarás algún instrumento para no perder la práctica y desconectar de tu día a día laboral, en la Radio. Nos puedes contar si haces recitales en veladas familiares.**

-Muy ocasionalmente suelo tocar "para mí" el piano, la flauta de pico y el traverso barroco, pero no en el ámbito familiar o cercano. Lo hago por puro disfrute personal y como una forma más de descubrimiento y complemento a mis responsabilidades profesionales. Todo me aporta. Cuando dispongo de tiempo para el descanso, en ese "alejamiento", llamémoslo así, del día a día laboral, suelo leer mucho y hacer deporte.

**-También te has sacado un Título en Ingeniería Técnica Agrícola en la especialidad de Industrias Agrarias y Alimentarias, un campo que sorprendentemente se aleja bastante de la música clásica. De dónde te salió el interés por sacarte dicha carrera, y qué nos puedes contar de ella.**

-Siempre me ha apasionado todo lo que tiene que ver con el campo y el ámbito rural. Era una forma de acercarme a todo ello de una manera académica, ordenada y con una intención de aprendizaje y de valoración de lo que implica una ingeniería. Desde la parte más práctica hasta la más específica que pasaba desde luego por las Matemáticas, la Estadística, la Física o el Dibujo técnico.

El proyecto fin de carrera fue una evaluación enológica de varias cepas de levaduras de la variedad de uva Verdejo en la D.O. Rueda y recuerdo con mucho afecto toda la parte de laboratorio, un aprendizaje que me hace apreciar y valorar con conocimiento la disciplina sin dedicarme de forma profesional a ello, naturalmente.

**-Durante tu periplo como estudiante, qué maestros te marcaron mucho por sus enseñanzas y modo de ver el mundo, y que te mejoraron como persona.**

-De todos tengo algún recuerdo particular al que asociarlos y, por tanto, hay un aprendizaje porque todos ellos tenían diferentes formas de mirar, de ver no solo la materia que enseñaban sino su propia forma de transmitir esas enseñanzas. La formación como persona no la asociaría a ninguno de ellos sino más bien a los afectos, a la relación con mi familia y con mi reducido círculo de amigos, al igual que a la propia experiencia con las personas ajenas a estos dos contextos de los que también se aprende para modelar y dar forma a lo que se quiere o no se quiere ser, sobre todo lo segundo. Ser buena persona exige un

esfuerzo adicional que, en mi opinión y si se me permite la licencia de expresarlo así, solo se consigue si esos dos pilares que menciono son sólidos, y si la forma de sus respectivas presencias en mi vida, así como la mía en la de ellos, es la adecuada. Me siento una afortunada al poder decir que nos cuidamos mucho recíprocamente.

**-A lo largo de tu carrera, has realizado diferentes actividades, de profesora, ponente, autora de artículos, divulgadora musical, directora, presentadora, guionista… De todas ellas en cuál te sientes más cómoda, y qué te gustaría hacer en un futuro próximo para proseguir con esa evolución profesional.**

-No me quedaría con ninguna ni descartaría ninguna. Todas ellas forman parte de mi perfil profesional de una forma necesaria y complementaria y mi único deseo es seguir contribuyendo, humildemente, a comunicar la música desde un punto de vista que permita llegar a la mayor cantidad de personas posible y abordada desde cualquier contexto, no solamente el musical. Si se me perdona la "osadía", a que cuando se pueda comunicar de esta forma, quienes lo reciban lleguen a pensar que el mundo puede ser mejor, si se quiere, y que, además, merece la pena.

**-En la actualidad presentas especialmente el programa de Radio Clásica *"Grandes ciclos"* y "*La ciudad silenciosa"*, también algunas transmisiones de conciertos, y durante la programación de verano *"El jardín de Voltaire"*, que suelo escuchar siempre que puedo. En el que nos lees textos profundos de escritores y nos haces reflexionar sobre la vida. Cómo fue tu entrada en RTVE, y del nacimiento de dicho programa.**

-Comencé en octubre de 2016 con el programa "Líneas adicionales" gracias a la confianza que depositó en mí Carlos Sandúa, Director de Radio Clásica en aquel momento, y también Sergio Pagán. Una confianza y una valentía por su parte que supuso un absoluto estímulo para mí en ese tratar de responder con categoría a las circunstancias. Además del absoluto privilegio y el honor que para mí supone dirigir y presentar, durante ya ocho años, uno de los programas más longevos de la emisora como es "Grandes ciclos". Esto implica también una responsabilidad que procuro mantener cada día con el compromiso y la ilusión del primer día cuando ellos me lo ofrecieron. Y siento un agradecimiento profundo a esa libertad que se me permitió de poder elegir el enfoque y el modo de hacer ese programa.

Es muy importante para mí sentir que he de estar a la altura en cada momento, porque, insisto en esto, aunque para quienes amamos nuestro trabajo es un privilegio poder dedicarnos a ello, no deja de hacer que uno se autoexija dar lo mejor de sí mismo pensando siempre en el servicio que se está ofreciendo. Ese dejarte de lado tú para dar importancia a lo que realmente la tiene, que es el contenido que se prepara. Es un juego intelectual y muchas veces también sentimental muy profundo porque hay una implicación muy especial precisamente por la propia línea del programa. Emocionarse con las vidas de los compositores, con la gestación de las obras, con la intrahistoria que hay detrás de algunas de ellas, los testimonios… Se convierte en algo muy hermoso y es hasta casi necesario, diría yo, si se quiere hacer en términos de excelencia.

A esto se añade que, en su momento –y aquí me remito a 2017-, ellos aceptaran programar aquella propuesta personal que les presenté y que fue "El jardín de Voltaire", que nos ha dado también muchas alegrías. Un programa del que cada día recibimos mensajes, correos electrónicos e incluso cartas por correo postal con comentarios absolutamente maravillosos de algunos de nuestros oyentes que comparten sus vivencias por la relación que establecen con los contenidos. Profesionalmente, para mí, no hay mayor satisfacción que esa: saber que cumples una buena función y que ofreces un servicio que va más allá de lo tangible.

**-Qué proyectos a futuro tienes y qué nos podrías adelantar sobre ellos, sin llegar a gafarlos. Tal vez dar el salto a la TV, escribir algún libro sobre la música, alguna novela, dar un paso como intérprete, o quizás llevar un cargo público relacionado con tu carrera agraria y alimentaria.**

-Naturalmente, la última opción que me planteas es inviable y no entra de ningún modo en mi hoja de ruta más que disfrutar de esa formación y de ese conocimiento adquirido de un modo sereno en mi día a día. Con continuar creciendo, disfrutando y haciendo disfrutar a los oyentes con mi trabajo, hecho con tanto gusto y dedicación, me considero plena en ese sentido. A esto añado también ese seguir caminando, por decirlo así, y estar siempre receptiva y preparada para afrontar los retos que se vayan planteando con seguridad, firmeza y confianza en mí misma.

**-A lo largo de la historia de la música, han existido numerosos instantes que han llenado páginas doradas. En el caso de María del Ser, a qué momento de todos ellos le gustaría asistir si pudiera, bien como locutora, música o público, para vivirlo en primera persona y por qué.**

-A todo lo que suponga un impacto en la vida intelectual y emocional de las personas. Para mí es igualmente especial un programa de los de nuestro día a día que una transmisión en directo preparada durante mucho tiempo o una sustitución de última hora. Todo es importante, todo aporta, todo enriquece y todo hace más fuerte. Todo conlleva una implicación profesional y también personal que es lo que me hace vivir mi trabajo con un gran compromiso, gran alegría y un profundo sentido de agradecimiento por poder hacer lo que hago. No quiero dejar de lado aquí la necesaria mención a que nada de todo ello sería completo si no tuviera la inmensa fortuna de tener a mi lado una familia y unos amigos, muy pocos, como decía, que me acompañan en todo y con quienes puedo compartirlo.

**-Sabemos que todas las personas tienen manías o supersticiones, en mayor o menor medida. En el caso de María del Ser, tiene alguna confesable y que no te de vergüenza reconocer, antes de ponerte ante el micrófono.**

-No tengo especialmente ninguna, ya que probablemente eso me generaría alguna dependencia que prefiero evitar. Sí es cierto que antes de ponerme ante el micrófono, o ante cualquier otra cosa que haga en el ámbito profesional, me gusta mucho haberlo preparado previamente ya que lo asumo como una forma de respeto a los oyentes, a los públicos en términos generales o a quienes vayan a dedicar una parte de su tiempo a escucharte. Si no fuera posible, por las circunstancias (la radio, a veces, es así…), me gusta tener algún momento aunque sea breve para hacer un ejercicio mental previo de concentración, mejor si puede ser en silencio (ese bien que últimamente se está convirtiendo en un lujo por lo excepcional), y focalizar la atención en ello sin "interferencias". Cumplimos una función, y en cualquier circunstancia debemos por tanto ser responsables, consecuentes y, sobre todo, coherentes.

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

-Sí me gustaría hacer algunos apuntes sobre la labor que se está haciendo en Radio Clásica en el




ámbito de las transmisiones de conciertos. Como responsable de la Coordinación de Programación de Conciertos de Producción Propia, creo importante en el proyecto de emisora que se abra a la mayor cantidad de comunidades autónomas y provincias posibles. Desde mi incorporación a esta nueva responsabilidad en marzo de 2024 y siempre desde la gran labor previa en este sentido, estamos logrando llegar a prácticamente todas las regiones de España lo que ya está viendo (y esperamos siga siendo así), su reflejo en la propia parrilla de programación. Es un esfuerzo muy muy grande, en el que entran en juego muchas variables y circunstancias, muy particulares en ocasiones, por la gran cantidad de departamentos y recursos humanos implicados.

**Sin más, quiero agradecerte enormemente María del Ser, el tiempo que me has dispensado para esta entrevista que verá la luz en el Periódico Socio-Cultural Granada Costa. 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 tus preferencias artísticas.**

**¡Muchas gracias, María del Ser!**

-Muchas gracias a ti, Ricardo, un placer.

**PREGUNTAS TIPO TEST**

**¿Un personaje histórico?** Isabel II del Reino Unido.

**¿Una época?** El siglo XVII.

**¿Un pintor?** José Manuel Capuletti.

**¿Un escultor?** Gian Lorenzo Bernini.

**¿Un escritor?** Ignacio Peyró.

**¿Un poeta?** Federico García Lorca.

**¿Un libro?** Darse a la lectura, de Ángel Gabilondo.

**¿Una película?** Tous les matins du monde, de Alain Corneau.

**¿Un director de cine, teatro o televisión?** Jonathan Miller.

**¿Un actor?** Robert de Niro.

**¿Una actriz?** Meryl Streep.

**¿Un compositor?** Maurice Ravel.

**¿Un cantante?** Victoria de los Ángeles.

**¿Un músico?** Trevor Pinnock.

**¿Un plato favorito?** Cualquiera hecho en mi casa.

**¿Una flor?** La cala.

**¿Un animal?** El caballo.

**¿Una estación del año?** El invierno.

**¿Un lugar donde residir?** Valladolid.

**¿Un lugar que te gustaría visitar antes de morir?** Una ruta por los castillos del Valle del Loira.

**¿Un color?** El blanco.



Enrique Martínez
Palma de Mallorca

# NOCHE DE FIESTAS PATRONALES II
# EL ORADOR Y SU PUEBLO
## El Tte. Alcalde nos habla de trabajo y progreso tirando del carro

A mi pueblo de "Cultura Castellana Mediterránea, quiero unirlo a MOLVIZAR, por su Imperio Literario, en la llanura de Castilla la Mancha, y Capital de Albacete, de dos hijos Ilustres de Barrax, este Autor y, Benjamín Palencia de fama mundial, por su arte creativo, de genio y figura de artístico pintor. En esta noche agosteña presente trabajo pretende construir una definición del legado literario de autor, así como de los elementos que lo conforman a partir de las opiniones expresadas por escritores, periodistas, gestores y profesores universitarios y también de la literatura existente, en el marco de la tesis doctoral en curso "Fundaciones literarias de Autor: Se define en primer lugar el legado literario con aspectos de interés como literario, la bibliografía sobre el autor, la biblioteca privada, la propiedad intelectual, los lugares físicos y objetos asociados a la memoria. Finalmente se realiza una propuesta de síntesis para su definición de este libro EL CABALLERO DE BARRAX, inspirado en la "Cena de las Fiestas Patronales y, en su orador don Juan Manuel Vandelvira, dónde daba ánimos a seguir adelante y tirar del Carro, ya que es nuestro deber como esta luz que nos alumbra, cada uno en el puesto de su trabajo, seguiremos en tener un pueblo de progreso y moderno, dando ejemplo, dando ejemplo en el bien social de Cultura y enseñanza en las Aulas de modernidad de profesores, escritores y poetas. Todos juntos, yo estoy con todos, cuando me necesitáis, ahora en familia y pueblo, estás juntos en esta cena de nuestras Fiestas Patronales y, nuestro descanso anual; todos viva San Roque y nuestro Tópico Toro de Fuego- Turístico Nacional.

Con palabras bien pronunciadas de buen orador, el señor Vandelvira me hizo recordar mi juventud y de mi infancia. Desde que aprendí en mis estudios el pretérito perfecto, empecé a escribir y quise compararme con nuestro paisano Benjamín Palencia, y con los grandes maestros de la 'Cultura Renacentista y Barroca', no sé si lo habré conseguido como escritor y poeta. Pero sí he conseguido que mi nombre y el de mi nacencia, esté en las páginas de la historia, de la 'Cultura Mediterránea y Castellana', con este nuevo libro 'El Caballero de Barrax', con un notable reconocimiento a don Enrique García Solana, por su gran esfuerzo y gastos de sus ahorros, para formar y crear estos 'Hijos de la Historia' de Molinos de Viento-Castilla La Mancha, en su pueblo natal Munera, recreo para el visitante, de admirar 'El Molino de la Bella Quiteria'. Con un especial reconocimiento al honorable Ayuntamiento de Barrax. Destacándose la Excma. Diputación de Castilla-La Mancha, en su programa de Catalogación y Restauración de los Molinos de Viento Harineros.

Hoy muchos de los molinos se han quedado dentro de la ciudad, porque ha ido creciendo en su urbanización y aprovechando su espacio se ha creado en su entorno zonas verdes y amplios parques ajardinados, dándole a la ciudad un atractivo de la Edad Media y Moderna. Con fuentes de agua y cascadas, creando un ambiente de higiene y de recreo saludable. La salud hoy en día es ante todo lo que cuenta en todos los países civilizados, ya que vivimos, cada vez más, en un mundo en el que las formas tradicionales de vida se han fragmentado. Se han producido múltiples estilos de relaciones humanas, en construir nuevas formas de convivencia, fortaleciendo la actividad física y cultural con estos nuevos parques; ya lo decía Cicerón (de Senectute s.I a.de C.) que la actividad física, social y mental son necesarias para alcanzar una buena edad avanzada.

Me he dado grandes paseos con mis amigos y paisanos, por el parque natural de Castilla-La Mancha, y ver a Don Quijote, hombre gigante como él imaginaba a los molinos de viento. Albacete está despierta a la modernización con su gran industria artesanal de las navajas y su 'Feria e Internacional de Septiembre', donde el visitante disfruta de las delicias del bien, de gente sencilla y amable, es una virtud pasear por sus calles, anchas y bien asfaltadas de ascensos desplazamientos. Estas referencias están en mi nuevo libro '*El Caballero de Barrax'* y también de una hipótesis que están en los escritos de Platón y Aristóteles. Estos dos filósofos griegos afirmaban que sólo conociendo el carácter de las gentes, se puede llegar a conocer el bien y su virtud, de ser buenos ciudadanos y como se define cada una de ellas, siendo Albaceteños, trabajadores y honrados. Educados en la vida práctica, en el quehacer del mañana, futuro y presente, de buenos escritores y periodistas.

Sus crónicas están dirigidas a las consecuencias de la felicidad que sólo el ignorante puede obrar mal, en la sociedad civil ignorando sus leyes e incompatibles con las reglas del juego establecido; por esta civilización moderna, porque no se puede optar por la libertad frente a la vida en un sentido general.



Con estos conocimientos, Albacete con sus campos llanos y de cereales, donde el labriego sueña con sus grandes cosechas, quizás un sueño hoy de antaño, pero siempre habrá vida por sus pastos y ganadería de grandes rebaños. Qué hermosa capital, porque donde no hay vida tampoco hay pan y paz.

Ya se sabe que la libertad es el precio del pacifista escéptico y está representado por Bertrand Russell, autor de la fórmula 'Más vale rojo que muerto', claramente partidaria del valor universal de la vida frente al valor universal de la libertad, que está en el contexto de esta dudosa sabiduría es un excesivo escepticismo. ¿Qué es ser libre? ¡Qué vale la libertad! Ni cual es el valor de los preceptos morales surgidos por diversos profetas. Pero al menos sé cuál es el valor de los preceptos morales surgidos por diversos profetas. Pero al menos se puede saber con certeza dónde termina la vida, donde comienza la muerte. Mientras haya vida se puede recuperar los esfuerzos para recuperar la libertad, en la obediencia de cada individuo y saber valorar el bien del mal, experimentando en la formación de los movimientos sociales y pacifistas; en las nuevas generaciones de escritores y poetas, como este libro *'El Caballero de Barrax - Viento y Molienda'* de Enrique Martínez de Barrax. Estas dos obras pretenden construir una definición del legado literario del autor de dos pueblos unidos, Barrax y Munera.

Desde entonces la literatura ha ido evolucionando con el paso de los años, desde 1955 - 2025, don Enrique García Solano, como periodista y ensayista, dejó un testimonio invaluable. Su obra periodística incluye la obra Cervantina de Basilio y la Bella Quiteria, textos donde aplicó la Creación de un Certamen poético cada año en el Molino de la Bella Quiteria, como en Barrax la Cuerva Literaria del Cerro del Molino, donde fue el principal artífice invitado de honor del cronista oficial don Francisco González Bermúdez, y por los poetas Ismael Belmonte y el joven Enrique Martínez recitando con su adaptación a la métrica, formando una política coherente, dejando un legado en cuatro grandes géneros: épico, lírico, didáctico y dramático.



José Antonio Bustos
Empresario y Escritor
Almuñécar (Granada)

# EXCESO DE SENSIBILIDAD

**Aquel gobernante era como un gallo que creía que el sol se había levantado para oírlo cantar (Proverbio chino)**

Ha venido mi amigo Juan a visitarme a casa y hablar, como siempre, de la política del momento. Me pregunta que cómo llevo la precampaña de las elecciones del día 29 y a qué partido pienso votar. Le he manifestado mi preocupación por todo lo que vemos y oímos a diario en los medios de comunicación, y que todos los ciudadanos venimos sufriendo. Como sé de sus sentimientos y emociones, para no echarle más leña al fuego le digo que a mi edad intento que todo me resbale, porque de lo contrario estaría expuesto a que me diera un infarto y en el menor de los casos a que me amargue la vida, y no estoy dispuesto a que eso ocurra.

En cuanto qué pienso votar lo tengo muy claro: no al PSOE de ahora, que está rebosando de corrupción, de robos, que ha roto el Estado de Derecho ocupando los tres poderes de la democracia, que permite la invasión de Ceuta sin hacer nada, y a eso antes se le llamaba "traición y cobardía…" para qué seguir, no terminaríamos con las maldades de este gobierno. Después de decir estas cosas estuve a punto de soltar un taco, cualquier ordinariez, pero como no soy político, ni subdelegado de gobierno ni ministro, pues me contuve.

Juan, por el contrario, con voz excitada, me dijo que estaba preocupado, desilusionado y muy cabreado, no puede evitarlo, y aunque no quiere, pues en su vida material le afecta poco, no así en su alma que lo tiene amargado.

Respecto a quién votar, también lo tiene claro: No al PSOE, y tampoco a ningún otro partido, porque no piensa votar.

En cuanto que haya decidido no votar, estoy en desacuerdo con él, pues en situaciones tan críticas como las que nos afligen ahora tan nefastas, es necesario elegir entre las muy malas y las menos malas. Comprendo su amargura y su desilusión, porque durante muchos años ha sido militante del PSOE, ha trabajado para el partido y creía en su ideología, y en su práctica, pero en lo que se ha convertido desde que tomó el mando el Sr. Zapatero y después el Sr. Sánchez ha sido un golpe muy duro, y a cierta edad no se tienen fuerzas para soportarlo con indiferencia y aceptarlo con entereza; pues la desilusión es una dura prueba.

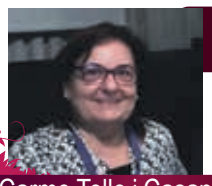
Juan me ha escuchado con atención con la cabeza baja y en silencio, no sé si le habré convencido pues lo que está ocurriendo está dentro de los cambios generacionales de los tiempos actuales y si no acepta al menos resignarse, pero en absoluto debe amargarnos la vida. Después de escucharme interviene y dice: "Cómo puedo resignarme y aceptarlo cuando el que ha sido mi partido tiene un ministro en la cárcel por robar, un fiscal general inhabilitado por prevaricación, el hermano del presidente inhabilitado por cobrar un gran sueldo sin trabajar, su mujer imputada por tráfico de influencias, y además la hace catedrática sin tener estudios, ¿Tenían necesidad de hacer estas cosas? Podemos decir lo de Julio César: "La mujer del César no sólo tiene que estar libre de culpas sino de sospecha". Pronunciar el lema del PSOE que era: "Cien años de honradez", hoy no tiene cabida. No quiero seguir porque como tú dices me puede dar un infarto.

Ahora en el pueblo como saben que he sido socialista activo, algunas personas me miran atravesado, y otras se ríen de mí, me dice Juan compungido. Sigo con el tema y le digo que padece un exceso de sensibilidad. Se queda un momento mirándome en silencio y, finalmente pregunta qué quiero decir con eso de que tengo un "exceso de sensibilidad". Sonrío y le digo que acabo de leer un libro de Pío Baroja titulado "Juventud y Egolatría", y él dice que la sociedad, como la vida y la Naturaleza no es buena ni mala. Cuando resulta mala para cualquier hombre es porque tiene una "sensibilidad excesiva" para su época, y en ese caso, no es un ser normal, es un enfermo.

Juan repite varias veces: "tengo un exceso de sensibilidad, y por tanto, estoy enfermo". Quiere decir que la persona sana y normal es la que es insensible a todos los males que están ocurriendo en España. Ver las calles ardiendo, asaltar las tiendas para robar y destruir es normal y tener salud; pactar con los etarras y sacarlos de la cárcel es tener salud… Y en la política exterior regalar por su cuenta el Sahara a Marruecos, enfrentarse a Israel y a Estados Unidos…

Lo último, en estos días de precampaña todo un presidente del gobierno bailando en los mítines, ¡dónde se ha visto bufonadas tan grandes y ridículas! Como se conduce por caminos de altanería y arrogancia y, le aplauden su caterva de aduladores, no se da cuenta de que todo el mundo se ríe de ellos. Todo esto me duele, no lo puedo remediar. Está endiosado.

Le pregunto cómo calificaría este gobierno y sin vacilar dijo: "traidor, inepto y cobarde al partido y a España".



Psicóloga clínica
Dra. Carme Tello i Casany
Lleida

# EL TURISMO SEXUAL TAMBIÉN SE DA EN NUESTRAS CIUDADES

El pasado 14 de octubre, FAPMI-ECPAT España organizó una jornada *on line* sobre: *"La violencia hacia la infancia y la adolescencia en los contextos de viajes y turismo"*. Dicha jornada abordó los principales retos vinculados a la protección de niñas, niños y adolescentes en los contextos de viajes y turismo. Se presentó el informe diagnóstico del *III Foro de Turismo e Infancia del 2025*[1]. Como ponentes participaron organizaciones especializadas y representantes del sector turístico, que, desarrollaron una visión conjunta a partir de las evidencias disponibles y de las posibilidades de actuación que comparten. Expusieron herramientas prácticas y las posibilidades de su aplicación práctica en el sector. Los asistentes pertenecían tanto a representantes del sector turístico, administraciones públicas, como entidades especializadas en la infancia y de protección frente a la violencia y derechos humanos, e investigadores y profesionales interesados en promover entornos de viajes y turismo más seguros y protectores para la infancia y la adolescencia.

El desarrollo del turismo en los años cincuenta dio lugar al aumento del turismo sexual que afecta a la infancia. El Congreso Mundial de Estocolmo[2] de agosto de 1996, contra la explotación sexual de menores con fines comerciales, permitió definir mejor este fenómeno. Posteriormente y a partir de las conclusiones de dicho congreso, la Comisión Europea[3] emitió un comunicado el 27 de noviembre del mismo año sobre la lucha contra el turismo sexual que afecta a los niños. En dicho comunicado planteaba que los Estados miembros y la industria del turismo se implicaran aún en mayor medida en la lucha contra este tipo de explotación. Para ello, propuso alentar la elaboración y la aplicación de normas de conducta respetuosas de la ética del turismo de acuerdo con la Carta del Turismo y con el Código del Turismo de la Organización Mundial del Turismo, aprobados en 1985.

El turismo es uno de los sectores que más beneficios económicos reporta mundialmente y su crecimiento en los últimos años ha sido imparable. Sin embargo, su impacto no es solo económico, sino que también es un fenómeno social y cultural y, por lo tanto, repercute en el entorno natural, en los visitantes y en la población local. Un aspecto menos conocido es el turismo sexual no solo en los países del tercer mundo sino en nuestra sociedad occidental. Y los efectos de la violencia sexual en el contexto del turismo en NNA pueden ser particularmente relevantes.

Tradicionalmente se considera turismo sexual aquel que se refiere a viajes organizados estrictamente dirigidos a mantener relaciones sexuales con menores, generalmente en países del tercer mundo. Si bien no queda tan claro este tipo de turismo, lo que es cierto es que este tipo de violencia[4] hacia la infancia y la adolescencia no solo no ha disminuido, sino que ha aumentado y su naturaleza ha cambiado. Los agresores sexuales ya no son solamente hombres blancos de mediana edad, ricos y occidentales. Sino que pueden ser tanto extranjeros como locales, jóvenes o adultos. Puede que estos delincuentes sean pederastas, pero la mayoría no lo son. Los viajeros locales, nacionales o regionales representan la mayor parte de estos delincuentes. Son delincuentes "situacionales", es decir, que participan en la explotación sexual de niñas, niños y adolescentes a causa de una oportunidad, porque sienten que no son observados y que pueden salirse con la suya. En realidad, no existe un delincuente típico, porque pueden ser tantos turistas, viajeros de negocios, trabajadores migratorios y transitorios, emigrantes, o voluntarios de la sociedad civil. La mayoría de los delincuentes sexuales no planearon previamente el crimen, lo cometieron porque tuvieron la oportunidad y creyeron que podían salirse con la suya sin ser perseguidos o condenados. A esta situación debe añadirse otro factor de riesgo que son las redes sociales y los móviles, que han generado, no solo el aumento de nuevas vías para la explotación, sino que los delincuentes salen reforzados en su impunidad.

Tenemos mucha información sobre el problema de la explotación sexual en el contexto de los viajes y el turismo que padecen los NNA en países con más dificultades a nivel social y económico del tercer mundo, pero olvidamos que este problema también se da al lado de nuestra casa. España no es ninguna excepción, pero este tipo de violencia sexual no tiene tanta visibilidad como debería de tener. Ninguna niña, niño y adolescente es inmune. Ciertamente algunos son más vulnerables que otros, tales como las minorías marginadas, niños de la calle, y LGBTIQ+, pero no son los únicos. Lamentablemente esta violencia se ejerce en todo tipo de situaciones socioeconómicas y las víctimas no sólo son pobres o marginales. De ahí la importancia de esta jornada que pretende dar visibilidad a esa lacra social. Porque la fuerza de este tipo de violencia está en su invisibilidad y en que se piense que se está ejerciendo a miles de kilómetros en lugar de aceptar y darnos cuenta de que también, a nuestro lado, tenemos este tipo de violencia contra nuestros NNA, y que se están vulnerando los derechos de los NNA en el marco del turismo seguro.

Pero, ¿de qué datos disponemos en España sobre esta lacra? La Fiscalía General del Estado, en su Memoria de 2026[5], referida a la actividad de 2025, registra cinco menores entre las 96 víctimas detectadas en determinadas diligencias por delitos agravados por ejercicio de la prostitución. No obstante, advierte de dificultades de poder hacer una investigación real viviendas particulares y alquileres vacacionales de corta duración en destinos turísticos, por lo que no queda claro que las cinco víctimas detectadas fueran realmente explotadas por turistas. Al presentar estas cifras como un recuento directo de turismo sexual infantil, sin un desglose específico, no se terminan de estudiar y analizar los datos reales de la explotación sexual infantil y adolescente en España. Por ello, pensamos que para que estos estudios fueran reales deberían utilizarse las estadísticas de trata y explotación como indicadores parciales, complementadas con las investigaciones fiscales sobre contextos turísticos. Jornadas como las organizadas por FAPMI-ECPAT España están en esta línea, tanto para visualizar el problema como para la toma de conciencia de las administraciones implicadas.

Dra. Carme Tello Casany
Psicóloga clínica, presidenta de:
Associació Catalana per la Infància Maltractada ACIM
Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil
FAPMI-ECPAT España

1 Fapmi-ECPAT España. Informe de conclusiones y propuestas. III Foro Turismo e infancia.pdf (3.54 MEGABYTE)

2 https://www.mpd.gov.ar/index.php/documentos-t/otros-documentos/declaracion-y-programa-de-accion-de-estocolmo-primer-congreso-mundial-contra-la-explotacion-sexual-comercial-de-los-ninos-1996

3 https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=LEGISSUM:l33093

4 Explotacion-sexual-de-la-infancia-y-la-adolescencia-turismo.pdf (0.99 MEGABYTE)

5 Memoria de la Fiscalía General del Estado 2025

# ENTREVISTA A DON JOSÉ CALVO PANIAGUA



Ángeles Martínez Martínez
Madrid

Doctor “cum laude” en Fisioterapia por la Universidad Complutense de Madrid. Fisioterapeuta, docente e investigador.

**INTRODUCCIÓN**

Queridos socios y lectores de nuestro querido periódico cultural GRANADA COSTA: hoy tengo el placer de presentarles a José Calvo Paniagua, un joven profesional que reúne preparación, entusiasmo y una extraordinaria inquietud por seguir aprendiendo. Su presencia y simpatía no pasan inadvertidas ¡bien podría haber desfilado para alguna firma de prestigio!, pero su vocación lo llevó por otro camino: el de la fisioterapia, la docencia y la investigación al servicio de las personas. Detrás de su amplio currículum descubriremos, sobre todo, a alguien que cree en el valor humano de cuidar.

**¿POR QUÉ ELEGISTE UNA PROFESIÓN TAN BONITA Y NECESARIA?**

Elegí Fisioterapia porque quería dedicarme a una profesión que me permitiera ayudar a las personas de forma cercana. Me ilusionaba contribuir a mejorar su salud, pero, sobre todo, su calidad de vida: que pudieran recuperar su autonomía, volver a disfrutar de lo que les gusta y sentirse más seguras en su día a día. Acompañar a alguien en ese proceso tiene para mí un valor enorme.

Desde el principio también tenía claro que quería enseñar e investigar. Me atraía compartir lo aprendido y buscar respuestas que nos ayudaran a cuidar mejor. Hoy siento que la asistencia, la docencia y la investigación nacen de una misma inquietud personal: comprender a las personas y contribuir a que vivan mejor.

**¿CÓMO DEFINIRÍAS TU PERFIL PROFESIONAL?**

Soy fisioterapeuta del Servicio Madrileño de Salud y he desarrollado mi trayectoria entre la Atención Primaria y el ámbito hospitalario. A esa experiencia asistencial se suman la gestión de equipos, la docencia universitaria y la investigación. Soy doctor cum laude en Fisioterapia por la Universidad Complutense de Madrid y he participado como investigador principal en proyectos financiados por la FIIBAP, además de ser primer autor de publicaciones científicas internacionales sobre telerehabilitación y COVID persistente.

También tuve la oportunidad de asumir responsabilidades de gestión como responsable de Fisioterapia de la Dirección Asistencial Norte, entre 2020 y 2022. Fue una etapa que reforzó mi interés por mejorar la organización de los servicios y el trabajo en equipo.

**¿QUÉ FORMACIÓN ACADÉMICA TIENES?**

Mi formación incluye el doctorado cum laude en Fisioterapia por la Universidad Complutense de Madrid; un máster oficial en Estudio y Tratamiento del Dolor; el Grado en Fisioterapia por la Universidad Rey Juan Carlos (2012), donde previamente obtuve la Diplomatura en Fisioterapia (2010); formación de experto en Rehabilitación Basada en Pilates por la Universidad Complutense; y formación universitaria de experto internacional en Dirección, Gestión y Administración Sanitaria.

**¿QUÉ IDIOMAS TIENES?**

Mi lengua materna es el castellano y cuento también con un nivel B2 de inglés y de italiano.

**HAS PASADO POR LA ASISTENCIA, LA DOCENCIA Y LA GESTIÓN. ¿CÓMO HA SIDO ESE RECORRIDO?**

Mi trayectoria en el SERMAS comenzó en Atención Primaria, en 2013, y después se amplió al ámbito hospitalario, en el Hospital Universitario de Móstoles. Entre 2020 y 2022 desempeñé el puesto de responsable de Fisioterapia de la Dirección Asistencial Norte.

En paralelo, he colaborado en actividades formativas con HEDIMA, AMIR Formación y otras instituciones. Mi recorrido universitario incluye la Escuela Universitaria Salus Infirmorum, vinculada a la Universidad Pontificia de Salamanca; la Universidad Complutense de Madrid; y la Universidad Rey Juan Carlos. La docencia me permite compartir experiencia con futuros profesionales, pero también aprender continuamente de sus preguntas y perspectivas.

**TENGO ENTENDIDO QUE TAMBIÉN HAS PARTICIPADO EN INVESTIGACIONES Y PUBLICACIONES CIENTÍFICAS. ¿QUÉ DESTACARÍAS?**

La investigación es una parte fundamental de mi trabajo. He sido investigador principal de un proyecto financiado por la FIIBAP, desarrollado en el entorno de la Atención Primaria madrileña, sobre telerehabilitación en personas con síntomas persistentes tras la COVID-19. El objetivo era estudiar cómo una intervención de fisioterapia a distancia podía contribuir a mejorar aspectos como la disnea, el esfuerzo percibido y la calidad de vida.

He participado en publicaciones científicas internacionales como primer autor y en comunicaciones presentadas en jornadas de investigación. También formé parte de iniciativas de trabajo orientadas a la recuperación funcional de pacientes tras la COVID-19. Lo que más me interesa de investigar es que las preguntas que surgen en la consulta puedan convertirse en respuestas útiles para otras personas.

**ADEMÁS DE TU FORMACIÓN UNIVERSITARIA, ¿EN QUÉ ÁREAS HAS SEGUIDO ESPECIALIZÁNDOTE?**

He procurado mantener una formación continua y diversa: ecografía musculoesquelética, dolor crónico y neurociencia, ejercicio terapéutico, método Perfetti, punción seca, vendajes funcionales, neurología, razonamiento clínico y telerehabilitación. También me he formado en promoción de la actividad física en personas mayores, salud comunitaria, entrevista motivacional, investigación clínica y cualitativa, seguridad del paciente, gestión de proyectos, liderazgo, comunicación científica y organización de servicios sanitarios.

Para mí, actualizarse no consiste únicamente en acumular cursos, sino en incorporar conocimientos que permitan atender mejor a cada persona y responder a nuevos retos profesionales.



**¿Y QUÉ OTRAS EXPERIENCIAS PROFESIONALES HAN MARCADO TU CAMINO?**

Antes y durante mi trayectoria en la sanidad pública trabajé en distintos entornos asistenciales: la clínica BIOS de Madrid (2009-2016), atención domiciliaria con La Cruz Azul (2011-2014), Canal Salud 24 en el polideportivo Navalcarbón de Las Rozas (2012-2014), el Centro Médico GAVA de Navalcarnero (2012-2014) y el centro geriátrico El Pinar de Aravaca (2013).

He participado asimismo en talleres de ergonomía y educación para la salud, actividades docentes en Healthcare Digital School y la Escuela Madrileña de Salud, y acciones formativas del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid, entre ellas la campaña dirigida a costaleros. Esa variedad de experiencias me ha ayudado a comprender la fisioterapia desde perspectivas muy distintas.

**CON UN CURRÍCULUM TAN INTENSO E INTERESANTE, ¿QUÉ TIENES AHORA ENTRE MANOS?**

Creo que una de las cosas más bonitas de esta profesión es que siempre ofrece oportunidades para seguir aprendiendo y aportando. Soy una persona inquieta y considero que alcanzar una meta no significa llegar al final del camino, sino descubrir nuevos retos.

Actualmente estoy elaborando un proyecto de investigación con pacientes ingresados en el Servicio de Medicina Interna del Hospital Universitario de Móstoles. Además, existe la posibilidad de desarrollar otra investigación vinculada a la Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia Salus Infirmorum, de la Universidad Pontificia de Salamanca.

En el plano profesional, me gustaría seguir avanzando hacia puestos de responsabilidad y gestión. Ya tuve la oportunidad de ejercer como responsable de Fisioterapia de la Dirección Asistencial Norte entre 2020 y 2022, y aquella experiencia confirmó mi interés por liderar equipos, impulsar proyectos y contribuir a mejorar los servicios sanitarios. Entiendo la gestión como otra forma de cuidar: creando condiciones para que los profesionales puedan ofrecer la mejor atención posible.

**¿HAY ALGÚN SUEÑO O PROYECTO PERSONAL QUE TODAVÍA QUIERAS CUMPLIR?**

Sí. Tengo una ilusión pendiente: participar en un proyecto de voluntariado como fisioterapeuta y poner mis conocimientos y experiencia al servicio de personas en situaciones de especial vulnerabilidad. Creo que sería una vivencia muy enriquecedora, tanto en lo profesional como en lo personal.

Además, tengo previsto comenzar el Grado en Psicología el próximo año. Siempre me ha interesado comprender mejor las emociones, los comportamientos y las circunstancias que influyen en la salud. Estoy convencido de que esa formación puede enriquecer mi trabajo asistencial, docente y de gestión.

Todavía tengo muchos sueños y proyectos por cumplir. Conservo la ilusión con la que empecé, pero ahora la acompaño de más experiencia, nuevos conocimientos y ganas de seguir construyendo mi futuro. Si algo he aprendido, es que siempre queda algo por descubrir y alguna persona a la que podemos ayudar.

Da gusto entrevistar a personas tan activas, preparadas y con tantas ganas de seguir aprendiendo. José Calvo Paniagua nos demuestra que la vocación no está reñida con la ambición de crecer, siempre que el propósito sea mejorar la vida de los demás. Su trayectoria puede servir de inspiración a muchos jóvenes que están comenzando a elegir su camino.

Te doy mi más sincera enhorabuena por tu trabajo y, especialmente, por la ilusión y la humanidad con las que hablas de él. Muchas gracias por concedernos esta entrevista para nuestro periódico cultural GRANADA COSTA, en nombre de su director y en el mío propio.



Juan Martínez Martínez
Berja - Almería

## RINCÓN DEL TAICHÍ

# BA DUAN JIN – LAS 8 JOYAS

Ba Duan Jin, las famosas Ocho Joyas del Chikung, es una tabla de ejercicios practicada desde hace muchos siglos, dividida en 8 secciones, llama la atención que unos movimientos tan sencillos produzcan tantos beneficios en la salud. Los movimientos se deben practicar de una forma relajada, sin interrupciones, de una manera fluida y constante. Solo se utilizará la fuerza en momentos muy concretos. Aunque la tabla la formen 8 trabajos muy distintos entre sí, en realidad hay que trabajarla como si todo fuese un solo ejercicio de principio a fin. Es muy importante respetar el orden de los movimientos ya que cada movimiento prepara el cuerpo para el siguiente y los efectos de un movimiento depende del anterior, convirtiendo así la tabla en un trabajo consciente de principio a fin en el que destacamos la simetría y armonía de su ejecución.

Los beneficios de trabajar Ba Duan Jin son muchísimos, siempre teniendo en cuenta que cada persona los va a sentir de forma diferente y por supuesto de forma gradual según el tiempo que dedique a la práctica. La ejecución de la tabla requiere de una muy depurada técnica pero cada persona tiene que adaptarla a su condición física. La idea es obtener los beneficios que aporta y no que por intentar una ejecución espectacular no consigamos esos beneficios o lo que es peor que nos podamos dañar o lesionar, lo correcto es tener la supervisión de alguien preparado para ello. Con una práctica constante y correcta no solo vamos a mantener nuestra salud, sino que nos va a ayudar a mejorarla.

Esta tabla en la actualidad se trabaja con una base común, pero sí es cierto que existen tantas versiones como escuelas que las practican, es más, yo diría que como maestros que las dirigen, puesto que a la hora de enseñarla en clase, siempre se le aporta algunos matices personales que en mi opinión, si son mínimos, consigue unificar y diferenciar a los alumnos de esa escuela.

En cuanto a su historia y procedencia ocurre lo mismo, han llegado muchas versiones que dependiendo de la escuela o del maestro, se le va a dar más credibilidad a unas que otras, para mí, sin duda, la mejor es la relacionada con Yue Fei:

Yue Fei nació en el año 1.103 en China fue un General de la dinastía Song, considerado héroe nacional y convertido en una figura legendaria por su valentía, disciplina y sobre todo por su lealtad. A él se le atribuye la creación de una serie de ejercicios que sus soldados practicaban. Estos ejercicios conseguían que sus soldados, tras unas largas travesías de muchos días incluso meses, montados a caballo, llegaran al frente de batalla con muy buena salud y fortaleza, con lo cual lograban vencer al enemigo, victorias que conseguía en todas sus batallas. Esto hizo que el general consiguiera mucha fama y a su vez fuese foco de muchas envidias y traiciones, pero, esta vida tan interesante la veremos en otro artículo. En cuanto a la tabla de ejercicios no han llegado pruebas que demuestre que Yue Fei sea su creador, es más, la práctica tiene una historia más amplia y sus orígenes se remontan a tradiciones chinas antiguas de cuidado del cuerpo y la salud. Y si sumamos que en una tumba descubierta en el año 1973 y que corresponde a miembros de la dinastía Han (206 aC al 220 dC) se encontraron unos paños de seda con unas figuras bordadas que representaban a la perfección estos ejercicios, con este hallazgo queda claro que ya se conocían bastantes siglos antes. Quizá lo más interesante no sea demostrar si Yue Fei inventó cada movimiento, sino comprender cómo su nombre quedó unido a esta práctica. Al fin y al cabo, preparar el cuerpo, aprender a respirar y mantener la mente centrada son cosas que tienen mucho sentido tanto para un guerrero como para cualquier persona que quiera cuidarse.

En el Chikung no se trata de hacer más fuerza que nadie, llegar más lejos que el compañero o ejecutar los movimientos a toda velocidad. Se trata de aprender a conocernos un poco mejor cada día. Cada movimiento nos ofrece una oportunidad para trabajar algo más que el cuerpo: la paciencia, la atención, la constancia y la capacidad de relajarnos sin perder la estabilidad. Hoy no necesitamos prepararnos para una batalla ni empuñar una espada. Nos basta con encontrar un poco de espacio, dejar las preocupaciones a un lado y dedicar unos minutos a movernos con atención. Cuando levantamos los brazos para sostener el cielo, abrimos el pecho o nos elevamos sobre las puntas de los pies, estamos haciendo algo aparentemente sencillo. Pero detrás de esos movimientos hay coordinación, equilibrio, respiración y paciencia.

Se trata de aprender a conocernos un poco mejor cada día.

Dentro de los muchos beneficios está comprobado que desarrolla el sistema respiratorio, la fuerza en las extremidades, la flexibilidad de las articulaciones, fortalece los nervios, incrementa el equilibrio, mejora el sistema cardiovascular, mejora la respuesta inmune y aumenta la resistencia al envejecimiento, y sobre todo, afecta de manera positiva a la salud mental y emocional.



Ejercicio 1: Sostener el Cielo.

La elevación de las manos entrelazadas empujando al cielo y el descenso con los brazos estirados ayuda a mejorar la circulación de la sangre dentro de los órganos.

Ejercicio 2: Disparar al Halcón.

En posición de jinete y con los brazos tensando un arco para lanzar una flecha nos ayuda a desarrollar los músculos de las piernas y brazos, y la apertura y cierre de la caja torácica masajea y mejora el funcionamiento de nuestros pulmones.

Ejercicio 3: Separar el Cielo y la Tierra.

Al empujar con una mano hacia arriba y la otra hacia abajo y girar el cuerpo mirando hacia atrás, vamos a fortalecer todos los músculos y articulaciones de la columna vertebral y costillas. Y al tener el cuerpo retorcido



acumularemos energía y masajearemos los órganos internos del tronco (triple calentador).

Ejercicio 4. Mover la Cabeza y Cola.

En posición de jinete y con las manos apoyadas en los muslos cerca de las rodillas, inclinaremos el cuerpo hacia un lado y lo trasladaremos hacia el otro involucrando a músculos de la cabeza y cuello, cintura y abdomen, glúteos y piernas, mejorando flexibilidad y aumentando la fuerza, masajeando los riñones.

Ejercicio 5: Lanzar los puños con mirada de enfado.

Desde la posición de jinete apretando con los pies en el suelo, tomaremos fuerza y cerraremos los puños que lo lanzaremos al frente con una mirada de enfado, estiramos las manos, giramos las muñecas y realizamos un agarre dedo a dedo y recogeremos el brazo al cuerpo para lanzar el otro brazo de la misma forma. Consiguiendo estimular los canales de energía que controlan el hígado y la tensión controlada y posterior relajación de los músculos, tendones y ligamentos nos van a fortalecer en general.

Ejercicio 6: Mirar hacia atrás para alejar las 5 enfermedades y las 7 pasiones.

Desde una posición normal vamos a girar el cuerpo para mirar hacia atrás, pero ese giro va a ir por secciones y dominado por nuestros ojos, es decir; llevamos primero los ojos hacia un lado, luego la cabeza, hombros y cadera, para volver al centro primero cadera, hombros, cabeza y por último los ojos, para repetir al lado contrario. Se realiza así una movilización muscular por secciones de cuello, hombros, escápulas, columna y sobre todo los músculos oculares que son los que guían el ejercicio. Mejorando el flujo de sangre hacia el cerebro, beneficiando el sistema central y masajeando los órganos del pecho y abdomen.

Ejercicio 7: Escalar el muro y bajar las manos por las piernas.

Elevamos los brazos y realizamos un esfuerzo como si fuésemos a escalar un muro, al bajar los brazos apoyamos las manos en la zona lumbar y bajamos las manos por las piernas haciendo una inclinación hacia adelante hasta llegar con las manos a los pies, subimos recolocando nuestra columna vertebral y repetimos. Movilizamos las vértebras y desarrollamos fuerza y flexibilidad de los músculos del tronco y piernas a la vez que se masajean los riñones, rejuveneciendo las funciones del sistema urinario.

Ejercicio 8: Levantar y bajar los talones.

Elevamos los talones y los dejamos caer al suelo para reestructurar todo el cuerpo. Lo realizaremos 7 veces procurando ir de menor a mayor en la intensidad de la caída. Al golpear el suelo con los talones se produce una vibración en las extremidades inferiores y en la columna vertebral, desarrollando los músculos de la pantorrilla, los ligamentos de los pies y mejorando el equilibrio.

Final:

Terminaremos con unas respiraciones completas, amplias y profundas, bien con ayuda de los brazos al inhalar y exhalar, o bien, con las manos apoyadas en la zona debajo del ombligo (Dantien Inferior)

# LOS DÍAS DE LA DANA: UNA REFLEXIÓN DESDE ALFAFAR



Amada Sánchez Faucón
Alfafar - Valencia

El 29 de octubre de 2024 quedó grabado para siempre en nuestra memoria. Aquel día, la DANA golpeó con una fuerza devastadora distintos municipios de Valencia, entre ellos Alfafar, y cambió en cuestión de horas la vida de miles de personas. Yo misma me preguntaba una y otra vez: «Dios mío, ¿qué está pasando?, ¿qué estamos haciendo mal?». Estábamos tan acostumbrados a pensar que controlábamos nuestra vida, nuestros horarios y hasta nuestro entorno, que de pronto la naturaleza vino a recordarnos, de la forma más dura, lo pequeños que somos y lo rápido que puede cambiar todo.

El agua llegó con una violencia difícil de explicar y, en muy poco tiempo, nuestras calles, nuestras casas y nuestras vidas quedaron cubiertas de barro, miedo e incertidumbre. Sin embargo, en medio de aquella tragedia apareció algo que nunca olvidaré: la solidaridad. Nunca podré agradecer lo suficiente lo que hicieron tantos voluntarios, muchos de ellos jóvenes que llegaron sin esperar órdenes, sin preguntar demasiado y con una única intención, ayudar. Los he visto trabajar durante horas, agotados, cubiertos de barro, entrando y saliendo de las casas, retirando muebles, limpiando calles, repartiendo agua y acercando comida a quienes más lo necesitaban.

Por ellos siento una gratitud inmensa, porque, aunque muchas personas perdieron la vida en esta tragedia, estoy convencida de que sin la ayuda de tantos voluntarios el sufrimiento habría sido todavía mayor. En los momentos más difíciles nos dieron algo que necesitábamos tanto como cualquier ayuda material: calor humano. Durante aquellos días sentí que estábamos muy solos, pero mientras faltaban respuestas, el pueblo reaccionó. Los vecinos se ayudaban unos a otros, llegaban personas desde muchos lugares y en Alfafar se habilitaron puntos para repartir comida caliente y atender a quienes lo necesitaban. Poco a poco fui comprendiendo que, aunque la situación era terrible, con personas así había motivos para confiar en que lograríamos salir adelante.

España entera se volcó con Valencia y eso me emocionó profundamente. Siempre me he sentido orgullosa de mi país, pero aquellos días ese sentimiento creció todavía más. Recordé la España de la que nos hablaban cuando éramos pequeños, aquella que se asociaba a valores como el esfuerzo, la nobleza, la valentía y la generosidad, y pensé que todos esos valores seguían vivos porque los estaba viendo delante de mí, encarnados en tantos voluntarios que lo daban todo sin esperar nada a cambio. Por eso creo que, mientras existan jóvenes capaces de actuar de esa manera, nuestro país tiene futuro.

Pero hay una parte de todo lo vivido que pesa mucho más que cualquier pérdida material, y es la pérdida de vidas humanas. Personas de nuestros barrios, conocidos, familias enteras golpeadas por una tragedia imposible de explicar. Durante aquellos días todavía había desaparecidos y resultaba muy difícil saber realmente qué había ocurrido. Como creyente, muchas veces me pregunté por qué suceden estas cosas y por qué tantas personas tienen que pasar por un sufrimiento así. Después pensé que quizá no me corresponde encontrar todas las respuestas y que lo único que puedo hacer es rezar por quienes se fueron, por quienes siguen sufriendo y por todos los que tendremos que aprender a vivir con lo que hemos visto y sentido.

Con el paso de los días, mi calle seguía llena de voluntarios que limpiaban y retiraban barro sin descanso. Se les veía cansados, porque muchos llevaban jornadas enteras trabajando, y mientras yo contemplaba aquellas montañas de muebles, colchones, sillas, mesas, ropa y todo tipo de objetos acumulados en las calles, empecé también a pensar en nuestra forma de vivir. ¿Cuántas cosas tenemos que realmente no necesitamos? Tenemos un solo cuerpo y, sin embargo, acumulamos objetos para varias vidas. Yo misma pensaba en toda la ropa que guardamos y en tantas cosas que creemos imprescindibles hasta que un día desaparecen de golpe.



Entonces recordé una frase de mi abuela, una mujer muy sabia, que decía que cuando una persona tiene el cuerpo alimentado, limpio y cuidado, necesita mucho menos de lo que cree. Aquella imagen de las casas vaciándose me llevó también a pensar en otra clase de limpieza, una limpieza interior. En momentos así uno descubre quién está realmente a su lado, quién aparece, quién pregunta, quién ayuda y quién, sencillamente, desaparece. Algunas personas que creíamos importantes dejan de estar, mientras otras, a veces casi desconocidas, son capaces de darlo todo por nosotros.

Por eso pensé que, igual que estábamos sacando de nuestras casas aquello que ya no servía, también podía hacer algo parecido con mis sentimientos y con determinadas relaciones. A veces dedicamos demasiado tiempo a personas que no nos corresponden de la misma manera, y quizá sea necesario aprender a hacer sitio para quienes sí quieren estar y compartir de verdad nuestra vida. Tal vez esa sea otra de las enseñanzas que me ha dejado esta tragedia.

La DANA del 29 de octubre de 2024 nos quitó muchas cosas. Algunas podrán recuperarse y otras no volverán jamás, pero también nos recordó algo esencial: las casas pueden llenarse de barro, los muebles pueden desaparecer y nuestras seguridades pueden venirse abajo en cuestión de minutos, pero al final lo verdaderamente importante son las personas, las que permanecen, las que ayudan y las que están cuando todo se derrumba. Después de todo lo vivido en Alfafar, esa es una lección que ya nunca olvidaré.

## UN SECADERO EN MI PATIO

# Mi primera operación de hernia discal I



Francisco Ávila González
Escultor y escritor
Maracena (Granada)

En 1970 fue el año de la «Huelga de la Construcción de Granada», donde murieron tres albañiles; uno de ellos, Antonio Huertas Remigio, de Maracena. A mí y a otros albañiles de Maracena nos cogió trabajando en Torre Cardela, haciendo dos viviendas y unas naves para instalar un matadero industrial de carnes y chacinas al por mayor. Las obras estaban a cargo de dos cuñados que habían estado trabajando en el extranjero y querían instalarse aquí, en su pueblo natal, para probar suerte en la industria cárnica.

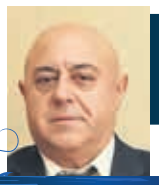
Una vez terminada la obra de las dos viviendas y un bajo amplísimo, con cámara frigorífica y poyos alicatados de azulejos blancos para el trajín de la elaboración de la matanza, después hubo que cercar la finca en toda su longitud de cinco marjales de terreno de fábrica; de ladrillo hueco doble protegido con pilares de pie y medio, a una distancia de cinco metros uno del otro. A mí me tocó, como siempre, rematar la obra.

Conforme se iba terminando la cerca, yo empecé a quejarme de una dolencia lumbar que se fue agravando cada vez más, hasta que ya no podía adoptar otra postura que no fuese andar agachado para terminar la cerca. Tan fuerte se estableció el dolor, que me tuvieron que montar en un vehículo del promotor y traerme a mi casa.

Me tiré tres o cuatro meses con unos tremendos dolores en la parte lumbar. Horribles. No contaba con seguro para una operación casi desconocida por ese tiempo. Mi hermano Manuel quería llevarme a un curandero que él conocía y que solía visitar las casas nuevas de la Barriada de Bobadilla. En ocasiones se dejaba caer por el Centro de Fermentación como un pordiosero, con barba tupida y cayado en forma de serpiente. Respondía al nombre de «El Santo Custodio».

Un día, Lourdes, una mujer joven de las que había allí trabajando con todos nosotros, me llamó aparte y me dijo, en confianza, que había una persona que estaba sufriendo mucho por mi dolencia, que por qué no iba a su casa, que esa persona tenía el remedio milagroso para curarme del mal que me aquejaba. Yo sabía que todo esto era invento de mi hermano Manuel, que estaba preocupado por mis dolencias y creía que el Santo Custodio tenía la solución en sus manos...

Aportaciones Jurídicas



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

# -EXPOSICIÓN SOBRE "LAS INSTITUCIONES PENITENCIARIAS", CON MOTIVO DEL 40º ANIVERSARIO DEL C.P. "EL ACEBUCHE" DE ALMERÍA

El Centro Penitenciario de Almería "El Acebuche", cumplió este año el 40º Aniversario de su apertura el pasado 14 de julio, aunque su inauguración oficial se produjo el 20 de octubre por el entonces Ministro de Justicia Sr. Ledesma, tal y como consta en la placa de entrada al mismo.

Por tal motivo su actual Director Dº. Nahúm Alvarez Borja, junto con su Equipo Directivo y en especial con la creación de una "Comisión Organizadora" específica para tales fines, de la que yo he formado parte, se ha volcado en los actos conmemorativos de dicha efeméride y entre los diferentes actos programados, se encuentra la Exposición sobre "LAS INSTITUCIONES PENITENCIARIAS", de la cual el Director me ha hecho directamente responsable, nombrándome Comisario de la misma, dada mi condición de funcionario del Cuerpo Especial de Instituciones Penitenciarias, durante 38 años, de los cuales los últimos 25 los he pasado como Jefe de Servicios en el Centro Penitenciario de Almería y anteriormente como Jefe de Centro, aunque llevo ya dos años jubilado, pero debido a mi gran vocación y compromiso con mi trabajo y con la Institución Penitenciaria, desde que aprobé dichas oposiciones en 1986, (Precisamente el mismo año de la apertura del C.P. de Almería), pues he ido recopilando y guardando todo tipo de documentos y objetos relacionados con la prisión, como títulos, carnets, tarjetas de dinero penitenciario, pinchos carcelarios, etc, incluso la Medalla al Mérito Penitenciario, con la que oficialmente se me reconoció mi labor durante todos esos años de servicio, entrega y compromiso con la Institución donde todo el colectivo penitenciario desempeñamos en nuestro día a día, una encomiable labor para cumplir con los fines constitucionales de "la Reeducación y Reinserción social de los internos".



**Autoridades (De izquierda a derecha), representantes de la Diputación, Subdelegación del Gobierno, Centro Penitenciario, Ayuntamiento, Junta de Andalucía y el Comisario de la Exposición Francisco Martínez, en el acto oficial de inauguración de la exposición.**

Las prisiones son, desgraciadamente unas Instituciones cerradas con un concepto social muy deformado de la realidad, especialmente transmitido de forma negativa por las películas de cine, que para nada coinciden con nuestro avanzado sistema penitenciario, sobre todo si pertenecen además a países donde la prisiones y la normativa penitenciaria sigue siendo muy arcaicas y muy alejado del nuestro, el cual es además uno de los más avanzados y garantista del mundo y prueba de ello es que la mayoría de internos extranjeros prefieren cumplir sus penas de prisión en España en lugar de solicitar el traslado para cumplir la pena en sus países de origen.

Debido a este gran desconocimiento del sistema penitenciario, por parte de la ciudadanía en general, es por lo que, entre otras cuestiones personales he aceptado el gran reto de preparar una exposición de esta envergadura, a pesar de llevar ya esos dos años jubilado, para que todo el mundo tenga un conocimiento real, claro, directo, objetivo y documentado del funcionamiento diario de las prisiones en España, como mi ¿última? aportación a la Institución en la que he pasado toda mi vida laboral y en la que he sido muy feliz, aprendiendo mucho de lo que los internos me han enseñado sobre la miseria humana, sobre los graves errores que cometemos, sobre cómo destrozar una familia a la que en el fondo sigues queriendo y sobre las consecuencias que tienes que asumir para pagar esa deuda a la sociedad, cuando cometes un delito, con el cumplimiento de una pena de prisión.

Debo de reconocer que quizás no era consciente del gran reto que estaba aceptando, pero era tanta la ilusión y el compromiso con la Institución que me puse manos a la obra allá por el mes de abril, desde que el Director me lo propuso y desde entonces empecé a recopilar cosas personales mías y de algunos compañeros que me han prestado, así como a preparar una serie de paneles informativos sobre toda la historia, pasado y presente de la enorme evolución que hemos tenido tanto en las arquitectura propia de las nuevas prisiones como en el Derecho Penitenciario nacional e internacional, con la evolución legislativa desde el origen de la pena de prisión.

La exposición se ha llevado a cabo en el Centro de Innovación Cultural "KATIUSKA", que es un local inaugurado a principios de año y perteneciente al Área de Cultura del Ayuntamiento de Almería, sito en el barrio La Chanca-Pescadería, el cual nos lo han cedido oficialmente desde mediados de agosto, hasta el 24 de septiembre, día de "La Merced", Patrona de Prisiones, momento en que la exposición quedó clausurada.

En dicho local, he montado personalmente la exposición que consta de 51 paneles o cuadros con toda la información y documentación histórica y presente, los cuales iban colgados en las paredes y divididos en 13 sectores por materias homogéneas. Debajo de los cuadros he colocado todos los objetos y manualidades de artesanía hechas por los internos del Centro, piedras talladas, etc, así como la colocación al final del local de un despacho de 1943 labrado en madera de la dirección de la prisión antigua, también, la colocación de seis maniquíes donde se han exhibido los distintos uniformes penitenciarios desde 1980 hasta la actualidad.

En el centro del local se han colocado cinco vitrinas grandes de cristal donde se han expuesto multitud de objetos, condecoraciones, medallas, títulos, carnets, etc, pero en especial lo que más ha llamado la atención, por el "Morbo" que representan, han sido los objetos requisados a los internos como "Pinchos" de fabricación casera, máquinas de tatuar, etc, entre otras muchas cosas.

La exposición se inauguró el 7 de septiembre por la tarde, con la asistencia de todas las autoridades civiles y militares e instituciones públicas y privadas de Almería y los representantes de todas las Administraciones Públicas, como Ayuntamiento y Diputación de Almería, Junta de Andalucía y obviamente de la Administración General del Estado (Subdelegación del Gobierno y Centro Penitenciario), así como muchísimos compañeros, familiares y ciudadanos interesados en ver dicha exposición, terminado el acto protocolario con los discursos pertinentes se descubrió un gran cuadro de recuerdo de la inauguración y se sirvió una copa de bienvenida para todos los asistentes.

Durante el 8 al 24 de septiembre la exposición ha permanecido abierta al público en general en horario de museos, en turno de mañana y tarde, excepto los lunes y los domingos por la tarde.

Mi presencia ha sido constante durante todo ese tiempo como Comisario de dicha exposición, para poder enseñar, acompañar, guiar y explicar a los visitantes todos los objetos y documentos expuestos, transmitiéndole a todos de manera personal el verdadero sentido y espíritu de la exposición, pues no en vano el principal objetivo de la misma era enseñar a todos los ciudadanos la realidad y el funcionamiento diario de las prisiones españolas, acercándoles al mundo penitenciario de una manera objetiva, transparente y libre de prejuicios sociales creados por la prensa sensacionalista y las películas sobre prisiones, donde solo destacan el morbo y todo lo negativo de las mismas.

La exposición ha recibido según el control de acceso, alrededor de 800 visitas, de ciudadanos-as y de colectivos de todo tipo, los cuales han mostrado gran interés por todo lo expuesto y han quedado asombrados del gran desconocimiento que en general el ciudadano tiene de la realidad penitenciaria y sobre todo, de la gran labor humana que se realiza con los internos en todos los ámbitos de su vida, dirigida a su rehabilitación y reinserción social, cuando salgan en libertad por haber cumplido con la pena de prisión que una Autoridad Judicial le impuso por la comisión de un delito.



**Exposición de uniformes penitenciarios desde 1980 hasta la actualidad.**

Como prueba de la satisfacción de todos los visitantes, son los casi 200 comentarios muy positivos que han dejado en el Libro Oficial de Firmas que a tal efecto se diligenció el día de la inauguración por parte del Director y el Comisario de la exposición, reflejando en el mismo no solo todos los objetos expuestos, sino mis comentarios, explicaciones, anécdotas e historias paralelas con las que acompañaba cada panel y objeto expuesto.

Por otro lado, hemos tenido una cobertura enorme de los medios de comunicación y redes sociales, así se han interesado en la misma dándole difusión y publicidad, Telecinco TV, Canal Sur TV, Interalmería TV, Diario de Almería, La Voz y el Ideal de Almería, además de redes sociales como Almería Postureo y Lo que pasa en Almería, incluso Onda Cero Radio, en un programa en directo sobre el barrio La Chanca-Pescadería, lugar físico de la exposición.



**El Comisario de la Exposición Francisco Martínez con uno de los 51 paneles informativos.**

Por todo ello puedo confirmar como Comisario de dicha exposición que ha sido todo un éxito y que ha superado enormemente las expectativas iniciales que tanto el Director como yo teníamos en la misma, con lo cual me siento enormemente recompensado y satisfecho de mi enorme trabajo, dedicación y empeño que le he puesto a la misma, además del gran reconocimiento que ha supuesto personalmente para mí la "**Distinción Especial**" que el Centro Penitenciario del Acebuche me hizo públicamente por tal motivo en los actos oficiales del Día de la Merced.

# LA MUERTE LOS HIZO SILENCIOSOS/ LA POESÍA LOS HIZO ETERNOS



Ana María López Expósito
Profesora y Escritora
Madrid

Hay lugares en los que la literatura parece adquirir una dimensión diferente. Son los cementerios donde descansan los poetas. Allí, entre lápidas, cipreses y silencios, como viajera visitante comprendí que la muerte no siempre consigue poner punto final a una vida dedicada a la palabra. Se podría decir que la muerte de un poeta no significa necesariamente el final de su existencia. Soy consciente, que las tumbas de los grandes poetas poseen algo diferente. No son sólo lugares donde reposan unos restos humanos: se convierten en espacios simbólicos donde parece descansar también una parte de la historia de la literatura. Ante algunas de estas tumbas tuve la sensación de que el tiempo se había detenido y que el mármol guardaba silencio, pero los versos continuaban hablando. Entonces pensé que el silencio de la tumba puede hacer más poderosa la voz del poeta. Los cementerios de escritores constituyen, en cierto modo, grandes bibliotecas de piedra. Cada lápida contiene una historia; cada nombre recuerda una época; cada inscripción puede convertirse en una puerta hacia una obra.

Me siento afortunada por ser una viajera infatigable y puedo decir que he visitado algunos de estos lugares y siempre he sentido la misma emoción: la extraña sensación de estar muy cerca de alguien que ya no está, pero cuya voz continúa acompañándonos.

Cuando visité Roma por primera vez uno de mis objetivos fue visitar la Pirámide de Cestia, ya que en ella se encuentra la tumba de John Keats, uno de los grandes poetas del Romanticismo inglés. Murió en 1821, con apenas veinticinco años. Sobre su lápida quiso dejar una frase estremecedora: "Here lies one whose name was writ in water", Aquí yace alguien cuyo nombre fue escrito en el agua, encarna la fragilidad del genio joven, incomprendido y precozmente desaparecido. Keats temía que su nombre desapareciera. Pero ocurrió exactamente lo contrario. El nombre que él imaginaba destinado al olvido se convirtió en uno de los nombres inmortales de la poesía universal. Cuando permanecí ante su tumba, pensé en esa paradoja. El poeta había muerto joven, pero sus versos habían encontrado una forma de eternidad que ninguna enfermedad podía destruir.

En cambio, cuando visité París y entré en el cementerio de Montparnasse, sentí que caminaba por una de esas páginas donde la literatura y la muerte se encuentran. Entre las avenidas silenciosas del cementerio, bajo la sombra de los cipreses y rodeada de nombres que pertenecen a la historia de la cultura, buscaba una tumba muy especial: la de Charles Baudelaire, el poeta de Las flores del mal.

Confieso que me costó encontrarla, a pesar de las indicaciones, tal vez por la impaciencia de lograr ese objetivo que me había planteado años atrás. Su hallazgo produjo en mí una emoción difícil de explicar. Ante aquella lápida desaparecía por un instante el bullicio de París. Ya no estaba frente al poeta que había escandalizado a la sociedad de su tiempo, ni ante el escritor que convirtió la belleza, el dolor, la melancolía y la decadencia en materia poética. Estaba ante un hombre que había muerto joven, a los cuarenta y seis años, y cuyo cuerpo descansaba allí, en Montparnasse. Me quedé unos minutos en silencio.

Pensé entonces en aquella extraordinaria capacidad de Baudelaire para descubrir poesía donde otros solamente encontraban tristeza. Él supo mirar las calles de París, sus multitudes, sus luces y sus sombras, y transformar la experiencia de la ciudad moderna en literatura. En sus versos convivían la belleza y la podredumbre, el deseo y el hastío, el cielo y el abismo. Entonces depositè un ramo de violetas encima de la tumba. Después me arrodillé y leí uno de sus poemas preferidos, “El albatros”. Al rato leí un poema de mi autoría, que me había inspirado su obra; lo escribí en él en el Gran Café Gijón de Madrid una tarde otoñal viendo caer la lluvia tras los cristales. Le titulé: “Desierto de oquedades” y lo publiqué en mi primer poemario “Luces y sombras verticales” en 2018. A continuación, les muestro la letra:

Cortina de humo. Idioma perdido. /Máscaras danzantes. Orillas de abismos. /Alambrada de turbulentas espinas. /Silencio vertical. Maremotos. /Dolor que no cesa. Rabia acumulada. /Hueco que esconde nombre fecha y rostro. /Hueco que esconde hastío en la materia gris. /Una esperanza de plata. /Una esperanza de fuego. /I love you. I love you very much. / Flores que son instantes. Días sin rumbo fijo. /Corazón de trueno, poemas que gimen en la noche. / Cueva adormecida /como pintor en tinieblas, /sin lienzo ni pincel, como canto sin música. /Oquedad verde mar de nostalgia/ empujada al indomable abismo. /Emerges al mundo, sin horas de amor, /como flor te evaporas más allá de palabras. /El concierto de oboes solloza/en tenebrosos atardeceres. /Una esperanza de plata. /Una esperanza de fuego./

I love you I love you very much. /I love you I love you very much.

Quizá por eso su tumba me produjo una sensación paradójica: allí descansaba el hombre, pero el poeta parecía estar en todas partes. Mientras contemplaba la lápida, pensé que todo cementerio puede guardar los restos del poeta, pero no su voz. La tierra puede recibir su cuerpo, pero no puede sepultar sus palabras. A pocos metros descubrí el cenotafio conservando la memoria del poeta.

Salí del cementerio lentamente. Al regresar a las calles de París, la ciudad parecía diferente. Comprendí que Baudelaire había convertido aquellas entrañables calles en materia de su poesía. La ciudad que yo contemplaba con mis propios ojos era, en cierto modo, también la ciudad que él había observado más de un siglo atrás.

Tras aquellas experiencias comprendí que los poetas no mueren del todo cuando mueren sus cuerpos. Mueren solamente cuando dejamos de leerlos. Baudelaire continúa viviendo en cada lector que abre Las flores del mal, en cada persona que descubre en sus versos una belleza escondida en la oscuridad, en cada mirada que aprende a contemplar París —o cualquier otra ciudad— con mayor profundidad.

Por eso, cuando abandoné Montparnasse, no sentí que me alejaba de Baudelaire. Sentí que me llevaba conmigo una parte de su poesía y de su espíritu. Y mientras caminaba por París, aquella ciudad inmensa y luminosa me pareció, durante unos instantes, una de las flores que Baudelaire había dejado creciendo para siempre sobre la tumba del tiempo.

Pensé en las palabras de Alfredo Saldaña en su ensayo, "la poesía es la tumba del poeta". El poeta se entierra voluntariamente en el lenguaje para sobrevivir a su cuerpo. Cada vez que alguien lee un verso por segunda o centésima vez, el poeta habla de nuevo.

Llegué a la conclusión que los personajes más notables descansan en discretas sepulturas. Así lo pude apreciar en la tumba de Baudelaire y rememoré la de Menéndez Pidal, en la madrileña Sacramental de San Justo. Algo semejante podría decirse de Edgar Allan Poe, cuya tumba en Baltimore fue durante mucho tiempo un lugar modesto, casi olvidado. Con el paso de los años, sin embargo, se convirtió en un sitio de peregrinación literaria. Durante décadas, un visitante anónimo —conocido como the Poe Toaster (Brindador de Poe)— acudía cada diecinueve de enero, aniversario del nacimiento del poeta, para dejar tres rosas y una botella de coñac sobre la lápida.

No es casual que muchos epitafios hayan sido redactados por los propios escritores. La lápida funciona como un último gesto literario: una frase breve destinada a sobrevivir a quien la escribió. Uno de los ejemplos más conocidos se encuentra en la tumba de William Shakespeare, en Stratford-upon-Avon: “Blessed be the man that spares these stones, And cursed be he that moves my bones.” Bendito sea el hombre que respete estas piedras, y maldito quien mueva mis huesos. La advertencia tiene algo de conjuro.

En la Literatura española, Mariano José de Larra representa una de las figuras más potentes de esta intersección entre literatura y muerte. Su suicidio en 1837, a los 27 años, fue interpretado por la posteridad como un acto estético, romántico y casi programático. Su tumba, en el cementerio de San Justo, ha sido visitada, evocada y citada desde entonces. Especialmente notable es la visita de Gustavo Adolfo Bécquer, quien, según la tradición, acudió a la tumba de Larra en la noche del 13 de febrero, aniversario de su muerte, y escribió uno de sus textos más conocidos, "El miserere", donde la voz de los muertos se mezcla con la música espectral. Larra se convierte, así, en un símbolo: no solo del fracaso político de su tiempo, sino de la persistencia de la palabra más allá de la vida.




También pienso en Oscar Wilde, en París, ante su monumental sepultura de Père-Lachaise; en Federico García Lorca, cuya ausencia y memoria siguen profundamente ligadas a Granada; en Rosalía de Castro, en Santa Teresa de Jesús, Neruda, Cervantes, Sor Juana Inés de la Cruz, en Antonio Machado, enterrado en Collioure, donde su tumba se ha convertido en un lugar de peregrinación literaria; o en tantos otros escritores cuyos nombres permanecen unidos para siempre a los lugares donde reposan.

Cada tumba cuenta una historia.

Para los interesados en ampliar conocimientos sobre este tema les sugiero lean a Cees Nooteboom, “Tumbas de poetas y pensadores”, publicado por Siruela.

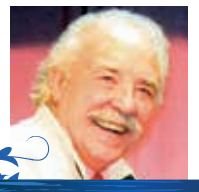
Es probablemente la referencia más directa para este tema. Nooteboom viaja por distintos países para visitar las tumbas de los escritores que admira y establece, mediante la literatura, una especie de diálogo con ellos.

También existe toda una tradición poética relacionada con los cementerios. En la literatura inglesa del siglo XVIII surgió incluso el llamado «Graveyard School» o «poetas de cementerio», cuyos autores reflexionaban sobre la muerte, las tumbas, los epitafios y la fugacidad de la existencia. Entre ellos están Thomas Gray, Edward Young, Robert Blair y Thomas Parnell.

En principio, un sepulcro señala una ausencia: indica que un cuerpo ha dejado de existir. Pero cuando ese sepulcro pertenece a un poeta, el significado del lugar se modifica. La lápida afirma la muerte del individuo, mientras que la obra continúa generando nuevas lecturas. El cementerio, espacio asociado habitualmente al silencio, se convierte entonces en un lugar atravesado por el lenguaje.

# A-rimando seguirá escribiendo su historia con el corazón y letras de oro

## Curso lectivo 2026 – 2027



Francisco Ponce Carrasco
Valencia
Escritor y Periodista

Somos un grupo que lleva diecinueve años de trayectoria y que ahora inicia su curso número 20 bajo el mismo ideario de progreso literario 2026-2027 con la ilusión renovada de seguir compartiendo escritos, poemas, presentaciones y ediciones de libros, pero, sobre todo, cultivando la amistad, el compañerismo y el aprecio que nos profesamos.

Porque hemos aprendido durante este tiempo, que las palabras pueden llenar páginas, pero son los sentimientos los que dan sentido a lo que escribimos.

A-rimando abrió su ciclo el 26 de octubre 2026, con una nueva Directiva: Alfredo Pérez <<Presidente>>, Ricardo Collado <<Secretario>>, Francisco Ponce <<Presidente de honor>>, Antonio Baños <<Secretario de honor>> y María Bohigas <<Coordinadora>> en la mesa, almacenando infinidad de ideas por cumplir, junto al entusiasmo de los asistentes quienes saben que todavía tienen mucho que aportar, junto a numerosas emociones que compartir.

- *Nos proponemos ampliar nuestro aforo, enriquecer nuestras actividades y progresar en las distintas disciplinas literarias y artísticas en las que venimos trabajando, sin olvidar los éxitos colectivos y los reconocimientos individuales que avalan nuestra trayectoria.* (Nos dice el presidente y el secretario)

Detrás de esta larga trayectoria y visión de futuro, hay muchas horas de trabajo, lecturas, reuniones, proyectos, publicaciones y, naturalmente, alguna que otra discrepancia, porque hasta entre las mejores plumas puede surgir una coma fuera de sitio.

No obstante, hemos sabido mantener lo esencial: el respeto por las ideas ajenas, la voluntad de superación y el placer de compartir aquello que nace de nuestra imaginación y de nuestras vivencias.

Esta nueva andadura viene acompañada de una noticia especialmente gratificante: disponer de un nuevo local donde continuar desarrollando nuestras inquietudes. Por ello, queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a las personas que han gestionado y hecho posible esta cesión, así como a las autoridades del Excelentísimo Ayuntamiento de Valencia, que han confiado en nuestro proyecto y nos han facilitado este espacio.

Su colaboración constituye una muestra de apoyo a la cultura, a la participación ciudadana y a esos colectivos que, desde la cercanía y el esfuerzo desinteresado, contribuyen a enriquecer la vida social de nuestro entorno.

A-rimando no pretende descubrir la literatura, que ya tiene suficientes siglos de historia, ni competir con los grandes nombres de las letras. Nuestra aspiración es más sencilla y, al mismo tiempo, muy valiosa: aprender, crear, compartir y demostrar que la cultura no tiene edad cuando existen ganas de expresarse y personas dispuestas a escuchar.

Comenzamos, pues, el curso 2026-2027 mirando al futuro con optimismo, ilusión y responsabilidad con la lectura de los asociados y la entrega a nuestros músicos Horacio Garrido (Acordeón) y Josep Aznar (Saxofón) de una placa de reconocimiento a sus aportaciones.

Deseamos que este nuevo espacio situado en;

**Plaza de FRANCISCO JAVIER GOERLICH LLEÓ (ARQUITECTE)**

**(Entrada por calle Industria, 36 - VALENCIA - DP. 46022**

se convierta en punto de encuentro, albergue de ideas y hogar para las palabras; donde los versos despierten emociones y los libros sigan siendo puentes entre las personas.

A nuestros compañeros, colaboradores, lectores, miembros de la “Tuna de Medicina” y amigos, gracias por formar parte de esta historia.

Que vengan muchos cursos más, nuevos proyectos, publicaciones, reconocimientos y, por encima de todo, muchos momentos de amistad. Porque en A-rimando sabemos que la literatura nos reúne, pero es el cariño el que consigue que permanezcamos unidos.

**¡Feliz inauguración del curso 2026-2027! Que sigamos rimando palabras, acercando corazones y escribiendo, entre todos, las mejores páginas de nuestro futuro.**












# Mi más dulce tesoro. Te recuerdo cada día, mi querido Pinky.



Francelina Robin
Villajoyosa (Alicante)

Hay cosas que no s pueden explicar co palabras, solamente s pueden sentir. Y para mí, una d ellas es el amor que puede llega a existir entre una persona y u animal. Cuando perdí a mi tesorc a mi bebé, a mi perrito, sentí u vacío enorme. Durante un tiemp pensé que quizás podría encontra otro como él, otro pequeñ compañero que llenara un poc aquel silencio que había quedad en mi vida. Pero tuve miedo. N miedo de quererlo, porque sabí que lo amaría con todo mi corazón Tuve miedo de pensar qué pasarí con él si algún día yo dejara d existir. Por eso pregunté a alguna amigas si, llegado ese momento podrían quedarse con él, cuidarl y darle el mismo amor que y le habría dado. Me dijeron qu no, entonces reflexioné mucho Y decidí no comprar ningú otro. Puede parecer extraño par algunas personas, pero para mí n lo era. Porque cuando se ama d verdad a un animal, no se piens solamente en el día que llega casa, en lo bonito que es cuand es pequeño o en la felicidad qu nos da. También hay que pensa en toda su vida, incluso en lo momentos en los que nosotros y no podamos estar a su lado. Eso e lo que significa amar de verdad. Y quizás por eso me duele tanto ve lo que sucede cada año con tanto animales abandonados en Francia Portugal o España.

Agosto debería ser u mes de alegría, pero para mucho perros y gatos se convierte e un mes de tristeza, miedo abandono. Hay animales dejado en cajas, en las calles, cerc de gasolineras, en carreteras en lugares donde no conocen nadie. Algunos fueron pequeño regalos de Navidad, otros regalo de cumpleaños. Eran preciosos pequeños y adorables. Todo querían tenerlos cuando era cachorros, pero después crecieron Llegaron las vacaciones. Llegaro las responsabilidades. Y par algunas personas, aquel anima que parecía tan maravilloso dej de ser importante. ¿Cómo s puede abandonar así una vida ¿Cómo se puede cerrar la puert de un coche y marcharse sabiend que detrás queda un animal qu nos ama? Hay perros que corre detrás del coche de su dueñc intentando alcanzarlo. Corren co todas sus fuerzas porque todaví creen que su familia va a volver. Esa imagen me rompe el corazón, porque ellos no entienden de abandono. Ellos solamente conocen la fidelidad. Y mientras el coche desaparece en la distancia, aquel animal sigue mirando, esperando, preguntándose quizá qué hizo mal. No hizo nada mal. El error fue de quien lo abandonó. En Francia existen multas importantes e incluso penas de prisión por abandonar animales o maltratarlos. Y aun así, desgraciadamente, siguen ocurriendo estas cosas.

Las leyes pueden castigar a quien hace daño, pero ninguna ley puede devolverle a un animal la confianza que perdió. Porque cuando alguien abandona a un animal, no solamente lo deja en una calle. También puede romperle el corazón. Es triste decirlo, pero a veces parece que hay personas capaces de hacer cosas terribles a otros seres vivos. Es parecido a lo que ocurre con las mujeres maltratadas: aunqu existan leyes y castigos, siempr hay alguien dispuesto a hace daño. Y eso demuestra que e problema no está solamente en la leyes, también está en la falta d humanidad.

Mi bebé me enseñ algo que nunca olvidaré. M enseñó que un animal pued convertirse en familia. Qu puede acompañarnos en los día buenos y en los días malos. Qu puede saber cuándo estamo tristes. Que puede acercars cuando necesitamos cariño. Qu puede dormir junto a nosotros hacernos sentir que no estamo solos. Por eso, cuando piens en él, no pienso solamente en l tristeza de haberlo perdido. Piens en todo el amor que me dejó. Y quizás esa sea la razón por la qu nunca pude reemplazarlo. Porqu un animal no se reemplaza. Cad uno tiene su mirada, su carácte sus costumbres y su manera d querernos. Mi bebé fue único. Y seguirá siendo único para mí. Po eso hoy quiero levantar mi vo por todos los animales que está esperando una familia, por todo los que fueron abandonados, po los que todavía corren detrás de u coche, por los que esperan dentr de una caja, por los que pasa la noche solos y por aquello que ya no tuvieron la suerte d encontrar una mano amiga. Ante de llevar un animal a casa, ha que preguntarse: ¿Podré cuidarl durante toda su vida? ¿Lo amar cuando sea viejo? ¿Lo cuidar cuando esté enfermo? ¿Seguir siendo parte de mi familia cuand lleguen las vacaciones? ¿Y s algún día yo no estoy, habr alguien que lo ame como yo? S la respuesta no es sí, entonce no debemos adoptarlo. Porqu un animal no necesita una cas solamente. Necesita una familia Necesita seguridad. Necesit cariño. Necesita alguien que diga "Estaré contigo hasta el final" y esa promesa debería ser par siempre. Por mi bebé, por todo los animales que amamos y po todos los que todavía esperan se amados, deseo que algún día nadi vuelva a mirar a un animal com un objeto que puede abandonars cuando deja de ser conveniente Porque ellos nos entregan su vid entera. Lo mínimo que merece de nosotros es una vida entera d amor.



*Cuando perdí a m tesoro, quedó mi casa en silencio un rinconcito vacío, un dolo dentro del pecho. Pensé e buscar otro bebé, otro pequeñ a quien amar, pero el mied me detuvo, no sabía qué podí pasar. Pregunté entonces a mi amigas, con el corazón en l mano: Si algún día yo faltara ¿lo cuidaríais como a u hermano? Me dijeron que n podían, y comprendí, con dolo que una vida no se entrega si pensar en su futuro y su amor. Po eso no compré otro, aunque l deseaba de verdad, porque ama también es renunciar cuando pes la responsabilidad. Mi bebé fu único, nadie lo pudo reemplaza y aunque ya no esté conmigo, e mi corazón siempre tendrá s lugar. Su mirada sigue conmigo su ternura, su calor, y cad recuerdo que guardo se convier en más amor.*

*Ahora miro a lo animales que sufren abandono dolor, y siento que con sus ojo me hablan desde el corazón Hay cajas junto a las calles, e gasolineras y carreteras, pequeño cuerpos esperando unas mano buenas y sinceras. Hay perro tras los coches corriendo lleno de esperanza, pensando que s dueño vuelve, que quizá aún exist confianza. Corren detrás de aque coche sin comprender la razón, si entender por qué los dejan solos rotos de corazón. Y yo pienso e mi pequeño cuando encuentr esas miradas, en su cariño infinito en sus patitas confiadas. Porqu un animal no sabe de engaño ni de traición, solo sabe da cariño, solo sabe confiar y da amor. En Francia existen leyes multas y hasta prisión, para quie abandona o maltrata a un anima sin compasión. Pero ninguna condena puede borrar lo que quedó: el miedo dentro de un alma que una vez confió y se rompió. Por eso hay que enseñar que querer es compromiso, que una vida no es un regalo que se abandona cuando ya no es lo mismo. No son juguetes de Navidad, ni caprichos del verano, son vidas que sienten y esperan el calor de nuestra mano. No son cosas que se compran para luego desechar, son corazones que nos quieren y que solo piden amar. Mi bebé me dejó una verdad que jamás podré olvidar: el amor de un animal no se muere al marchar. Permanece en los recuerdos, en las lágrimas, en la voz, en cada gesto de ternura que aprendimos gracias a él y a su amor.*

*Por todos los que hoy esperan, por los que buscan un hogar, por los que duermen con miedo sin saber quién los vendrá a abrazar, hoy levanto fuerte mi voz, con esperanza y con pasión: que ningún animal sea abandonado, que ninguno sufra una traición. Y guardo a mi bebé conmigo, como mi más dulce tesoro, porque un animal que fue amado vive para siempre en nosotros. Y aunque el tiempo siga andando y la vida cambie de color, quien ha amado a un animal lleva para siempre su amor.*

FR



Diego Sabiote Navarro
Profesor Emérito de Filosofía
Universidad de las Islas Baleares

# Entrevista al Obispo de Menorca Mons. Gerardo Villalonga Hellín



**El obispo Gerardo Villalonga saludando al papa León XIV. 26 de noviembre de 2025. Peregrinación diocesana a Roma. Foto Vatican Media**

Maestro antes que sacerdote y pastor de su propia tierra por vocación, **Mons. Gerard Villalonga Hellín** ha construido su trayectoria en torno a dos grandes compromisos: la educación y el servicio a la Iglesia. Nacido en Mahón (Menorca) el 29 de abril de 1958, descubrió desde niño una doble inclinación hacia la enseñanza y el sacerdocio, dos vocaciones que acabarían complementándose a lo largo de su vida. Tras ejercer como docente y completar su formación eclesiástica en Astorga, fue ordenado sacerdote en 1987 en la Catedral de Menorca. Sus estudios de Derecho Canónico en la Universidad Gregoriana de Roma, su experiencia pastoral y sus responsabilidades al servicio de la diócesis marcaron un camino que culminaría con su ordenación episcopal, el 22 de abril de 2023, convirtiéndose en obispo de la tierra que lo vio nacer.

En esta amplia entrevista, concedida al **Proyecto Global de Cultura Granada Costa a través del profesor emérito don Diego Sabiote Navarro**, quien ha hecho posible este encuentro y ha servido de nexo entre ambas partes, monseñor Villalonga recorre algunos de los momentos más significativos de su vida: los recuerdos de su infancia, la influencia de su familia, el despertar de su vocación, sus años de formación, la experiencia como maestro y sacerdote y la responsabilidad de asumir el gobierno pastoral de la Diócesis de Menorca. Pero la conversación se adentra también en cuestiones de especial actualidad, como la transmisión de la fe a las nuevas generaciones, la falta de vocaciones, el papel de la familia, la secularización, las nuevas tecnologías y la necesidad de una Iglesia cercana, participativa y comprometida con las realidades de nuestro tiempo.

La entrevista adquiere además una dimensión social e internacional al abordar **la relación entre la Iglesia y la política, la creciente polarización de la sociedad, la defensa de la dignidad humana y los conflictos bélicos que amenazan la convivencia entre los pueblos**. Desde su experiencia y su compromiso con la doctrina social de la Iglesia, el obispo reflexiona sobre la importancia del diálogo, la libertad religiosa, la justicia y la construcción de la paz. En este contexto, dedica también una atención especial a la visita del papa León XIV a España, que considera una oportunidad para mostrar el verdadero rostro de la Iglesia, superar prejuicios y fortalecer los vínculos entre la comunidad cristiana y la sociedad.

Menorca ocupa igualmente un lugar destacado en esta conversación. Su patrimonio religioso, sus fiestas populares, sus tradiciones y el arraigo del cristianismo en la identidad de la isla aparecen unidos a los desafíos de una diócesis que busca mantener viva la fe sin renunciar al diálogo con una sociedad cada vez más plural. Monseñor Villalonga habla con especial afecto de sus años como párroco, de la cercanía con sus paisanos y de una Iglesia que desea mantener sus puertas abiertas, donde la fraternidad, la acogida y el compromiso con los más necesitados constituyan una expresión cotidiana del Evangelio.

**Una conversación extensa, cercana y profundamente humana en la que Gerard Villalonga Hellín habla del maestro que fue, del sacerdote que siempre quiso ser y del obispo que hoy guía la Iglesia de Menorca**, convencido de que la fe, la educación, el respeto y el amor al prójimo siguen siendo caminos imprescindibles para construir una sociedad más justa, fraterna y esperanzada. Una entrevista que concluye con una invitación entrañable a los lectores de Granada Costa para conocer o regresar a Menorca, esa tierra que el propio obispo define como «un pequeño paraíso» de acogida y fraternidad.

## VOCACIÓN Y PRIMEROS AÑOS

**¿Dónde nació y cómo recuerda su infancia, su familia y los valores que marcaron sus primeros años?**

Nací en Mahón el 29 de abril de 1958. En aquel tiempo de la posguerra, los padres se dedicaban a trabajar intensamente para sacar la familia adelante y delegaban la educación religiosa y la transmisión de los valores a las madres. Yo suelo decir en las homilías de los funerales de los padres de mis amigos que hemos tenido padres muy honrados, muy preocupados por darnos a los hijos un buen porvenir y unas madres santas, dignas de estar en los altares. De sus labios aprendimos las primeras oraciones, las devociones y los principios morales.

Cuando me preguntaban qué sería de mayor, yo siempre respondía que maestro o cura. Se ve que tanto en la escuela y en el Instituto, como en la Parroquia tuve muy buenos ejemplos que impactaron en mí, forjando futuras decisiones.

Fui un niño normal. Tenía muchos amigos. En aquel tiempo jugábamos en la calle y en las distintas pandillas ejercía cierto liderazgo, pero siempre solidario y amable. De manera que a pesar de las buenas notas y del buen comportamiento, no fui considerado como un "empollón" y estuve bien integrado entre los demás.

**Antes del sacerdocio ejerció la docencia. ¿Cómo convivieron en su vida las vocaciones de maestro y sacerdote?**

Ser maestro y ser cura: dos vocaciones complementarias. Siempre he agradecido los años dedicados a la docencia en distintos colegios, porque me han habilitado para transmitir bien tanto los conocimientos como los valores.

Llegado un punto tuve que tomar una decisión porque la dedicación a la docencia restaba tiempo a la pastoral parroquial. El Obispo Deig me propuso que pidiera la excedencia voluntaria para poder entregarme del todo al ministerio sacerdotal. Posteriormente Mons. Ureña, que entonces era Administrador Apostólico, decidió enviarme a Roma a completar mis estudios, especializándome en Derecho Canónico y la jurisprudencia. Esto dio un vuelo inesperado a mi vida.

**¿Cuándo descubrió su vocación sacerdotal y qué circunstancias le ayudaron a tomar la decisión definitiva?**

Yo digo que no soy vocación tardía, sino ingreso tardío: desde niño llevaba escondida la semilla de la vocación, pero yo quería que me lo preguntaran. Un día el párroco, D. Guillermo Pons, me dijo si me gustaría ser sacerdote y yo le contesté: "ya era hora que me lo preguntara".

Como es natural, tuve mis vacilaciones y me costó decidirme, porque tenía el porvenir resuelto al ingresar en el cuerpo de profesores de EGB con acceso directo sin

# Entrevista al Obispo de Menorca Mons. Gerardo Villalonga Hellín

oposiciones. Pero hay momentos en la vida que ya no puedes posponer las decisiones. El año siguiente al servicio militar tomé la decisión firme de ser sacerdote, aconsejado por mis directores espirituales y pasando mucho tiempo en oración, pidiendo luces al Señor. Recuerdo a un venerable sacerdote, D. Juan Gutiérrez, que al finalizar mis confesiones me decía: "¡Gerardo, tú serás sacerdote!"

**¿Cómo transcurrió su ingreso en el seminario después del servicio militar y de sus primeros años como maestro?**

Durante el servicio militar ya comencé a estudiar teología como seglar, acudiendo a las clases del Seminario de Astorga (León), lugar al que había sido destinado. Cuando acabé me incorporé a mi plaza de maestro en Mahón, y dediqué todo el curso a reflexionar. Finalmente tomé la decisión y el curso 82-83, ingresé ya como seminarista en Astorga, en tercer curso. El primero lo tenía aprobado porque me examiné antes de acabar la mili y saqué todas las asignaturas y al ser maestro me habían convalidado algunas materias.

**¿Qué recuerdos conserva del Seminario de Astorga y por qué decidió ejercer su ministerio en Menorca?**

Tengo un gran recuerdo del Seminario de Astorga, de los profesores y compañeros de aquella época. Mi Rector fue D. Julián Barrio, que posteriormente sería Arzobispo de Santiago de Compostela. Pero durante mis estudios, siempre estuve en contacto con mi obispo, que era el de Menorca, D. Antoni Deig. Cuando estudiaba el último curso, solicité la ordenación e incardinación en Menorca, al considerar que mi ministerio sacerdotal podría ser más provechoso en mi diócesis de origen.

**¿Qué supuso para usted estudiar Derecho Canónico en Roma y qué profesores influyeron especialmente en su formación?**

Mis estudios de Derecho Canónico en la Gregoriana de Roma me transformaron profundamente. Las clases eran en latín y los profesores eran considerados como grandes maestros. Casi todos, la mayoría jóvenes entonces, fueron reconocidos y nombrados Cardenales Prefectos de algunos Dicasterios de la Curia Romana con posterioridad. Algunos de ellos me marcaron profundamente: Los futuros Cardenales Navarrete, De Paolis, Ghirlanda, Erdö, Burke, Versaldi, etc. influyeron poderosamente en mi vida intelectual y me dieron luz para orientar mi futuro servicio a la Iglesia diocesana de Menorca.

**7. ¿Qué sacerdotes o figuras espirituales han sido referentes decisivos en su vida y en su vocación?**

Algunos sacerdotes diocesanos. Citaré uno: D. Guillermo Pons Pons, que fue mi párroco, misionero en Perú y escritor, doctor en Historia de la Iglesia y especializado en Patrología. De él aprendí las distintas facetas de la vida de un sacerdote, que no se excluyen, sino que se complementan.

También recibí mucha influencia de la vida y magisterio de San José María Escrivá. D. Guillermo me puso en contacto con el Opus Dei cuando estudiaba COU. Durante mis estudios de Magisterio frecuentaba un Centro de Palma. En la dirección espiritual se vio claramente que mi vocación era la de sacerdote diocesano, camino que escogí posteriormente, como ya he explicado antes.

El ser miembro de la Sociedad Sacerdotal de la Santa Cruz, como sacerdote diocesano, jamás me separó de la Diócesis ni del Presbiterio, sino que me impulsó a ser siempre dócil y obediente a mi obispo y a ser uno más entre los sacerdotes de la Diócesis, procurando querer y ayudar a todos sin distinción, cosa que he procurado hacer siempre

**¿Cómo recuerda el día de su ordenación sacerdotal y qué significado ha adquirido con el paso de los años?**

Fue un día muy bonito, el 20 de junio de 1987 en la Catedral de Menorca. Me parecía haber llegado a la meta, pero ahora me doy cuenta de que aquello era el principio. Cuando celebré las bodas de plata dije en mi homilía que durante este tiempo había adquirido un corazón de padre. Identificándome con Jesús, Buen Pastor, que da su vida por las ovejas.

**¿Qué le diría a un joven que está considerando la posibilidad de seguir una vocación sacerdotal?**

Le diría como Jesús: "ven y verás". Aquí no valen las teorías. La vocación es un don de Dios. Y Él se sirve de unos para llamar a otros. Pero no lo olvidemos, es Jesús quien llama. Yo me acerco con inmenso respeto ante una posible vocación y puedo acompañar, pero nunca imponer ni presionar. La vocación es un gran misterio, pero soy consciente también de que las personas de tu entorno pueden verse influidos por tu ejemplo y manera de ser, pero hemos de enseñar a los demás a ser libres y responsables en sus decisiones.

Yo tuve una gran alegría, porque siendo párroco de Es Castell (Menorca) ingresé a un monaguillo en el Seminario, que ahora es sacerdote, D. Juan F. Camps, pero siempre acompañé su vocación sin imposiciones. Para que él pudiera ir tomando sus decisiones con plena libertad interior y exterior.



**Inauguració del Jubileu de l'esperança a la diòcesi de Menorca-29 de desembre 2024 Foto Bisbat de Menorca**

**TRAYECTORIA DENTRO DE LA IGLESIA**

**¿Qué etapa de su trayectoria dentro de la Iglesia recuerda con especial cariño?**

Todas las etapas de la vida han sido buenas, pero quizás tenga idealizado el tiempo en que fui párroco, que me permitía un contacto directo con la gente, evangelizando en la iglesia y en la calle. Creo que fue un tiempo muy fecundo. Vi muchas veces la mano de Dios que obraba maravillas a través de mi sacerdocio. Estar con la gente me ayudó mucho a compartir la vida en momentos de alegría y de dolor, sembrando la paz y el amor entre todos.

**¿Qué le ha enseñado el contacto cotidiano con las personas a lo largo de su ministerio?**

Cuando sales del Seminario tienes muchos conocimientos acumulados, pero te falta la experiencia de la vida, que vas adquiriendo paulatinamente. Antes, cuando un profesional llegaba a un lugar para ejercer su oficio, venía acompañado de una aureola y de un prestigio previo, pero hoy en día no es así. A la gente se la gana con el día a día de tu amor y de tu entrega. Si lo haces de esta manera al final te conviertes en un referente en el pueblo, tanto para los de dentro como para los de fuera, porque todos te valoran como la persona que sirve, que ayuda, que escucha, que acompaña.

**¿Cómo describiría la diócesis de Menorca, su identidad cristiana y su vida comunitaria?**

Menorca es una diócesis muy viva. Es pequeña, geográficamente hablando, pero es grande en su historia y en su presente. Somos los herederos de aquellos primeros cristianos que poblaron la isla y que celebraban el culto en las basílicas, cuyos restos conservamos. En el séptimo Centenario de la reconquista se acuñó un lema "somos una tradición viva", que resume muy bien un hilo conductor de nuestro ser cristiano. Ahora podemos decir que somos una Iglesia misionera, de puertas abiertas, donde se vive una corresponsabilidad diferenciada. La autoridad episcopal al frente de la comunidad queda reforzada con la Sinodalidad, porque en los procesos decisionales están implicadas muchas personas y grupos que se sienten identificados contigo en ese peregrinar juntos a lo largo de la historia.

**¿Cómo recibió su nombramiento como obispo de Menorca y qué sintió al asumir esa responsabilidad?**

Primero "con temor y temblor" y después con agradecimiento, alegría y responsabilidad. No me lo esperaba porque pensaba que me había pasado la edad. Piensen que me ordené el 22 de abril de 2023 y que a la semana siguiente cumplía 65 años. Cuando el Nuncio me llamó para comunicarme el nombramiento, pensé que su propósito era comunicarme el nombre del nuevo Obispo, sin pensar que el elegido era yo.

Creo que en la decisión de Roma influyó la experiencia que yo había acumulado como Administrador Diocesano en dos periodos distintos: después de los obispos

# Entrevista al Obispo de Menorca Mons. Gerardo Villalonga Hellín



**Inauguració del Jubileu de l'esperança a la diòcesi de Menorca-
29 de desembre 2024 Foto Bisbat de Menorca**




**Inauguració del Jubileu de l'esperança a la diòcesi de Menorca-
29 de desembre 2024 Foto Bisbat de Menorca**

Salvador Giménez y Francesc Conesa. Se ve que pensaron que este tiempo había sido como un "noviciado" y que podría continuar como Obispo.

**¿Qué ha significado para usted ser obispo de su propia tierra y cómo se ha sentido acogido por la diócesis?**

El ser menorquín y el haber vivido siempre aquí, exceptuados los estudios en Astorga y Roma, ha sido una verdadera ventaja, creo que no sólo para mí, sino también para la comunidad diocesana. Creo que es un reconocimiento para toda la Diócesis de Menorca. Como Obispo, me he sentido muy querido y acompañado desde el primer momento y el conocimiento previo de las personas y de la realidad ha propiciado una continuidad creativa de acuerdo a los signos de los tiempos actuales. La verdad es que me encuentro muy a gusto en medio de mi gente después de tres años y medio de ministerio episcopal.

**¿Cuáles son los principales retos pastorales que afronta actualmente la Iglesia de Menorca?**

En estos momentos estamos muy preocupados por la transmisión de la fe a las nuevas generaciones. La iniciación cristiana es el lugar donde nos jugamos el futuro. Además, hemos de afianzar una cultura vocacional que nos compromete a todos como bautizados. La vocación es la respuesta a la llamada concreta de Dios a seguirle allí donde estamos: en el laicado, en la familia, en la vida consagrada en el ministerio ordenado. Los cristianos somos discípulos y misioneros al mismo tiempo. En una Iglesia concebida de esta manera se suscitarán vocaciones y compromisos en todos los ámbitos aludidos, que no pueden separarse. Todo está interconectado. Creo que todos remamos en esta misma dirección.

**¿Cómo puede la Iglesia recuperar la cercanía y la confianza de las personas que se han alejado de ella?**

Con el testimonio de nuestra caridad, en primer lugar. Si los demás ven que somos felices y que los queremos sin hacer acepción de personas, aquellos que se han ido, regresarán a la casa paterna. Muchos que ya no siguen con nosotros o que no forman parte de la comunidad diocesana tienen una idea de la Iglesia que no se corresponde con la realidad. Los de dentro hemos de transparentar la imagen verdadera de la Iglesia de Jesucristo, que busca servir y amar a través de las personas y de sus instituciones que la componen. Esa "credibilidad" será una palanca para el regreso o para el descubrimiento del valor comunitario de la fe, que es esencial en la vida de la Iglesia, como "familia de Dios" en medio de las gentes.

**¿Qué lugar ocupan las personas necesitadas y vulnerables en la misión de la Iglesia?**

Estas personas son objeto preferencial de nuestro amor. En ellos vemos a Jesucristo y nos hacen presente aquellas palabras del Evangelio de S. Mateo: "tuve hambre… estuve solo…" etc. Cuando más cerca estemos de Dios, más cerca estamos del prójimo. El amor al prójimo es un elemento verificador de la autenticidad de nuestra fe. La vitalidad de Cáritas Diocesana, de Manos Unidas, etc. es una prueba palpable de lo que digo.

**LA RELIGIÓN EN LA ACTUALIDAD**

**¿Cómo valora la situación actual de la fe y de la espiritualidad, especialmente entre los jóvenes?**

Creo que asistimos a un giro a favor de la espiritualidad y de la religión. Me remito a lo observado durante la visita del Papa León XIV a España: "¡Esta es la juventud del Papa!". Hay una juventud que "descubre" y una madurez que "redescubre". Todo ello es motivo de alegría para la Iglesia. A las periferias geográficas cuesta más que lleguen estos nuevos aires, pero hay signos de que este cambio también se empieza a notar aquí en Menorca.

Muchos de los que se acercan a la fe sin prejuicios o contemplan el verdadero rostro de la Iglesia se convierten con entusiasmo. Pero hemos de evitar que todo se quede a un nivel de sentimiento. La formación es muy importante y por esto desde la Diócesis y desde las parroquias, asociaciones y movimientos estamos empeñados en proporcionar esta formación profunda que todo cristiano necesita adquirir como discípulo de Jesucristo y miembro de la Iglesia.

**¿Qué respondería a quienes afirman que pueden vivir la fe al margen de la comunidad eclesial?**

Esto es una incoherencia, fruto de un individualismo religioso. La fe es esencialmente comunitaria. Te hace descubrir que eres hijo de Dios y hermano de todos los hombres. La filiación y la fraternidad no pueden separarse. La fe no es un calmante, ni una anestesia, ni una venda en los ojos; no empieza y acaba en ti. Como dice la canción popular: "Peregrinos caminantes, vamos hacia ti". La Iglesia es lugar de comunión que nunca te aísla, sino que te involucra. Nos apoyamos mutuamente.

**¿Qué puede aportar la fe a quienes buscan serenidad, sentido y esperanza en la vida?**

La fe te ofrece contemplar el mundo, la historia, la vida de los hombres, tu propia vida, desde Dios. A través de la oración llegamos a esta contemplación que nos produce paz y sosiego. Por esto el cristiano debe buscar y encontrar momentos de oración, donde uno se experimenta amado por Dios y enviado a transmitir esta paz a los demás.

**¿Cómo puede acercarse la Iglesia a los jóvenes y ofrecerles una experiencia auténtica del Evangelio?**

La juventud es generosa de por sí. Cuando un joven descubre el sentido de la vida a través de la fe, quiere que los demás también participen de su alegría. Ha descubierto la perla preciosa del Evangelio, y para conseguirla está dispuesta a sacrificarlo todo.

A veces nos creemos que las exigencias del Evangelio, que la Iglesia nos recuerda a través de su Magisterio, asustarán a los jóvenes que se rebelarán contra estas supuestas "imposiciones". Sin embargo, sucede lo contrario: la Iglesia no predica algo negativo ni frustrante. Predica el Evangelio de Jesucristo, que nos salva entregando su vida por amor. Cuando un joven lo descubre como protagonista y no como mero espectador, supera todas las exigencias, lucha contra el egoísmo y vive con gozo su pertenencia a la Iglesia a través de su testimonio de alegría y de entrega generosa a los demás. Creo que ofrecer voluntariados a los jóvenes, puede ayudarles mucho en este sentido. Las Delegaciones de Misiones, Cáritas, Manos Unidas, ofrecen estas posibilidades, que transforman a los que participan. Se van de una manera y vienen totalmente renovados.

**¿Qué papel pueden desempeñar las nuevas tecnologías y las redes sociales en la transmisión de la fe?**

Lo virtual no puede suplir de ninguna manera el tú a tú de la transmisión de la fe. Ciertamente que puede ayudar y mucho; pero también puede perjudicar, si uno se aísla detrás de las pantallas. La fe es un don de Dios, que nos llega a través del testimonio de otras personas y que nos lleva a integrarnos en la comunidad eclesial concreta a la que pertenecemos. En algún momento la realidad virtual nos debe conducir al encuentro personal y directo con Jesucristo y con los hermanos.

# Entrevista al Obispo de Menorca Mons. Gerardo Villalonga Hellín

**¿Cómo puede la Iglesia comunicar su mensaje al mundo actual manteniéndose fiel a sus enseñanzas?**

Hemos de ser fieles a la verdad revelada en la Escritura y en la Tradición. Estas son las fuentes de la revelación. Hoy tenemos una gran síntesis de la fe en el Catecismo de la Iglesia Católica, que es un tesoro en el que debemos profundizar y que enmarca todo aquello que la Iglesia cree, celebra, vive y reza.

Ciertamente que hemos de buscar el lenguaje adecuado para transmitir la fe que hemos recibido. Los teólogos también prestan un indudable servicio en este sentido.

Además, tenemos la luz del Magisterio de la Iglesia que discierne y enseña sobre las necesidades y los problemas del hombre actual.

La comunión eclesial es muy importante y los Obispos hemos de favorecerla con nuestras enseñanzas.

**¿Cuáles considera que son hoy los grandes desafíos de la Iglesia en España?**

Hoy en día no hay distancias y lo que he dicho antes de Menorca puede aplicarse a la Iglesia que peregrina en España. El gran reto de la iniciación cristiana, a todos los niveles. Me alegra muchísimo contemplar como en todas las parroquias hay grupos de adultos bautizados, pero que no recibieron una formación con posterioridad y que ahora piden completar la iniciación con los sacramentos de la Eucaristía y Confirmación. Y, sobre todo, que las parroquias no sean simplemente locales de culto, sino asambleas vivas de bautizados, comunidades que se comprometen a vivir y a transmitir la fe como miembros de la Iglesia. Todo eso está dando ya sus frutos de renovación y de autenticidad en el seguimiento de Jesucristo.

**¿Qué importancia atribuye a la familia y a la pastoral familiar en la transmisión de la fe?**

La familia es fundamental; es la "iglesia doméstica", tal como nos recordaba el Concilio Vaticano II. La pastoral familiar ha de cuidarse mucho de cara a la preparación del matrimonio, del acompañamiento de los primeros años de matrimonio, de los movimientos familiares, de la catequesis familiar, etc. Aquí en Menorca tenemos un gran tesoro con los Equipos de Nuestra Señora, este movimiento fundado por el Siervo de Dios, el P. Cafarel. Estos matrimonios que integran los Equipos son para mí el alma de la pastoral familiar de Menorca y el germen de una profunda renovación de nuestra Iglesia.

## POLÍTICA, SOCIEDAD E IGLESIA

**¿Cómo debería ser la relación entre la Iglesia y la política y qué papel tienen los cristianos en la vida pública?**

Me identifico totalmente con el discurso que el Papa León XIV hizo en las Cortes durante su visita a España. Algo que fue tan aplaudido y olvidado al cabo de poco tiempo. El diálogo sincero siempre aporta luz, comunicación y progreso, evitando la polarización que tanto daño hace.

La Iglesia no se identifica con ningún partido político en concreto. El Concilio nos marcó el camino de independencia y de colaboración de cara al bien común.

Yo creo que aquí en Menorca nuestras relaciones con las instituciones son buenas, independientemente de quien gobierna en cada momento. Somos una sociedad reducida y estamos llamados a entendernos y a llegar a acuerdos en aquellos aspectos en los que se juega el bien común de la sociedad.

Los cristianos son ciudadanos y deben participar con responsabilidad personal en la vida pública.

Hay documentos de la Iglesia como "Fratelli Tutti" del Papa Francisco y "Dignitas Infinita" del Papa León XIV, que son verdaderos manuales de la vida pública. Recuerdo que el Obispo Conesa organizó una charla a los políticos para dar a conocer la Encíclica del Papa Francisco y que tuvo muy buena acogida por parte de los políticos de los distintos partidos.

Y siempre tenemos la Doctrina Social de la Iglesia. Los católicos hemos de luchar también por la justicia social y por defender las justas reivindicaciones a favor de la dignidad humana y del verdadero progreso de los hombres y de los pueblos.

En Menorca hemos impulsado mucho la pastoral del trabajo y la delegación de Justicia y Paz se esfuerza por mantener vivos estos ideales.

**¿Qué importancia concede al diálogo y a la búsqueda de acuerdos entre personas e instituciones con ideas diferentes?**

Creo que esta pregunta ha quedado contestada con la anterior. Simplemente añadir que el diálogo ha de llevarse a cabo con serenidad, con la intención no de imponer a los demás nuestros criterios, sino abiertos a encontrar puntos de acuerdo mutuos, que puedan llevarse a cabo.

Puede servir de parangón el esfuerzo que está haciendo la Iglesia en el camino sinodal: participación, corresponsabilidad, subsidiariedad, son caminos que pueden servir a todos.

**¿Cómo valora el clima de crispación y polarización que se vive en la política española?**

Este clima de tensión nos perjudica, porque nos aleja más a unos de otros y acabamos no siendo adversarios, sino enemigos. Y a continuación vienen enfrentamientos que dañan mucho la convivencia pacífica. Yo no soy político, pero recuerdo que en la transición del franquismo a la democracia se pudo llegar a consensos que hicieron posible la convivencia pacífica de todos los españoles. Y estoy convencido que los políticos actuales también podrían llegar a los acuerdos posibles que necesitamos en nuestro tiempo para seguir adelante, evitando las crispaciones.

**¿Debe la Iglesia pronunciarse sobre las cuestiones sociales y políticas que afectan a la dignidad humana?**

La voz de la Iglesia a favor de la dignidad humana y de la justicia debe hacerse oír y no debe limitarse a los temas espirituales. La Iglesia tiene una palabra que decir en todo aquello que afecta al derecho natural, sea revelado o conocido por la razón. Su palabra siempre es orientadora y puede ser de gran ayuda en los momentos de confusión.

Solamente en los casos extremos entra en el debate político, como la Encíclica con la que en su día se condenó el nazismo. Lo normal es que



**Encuentro de inicio de curso de los Equipos de Nuestra Señora. 27 de septiembre de 2026**



**Encuentro del obispo de Menorca con los alcaldes y alcaldesas Menorca. 2 de octubre de 2025**



**Encuentro diocesano de formación y envío de los catequistas. 12 de octubre de 2026. Foto Bisbat de Menorca**

# Entrevista al Obispo de Menorca Mons. Gerardo Villalonga Hellín

la sociedad civil se organice ella misma como crea conveniente, respetando siempre los derechos humanos fundamentales.

**¿Por qué interviene la Iglesia en debates sobre asuntos éticos y derechos fundamentales, aunque sus posiciones puedan suscitar críticas?**

Estas intervenciones de la Iglesia están más que justificadas, porque son temas relacionados con los derechos fundamentales de las personas y hemos de dar nuestra voz especialmente a los débiles, a los que no pueden defenderse. Hemos de asumir que estas intervenciones nos pueden traer problemas, complicar nuestra vida e incluso provocar persecuciones. Pero los seguidores de Jesucristo hemos de cargar con la cruz de cada día. Para mi lema episcopal, escogí las palabras de San Pablo: "proclamar (hacer) la verdad con el amor". Se han de decir las cosas bien, sin ofender, incluso sabiendo que serán mal recibidas y nos pueden traer complicaciones.

**¿Considera que la libertad religiosa está suficientemente protegida en nuestra sociedad y qué riesgos observa?**

La libertad religiosa consiste simplemente en asegurar que nadie puede ser coaccionado a profesar una determinada religión o creencias. Y que los límites de la autoridad respecto a la religión se sitúan en el plano de la tutela del orden público. Este derecho aparece garantizado en la Constitución. Yo creo que en líneas generales se respeta, pero hay que vigilar que la coacción no entre por otros resquicios. Hoy en día se habla mucho de los abusos de poder y de conciencia. Yo creo que en este campo hemos de trabajar mucho para velar para que la libertad de las personas y su responsabilidad no sean coartadas por personas o grupos fanáticos o sectarios, contra los cuales hay un derecho a defenderse. Es un peligro que acecha especialmente a los jóvenes y a las personas vulnerables.

**¿Cómo valora actualmente las relaciones entre las instituciones civiles y la Iglesia?**

En líneas generales las relaciones intentan ser cordiales. Pero la vida es conflictiva de por sí y a veces surgen conflictos por ambas partes. Cuando en lugar de dialogar y de proponer, buscamos imponer. Hemos de respetar la libertad y la autonomía de los ordenamientos civil y eclesial, buscando el bien común. Hay que dedicar tiempo y no partir de posturas inamovibles. Ciertamente que hay líneas rojas que no podemos traspasar, pero hemos de intentar siempre puntos de acercamiento, hemos de emplear un lenguaje educado y no ofensivo y llegar a los acuerdos posibles en cada momento.

**¿Qué significado ha tenido para la Iglesia y la sociedad española la visita del papa León XIV?**

El viaje apostólico del Papa León XIV ha sido una bendición para toda la Iglesia y creo que también para toda la sociedad. Ha aparecido la Iglesia tal como es en la realidad. Yo insisto mucho en esto. Hemos de ser sanamente "anticlericales"; es decir, vivir la eclesiología del Concilio Vaticano II, Viviendo la participación, la comunión y la misión compartida. El Sínodo sobre la Sinodalidad, del Papa Francisco, ha sido como una última derivación eclesiológica del Concilio Vaticano II. El Documento Final del noviembre de 2024 lo pone de manifiesto y la visita apostólica del Papa se sitúa como elemento importante de implementación en este contexto. Nuestra Iglesia y nuestras Diócesis han de ser este hogar feliz que abre sus puertas y los que se acercan se han de encontrar a gusto entre nosotros.

Por otra parte, desde la sociedad civil se han de abandonar prejuicios. Muchos tienen en su mente unos esquemas trasnochados del siglo XIX y creen que aquello que está en su imaginación coincide con el ser de la Iglesia en nuestro tiempo. Nada más lejos de la realidad. Por eso, hemos de buscar puntos de encuentro y colaboración para que caigan las vendas de muchos ojos y podamos reflejar y ver la realidad tal como es y no como nos la imaginamos.

El viaje del Papa ha ayudado mucho a romper esquemas y a comprendernos mejor unos a otros. Por nuestra parte, hemos de seguir el ejemplo del Papa y sus indicaciones durante su visita.

**¿Qué enseñanzas de la visita del Papa cree que deberían trasladarse a la vida cotidiana y a la convivencia social?**

Creo que hemos de seguir el ejemplo del Papa, promoviendo el diálogo, buscando puntos de encuentro, emplear un lenguaje cariñoso y nunca ofensivo. Y, sobre todo, estar muy cerca de los que más sufren en nuestra sociedad, Hemos de hacer presente el "como Yo os he amado" de Jesús en nuestras relaciones.

**GUERRA Y PAZ Y CONFLICTOS INTERNACIONALES**

**35. ¿Qué papel desempeña la Santa Sede en la mediación y la búsqueda de soluciones pacíficas a los conflictos internacionales?**

La Santa Sede, a través del Papa, de la Secretaría de Estado y sus representaciones diplomáticas intenta actuar como elemento de mediación entre las partes en conflictos y de disuasión del empleo de la violencia entre las naciones. Podemos decir que tanto el Papa como la Iglesia, a nivel general, tienen y ejercen una gran autoridad moral en este campo.

**¿Por qué siguen produciéndose guerras y qué mensaje ofrece la Iglesia ante la violencia?**

Porque el egoísmo humano está muy enraizado. El mal sólo puede ser vencido por el bien. No hay otro camino. El magisterio del Papa sobre las guerras en nuestro tiempo, mal llamadas "preventivas" en muchas ocasiones, nos lleva a convertirnos en artesanos de la paz y a rechazar siempre la violencia, respetando también el derecho a defenderse con medios proporcionados.

La celebración del VIII Centenario del Tránsito de San Francisco ha generado una oración universal por la paz entre las naciones y especialmente por la paz en el oriente medio, en el país de Jesús, donde los franciscanos tienen una presencia muy significativa.

**¿Qué responsabilidad tienen los gobernantes y los organismos internacionales para poner fin a los conflictos armados?**

Los dirigentes políticos de los países en conflicto tienen una gran responsabilidad. La fuerza debe dejar paso a la razón y existe una obligación grave por parte de los que gobiernan las naciones para solucionar sus diferencias por medios pacíficos. Los organismos internacionales deberían actuar con contundencia para terminar con los conflictos bélicos abiertos hoy día en tantos lugares del planeta.

**¿Qué importancia tiene la oración en la construcción de la paz?**

La oración siempre es eficaz. Hay que organizar oraciones por la paz. No hemos de cansarnos, porque lo que es imposible para los hombres es posible para Dios. Pienso ahora en Santa Catalina de Siena, una mujer sencilla, pero llena de Dios que supo ser mediadora eficaz para encontrar la paz tanto en el seno de la Iglesia como en la sociedad civil de su tiempo. También en nuestros días hay creyentes que reciben especialmente este carisma de ser artífices de la paz y siempre empiezan por la oración.

**¿Cómo puede cada persona contribuir a la paz desde su vida cotidiana?**

Vivir el misterio de la comunión de los santos es la solución para todos los conflictos entre las personas. El bien que hacemos repercute en bien de todos y el mal que hacemos o el bien que dejamos de hacer (omisiones) deteriora la convivencia entre las personas. Por lo tanto, cuando yo construyo la paz a mi alrededor, cuando yo vivo en paz con Dios, conmigo mismo, con la Creación y con los demás, estoy construyendo la paz en el mundo.

**MENORCA, CULTURA Y FE**

**¿Qué relación existe entre las fiestas populares de Menorca, sus tradiciones y sus raíces cristianas?**

Las fiestas populares en todos los pueblos de Menorca ponen de manifiesto nuestras raíces religiosas. Tradición, pueblo e Iglesia, aunque sean cosas distintas, se relacionan mutuamente, no se oponen, se complementan. Cuando montaba a caballo en las fiestas populares, representando al estamento eclesiástico, a veces los turistas me preguntaban si era un cura de verdad. Yo les respondía que aquí "todo lo que parece, es". El que viste como cura, es cura, el noble es noble, el payés es payés, el menestral, menestral, etc. Me gustaría que siempre fuera así, que viviésemos todos con naturalidad y autenticidad nuestra identidad y que lejos de apartarnos de los demás, se crease un ambiente de verdadera fraternidad entre todos.

Ya sé que las cosas evolucionan y que ya no vivimos en una sociedad de cristiandad, pero hemos de reconstruir el mundo de las relaciones entre unos y otros, basándonos en el respeto y en el diálogo, en una sociedad pluralista como la nuestra.

**Para terminar, ¿qué mensaje le gustaría dirigir a los lectores de Granada Costa y a quienes deseen conocer Menorca?**

Les digo a los lectores de Granada Costa que vayan o regresen a este pequeño paraíso que es Menorca. Aquí siempre serán bien recibidos. Los menorquines somos acogedores y el cristianismo está fuertemente arraigado en nuestras vidas, por lo que os consideramos hermanos y os abrimos las puertas de nuestras casas y de nuestros corazones. Gracias.



**Inauguració del Jubileu de l'esperança a la diòcesi de Menorca- 29 de desembre 2024 Foto Bisbat de Menorca**



**Ordenación sacerdotal de Miquel Àngel Riera. 15 de noviembre de 2025**

# Loja, encuentro de arte, poesía y cultura con Granada Costa

El pasado **3 de octubre**, la ciudad granadina de **Loja** acogió una nueva jornada cultural del **Proyecto Global de Cultura Granada Costa**, celebrada en el **Museo de Anita Ávila**, un espacio cargado de memoria, arte y recuerdos que se convirtió durante unas horas en punto de encuentro para escritores, poetas, artistas, profesionales de diferentes ámbitos y amigos del Proyecto. La jornada reunió pintura, poesía, literatura, historia y medicina en torno a una idea común: reconocer la trayectoria de quienes, desde diferentes disciplinas, contribuyen a mantener viva la cultura y a compartirla con los demás.

El acto comenzó con las palabras de bienvenida de **Anita Ávila**, anfitriona de la jornada, quien recibió a los asistentes en el museo que lleva su nombre y que constituye una parte importante de su legado personal y artístico. Seguidamente tomó la palabra **José Segura Haro, presidente del Proyecto Global de Cultura Granada Costa**, quien volvió a dar la bienvenida a todos los presentes y asumió la coordinación de un programa en el que se sucedieron presentaciones, homenajes, reconocimientos y recitales.

Uno de los primeros momentos estuvo dedicado al pintor **Jesús Pineda Matamala, "Chus"**, cuya obra fue presentada por la **Dra. Toñy Castillo Meléndez**. La trayectoria de Chus está marcada por una vocación artística que comenzó siendo apenas un niño, cuando con ocho años obtuvo su primer premio de Artes Plásticas. Autodidacta, viajero y experimentador incansable, durante años recorrió Europa pintando y aprendiendo directamente de los lugares, las personas y los paisajes, pasando por estilos y técnicas muy diferentes. Su obra ha estado presente en centenares de exposiciones y su trayectoria ha sido reconocida, entre otras distinciones, con la **Medalla de Oro por Méritos al Trabajo Cultural**, el **Premio Humanidades**, la **Medalla de Oro de la Academia de las Ciencias, las Artes y las Buenas Letras Granada Costa**, el **Broche de Oro a una carrera artística** y la **Estrella de Oro Miguel de Cervantes 2025**, además de diferentes reconocimientos nacionales e internacionales.

Fue solo una pincelada de una trayectoria mucho más amplia, pero suficiente para comprender la dimensión de la producción que se presentó en Loja. Aunque inicialmente se había hablado de unas quinientas obras, finalmente se explicó que **Chus Pineda ha realizado más de ochocientas obras**, reflejo de una actividad creativa constante. Durante su intervención, el propio artista fue mostrando diferentes trabajos y explicando al público las **técnicas empleadas en sus pinturas, los materiales, las mezclas, las texturas y algunos de los procedimientos que utiliza para conseguir determinados efectos**, acercando de este modo el proceso creativo a los asistentes.

La explicación permitió conocer también una de las características más personales de su pintura: la libertad con la que experimenta. A lo largo de su carrera ha combinado materiales y técnicas muy diferentes, trabajando desde planteamientos próximos al hiperrealismo hasta el arte naïf, siempre con una voluntad constante de probar nuevos caminos y no repetirse.

Como cierre de su participación, **Chus Pineda entregó a Anita Ávila una pintura dedicada a Don Quijote**, una obra destinada a incorporarse a la **zona cervantina del Museo de Anita Ávila**. El gesto unió de nuevo pintura y literatura y permitió sumar una nueva pieza a ese espacio especialmente dedicado a la figura universal creada por Miguel de Cervantes.

La jornada continuó con uno de sus momentos más emotivos: el **homenaje a Anita Ávila**, cuya trayectoria humana, artística y solidaria fue convertida en poesía por **Rafael Rodríguez Palma, "Fali"**. El poeta granadino dio lectura a una extensa exaltación nacida a partir de la biografía de Anita incluida en *Quién es Quién. Voces del Siglo XXI*. El propio poema explica cómo aquella lectura despertó en él el deseo de rendirle homenaje:

*«Abrí aquel libro buscando*
*otras voces,*
*historias que el presente nos regala,*
*y entre sus páginas, serenas, nobles,*
*tu vida apareció, querida Anita.»*

A partir de esos versos, Rafael Rodríguez Palma recorrió algunos de los principales capítulos de la vida de Anita: su nacimiento en Loja, su infancia en el seno de una familia trabajadora, sus primeras inquietudes artísticas, su afición al bordado y la costura, su sensibilidad hacia la escritura y, posteriormente, la construcción de una vida familiar y profesional junto a Apolonio.

La exaltación recordó también los momentos difíciles de su trayectoria y, especialmente, una dimensión que define buena parte de su vida: la solidaridad. Su implicación en la lucha contra el cáncer en Loja, su dedicación a quienes necesitaban ayuda y su condición de donante de sangre aparecieron como ejemplos de una manera de entender la existencia basada en el compromiso con los demás.

Naturalmente, el **Museo Anita Ávila** ocupó una posición central en el poema, concebido no simplemente como un lugar donde se conservan objetos, sino como un espacio en el que se encuentran memoria, arte y vida. Así lo resumían algunos de los versos leídos durante la jornada:

*«Así nació el Museo Anita Ávila,*
*espacio de memoria y de belleza,*
*donde tu propia historia queda viva*
*y Loja reconoce tu grandeza.»*

El Museo reúne recuerdos, fotografías, obras y objetos que permiten recorrer diferentes etapas de la vida de Anita y comprender cómo su sensibilidad artística ha ido convirtiendo la experiencia personal en patrimonio compartido.

La exaltación recordó igualmente algunos de los reconocimientos recibidos por Anita dentro del Proyecto Global de Cultura Granada Costa, entre ellos la **Estrella de Oro Miguel de Cervantes** y el **Premio Humanidades**, además de su presencia en diferentes publicaciones y de su libro *Un libro entre mis manos*, publicado por **Granada Club Selección**, donde queda recogida buena parte de su historia.

El homenaje terminó con unos versos que levantaron la voz en reconocimiento a la protagonista de aquella jornada:

*«¡Viva Anita Ávila González!*
*¡Viva su Loja noble y granadina!*
*¡Viva su fe, su arte y sus valores!*
*¡Viva su entrega humana y solidaria!»*

Después de la exaltación de Rafael Rodríguez Palma, otros participantes se sumaron al homenaje con diferentes poemas dedicados a Anita, entre ellos uno compuesto por **Juanita**. También **Fina López** quiso participar en aquel reconocimiento haciendo entrega a Anita de una **escultura de la fuente de Dúrcal**, un nuevo gesto de amistad y cercanía que se sumó a las muestras de cariño recibidas. Anita agradeció posteriormente todas las palabras, poemas y obsequios que le fueron dedicados.

Otro de los momentos centrales llegó con la entrega del premio **«La**



Anita Ávila y Chus Pineda


Pepe Segura y Chus Pineda



Fina López y Anita Ávila


Fali y Anita Ávila

**Llave de la Cultura» a la Dra. Toñy Castillo Meléndez**. Se trata de una distinción concedida por el Proyecto Global de Cultura Granada Costa y cuyo significado va mucho más allá del propio objeto simbólico. La llave representa la capacidad de **abrir puertas al conocimiento, acercar la cultura a los demás, tender puentes entre generaciones y facilitar nuevos espacios de aprendizaje y sensibilidad**. No se concede únicamente por una obra determinada, sino como reconocimiento a toda una trayectoria entendida como servicio.

En Toñy Castillo, esta filosofía encuentra una especial correspondencia con una vida profesional y cultural ligada a la **educación, la pedagogía hospitalaria, la literatura y las humanidades**. Su labor ha defendido durante años una enseñanza que no se limita a transmitir contenidos, sino que acompaña a la persona, especialmente cuando las circunstancias vitales hacen más difícil mantener la normalidad educativa. A esta faceta se une su actividad literaria y su responsabilidad como **Directora de la Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras Granada Costa**, desde la que participa activamente en la difusión cultural y en la creación de espacios de encuentro entre diferentes disciplinas.

La encargada de leer el acta correspondiente a la concesión de **La Llave de la Cultura** fue la cantante granadina **Inmaculada Rejón**. Finalizada la lectura, **José Segura Haro y Anita Ávila** hicieron entrega del galardón a Toñy Castillo, protagonizando uno de los momentos más destacados de la jornada.

Durante su estancia en el museo se produjo además un hecho especialmente significativo. **Toñy Castillo firmó en el libro del Museo Anita Ávila**, dejando constancia de su participación en aquel encuentro. La firma adquiere una importancia especial porque, **por parte del Proyecto Global de Cultura Granada Costa, solamente dos personas han dejado hasta el momento su firma en dicho libro: el cardenal D. Carlos Osoro Sierra y la Dra. Toñy Castillo Meléndez**. De este modo, ambos nombres quedan unidos dentro de la memoria escrita de un espacio que conserva buena parte de la historia personal y cultural de Anita Ávila.

La jornada reservó todavía otro momento muy especial para unir la historia de **Loja** con el presente del Proyecto Granada Costa. Inmaculada Rejón dedicó una exaltación al médico, poeta, historiador y pensador **Ibn al-Jatib**, nacido en Loja y una de las grandes personalidades de la Granada nazarí, enlazando simbólicamente su figura con la del doctor **Manuel Ceballos Pozo**, compañero del Proyecto.

La composición imaginaba un encuentro entre dos médicos separados por siglos, pero unidos por una misma vocación de servicio. Ibn al-Jatib representaba la medicina, la poesía y el pensamiento de la Granada medieval; Manuel Ceballos, la medicina contemporánea entendida desde la salud pública, la calidad asistencial, la ética y la atención humana.

El poema comenzaba poniendo de relieve precisamente la unión del sabio con la ciudad anfitriona:

*«Nació Ibn al-Jatib en noble Loja,*
*tierra de luz, frontera y pensamiento,*
*donde Granada su memoria aloja*
*entre rumor de historia y viejo viento.»*

A través de la Alhambra como escenario simbólico, ambas figuras establecían un diálogo imaginario en torno a la medicina y a la necesidad de mantener siempre unida la ciencia con la responsabilidad humana. En uno de los momentos más representativos de la composición, Manuel Ceballos respondía con una afirmación que resumía el sentido del poema:

*«La ciencia necesita la conciencia».*

El texto recordaba la capacidad de Ibn al-Jatib para observar la enfermedad y estudiar racionalmente los contagios en una época dominada por grandes epidemias, mientras que Manuel Ceballos aparecía como representante de una medicina contemporánea en la que los avances científicos no deben separarse nunca de la atención a las personas. Ciencia y humanidades quedaban así unidas por encima de los siglos.

La exaltación avanzó hasta reconocer de manera directa al médico contemporáneo:

*«¡Honor a Manuel, raíz andaluza,*
*médico de servicio y de cuidado!»*

Al término de la intervención, **Manuel Ceballos saludó al público asistente y agradeció al Proyecto Global de Cultura Granada Costa este homenaje y el recuerdo dedicado a Ibn al-Jatib, médico, poeta e historiador nacido en Loja**, valorando la importancia de mantener viva la memoria de figuras fundamentales de la historia y la cultura granadina. **El concejal de Cultura de Loja, José Antonio Gómez Trassierra,** intervino igualmente para saludar a los asistentes y agradecer al Proyecto este reconocimiento al ilustre médico lojeño, poniendo en valor una jornada que permitió unir la historia de la ciudad con la medicina, la poesía y la cultura contemporánea.

La última parte del encuentro estuvo protagonizada por un **recital poético dedicado a la Alhambra**, uno de los símbolos universales de Granada y una referencia constante en numerosas actividades culturales y editoriales desarrolladas por Granada Costa. La poesía volvió a servir como punto de unión entre las distintas disciplinas que habían estado presentes durante la jornada y permitió cerrar el acto recordando la capacidad del monumento granadino para inspirar a artistas y escritores:

*«¡Honor a la Alhambra, luz permanente,*
*donde la historia se hace inspiración!»*

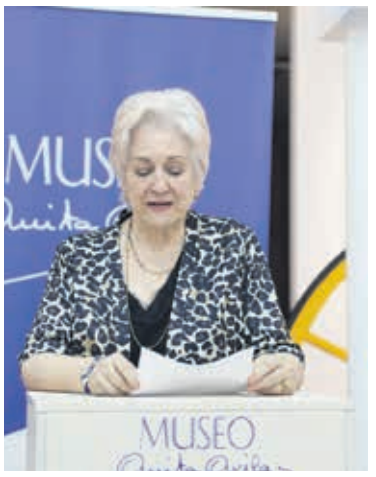
Finalmente, los participantes realizaron una **visita por el Museo de Anita Ávila**, recorriendo sus diferentes espacios y conociendo con mayor detenimiento las piezas, recuerdos y testimonios que forman parte de sus fondos.

Las **Jornadas Culturales del 3 de octubre en Loja** dejaron así una sucesión de momentos que reflejan perfectamente el espíritu del Proyecto Global de Cultura Granada Costa: Anita Ávila abriendo las puertas de su museo; José Segura Haro coordinando el encuentro; Toñy Castillo presentando la obra de Chus Pineda y recibiendo posteriormente **La Llave de la Cultura**; Chus acercando al público las técnicas de su pintura y entregando una obra de Don Quijote al museo; Rafael Rodríguez Palma convirtiendo la vida de Anita en poesía; Fina López sumándose al homenaje con su escultura; Inmaculada Rejón estableciendo mediante la palabra un puente entre Ibn al-Jatib y Manuel Ceballos; y los poetas poniendo voz a la Alhambra.

A todo ello se añadió la firma de **Toñy Castillo en el libro del Museo de Anita Ávila**, junto a la del cardenal **D. Carlos Osoro**, reforzando el carácter histórico y simbólico de una jornada que dejó nuevos recuerdos en la trayectoria del museo y del propio Proyecto.

Loja fue durante unas horas el escenario en el que **pintura, poesía, historia, medicina, literatura y amistad** volvieron a encontrarse. Una jornada en la que la cultura no se entendió únicamente como creación artística, sino también como memoria, reconocimiento, transmisión y compromiso con las personas. Y ese sigue siendo uno de los grandes propósitos del **Proyecto Global de Cultura Granada Costa**: hacer de cada encuentro un espacio donde distintas generaciones y disciplinas puedan compartir experiencias y mantener vivo un patrimonio cultural y humano que continúa creciendo con cada nueva jornada.


Chus Pineda hace entrega de una obra a Anita Ávila



Fina López



Anita Ávila entrega La llave de la Cultura a Toñy Castillo


Anita Ávila saca el libro de firmas del museo



El concejal de Cultura de Loja, José Antonio Gómez Trassierra



Inmaculada Rejón


Manuel Ceballos



Juanita Olmos



Visita del museo



Soledad Durnes Casañal
Vocal de la Academia GC
Torremolinos - Málaga

# EL CIELO BLANCO QUE CALIENTA Y ENFERMA

Necesitaría saber más sobre las estelas que dejan los aviones y son perjudiciales para la salud.

Las estelas blancas que dejan los aviones no son humo, son estelas de condensación. Se forman cuando el vapor de agua caliente que sale del motor se encuentra con aire muy frío y húmedo arriba, a más de 8.000 metros. Es como el vaho cuando respiras en invierno, pero en grande.

¿De quién dependen?

1. De las aerolíneas que los operan: Iberia, Ryanair, Vueling, etc. Son ellas las que deciden el tipo de avión, la ruta y la altitud.

2. De los fabricantes: Airbus y Boeing hacen los motores y los aviones. Dependen de ellos que los motores sean más limpios y eficientes.

3. ¿Quiénes mandan en el cielo?

- La OACI, que es la organización mundial de la aviación.

- La EASA en Europa, y la AESA en España, que ponen las normas.

4. Del combustible: Dependen de las compañías que hacen el queroseno. Ahora se está buscando el SAF, que es un combustible sostenible que contamina mucho menos.

Y lo más importante que se ha descubierto últimamente: esas estelas, aunque parezcan solo vapor, calientan el planeta casi tanto como el CO2 de los aviones. Por eso ahora Europa está obligando a las aerolíneas a vigilarlas y evitar las rutas donde se formen más.

¿De quién dependen los aviones de las estelas contaminantes y cómo afectan al medioambiente? ¿Hasta qué punto pueden contaminar con sus químicas? ¿Y el CO2 qué contiene exactamente?

Sustancias y partículas contaminantes, lo digo sin asustar, pero con la verdad.

Un avión no contamina solo con el CO2, como un coche. Contamina más porque lo hace arriba, donde el aire es muy sensible.

Esto es lo que sale de sus motores:

1. CO2: Es el principal. La aviación es responsable de un 2-3% de todo el CO2 del mundo. Parece poco, pero es como si todo un país grande, como España o Alemania, volara junto.

2. NOx, los óxidos de nitrógeno: Son gases muy malos. Arriba forman ozono, que calienta la Tierra. Abajo, cerca de los aeropuertos, irritan los pulmones y ensucian el aire de las ciudades.

3. Partículas diminutas: Hollín del combustible quemado. Son tan pequeñas que entran en los pulmones. Son las que hacen que la estela se vea blanca y dure.

4. Vapor de agua: Parece inofensivo, pero arriba es un gas de efecto invernadero. Y forma esas estelas que calientan la noche.

¿Hasta qué punto?

Un avión que cruza el Atlántico, Madrid-Nueva York, puede soltar en un solo viaje unas 100 toneladas de CO2, más o menos. Eso es lo que una persona normal emite en más de 10 años de conducir.

Y lo peor es que lo que contamina arriba tiene el doble o el triple de efecto que si lo soltáramos en tierra. Por eso los científicos dicen que el impacto real de los aviones es casi el doble de su CO2.

Por eso ahora se están poniendo límites muy fuertes en Europa: bajar el NOx, usar combustibles nuevos, y evitar volar donde se forman más estelas.

¿Qué es exactamente el CO2?

El CO2 es una molécula muy pequeña, pero muy poderosa.

Se llama Dióxido de Carbono.

Contiene exactamente:

- 1 átomo de Carbono (C), que viene del combustible, del queroseno del avión, de la gasolina, del carbón, de la madera.

- 2 átomos de Oxígeno (O), que vienen del aire que respiramos.

Su fórmula es: CO2

Es un gas invisible, sin color y sin olor. No lo ves, pero está ahí.

¿Cómo se forma?

Cuando el avión quema combustible, el carbono del queroseno se junta con el oxígeno del aire y nace el CO2. Por cada 1 kilo de queroseno que quema el avión, salen casi 3,16 kilos de CO2. Sale más de lo que pesa el combustible porque se le suma el oxígeno.

Y por eso contamina tanto:

Esa molécula tan pequeña tiene una cualidad: deja pasar la luz del sol, pero no deja salir el calor de la Tierra. Es como una manta invisible. Cuanto más CO2 hay, más calentita se queda la manta y más se calienta el planeta.

Es una molécula muy ordenada, muy seria. Va en línea recta, como tres perlitas en un hilo:

O = C = O

Oxígeno — Carbono — Oxígeno

- En el centro está el Carbono (C), pequeñito y negro en los dibujos.

- A cada lado, un Oxígeno (O), un poco más grande y rojo.

- Están unidos con un doble enlace, que es como un abrazo muy fuerte. Por eso la molécula es muy estable y dura muchísimos años en el aire, entre 100 y 300 años.

Así es:

Ojo, así de sencilla:

O
||
C
||
O

Pero de verdad va de lado, en línea recta: O = C = O

No tiene brazos ni piernas sueltos, por eso es tan ligera. Pero esa línea recta es la que la hace tan buena para atrapar el calor. Es como una antenita que vibra con el calor de la Tierra y no lo deja escapar.

Por eso, aunque sea invisible, una sola molécula de CO2 que sale de un avión hoy puede seguir calentando el planeta cuando seamos abuelas y bisabuelas.

De esto precisamente sus componentes el daño que puede causar a la humanidad por sus químicas y más a las personas que sean alérgicas.

Cuando un avión despega o aterriza, no está tan arriba. Ahí sí suelta abajo, en el aire que respiramos, NOx, partículas de hollín y restos de queroseno sin quemar. Son químicos muy irritantes.

Para una persona con el cuerpo sensible, con alergias, eso es como si te echara humo en la garganta y en los pulmones. Por eso puedes sentir picor en los ojos, tos, dolor de cabeza, nariz tapada, cansancio.

Las estelas de arriba, a 10.000 metros, no te llegan directamente a la piel, pero el aire de los aeropuertos y de las ciudades con mucho tráfico aéreo sí puede estar más sucio cuando hay muchos aviones pasando.

- Mirar la calidad del aire en tu móvil antes de salir, en aplicaciones como Aire de España o IQAir. Cuando hay alerta de NO2 o partículas, mejor estar un rato en casa con las ventanas cerradas.

- Si te pones muy mal, hablar con tu médico o con el alergólogo y decirle exactamente lo que notas con los aviones, no solo en general. Ellos te pueden hacer pruebas y ayudarte.

- Después de un día con muchos aviones, ducharte y cambiarte de ropa al llegar, porque las partículas se quedan en la ropa y en el pelo.



Málaga está en un cruce de rutas aéreas muy importante. Los aviones que van a África, a Londres, a las islas, a Madrid, todos pasan por ahí a la vez. Un día con mucha humedad arriba, cada avión deja su estela y se quedan todas.

Se pueden quitar o crear nubes y producir calor. Hay veces que las estelas parecen te bombardean, no solo en Málaga, sino en toda España.

1. Crean nubes.

Cuando la estela no se deshace, se expande y se hace ancha. Se convierte en una nube alta, de hielo, que se llama cirrus. Si hay muchos aviones, el cielo se pone todo blanco, como un velo. Eso sí que pasó ese día en toda España, que todo el mundo vio estelas en todas las ciudades.

2. Dan calor.

Ese velo de nubes blancas deja pasar el sol de día, pero por la noche no deja salir el calor de la Tierra. Es como una manta. Por eso los científicos dicen que las estelas calientan casi tanto como el CO2 de los aviones.

Si los aviones volaran un poco más alto o más bajo donde no se forman, haría menos calor. Europa está probando eso ahora mismo, cambiar un poco la altura para que no se formen las estelas.

El género humano está en peligro y merece respeto y es preocupante.

Ya hay mucha gente, científicos, médicos y gente que escribe, que está avisando y que está consiguiendo que Europa cambie las reglas. Que los aviones vuelen más alto o más bajo, que usen otro combustible, que se vigile la calidad del aire en Málaga y en toda España.

Para personas alérgicas y sensibles, como muchos habitantes de las zonas cercanas a los aeropuertos, el aire contaminado por los despegues y aterrizajes provoca tos, picor en los ojos, dolor de cabeza y cansancio. No es solo el clima, es la salud de cada día.

¿Se puede evitar?

Sí. Europa ya estudia cambiar ligeramente la altitud de los vuelos para que no se formen las estelas, usar combustibles sostenibles (SAF) y vigilar más la calidad del aire. Si quitamos esas nubes artificiales, quitamos calor y quitamos enfermedad.

Como corresponsal, lo escribo porque lo he visto con mis ojos en Málaga y en toda España: un cielo blanco que no es natural, que es peligroso, y que entre todos podemos cambiar.

Información en colaboración con la I.A.

# Damià Vidal presenta La porta en Pollença

El pasado viernes 25 de septiembre, en los jardines de la Biblioteca Municipal Can Llobera de Pollença (Mallorca), tuvo lugar la presentación de la novela *La porta*, la última creación del escritor, poeta e investigador pollencín Damià Vidal, editada por Granada Club Selección.

Organizado por las Bibliotecas de Pollença y el Ayuntamiento de Pollença, el acto contó con la participación del autor, que estuvo acompañado por la filóloga Agnès Cerdà, que realizó la presentación. Damià Vidal, doctor en Informática y con una trayectoria de más de veinticinco años como profesor e investigador en la Universidad de las Islas Baleares (UIB), ha compaginado su labor científica con una prolífica actividad literaria. Es un escritor incansable, ya ha presentado varios libros en Pollença y en la radio. Su narrativa destaca por la combinación entre la profundización psicológica de los personajes y la ambientación histórica.

La obra *La porta* es una narrativa que enlaza la Mallorca de hace trescientos años con la época actual mediante una trama donde el misterio, la pasión y la memoria se entrecruzan. En esta ocasión ha recuperado unas primeras páginas de novela que escribió en 1995 sin acabar, en la que contrapone la Mallorca tradicional del siglo XVII con la Mallorca del turismo de lujo del siglo XXI. Un relato ambientado en Porreres (Mallorca) y ciertos lugares de Europa, en tiempos de Covid, que incluye también una historia de amor transtemporal, y en la que no falta una parte cómica pero también crítica.





La publicación se añade a la trayectoria narrativa de Vidal, autor de títulos como *El nin sense ombra* (galardonada con el Premio de la Crítica Granada Costa 2020 en su traducción al castellano), *Rius en temps de pluges* y *El nin pedrer*.

Dentro de su producción poética destacan poemarios como *Espines en el cel*, *Pinzellades blanques*, *Mar en flames*, *Les flors marcides*, *L'abric de la nit* o *L'Oracle de la Natura*, algunos de ellos reconocidos en diversos certámenes literarios. Asimismo, es autor de artículos de investigación histórica y de obras divulgativas como el libro de diálogo *Miquel Salom, l'art de captar l'eternitat de l'instant*.

El acto contó con la presencia de numeroso público, que siguió el acto con mucha atención. El autor firmó libros al finalizar.







# LA EDUCACIÓN: UNA CUESTIÓN DE ESTADO

Nuestro compañero Juan López, inspector de Educación y Consiliario de Educación del Ateneo de Madrid, ha querido compartir con los lectores de Granada Costa el contenido de una conferencia que impartió el pasado sábado 3 de octubre, a las 19:00 horas, en el Centro Cultural Caja Granada bajo el título «La Educación: una cuestión de Estado», una reflexión sobre uno de los grandes asuntos pendientes de nuestro país: la consecución de un verdadero Pacto de Estado por la Educación.

A lo largo de su intervención, Juan López analiza una cuestión que durante décadas ha estado presente en el debate político y social español. Su planteamiento parte de una idea fundamental: la educación necesita estabilidad y no debería quedar condicionada de manera permanente por los cambios políticos o electorales de cada legislatura.

Desde su experiencia en el ámbito educativo, recuerda algunos de los principales intentos realizados en España para alcanzar ese gran acuerdo. Entre ellos figura la «Declaración conjunta a favor de la Educación» de 1997, la iniciativa promovida por los sindicatos docentes en 2004 y, especialmente, el «Pacto social y político por la Educación» impulsado en 2009 por el entonces ministro Ángel Gabilondo, que llegó a contemplar más de 150 medidas y un presupuesto de 1.500 millones de euros.

Juan López señala que, pese a las diferencias ideológicas, existen numerosos asuntos en los que las principales fuerzas políticas pueden encontrar importantes puntos de acuerdo. Entre ellos se encuentran el incremento progresivo de la inversión educativa, las políticas de equidad, las becas, la gratuidad de los libros de texto y materiales, el transporte y los comedores escolares, así como la universalización del derecho a la educación desde los cero hasta los dieciocho años.

También considera esenciales la formación inicial y permanente del profesorado, el Estatuto de la Función Pública Docente, la evaluación del sistema educativo, la mejora de la Formación Profesional, la participación de la comunidad educativa, una mayor autonomía de los centros y la estabilidad del currículo escolar.

El autor defiende que ese gran acuerdo debería ser también un Pacto Territorial, debido a las competencias educativas asumidas por las Comunidades Autónomas. Entre las medidas que podrían formar parte de ese marco común se encontrarían una educación más inclusiva, una mayor atención individualizada al alumnado, la configuración de las becas como un derecho, la progresiva universalización de las Escuelas Infantiles de cero a tres años y la implantación de un sistema de acceso a la docencia similar a un MIR Educativo.

Otro aspecto destacado es la necesidad de revisar la Formación Profesional para adaptarla de forma continua a los cambios tecnológicos y a las nuevas demandas sociales y laborales. También se plantea reforzar la convivencia escolar mediante un Plan Estatal que permita prevenir y combatir de manera eficaz el acoso, el ciberacoso y el bullying.

Sin embargo, Juan López reconoce que existen asuntos en los que el acuerdo resulta más complejo. Entre ellos se encuentran la relación entre la escuela pública y la concertada, la libertad de elección de centro, la enseñanza de la Religión, la educación en valores cívicos, el papel de los Consejos Escolares y el modelo de evaluación educativa.

Precisamente por ello, sostiene que un verdadero Pacto de Estado no puede limitarse únicamente a aquello en lo que todos coinciden, sino que también exige ser capaces de «pactar los desacuerdos».

En materia de evaluación, defiende fundamentalmente un modelo diagnóstico que permita detectar los problemas de cada centro y orientar a los equipos docentes hacia la mejora, evitando que la evaluación se convierta únicamente en un instrumento para establecer clasificaciones entre centros.

La conferencia concluye con una reflexión especialmente significativa. El Pacto impulsado por Ángel Gabilondo estuvo muy cerca de convertirse en realidad, pero finalmente no llegó a firmarse en un contexto marcado por la proximidad electoral. De aquella experiencia surge una idea que Juan López considera esencial: los grandes acuerdos educativos deberían alcanzarse al comienzo de las legislaturas, lejos de la confrontación electoral.

Porque, si España deja de pensar exclusivamente en clave electoral y comienza a hacerlo en clave generacional, seguirá resultando evidente que nuestro país mantiene una tarea pendiente: alcanzar un gran Pacto de Estado por la Educación que proporcione estabilidad, calidad, equidad y futuro al sistema educativo.



PROYECTO GLOBAL DE CULTURA GRANADA COSTA

## CERTIFICADO DEL FALLO DEL III CERTAMEN DE POESÍA MÍSTICA CLEMENTA LÓPEZ

Don José Segura Haro, en calidad de presidente del Proyecto Global de Cultura Granada Costa,

## CERTIFICA:

Que el jurado del III Certamen de Poesía Mística Clementa López, presidido por doña María Teresa Ayllón, tras la valoración de las obras sometidas a su consideración, ha establecido el siguiente orden de premios:

**PRIMER PREMIO**
**Antonio Prima**
Por su poema «Alma mía».

**SEGUNDO PREMIO**
**Enrique Mateo**
Por su poema «La mano de Dios».

**TERCER PREMIO**
**Tony Rojas**
Por su poema «El canto que nombra».

Estos galardones reconocen la calidad literaria de las obras premiadas dentro de la poesía mística, entendida como expresión de la vivencia espiritual, la búsqueda de lo trascendente y el encuentro íntimo con lo divino. Esta modalidad poética encuentra en la palabra un cauce para comunicar la fe, la contemplación y las experiencias más profundas del alma.

El Proyecto Global de Cultura Granada Costa felicita a los autores distinguidos y les expresa su agradecimiento por haber contribuido con sus composiciones a esta tercera edición del certamen. Asimismo, agradece al jurado su labor de valoración y reafirma su compromiso con la promoción de la poesía, el encuentro entre escritores y la difusión de iniciativas que acercan la literatura a la sociedad.

Y para que conste, y a los efectos de dejar testimonio del resultado de esta convocatoria, se expide el presente certificado.

En Madrid, a 17 de octubre de 2026.

**Fdo.: José Segura Haro**
Presidente del Proyecto Global de Cultura Granada Costa



Alberto Giménez Prieto
Valencia

# Una gata con recursos (2 de 2)

Por la mente angustiada de Úrsula pasó la idea de subirse al coche y acercarse a la gasolinera que había a unos ocho kilómetros y en la que sabía que vendían algunos alimentos, aunque ella, allí solo había comprado pan. Pensaba que aunque la gasolinera estuviera escasamente surtida en comestibles, siempre tendría algo más que ella. Pero la pereza le pudo. Prefería ayunar a tener que ducharse, arreglarse, vestirse para salir, coger el coche y conducir hasta allí. Otra cosa sería lo que pensara Rodolfo, aunque intuía que su respuesta podría no agradarle, por lo que no le planteó la opción. Volvió a abrir el refrigerador y a inventariar el contenido.

Quedaba un resto de ensaladilla cuyo estado, a juzgar por el color, no debía ser muy bueno. Cuando destapó el táper que la contenía, el apestoso hedor que surgió, la sacó de dudas y le corroboró aquella primera impresión. Estaba podrida. El olor a putrefacto invadió rápidamente la cocina, antes de que ella, que iba a tirarla al cubo de la basura, recapacitara por entre los tentáculos de la resaca y decidiera arrojarla al inodoro.

Pero el daño ambiental ya estaba hecho, a su vuelta a la cocina, aunque abrió la ventana de par en par y puso el extractor a todo trapo, le fue imposible librarse de aquella pestilencia, por lo que cuando probó unas gambas cocidas que habían sobrado algunos días atrás, le fue imposible discernir si estaban en buen o mal estado, pero no las tiró a la espera de la opinión de Rodolfo.

Colocó cuanto había encontrado sobre la encimera e intentó diseñar el menú. Contaba con un trozo de la ensaimada que sus suegros les habían traído desde Mallorca, dos lonchas de queso gouda, un poco de salmón ahumado, unas cortadas de chóped, dos huevos duros, una lata de berberechos, algo de mantequilla, tres rebanadas de pan Bimbo y las gambas cocidas si Rodolfo las aprobaba. No era como para indigestarse, pero con eso debían conformarse. A todo eso añadiría un resto de frutos secos surtidos, que aunque algo revenidos, nunca faltaban en casa.

Había también medio blíster de jamón de York, que mostraba ya un arraigado florecimiento y que cuando estaba a punto de tirarlo, se le ocurrió que si lavaba las lonchas, Massiel seguramente se la comería y con eso tendría resuelto el problema de la gata.

Por primera vez desde que estaban casados echó en falta no haber comprado patatas, en ese momento un buen plato de patatas fritas la hubiera sacado del apuro. Pero estaba acostumbrada a los sobres de papas. Desgraciadamente la noche anterior habían acabado con sus reservas.

Dispuso la mesa de tal forma que la escasez fuera lo que menos se percibiera. Emplató también las gambas, aunque no las llevó a la mesa. Primero quería escuchar el parecer de Rodolfo que ya había vuelto de lavar el coche. Lo llamó lo más cariñosamente que pudo.

En contra de lo que Úrsula hubiera deseado, Rodolfo llegó manifestando tener hambre. La resaca no le había desganado.

—Primero quiero que me digas si las gambas están en condiciones o no. Tengo el olfato embotado y no sé qué decir.

—Pues llama a la Massiel, que es la catadora oficial, si ella se lo come yo también —respondió Rodolfo al tiempo que le daba un empujón al comedero de la gata, modo habitual de hacer acudir al animal. El característico sonido hizo que Massiel apareciera casi de inmediato. Aunque esta vez había acudido con menos alharacas que la vez anterior. Cuando llegó se les quedó mirando alternativamente.

Rodolfo, con el plato de los crustáceos en la mano, eligió el que le pareció en peor estado y se lo echó al comedero. La gata se lanzó de inmediato en busca del bocado, pero, contrariamente a lo esperado, al llegar junto a él lo miró, lo olió y se volvió a mirarles a ellos con aquella mirada suya tan despectiva. Volvió a mirar la gamba, pero ahora ya sin mostrar interés, luego despreció el condumio que le ofrecían, les reprendió con la mirada y la indiferencia a sus llamadas y se aposentó en su rincón particular. El veredicto se había pronunciado, era mejor deshacerse del marisco y eso fue lo que hizo Úrsula.



Bajo la atenta mirada de la gata, Úrsula retiró la gamba que esta había despreciado y en unión a sus congéneres las depositó en el cubo de la basura, pensando que de haber estado en condiciones, hubiera salido triunfante de aquel aprieto. Colocó el fiambre recién lavado en el comedero de la gata. Pero Massiel, tras olisquearlo, volvió a su sitio y no mostró el mínimo interés por él. Decidieron dejárselo, por si el hambre le hacía cambiar de opinión.

Rodolfo y Úrsula comieron, más bien devoraron todo lo que esta había podido rescatar del olvido y aun así Rodolfo manifestó

—Es una pena que las gambas no estuvieran en condiciones, con ellas hubiéramos disfrutado de una excelente comida, la verdad es que tenían un magnífico aspecto, pero si Massiel no las quiere, no seré yo quien se atreva a comerlas. Aún me he quedado con algo de hambre. Pero eso se arregla con una buena siesta.

Y se fueron al sofá a sestear, junto a su fiel compañero de siestas, el televisor. Rodolfo, por si acaso, se había llevado un cuenco con los pocos frutos secos que habían sobrado y que devoró antes de que el sueño le hiciera olvidar la gusa.

La siesta se prolongó hasta que la luz solar empezó a desvanecerse. Se despertaron de mal humor y peor sabor de boca, apenas intercambiaron cuatro fonemas que sonaban a esputos. A Úrsula una imperiosa necesidad la llevó disparada al aseo, mientras que Rodolfo volvía a la cocina a dejar el cuenco vacío. Al llegar allí se espantó ante el panorama que presentaba la estancia.

El suelo de la misma aparecía sembrado con minúsculos restos de las gambas que Úrsula había tirado a la basura, solo quedaban los extremos puntiagudos de las cabezas, los bigotes y algunas patas, de la parte carnosa no había ni rastro. Instintivamente volvió su furiosa mirada hacia el rincón en el que solía dormir la gata. Allí estaba ella tumbada, ahíta, con la mirada entornada y lo que parecía una sonrisa adornándole el rostro.

—¡Esta desgraciada nos la ha colado! —rezongó Rodolfo.

—¿Dices algo, cari? —preguntó Úrsula, que aliviada su necesidad volvía a la cocina

—Mira y dime si no deberíamos sacrificar a este animal…

Úrsula vio el panorama y aunque estaba de acuerdo con su marido en que la gata les había gastado una jugarreta, no pudo reprimir una sonrisa y pensar que aquel animal era más inteligente que ellos.

La gata, como si leyera su pensamiento lo saludó con un breve maullido, luego cerró los ojos para proseguir con su siesta.

FIN

# Garcilaso, Príncipe de la Poesía Castellana



José María Escribano Muñoz
Hendaya-Francia

Garcilaso de la Vega es la pieza clave en la estructura de la poesía castellana, siendo el primero que supo recoger tanto la métrica como la naturalidad de los poetas italianos, adaptándolos al género en lengua castellana.

Garcilaso es un hombre escapado del Renacimiento, destacando por su gran preparación académica, desde muy niño educado al amparo de la corte castellana, con una formación llamada a ocupar altos puestos de responsabilidad. Solo tenemos que pensar que, casi sin abandonar la adolescencia, ya estaba al lado del emperador Carlos V, sobre todo por su conocimiento de las lenguas más importantes del momento, en ese momento.

En la personalidad de Garcilaso se da la circunstancia, coincidente con otros intelectuales de su tiempo, por un lado un hombre de armas y, por otro, una persona de la cultura, dejando un legado que, a pesar de su muerte prematura, sentó las bases, como así lo reconocen sus sucesores, de unas técnicas en la poesía imprescindibles, de las que bebieron poetas posteriores a él, pero en las que se apoyan también los actuales.

Como todas las personalidades, Garcilaso tuvo también su padrino y apoyo inicial; este fue el poeta y Caballero Don Juan Boscán. Entre ambos surge una profunda amistad, hasta el punto de ser su guía en cuanto a la necesidad de contactar con los poetas italianos del momento. Pero no fue menor el protagonismo que tuvo Ana Girón de Rebolledo, esposa de Juan Boscán, en cuanto al desarrollo de la carrera poética, tanto de su marido Juan como en la de Garcilaso; sin embargo, aquí vemos una vez más cómo su condición de mujer pasó de manera injusta casi desapercibida por los historiadores.



Ana Girón de Rebollo

Sin el trabajo de Ana Viuda de Juan Boscán no habría sido posible que las obras de ambos poetas hubiesen llegado al conocimiento que, afortunadamente, hoy tenemos. Ella es la artífice de las primeras ediciones conjuntas de Juan Boscán y de Garcilaso de la Vega, dos poetas ligados como almas gemelas, que no se puede entender el uno sin el otro.

Es muy difícil, en el ámbito de la literatura, encontrar tanta unanimidad como la que recibe Garcilaso. Desde los poetas del Siglo de Oro, pasando por Don Miguel de Cervantes, hasta recientes como Antonio Machado, Rafael Alberti, Luis Cernuda y una larga lista que sería interminable, coinciden en la importancia de Garcilaso en la poesía actual.

**Antecedentes:**

Garcilaso de la Vega nace en la ciudad de Toledo; existen dudas sobre la fecha exacta de su nacimiento, que van desde el 1491 al 1503 (si bien yo creo, por documentos posteriores, en actos de guerra, que la fecha más fiable se establece en el año 1501).

Viene al mundo en el seno de una familia de la alta aristocracia; pero un hecho luctuoso, como fue la muerte de su padre, cuando Garcilaso contaba con unos pocos años, este suceso influyó de forma determinante en su futuro; a falta de la figura paterna, Garcilaso es educado en la Corte Castellana.

Ya desde muy niño muestra unas capacidades intelectuales que los responsables de educarle ven en él la posibilidad de ser útil a la corona, mostrando gran facilidad en el aprendizaje de las lenguas.

En el año 1519 conoce al que sería su gran amigo, el Caballero Juan Boscán, la persona que, sin duda, influyó de forma determinante por el aprecio de la lírica del valenciano, que marcaría con posterioridad toda su obra.

En el año 1520, Garcilaso entra a servir al rey Carlos I de Castilla en calidad de Contino Real; su conocimiento de idiomas como el griego, latín, italiano y francés, sin duda, fueron determinantes en la elección real. Su formación también abarcó el mundo de las artes, destacando en la esgrima y en la música, siendo un buen instrumentista con la cítara, el arpa y el laúd.

En el año 1523, Garcilaso es nombrado por el rey Carlos I miembro de la Orden de Santiago y Gentilhombre de la Casa de Borgoña, Organización al servicio de la Corona que, junto a la Casa de Castilla, reunía a las personas más influyentes cercanas al rey. Garcilaso fue armado Caballero de la Orden de Santiago el 11 de noviembre del año 1523, en la iglesia de San Agustín de Pamplona.

Garcilaso, dada su educación desde la infancia, estaba predestinado a ser un hombre de armas. Sus relaciones con personajes importantes dentro de la corona le facilitaron que participase en diferentes enfrentamientos bélicos, incluso junto al Emperador Carlos V.

Garcilaso estuvo muy unido a la Casa de Alba, íntimo amigo de Fernando Álvarez de Pimentel, que sería más tarde Duque de Alba



Garcilaso de la Vega (Museo del Prado)

(que en ese momento contaba con tan solo dieciséis años).

**Hombre de armas:**

Los datos que implican a Garcilaso en diferentes campañas bélicas muestran una gran actividad. Un ejemplo es la participación en la Guerra de las Comunidades de Castilla, siendo apresado en la batalla de Olías del Rey; también participó en el cerco de Toledo.

A finales del año 1522, se embarca junto a Juan Boscán y Pedro de Toledo, futuro Virrey de Nápoles, en una expedición de socorro para impedir la caída de Rodas, que terminarían conquistando los turcos. En esta acción, Garcilaso resulta herido de gravedad.

Diversos documentos citan a Garcilaso acompañando a Carlos I en la campaña contra el reino de Navarra, por tierras de Burgos, Logroño, Pamplona y Fuenterrabía, participando en el cerco de esta última plaza fuerte.

**Desavenencias con el emperador Carlos V:**

Garcilaso, tras participar en la liberación de Viena, en el año 1531, la ciudad austriaca se encontraba asediada por Solimán. En ese momento es desterrado por orden del emperador a una isla en el río Danubio. El delito de que se acusaba fue haber participado como testigo en una boda desaprobada por el emperador Carlos V. Gracias a la amistad que le unía a personajes importantes en la corona, consiguió que la pena se relajase.

En el año 1535 le es levantado el destierro de forma oficial, de forma interesada, ya que el propio emperador no podía prescindir de una persona como Garcilaso, conocedor de varias lenguas, necesitándolo como traductor; contando con él en la expedición a Túnez y más tarde a la Provenza.

El poeta Fernando de Herrera nos hace de cronista, describiendo la acción bélica que costó la vida a Garcilaso: «Yendo de Poniente a Levante —prosigue el poeta—, en una torre que allí estaba ocupada por cincuenta villanos franceses, los más de ellos arcabuceros, que no querían rendir...».

—Prosigue el poeta—: «Abierta ya una brecha en la fortaleza de Muey, la conquista se demoraba. Y ante la impotencia del emperador, Garcilaso se lanzó sin casco ni coraza a una de las escalas. Derribado por una gran piedra, fue llevado a Niza, donde murió el 13 o 14 de octubre de 1536».

**La obra poética de Garcilaso:**

# Mirada al pasado




**Las obras impresas, P.O. de Ana Girón**

La obra de Garcilaso de la Vega no la entenderíamos sin la apertura del desbroce del camino llevado a cabo por su amigo Juan Boscán. No es menos cierto que la formación de Garcilaso fue determinante a la hora de establecer una técnica que, para otros, no hubiera sido fácil.

Garcilaso, poeta auténtico, fue el que otorgó carta de naturaleza al endecasílabo y que fijó con su visión personal establecer normas de los nuevos metros en la poesía castellana.

Garcilaso desarrolla su obra en época imperial; su figura encaja perfectamente como la del hombre del Renacimiento.

Su matrimonio con Elena de Zúñiga en el año 1525, en ese momento Garcilaso cuenta con tan solo veinte años, este enlace no ayudó a su creación poética, ya que ella no apreciaba este género literario.

Su obra se encuentra estrechamente marcada por su estancia en Nápoles, pero sobre todo por su encuentro con los principales poetas italianos, entre otros Tasso, Bembo y Tansillo. Durante este tiempo es cuando Garcilaso fortalece su clasicismo, ya aprendido con los humanistas castellanos en la corte; en ese momento es cuando descubre a Virgilio y Bucólicas, a Ovidio y sus Metamorfosis y a Horacio y sus Odas, sin olvidar a otros autores griegos que llamaron su interés y le llevaron a ser estudiados.

La obra poética de Garcilaso no es muy extensa; pero, si tenemos en cuenta lo prematuro de su muerte, es fácil imaginar lo que este poeta hubiese dejado como herencia a las futuras generaciones.

El conocimiento de su obra se la debemos a la viuda de Juan Boscán, que en el año 1542 publica «Antes de tiempo y casi flor cortada». Una recopilación de la obra de Garcilaso, junto a la de Juan Boscán, una edición que adquirió rápida fama.

Garcilaso de la Vega, antes de finalizar el siglo XVI, ya era tenido como uno de los clásicos. A las tres Églogas, sus poemas mejores, se suman cuarenta sonetos, cinco canciones, una oda en liras, dos elegías, una epístola a Boscán, ocho coplas castellanas, glosadas en verso octosilábico, y tres odas y un epigrama en latín, todo ello articulado en torno al amor del poeta por Isabel Freire, la ninfa Elisa, pues la vena del sentimiento se arropa con los vestidos y las normas supuestas por el género de una Arcadia pastoril que había inventado el italiano Sannazaro.

**Análisis de la obra de Garcilaso:**

Bajo el ambiente pastoril, la poesía de Garcilaso mantiene una constante pasión por el humanismo, una pasión bañada por la melancolía y asentada en el sentido clásico de la mesura. La emoción amorosa de Garcilaso la personifica en la figura de los dos pastores, Salicio y Nemoroso (Égloga I), describiéndolo a la perfección entre... «Corrientes aguas, puras, cristalinas; / árboles que os estáis mirando en ellas, / verde prado de fresca sombra lleno, / aves que aquí sembráis vuestras querellas». Para terminar pensando, movido por el ansia y ante la muerte de la amada, en un cielo poético donde los amantes vuelven a encontrarse. La misma emoción amorosa como refleja la Égloga II, donde otro pastor, Albanio, también llora desdenes. En la tercera pierde profundidad humana, lo que gana en perfección estilística.

Los sonetos no poseen el pálpito emocional de las églogas, aunque algunos, bañados por la melancolía platónica, sean de lo más perfecto y luminoso; entre estos se hallan: «A Dafne ya los brazos crecían», relacionado con un pasaje de la Égloga III, en que presenta con sentido dinámico la transformación de Dafne en árbol; «Oh dulces prendas por mi mal halladas», «Estoy con tino en lágrimas bañado», «En tanto que de rosa y azucena», de una blandura tan cristalina como no ha vuelto a producir el idioma castellano; «Mario, el ingrato amor, como testigo», dirigido a su amigo Mario Galeota tras la batalla de la Goleta, donde Garcilaso fue herido en boca y brazo; más que las heridas duele el amor desdeñado, la ausencia de la amada, el frío puñal del desamor que le hace clamar en un aullido su morboso deseo de atesorar dolor, como hiciera en aquel pasaje de la Égloga II:

«No me podrán quitar el dolorido
sentir si ya del todo
primero no me quitan el sentido».

Entre las canciones, la más famosa es la «Canción dirigida la flor de Gnido», hermosa dama de ese barrio napolitano que desdeñaba los amores de su amigo Galeota y cuyo primer verso dice así... «Si de mi baja lira», ha servido para dar nombre a un tipo estrófico, la lira, que alcanzaría su mayor grado de perfección en manos de Fray Luis de León y San Juan de la Cruz.

En cuanto a la lengua y estilo, Garcilaso resulta paradójico, porque su arte, culto, elegante y cortesano, es a la vez sencillo y extremadamente claro; no busca el engolamiento, huyendo de la retórica, pero selecciona con sumo cuidado los vocablos y su ordenación, suprime las cláusulas y así su verso gana en tersura y sobriedad. Y es él quien aclimata y fija de manera definitiva para la lírica en lengua castellana tipos estróficos como la canción, el soneto, el terceto y la lira, permitiendo que la poesía de raigambre italiana cobre carta de naturaleza en suelo español.

**Conclusiones:**

Hablando de Garcilaso de la Vega, no podemos concluir mejor que con la consideración y el agradecimiento que todos los poetas, a través de los siglos, han venido reconociendo al mérito de este insigne adelantado...

Como muestra vemos que, desde los poetas del Siglo de Oro a Rafael Alberti con su «Elegía a Garcilaso» («Si Garcilaso volviera, / yo sería su escudero: / qué buen caballero era...»), o el propio Miguel Hernández en su «Égloga a Garcilaso» («Un claro caballero de rocío / un pastor un guerrero de relente, / eterno es bajo el Tajo; bajo el río / de bronce decidido y transparente...»).

Luis Cernuda fue otro en valorar a Garcilaso, dedicándole un profundo ensayo y su conocida «Égloga, elegía, oda».

Don Miguel de Cervantes Saavedra le consideró como el modelo perfecto de poeta, expresándolo en varias de sus obras, entre otras, «La Galatea y los trabajos de Persiles y Segismunda».

Garcilaso es un icono dentro de la poesía en lengua castellana que se debería divulgar con mayor difusión entre nuestros educandos...



**Juan Boscán**



**Niza**



**Nápoles**



**Toledo, cuna natal de Garcilaso**



# PEDAGOGÍA Y SALUD

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

## LA MIRADA PEDAGÓGICA ANTE LA COMPLEJIDAD DEL MALTRATO EN LA INFANCIA.

El maltrato infantil puede adoptar muchas formas. Y puede ser también algo que, precisamente por ser menos visible, resulta especialmente peligroso:

Hacer creer a un niño que no merece ser escuchado…

Desde la pedagogía debemos mirar la violencia también desde sus consecuencias educativas.

Porque cuando un niño vive permanentemente en alerta, aprender puede dejar de ser su prioridad. La supervivencia ocupa ese lugar.

Por tanto, el maltrato infantil abarca toda forma de violencia, desamparo, descuido o menosprecio ejercido sobre la infancia por parte de personas adultas, instituciones o el propio grupo de iguales.

Desde la pedagogía, no conceptualizamos la agresión únicamente como una vulneración de derechos o una categoría de estudio; la entendemos como una ruptura radical en el proceso de aprendizaje vital, en la capacidad de exploración y en el desarrollo de la confianza en el mundo.

El niño que tiene miedo no siempre puede concentrarse. El niño que se siente amenazado no siempre puede explorar. El niño que no confía en los adultos no acepta fácilmente su autoridad. Y el niño que ha sido humillado puede interpretar cada corrección como una nueva humillación. Por eso debemos preguntarnos:

¿Qué hay detrás de una conducta? Cuando un niño rompe un material… ¿Es simplemente un niño agresivo?

Cuando un niño no habla… ¿es simplemente un niño retraído?

Cuando un niño rechaza el contacto… ¿es simplemente un niño difícil?

O quizás estamos viendo solamente la parte visible de una historia que todavía no conocemos.

Cuando la conducta habla

Hay niños que responden al dolor desapareciendo. Se repliegan… Bajan la mirada… Dejan de participar… Dejan de preguntar… Dejan de confiar

Y hay otros que responden haciendo exactamente lo contrario. Gritan… Golpean… Rompen… Rechazan… Atacan antes de sentirse atacados.

Dos comportamientos aparentemente opuestos pueden esconder una misma necesidad:

*«Necesito sentirme seguro». Y aquí cambia completamente nuestra mirada.*

Porque si yo miro únicamente la conducta, puedo castigar. Pero si intento comprender la necesidad que existe debajo de esa conducta, puedo educar.

La pedagogía y la Psicopedagogía no consiste en justificar la violencia. Consiste en comprender para poder intervenir mejor.

1. Tipologías de la violencia y su impacto en el hecho educativo

Para diseñar espacios de acogida y reparación en el aula o la escuela hospitalaria, es preciso leer la violencia desde su repercusión en el aprendizaje y la convivencia:

Maltrato emocional y menosprecio: El hostigamiento verbal, la humillación constante, la descalificación o la indiferencia afectiva. Es una de las formas más invisibles y dañinas: desmantela la autoestima del alumnado, haciéndole creer que no merece ocupar un lugar ni ser escuchado.

Acoso escolar y exclusión entre iguales (Bullying): La crueldad sostenida en el grupo-clase o en entornos de convivencia (como el espacio de colonias). Anula el valor de la escuela como lugar de socialización segura, convirtiendo el entorno de pares en una amenaza de la que hay que protegerse.

Negligencia y desamparo afectivo: La omisión de los cuidados básicos indispensables (físicos, educativos y emocionales). Se manifiesta pedagógicamente en el cansancio extremo, el desinterés, la falta de hábitos y un vacío de referentes adultos seguros.

Maltrato físico y abuso: Cualquier agresión corporal o vulneración grave que quiebra la vivencia de seguridad del propio cuerpo, sumiendo a la niña o al niño en estados de alerta permanente o de desconexión.

2. Las consecuencias pedagógicas del trauma por maltrato

La exposición al maltrato no solo genera dolor emocional; altera profundamente la forma en que la infancia habita el aula y se relaciona con el conocimiento:

Inhibición de la curiosidad y el aprendizaje: El cerebro que vive en constante miedo prioriza la supervivencia sobre la exploración. La capacidad de atención, la memoria y la creatividad se bloquean.

Escudos defensivos en la conducta: El sufrimiento no tratado suele traducirse en dos polos: el repliegue absoluto (la niña o el niño que no habla, se aísla y parece invisible) o la reactividad agresiva (el menor que ataca antes de ser atacado, respondiendo al miedo con hipervigilancia).

Quiebra de la relación con la autoridad: La figura adulta pasa a percibirse con sospecha. La infancia herida necesita comprobar repetidamente si la persona educadora es realmente un puerto seguro o si también terminará por juzgar, menospreciar o abandonar.



3. La escuela y la pedagogía hospitalaria como entornos de restauración pedagógica

El proceso pedagógico puede ofrecer algo que la violencia ha destruido: Previsibilidad, horario, rutina, un adulto disponible, un espacio donde se sabe qué va a ocurrir. Un lugar donde equivocarse no significa ser humillado. Un lugar donde preguntar no significa ser juzgado.

Frente al caos, estructura.

Frente al miedo, seguridad.

Frente al aislamiento, vínculo.

Frente al silencio, posibilidades de expresión.

Y frente a la etiqueta… Una nueva mirada.

El niño deja de ser "el agresivo". Deja de ser el problemático. Deja de ser "el que no se adapta". Y comienza a ser: un niño que necesita ayuda. Frente a la realidad del maltrato, la labor de la pedagogía no es terapéutica en el sentido clínico, sino reparadora y humanizadora:

El aula como refugio predecible: Frente al caos y la arbitrariedad del entorno agresor, la pedagogía ofrece estructura, rutinas estables, límites amables y respeto absoluto a los tiempos del menor.

Desplazamiento del juicio por la empatía: Comprender que las conductas disruptivas son gritos de auxilio. La mirada pedagógica no castiga la conducta sintomática, sino que busca la necesidad emocional desatendida que yace debajo.

Restitución del derecho a la infancia: A través del juego, la mediación del cuento, el arte y el afecto, la labor docente le devuelve al niño y a la niña la posibilidad de dejar de ser víctimas defensivas para volver a ser sencillamente estudiantes que descubren, sueñan y se expresan en libertad.

# ENCUENTRO INTERNACIONAL REDLACEH

En el marco de la evolución educativa contemporánea, el trabajo desarrollado por la Red Latinoamericana y del Caribe por el derecho a la educación de niños, niñas y jóvenes hospitalizados o en tratamiento (REDLACEH), ha marcado un hito fundamental en la consolidación de la pedagogía hospitalaria (PH), como una modalidad plenamente constituida.

Desde una perspectiva pedagógica más amplia, la relevancia de esta Red radica en su capacidad para transformar una atención que históricamente fue fragmentada o puramente asistencial, en un campo profesional estructurado, impulsado activamente por profesionales con especialización, bajo el principio inalienable de la continuidad pedagógica e inclusión de la infancia y juventud, en situación de enfermedad.

Al colocar el derecho a la educación en los centros, en las políticas públicas y de salud, (REDLACEH) ha posicionado a las aulas hospitalarias y a la atención domiciliaria como espacios indispensables para el desarrollo integral. Desde la pedagogía, su labor trasciende de la mera transmisión de contenidos curriculares; constituyendo entornos educativos adaptados que sostienen el proyecto de la vida de cada estudiante, resguardando su bienestar emocional, social y cognitivo. Esta perspectiva integral ha permitido desmitificar la enfermedad como una interrupción absoluta del aprendizaje, reconociéndola como una circunstancia en la que la acción educativa debe flexibilizarse, dándole el valor que todo proceso educativo requiere.




En el ámbito de las prácticas educativas, destacan múltiples avances impulsados a lo largo de su trayectoria:

Investigación pedagógica: Es clave, resaltar la formulación y discusión de marcos normativos de referencia, como la declaración de los Derechos del Niño o Niña o Joven, hospitalizado o en tratamiento de Latinoamérica y del Caribe en el ámbito de la educación. Este instrumento ha brindado un respaldo ético y legal, indispensable para regular labor de docentes, instando a los Estados a asumir compromisos firmes e institucionales en la materia.

Progreso en la profesionalización del rol docente y pedagógico. La atención educativa en contextos de salud exige competencias metodológicas, afectivas y bioéticas específicas que tradicionalmente no forman parte de la formación inicial. En este sentido, (REDLACEH) ha promovido espacios de formación continua, seminarios y encuentros internacionales donde los profesionales intercambian experiencias, y sistematizan sus prácticas en base a la pedagogía hospitalaria. Gracias a este trabajo en Red, pueden contar con herramientas idóneas para responder a las necesidades individuales en la infancia y adolescencia con diversas condiciones de salud.

Avance sustancial radica en el fomento del trabajo interdisciplinario e intersectorial. La interacción entre profesionales de la pedagogía, equipos médicos, enfermería, trabajo social y las familias ha permitido articular respuestas formativas en beneficio de la salud integral. Este diálogo interprofesional rompe el aislamiento tradicional del espacio hospitalario y favorece transiciones escolares, fluidas, acompañando de forma cuidada, el retorno a los centros educativos de origen, una vez superada, la fase de hospitalización o tratamiento.

Mirando hacia el futuro, (REDLACEH) plantea directrices fundamentalmente en pedagogía hospitalaria, como profundizar la formación universitaria especializada, impulsando la integración explícita de la (PH), dentro de los planes de estudio de grado y posgrado en las facultades de educación, considerando indispensable que los futuros pedagogos y docentes adquieran conocimientos sólidos sobre el diseño curricular, adaptable, evaluación formativa no estandarizada y acompañamiento psicoemocional en entornos de alta vulnerabilidad. De igual forma, resulta prioritario, avanzar en la integración equitativa de entornos digitales y tecnología educativa.

La experiencia reciente demuestra que las herramientas tecnológicas, diseñada desde la equidad, actúan como puentes determinantes para garantizar la continuidad educativa y conectar a estudiantes aislados con su familia y sus entornos de origen. No obstante, esto exige una infraestructura adecuada, accesibilidad garantizada y programas de capacitación en competencias digitales adaptados, tanto para el personal educador como para los equipos familiares y el estudiantado.

Finalmente, desde la pedagogía, es imprescindible potenciar la investigación científica y la sistematización de experiencias educativas en contextos hospitalario. Al promover la producción de datos contrastados y estudios sobre el impacto socioeducativo y emocional de las intervenciones pedagógicas, permitirá, no solo, optimizar las prácticas cotidianas, sino también, fundamentar con rigor técnico la formulación de políticas públicas sostenible en toda América Latina y del Caribe.

Desde el colegio de pedagogía de Cataluña se desea remarcar que (REDLACEH) se consolida como un motor de transformación, ética y profesional en beneficio de niños/as y jóvenes. El avance continuo de sus directrices y su trabajo incansable, garantizará que la educación persista como un derecho inclusivo y transformador para toda la infancia y la juventud, en cualquier lugar o circunstancia en la cual se encuentren.

En el marco del Encuentro Internacional por los 20 años de trayectoria de la Red Latinoamericana y del Caribe por el Derecho a la Educación de Niños, Niñas y Jóvenes Hospitalizados y/o en Tratamiento (REDLACEH), celebrado en Santiago de Chile, se llevó a cabo el conversatorio de Miembros Honorarios de Redlaceh e Invitados. Contexto y Moderación. En el cual participó la Directora General de Pedagogía y Salud del proyecto Global de Cultura Granada Costa, la Dra. Toñy Castillo Meléndez.

• El espacio de diálogo y reflexión fue moderado por Verónica Oliva.

• La sesión se desarrolló en el horario de 14:15 a 15:15 horas, sirviendo como antesala al acto conmemorativo de premiación por las dos décadas de la red. Participantes de la Mesa

El panel contó con la destacada participación internacional de reconocidos expertos en el ámbito educativo y académico:

• Alfredo Jiménez Barros (Panamá): Coordinador Técnico del Parlamento Latinoamericano y Caribeño (PARLATINO), Director Ejecutivo del Plan de Educación para el Desarrollo y la Integración de América Latina (PARLATINO-UNESCO), y catedrático en programas de posgrado en Ecuador y Argentina.

-Olga Lizasoáin Rumeau (Spain / España): Doctora en Filosofía y Letras, docente titular de Educación Especial y Pedagogía Hospitalaria en la Facultad de Educación y Psicología de la Universidad de Navarra.

– María Cruz Molina Garuz (España): Doctora en Medicina y docente titular de la Facultad de Educación en la Universidad de Barcelona.

-Sebastià Verger Gelabert (España): Doctor en Ciencias de la Educación y catedrático del Departamento de Pedagogía Aplicada y Psicología de la Educación de la Universidad de las Islas Baleares.

-Toñy Castillo Meléndez (España): Doctora en Pedagogía por la Universidad de Lleida y coordinadora del Grupo de Investigación de Pedagogía y Salud (Colegio de Pedagogía de Cataluña), y Directora de la Academia de las Ciencias, Bellas Artes y Buenas Letras del PGCGC

Este conversatorio constituyó un pilar fundamental dentro del evento internacional, reuniendo visiones multidisciplinarias desde la medicina, la filosofía y la pedagogía aplicada. La mesa permitió debatir sobre los avances y retos de la pedagogía hospitalaria a nivel internacional de la mano de figuras clave en la materia.

Un gran encuentro donde grandes profesionales de la Pedagogía Hospitalaria unieron esfuerzos e ilusión.



Julián Díaz Robledo
Empresario y Escritor
Madrid

# COPAO

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Eulychinia acida. Familia de las cactáceas. Nativa de Chile.*

**Otros nombres:** Rumpa.

El copao es un fruto endémico de Chile de tamaño similar a una bola de tenis con una pulpa con cierto parecido a la de la tuna, muy propia para su consumo en verano por aquellas latitudes que sirve de refresco y es cuando se cosecha. Actualmente se encuentra en estudio, ya que su explotación es mínima y tiene algunos problemas fitosanitarios por las plagas asociadas de otras frutas silvestres.



Proviene de un cactus enorme con forma de árbol y es típico de los valles nortinos.

Es una planta ideal para las zonas de secano, donde se mantiene con las mínimas precipitaciones naturales; crece en las zonas secas y desérticas de Atacama con escasas lluvias y se considera en producción actual alrededor de 35.000 hectáreas. Contrariamente a su entorno, el fruto contiene un 92% de agua, con un sabor refrescante, ligeramente ácido y con pequeñas semillas crocantes parecidas a la pulpa de la pitaya, pero su sabor no tiene nada que ver con ella, más bien recuerda al limón o kiwi por su acidez. Al parecer, los



ganaderos vienen utilizando el fruto para alimentar a sus cabras desde hace siglos por los cerros desérticos, facilitando con ello la hidratación de los animales.

Se trata de un fruto con diferentes formas y colores, con una corteza con escamas y una pulpa roja o amarilla muy refrescante y comestible que contiene numerosas pepitas oscuras.

El copao se presta a varias preparaciones añadiéndole algo de azúcar, sobre todo para los helados, néctares y mermeladas, y en cosmética puede usarse para acondicionadores, jabones, champú, y lociones para el pelo. Algunos innovadores han puesto en valor los frutos del copao, para conocer en profundidad sus propiedades nutricionales y aptos para el desarrollo de productos alimenticios.

Entre los minerales que contiene el fruto, destaca el potasio, magnesio, calcio y sodio, así como vitamina C, estando considerado su consumo como potente antinflamatorio y antioxidante. Entre otros aportes saludables, figura el ácido ascórbico e importantes niveles de saponinas, que lo dotan como un potencial producto medicinal. Es un energizante natural, por lo que ayuda en la pérdida de peso. Además, el Instituto de Investigaciones Agropecuarias (INIA), es un organismo que lleva varios años estudiando las propiedades de esta fruta, de forma de llegar a conocerlas a fondo y poder impulsarlas en diferentes campos para su comercio.

Apunte que publicaba en mis Páginas Verdes de 2012 a 2018 y decía lo siguiente:

*¿Sabías que...EL COPAO es un fruto nativo de Chile de forma redonda y color verdoso que procede de un árbol de las cactáceas y crece en el desierto de Atacama?*

PRÓXIMA PRESENTACIÓN

DONDE NACEN LOS VERSOS
ISIDRO SIERRA CALZADO

EN LA CASA DE GRANADA
EN MADRID





Julián Díaz Robledo
Empresario y Escritor
Madrid

# COPOAZÚ

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Theobroma grandiflorum. Familia de las Malváceas/Esterculiáceas. Nativo del Amazonas.*

**Otros nombres:** Cupuazú. Cupuassu. Copoasu. Cupuacu. Cacao blanco.

Traigo a las presentes páginas de frutos raros para Europa, a este árbol de la selva tropical relacionado con el cacao, nativo de la cuenca del Amazonas y cultivado actualmente en las zonas selváticas de Perú, Bolivia y Colombia, hasta el norte de Brasil, con la más importante producción en Pará. En dichos países suele verse el fruto en mercadillos de carretera y sobre todo en los chiringuitos de los pueblos de diferentes zonas de Brasil. Pero es en la Amazonía oriental donde se inició su nacimiento de forma salvaje y donde la planta es venerada actualmente por los nativos que aprovechan sus frutos de pulpa comestible, y hasta las semillas de las que obtienen un cacao especial propiamente amazónico. En Bolivia su producción es industrial y con el fruto fabrican manteca, licores y otros productos de exportación.

El copoazú es un árbol del bosque tropical húmedo, que se desarrolla a temperaturas de 22 a 27ºC y alcanza entre 15 y 20 metros de altura en estado salvaje y cultivado suele alcanzar entre 6 y 10 metros, con cierto parecido al cacao; su tronco tiene de 5 a 9 metros de perímetro. Sus hojas son simples, oblongas, coriáceas de 22 a 35 cm de largo y 6 a 12 cm de ancho; su inflorescencia en
encimas pequeñas y ramas horizontales con 4 a 5 flores.

Es una especie de clima húmedo cálido, y al igual que el cacao necesita un suelo profundo, bien drenado y rico en materia orgánica. Se propaga por semillas, y escogiendo las de mayor tamaño suelen germinar a los 12 días. Cuando las plantas alcanzan 40 cm de alto se pueden trasplantar. Pueden reproducirse por injerto, enchapado lateral, hendidura terminal y el método de parche. Como le sucede al cacao precisa de buena sombra para crecer, por lo que no necesita hacer desforestación cuando se procede a la siembra. Se cultivan tres variedades conocidas por los nombres de redondo, mamorama (con punta) y mamau (sin semilla). Empieza a producir a partir del cuarto año y llega a tener entre 40 y 70 frutos por árbol; dichos frutos se recolectan a medida que se caen al suelo.

El fruto copuazú es una baya drupácea, oblongo de 12 a 16 cm. con un epicarpio rígido, leñoso, con epidermis verdosa y una pulpa carnosa y mucilaginosa blanco amarillenta, de un sabor agridulce agradable; encierra de 20 a 50 semillas de color marrón envueltas en una capa mucilaginosa que constituyen el cacao. En dichas semillas se obtiene el 45% de grasa blanca y aromática muy digestiva para consumo humano, de la que se aprovechan altos porcentajes de proteínas y grasa para la preparación de cupulate, un producto de características similares al chocolate. Cada fruto suele pesar de 1 a 2 kilos y es algo más pequeño que una sandía mediana. Con la pulpa se elaboran bebidas, licores, compotas, dulces, gelatinas, helados y otros fabricados.

Además de cafeína, los frutos contienen teobromina, que es un alcaloide muy conocido por sus propiedades estimulantes. Las semillas constituyen en la región del Amazonas, el cacao verdadero, y de ellas se obtiene el 45% de grasa blanca y aromática, muy digestiva para la especie humana.

El mayor valor del copuazú lo constituyen sus frutos, porque a diferencia del cacao, presenta más pulpa que semilla en una relación de 2 a 1, por tanto, puede aprovecharse la pulpa, cosa que no es posible en el cacao.

"La manteca de copoazú es un triglicérido que tiene una composición equilibrada de ácidos grasos saturados e insaturados, lo que da al producto un bajo punto de fusión y la apariencia de un sólido blando que se derrite rápidamente al contacto con la piel. Se utiliza bastante en la producción de cosméticos. También es un emoliente que da un toque agradable de suavidad y tersura, lo que permite la recuperación de la humedad natural y la elasticidad, especialmente en pieles muy secas y maltratadas. Contiene fitoesteroles que se han utilizado tópicamente en el tratamiento de la dermatitis y para estimular el proceso de curación".

"En lo referente a sus aportes saludables, el copuazú, ofrece los siguientes efectos positivos: Su consumo baja la presión sanguínea. Reduce los niveles de colesterol LDL (malo). Aumenta los niveles de energía, por ser una fuente de energía natural. Remedia el cabello dañado, la piel seca y agrietada. Estimula el rejuvenecimiento de la piel como resultado de sus fuertes propiedades emolientes y su alto contenido de antioxidantes".

En su composición, cada 100 g. de pulpa contiene: Proteína: 1,7gr. /Calcio: 23mg./ Fósforo: 26mg./ Hierro: 30mcg./ Vitamina B1: 0,04mg./Vitamina B2: 0,04mg/. Vitamina C: 33mg./Posee más ácidos insaturados que la manteca de cacao./ El índice de digestibilidad es de 94,1%.
Apuntes que publicaba en mis Páginas Verdes de 2012 a 2018 y decía lo siguiente:

*¿Sabías que...EL COPOAZÚ tuvo su origen en la Amazonia y de allí se extendió a toda América por flotación del fruto sobre el agua, sin perder su germinación?*



FRUTAS
EL PORTÓN



Avda. de Motril, 52 -
18611 - Molvízar -
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**

# PREMIOS NOBEL EN PRO DE LA PAZ



**MARTIN LUTHER KING, ALBERT EINSTEIN, INDIRA GANDHI y SANTA TERESA DE CALCUTA**

Buenos y pacíficos días. Al menos, en este nuestro pequeño rincón de la poesía. En este apartado se goza del privilegio de paz y armonía. Fuera, ya es otra cosa. Esa paz, tan ansiada en toda la Tierra y tan denostada por los humanos.

La Asamblea de las Naciones Unidas, la ONU, instituyó el día 21 de septiembre de 1981, como Día Internacional de la Paz. Pero, me temo, que solo quedó en eso. Un nombramiento oficial, de tantos otros como hay, sin apenas validez alguna, por más que algunos líderes discurseen sobre la necesidad de tener el mundo en paz y los religiosos recen en las iglesias rogando a Dios que traiga la paz al mundo.

Pero es en vano. Ni los hombres están por la labor y, en cuanto a Dios, ya debe estar cansado de tantas peticiones mientras los países siguen con sus guerras particulares unos contra otros. Y pensará: *A esos habitantes de la Tierra, que Yo creé tan hermosa para ellos, no los gobierno ni Yo.*

No quiero que este artículo resulte lacrimógeno hablando de luchas: Ahora te invado yo… una tregua… prepárate para la guerra… Así que he optado por darle un sesgo diferente, eligiendo como ejemplos a un pequeño grupo de ilustres personajes, casi todos ellos Premios Nobel de la Paz, que han luchado pacíficamente porque haya paz en el mundo, incluso algunos han sido perseguidos o asesinados por esta causa, y he entresacado sus frases más famosas dedicadas a la paz.

Por mor del espacio, daré tan solo unas pinceladas sobre ellos sin entrar en detalles, curiosidades, anécdotas, premios y demás. Tan solo unas pinceladas de cada uno.

**SANTA TERESA DE CALCUTA**. ***La paz comienza con una sonrisa***. Comenzaremos con una preciosa y optimista frase de la madre Teresa de Calcuta, Premio Nobel de la Paz en 1979, reconocida mundialmente por su labor humanitaria: Así de sencillo. Como era ella misma. Con su sari blanco de bordes azules.

Teresa de Calcuta, cuyo verdadero nombre significa Pequeña flor, fue una monja albanesa nacida en 1910, que dedicó más de cuarenta y cinco años a atender a los pobres, enfermos, leprosos, niños y mayores abandonados por las calles de la India. Fundó la Congregación de las Misioneras de la Caridad en Calcuta en 1950, con tan solo trece monjas y en la actualidad pasa de cuatro mil quinientas y alrededor de quinientos padres misioneros. Congregación extendida en la actualidad por ciento treinta países.

Murió en el año 1997, a los ochenta y siete años, y fue canonizada en 2016. Creo que es una buena tarjeta de presentación para el tema de hoy.

**EL DÁLAI LAMA**. ***Nunca se puede obtener la paz en el mundo exterior hasta que no estemos en paz con nosotros mismos***. Es su frase más conocida dedicada a la paz. Premio Nobel de la Paz en 1989 por su lucha pacífica para la liberación del Tíbet. Nació en 1935 en el Tíbet, China. Es el líder espiritual, maestro o gurú, del budismo tibetano, reencarnación desde los dos años del anterior Dálai Lama. Se destacó por la defensa pacífica del Tíbet contra las tropas chinas, razón por la cual tuvo que huir al exilio, a la India, a los veinticuatro años, escapando de una muerte segura, en 1959, junto a miles de tibetanos que se libraron de las bombas que masacraron a tantos otros miles de seguidores de su doctrina. Actualmente tiene noventa y un años. Y ha viajado por sesenta y siete países, por la paz, recibiendo más de ciento cincuenta distinciones. Tiene publicados, asimismo, más de cien libros.

**ALBERT CAMUS. *La paz es la única batalla por la que vale la pena luchar*.** Damos un salto en los personajes y época. Premio Nobel de Literatura en 1957. Novelista, filósofo, periodista, dramaturgo, rebelde…, nació en la Argelia, durante la colonización francesa, en 1913. Sus padres eran colonos franceses, los famosos pieds noirs considerados ciudadanos de segunda clase. Una de las mentes más brillantes del siglo XX. Desarrolló el pensamiento filosófico del absurdismo -todo lo que rodeaba al hombre era absurdo, nada tenía sentido y no se creía en nada-, y fue etiquetado como Profeta del absurdo. No obstante, se le relacionó con el existencialismo, cosa que él negaba. Fue un movimiento que se puso de moda después de la Segunda Guerra Mundial en el cual, para sus seguidores, la vida carecía de sentido. Y se decía que sufrían de "angustia vital o existencial". La musa del existencialismo fue la actriz y cantante Juliette Gréco, icono de la chanson française.

Camus murió en Francia en 1960 de un accidente de tráfico a los cuarenta y seis años.

# Rincón Poético

Sobre su muerte solía decir: *Quiero irme cuando quiero. Es de mal gusto prolongar artificialmente la vida. Es hora de irse. Yo lo haré con elegancia.*

**INDIRA GANDHI.** Su frase es rotunda: ***No se puede dar la mano con un puño cerrado***. Premio Lenin de la Paz en 1983 y en su nombre fue creado un premio para la Paz, el Desarme y el Desarrollo. Nació en la India en 1917, hija de Nehru, primer ministro de gobierno de la India al independizarse del imperio británico en 1947, del cual fue colaboradora desde muy joven. Fue asimismo la primera ministra mujer en la India entre los años 1966 y 1971 y 1980 hasta 1984. Lo cual es una proeza tratándose de una mujer en aquel país, pero ella fue una mujer muy adelantada a su tiempo, luchando por la independencia de la India, por lo cual fue, incluso, perseguida y arrestada.

Murió asesinada en 1984 por sus dos guardaespaldas, nacionalistas sijs, recibiendo treinta balas. A su muerte, como represalia, se desató una ola de violencia y murieron cerca de tres mil quinientas personas.

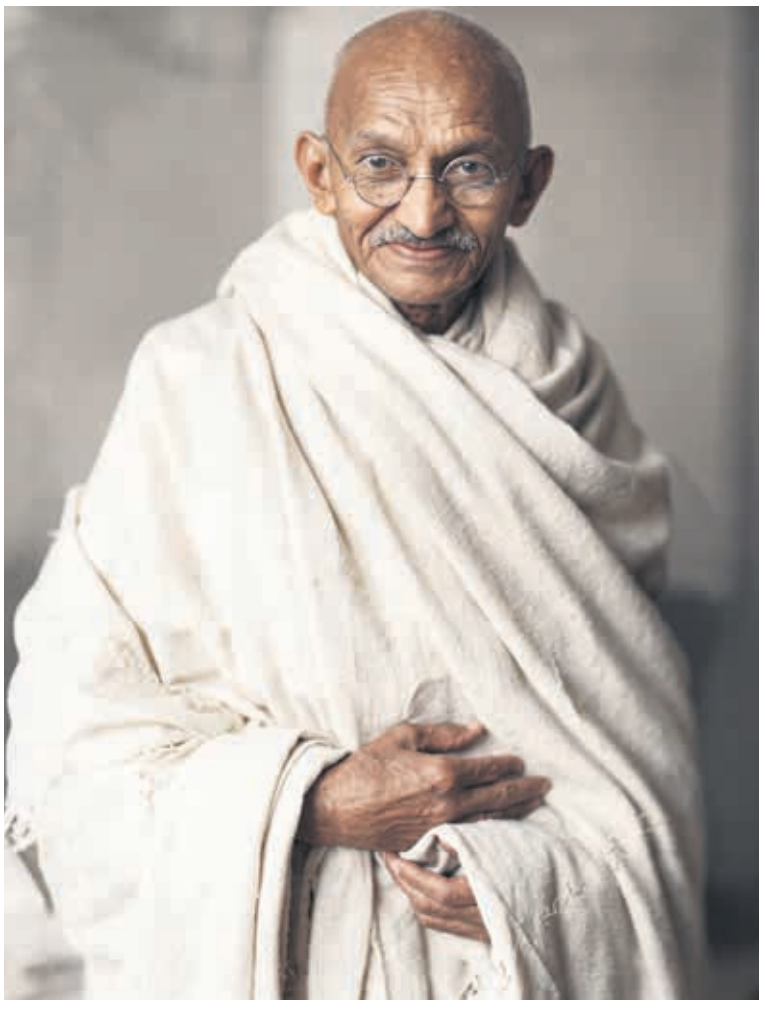
La noche antes de morir dijo esta frase premonitoria: *No me importa si mi vida va en el servicio de la nación. Si muero hoy, cada gota de mi sangre vigorizará la nación.*

**ALBERT EINSTEIN.** ***Cuando me preguntan sobre algún arma capaz de contrarrestar el poder de la bomba atómica, yo sugerí la mejor de todas: la paz.*** Ya es sabido que a Einstein se le atribuye ser el padre de la bomba atómica, pero dicen que él era pacifista y amaba la libertad. Premio Nobel de Física en 1921, tras ser nominado sesenta y dos veces. Judío alemán, físico, científico, escritor, incluso tocaba el violín, nació en el año 1879, pero hubo de huir de los nazis en 1933 y refugiarse en EE.UU. Formuló su famosa teoría de la relatividad (No entiendo mucho, así como el científico que lo premió), y la fórmula que cambió la visión del tiempo y el espacio: "E= mc", "la energía es igual a la masa por la velocidad de la luz al cuadrado".

Einstein se convirtió en un icono popular a nivel mundial, con su barba, su pelo, la famosa foto enseñando la lengua, etc. Murió a la edad de setenta y ocho años.

Einstein es considerado y fue proclamado el científico más importante del siglo XX.

Paradójicamente, uno de sus profesores comentó siendo estudiante: *Nunca conseguirá nada en la vida.*



**MAHATMA GANDHI**. ***No hay camino hacia la paz; la paz es el camino***. Nominado en numerosas ocasiones para el Premio Nobel de la Paz, fue sin embargo un símbolo mundial de la paz. Nacido en la India en 1869, fue el líder político y espiritual más destacado por la independencia de su país del dominio británico, por la cual luchó pacíficamente, durante más de veinte años, incluso haciendo huelgas de hambre. Fundó el Partido Indio del Congreso, en 1894, como denuncia por el trato dado por los ingleses a su pueblo y luchó por la abolición de las castas, los derechos de las mujeres, los parias y sudras y el maltrato a los seres vivos. Llamado también Padre de la Nación y héroe nacional, fue humillado por su color, encarcelado varias veces, perseguido y finalmente, un fanático nacionalista lo asesinó en 1948, cuando se dirigía a rezar, a los setenta y ocho años de edad. Sus últimas palabras en sánscrito fueron: *¡He Ram! ¡Dios mío!*

Posteriormente se instituyó en la India un Día de Gandhi y Rabindranath Tagore lo llamó Alma Grande

**MARTIN LUTHER KING**. Archiconocida es su frase: ***I have a dream***, *Yo tengo un sueño,* pronunciada en un icónico discurso ante doscientas cincuenta mil personas junto al monumento a Lincoln, en 1964. Un sueño y la esperanza de conocer una América fraternal. Su discurso está considerado como el mejor pronunciado en América, junto al de Abraham Lincoln.

Premio Nobel de la Paz, Medalla de Oro del Congreso por la libertad, ministro bautista, líder activista del Movimiento pro derechos civiles afroamericanos, nació en 1929. Luchó durante años contra la discriminación racista y las agresiones físicas sufridas en EE.UU hacia los negros. Declaró ilegal la segregación en restaurantes, colegios, autobuses, etc. Con respecto a estos últimos, defendió la famosa causa de Rosa Parks, en 1955, arrestada por no ceder su asiento a un blanco. Como reconocimiento, dicho autobús, amarillo, se exhibe en un museo de Michigan.

Al fin, consiguió la aprobación y ley de los derechos civiles y el voto de los negros en 1964.

Fue asesinado en 1968 por un segregacionista blanco en Memphis a los treinta y nueve años. Su cadáver fue velado en el Capitolio y sus últimas palabras fueron: *Take mi hand, precius Lord. Toma mi mano, querido Señor,* su canción preferida.

En EE. UU. se instituyó un día festivo al año en su honor.

**ALBERT SCHWEITZER.** ***Mientras el orgullo de su compasión no abarque a todos los seres vivos, el hombre no hallará la paz por sí mismo***. Premio Nobel de la Paz en 1952 por su labor humanitaria y defensa de la fraternidad entre los hombres. Su propia filosofía era *reverencia por la vida*. Alemán, nacido en Alsacia en 1875, fue un ser excepcional, médico, escritor, filósofo, misionero en África, músico. De hecho, daba conciertos de órgano por toda Europa para sacar dinero para el hospital que fundó en África, Hospital Albert Schweitzer, y que mantuvo él mismo, para el cual donó íntegramente el dinero del premio obtenido por el Nobel y así poder atender a decenas de miles de personas durante cincuenta años. Gran defensor de los animales, mi debilidad, he querido entresacar unas palabras que pronunció alusivas a ellos: *No me importa si un animal es capaz de razonar. Solo sé que es capaz de sufrir y por ello lo considero mi prójimo. Es la compasión del hombre hacia los animales lo que le hace un verdadero hombre. Tiéndele una mano y lo tendrás a tu lado para siempre.*

Murió en 1965 a los noventa años.

**RIGOBERTA MENCHÚ.** Y dejo para el final a esta mujer, indígena, Premio Nobel de la Paz en 1992 y Premio Príncipe de Asturias 1998, porque su frase nos concierne a todos: ***La paz no es utopía; es nuestra responsabilidad***

Nació en Guatemala en 1959, activista y defensora de los derechos humanos y líder de la lucha social, de la igualdad para las mujeres, contra el racismo y la opresión de los pueblos indígenas. Recorrió el mundo con su mensaje de paz, fue también candidata a la presidencia de Guatemala. Creó la Fundación Rigoberta Menchú Tum pro pueblos indígenas del mundo. Escritora, publicó sus libros con éxito a nivel mundial. Embajadora de la UNESCO, fue amenazada de muerte y se exilió en México en 1981.

Y con este pequeño grupo -los Premios Nobel de la paz fueron otorgados a ciento trece personas en total-, acabo estas líneas dedicadas a la paz, que tan enferma la tenemos.

Sería maravilloso que un inmenso arco iris rodeara a la Tierra trayendo la paz a este mundo para siempre. Paz para todos.

Vuestra amiga Carmen Carrasco

**La leyenda del arco iris**

Cuentan que hace mucho tiempo los colores

empezaron a pelearse. Cada uno proclamaba que él era el más importante, el más útil, el favorito.

El **verde** dijo: "Sin duda, yo soy el más importante.

Soy el signo de la vida y la esperanza. Me han escogido para la hierba, los árboles, las hojas."

El **azul** interrumpió: "Tú solo piensas en la tierra,

pero considera el cielo y el mar. El agua es la base de la vida y son las nubes las que la absorben del mar azul.

El **amarillo** soltó una risita: "¡Vosotros sois tan

serios! Yo traigo al mundo risas, alegría y calor. El sol es amarillo, la luna es amarilla, las estrellas son amarillas.

Sin mí no habría alegría".

A continuación tomó la palabra el **naranja**: "Yo soy el color de la salud y de la fuerza. Yo transporto las

vitaminas más importantes. Pensad en las zanahorias, las calabazas, las naranjas, etc.

El **rojo** no podía contenerse por más tiempo y saltó:

"Yo soy el color del valor y del peligro. Estoy dispuesto a luchar por una causa. Traigo fuego a la sangre. Soy el color de la pasión y del amor"

El **púrpura** enrojeció con toda su fuerza. Era muy

alto y habló con gran pompa: "Soy el color del poder. Soy el signo de la autoridad y de la sabiduría"

El **añil** habló mucho más tranquilamente que los

otros: "Pensad en mí. Soy el color del silencio. Raramente repararéis en mí, pero sin mí todos seríais superficiales.

Represento el pensamiento y la reflexión. Me necesitáis para el equilibrio y la paz interior.

Así fue como los colores estuvieron presumiendo

cada uno, convencido de que él era el mejor. De repente, apareció un resplandor de luz blanca y brillante. Había relámpagos que retumbaban con fuerza. La lluvia empezó a caer a cántaros. Los colores comenzaron a acurrucarse con miedo, acercándose unos a otros buscando protección.

La **lluvia** habló: "Estáis locos, colores, luchando

contra vosotros mismos, intentando cada uno dominar al resto. ¿No sabéis que todos sois muy importantes? Cada uno, para un objetivo especial, único, diferente. Juntad vuestras manos y venid conmigo".

Y gracias a la **lluvia**, los colores del arco iris se unieron para siempre y aparecen en el cielo para recordarnos a todo el mundo que es posible vivir juntos en PAZ.

Vuestra amiga Carmen Carrasco

# Rincón Poético



**J. Bosco**
**Faner Bagur**
**Menorca**

***Una tal lliçó hem hagut d'entendre el meu poble i jo***
**(Salvador Espriu)**

## *ALAIOR. PARRÒQUIA DE SANTA EULÀLIA*

**Alaior em fou poble genuí del meu ministeri (1972-76)**

*No foren anys fàcils.*
*S'acabà el franquisme,*
*els damnats a mort,*
*reprensions vils,*
*el radicalisme,*
*mals records i torts.*

*En aquest bon poble*
*vaig aprendre molt*
*passant-hi quatre anys:*
*Tots hem de ser nobles*
*aplacant udols,*
*trencs i desenganys!*

*Li agraesc de cor*
*tot el que vaig viure*
*en temps tan novell.*
*En foren tresor*
*amics i somriures*
*adults i donzells.*

*Observa* els teus anys de joventut.
*Jutja* l'aprenentatge que vares fer.
*Fes-te amb la Paraula de Déu:* Ex 34, 9-10; Sl 18,28.
*Actua* dialogant i respectant criteris diversos als teus.



**Toñy**
**Castillo Meléndez**
**Lleida**

## *EL AMOR NO SABE DE DESPEDIDAS*

*Poema para el Día de los Difuntos*
*Hay días en que el silencio*
*tiene nombres y apellidos,*
*y el corazón nos devuelve*
*los abrazos que hemos perdido.*
*Hoy las flores hablan de pétalos,*
*las campanas suenan despacio,*
*y hay lágrimas que se esconden*
*en los bolsillos del alma.*
*Venimos a ver a los nuestros,*
*a dejarles flores y besos,*
*a contarles nuestras cosas*
*como si aún pudieran vernos.*
*Y quizá, de alguna manera,*
*nos escuchan en el viento,*
*en esa luz de la tarde*
*que acaricia los recuerdos.*
*Porque morir no es borrarse,*
*ni marcharse para siempre;*
*hay personas que se quedan*
*mucho más allá de la muerte.*
*Se quedan en una mesa,*
*en una canción conocida,*
*en la receta de siempre,*
*en las pequeñas cosas de la vida.*
*Se quedan en las palabras*
*que aprendimos de sus labios,*
*en la forma en que abrazamos,*
*en lo que somos y amamos.*
*Hoy no quiero hablar de muerte,*
*ni de finales ni olvidos.*
*Quiero hablar de quienes fueron*
*parte esencial de nuestro camino.*
*De una madre que hace falta,*
*de un padre que sigue siendo*
*esa voz que nos acompaña*
*cuando la vida pesa por dentro.*
*De un amor que no se apaga,*
*de una amistad que fue abrigo,*
*de aquellos que se marcharon*
*sin que estuviéramos preparados para el vacío.*
*Y aunque duela su ausencia,*
*aunque a veces duela tanto,*
*qué hermoso haberlos tenido,*
*qué hermoso seguir amando.*
*Por eso, cuando hoy llevemos*
*flores a nuestros difuntos,*
*llevemos también la vida,*
*los recuerdos y los frutos*
*de todo lo que nos dieron,*
*de todo lo que aprendimos.*
*Que no se queden sus nombres*
*solamente entre las lápidas,*
*que vivan en nuestras historias,*
*en nuestras risas y lágrimas.*
*Porque mientras alguien recuerde*
*con ternura a quien se ha ido,*
*habrá una puerta entreabierta*
*entre el ayer y el hoy vivido.*
*Y si alguna vez la ausencia*
*nos deja el alma vacía,*
*recordemos que hay amores*
*que no entienden de despedidas.*
*Hoy, Día de los Difuntos,*
*no solo lloramos a quienes partieron.*
*También damos gracias a la vida*
*por el tiempo que compartimos con ellos.*
*Porque al final, la muerte separa los caminos,*
*pero hay algo que ni el tiempo ni la ausencia pueden enterrar:*
*el amor de quienes, aun sin estar,*
*siguen viviendo en nosotros.*



**Diego**
**Sabiote Navarro**
**Palma de Mallorca**

## *ES UNA FLOR*

*No maltrates al cardo*
*por sus espinas:*
*el corazón del cardo,*
*en primavera,*
*es una flor.*



**Jesús**
**Solano**
**Marchena (Sevilla)**

## *POÉTICA DE NOVIEMBRE LXV*

*Veo cartas de amor desteñidas*
*y armarios rotos por los rincones*
*que guardan los secretos y las intimidades*
*de viejas relaciones humanas.*
*Huelo un aroma triste de flores negras*
*que me obligan a evocar muertes no deseadas.*
*Toco el cadáver de mi cuerpo*
*y bañado en un sudor pegajoso*
*saboreo lo real de la vida.*



# Rincón Poético



**Mónica García Soto**
**Manacor (Mallorca)**

## LLEGARÁS LEJOS

*Nadie te enseña el camino,*
*ni habla de las piedras que aparecen en tu destino.*
*Nadie te cuenta de las noches tan oscuras,*
*donde hasta el miedo aparece en tus sueños.*
*Días que las fuerzas te abandonan,*
*que el colapso se apropia de tu peso.*
*Puertas que se cierran,*
*promesas que se lleva el viento.*
*Personas que se marchan,*
*heridas que te piden más tiempo.*

*No confundas esa piedra con una derrota,*
*ni dejes que el miedo borre los sueños que tu alma anota.*
*Las fuerzas se aligeran, renacen con cada puerta*
*que vuelves a abrir.*
*Y por cada una persona que se va, tendrás tres que*
*valen más.*

*Elige vivir, encontrar tu libertad,*
*los caminos sí, se desvían, puedes parar,*
*quien descansa también vuelve a comenzar.*

*Llegará, cuando recuerdes lo vivido,*
*incluso en tus peores días, recordarás la fe que te mantuvo.*
*Ha merecido la pena luchar,*
*descubrir lo lejos que has logrado llegar.*



**Inmaculada González Mancera**
**Carmona (Sevilla)**

## ENVERO

*Hoy no eres más que un brote verde*
*que floreció junto a mi corazón.*
*Te voy regalando la luz*
*y protegiéndote en cada estación.*

*Aferrándote fuertemente a mí,*
*voy alimentando tu pulpa.*
*En este viaje que comienzas*
*te coloreas y endulzas.*

*Al mirar tu linda carita,*
*yo reconozco sentir miedo;*
*miedo a la certeza de que,*
*cual fruta, llegará tu envero.*

*Tras un amanecer de almíbar,*
*acunada con dulzura en tu rama,*
*alcanzarás tu madurez*
*y estarás dispuesta y preparada.*

*Presta para explorar tu sino*
*con tu designio y tu empeño,*
*abriendo todos tus sentidos*
*y tu latido descubriendo.*

*Recorriéndote el universo,*
*a riesgo de ser desgajada.*
*Persigue siempre tu felicidad*
*en este mundo de hojalata.*

*Que tu esencia sea perenne*
*y no olvides jamás tu árbol;*
*aunque algún día dejes su sostén,*
*en él siempre estarás a salvo.*

*Mas aún no ha llegado ese día;*
*aún en cierne continuamos.*
*Nos queda tiempo para despertar*
*de este dulce y áureo letargo.*



**Carmen Corral Dúrcal**

## DOCE DE OCTUBRE

*Doce de octubre, España se engalana,*
*y alza hacia el cielo su mirada y oración;*
*bajo el Pilar, la Madre soberana*
*guarda en su manto a nuestra nación.*

*Virgen del Pilar, reina y madre,*
*que sobre el Ebro levantaste el altar,*
*eres consuelo, esperanza y vida,*
*de tus hijos la luz al caminar.*

*De esta tierra que sabe de historia,*
*partieron caminos de fe y de ilusión;*
*y llevaron por mares la gloria*
*de una Madre que habita en el corazón.*

*Hispanos de tierras, de mares y acentos,*
*unidos bajo tu maternal mirar,*
*somos caminos, raíces y vientos*
*que en tu corazón encuentran hogar.*

*El doce de octubre te pedimos,*
*que España no olvide de dónde viene;*
*que bajo tu Pilar, Madre infinita,*
*la fe que nos une para siempre reine.*

*Más allá de los mares, más allá de la historia,*
*quedó una misma fe sembrada en cada tierra;*
*y María, guardando su eterna memoria,*
*hizo de tantos pueblos una gran nación.*



**Marcelino Arellano Alabarces**
**Palma de Mallorca**

## LLOVÍA SOBRE LA CIUDAD

*Amaneció la mañana lluviosa.*
*El cielo había perdido su color.*
*Hacía frío, quizás más en el alma.*
*Las calles ya empiezan a estar*
*llenas de hojas dispersas,*
*que van cayendo de los árboles.*
*Ya estamos a mitad de otoño.*

*Ya por los altos miradores*
*de los horizontes desconocidos,*
*un rayo color rosa y lejano*
*baña de colores el horizonte.*

*Se endeuda la mañana lluviosa*
*y sobre el asfalto derretido*
*un gorrión agonizante*
*bebe el néctar de sus lágrimas.*

*Hay un suspiro que se pierde*
*entre un alborear enigmático,*
*chirriante, los adoquines*
*se van perdiendo estigmatizados,*
*y al volver de su crepúsculo*
*lívida las tardes que se va*
*perdiendo hacia la lejanía*
*de sus remotos sueños.*

*No olvides nunca las palabras*
*que te son dichas siempre*
*cuando llueve y resbalan*
*las lágrimas sobre el asfalto,*
*mientras un perro corriendo*
*se pierde en la oscuridad de la noche.*

# Rincón Poético



**José Manuel Gómez Hernández**
**Lleida**

## OCTUBRE, EL QUE ROMAN

*Octubre arriba sense fer neguit,*
*la llum es gasta més d'hora cada dia,*
*i el camp, llaurat, respira i es refia*
*de tot allò que dorm sota el seu llit.*
*Les persianes cauen més aviat,*
*algú rega un gerani cansat,*
*dos veïns, a la porta, van comptant*
*els noms que ja no hi són al seu costat.*
*Ningú no diu «com passa». Diuen: «Entra,*
*que ja refresca», i el temps es queda fora;*
*guanyem una hora al rellotge, i aquella hora*
*se la queda qui té la taula parada.*
*Ha canviat el color de les façanes,*
*ha canviat qui et saluda al matí,*
*el nen que corre sense mirar enrere*
*i l'avi, que s'estalvia algun camí.*
*Però hi ha coses que no es mouen del lloc:*
*el bon dia que s'hereta com un cognom,*
*la mà que espera qui puja més a poc*
*i la porta entreoberta per si algú recorda el seu nom.*
*Canvien els camps, els anys, les maneres,*
*però queda un fil que ningú no veu ni pesa,*
*un «ja ens veurem» dit al fons del carrer*
*i una cuina encesa on algú ens espera.*
*Hi ha qui arriba amb una maleta nova*
*i aprèn de pressa a dir-nos pel nom;*
*hi ha qui se'n va i, allà on es troba,*
*es du el poble a dins com una cançó.*
*Que vingui el fred, que ens trobarà a casa,*
*aquí hi ha gent que sap guardar la brasa,*
*i qui se'n vagi no recordarà el paisatge:*
*recordarà que algú l'esperava.*



**Ana Martínez Huércal-Overa (Almería)**

## CANTO BAJO LA ESPERANZA

*No todo está perdido*
*aunque lo parezca.*

*Hay una luz que no ciega*
*y espera.*

*Crece en lo pequeño:*
*en la mano que no hiere,*
*en el pan compartido sin testigos,*
*en la palabra dicha a tiempo.*

*El mundo se sostiene*
*por gestos invisibles.*

*Alguien vela mientras duermes,*
*alguien reza sin nombre,*
*alguien perdona solo*
*para seguir vivo.*

*La noche no es enemiga:*
*guarda semillas.*

*El dolor también enseña*
*a escuchar despacio.*

*Nada se salva de golpe,*
*pero algo empieza*
*cuando un corazón decide*
*no endurecerse.*

*Y basta eso,*
*a veces basta*
*para que el día vuelva*
*sin hacer ruido.*



**Rafael Rodríguez Palma "Fali" La Zubia (Granada)**

## LA MUJER ESPAÑOLA

**Recuerdos de mamá**
*Dedicado a Anita Ávila*

*Soy la mujer española,*
*la clásica de mi tierra,*
*que mezclo fuego del alma*
*con la sangre de mis venas.*

*Con el mantón de Manila,*
*las flores en la cabeza,*
*una mano suelta al aire*
*y otra puesta en la cabeza.*

*Y luciendo estos andares*
*de la gente macarena,*
*boca abajo, toíto er mundo,*
*que aquí está la España entera.*

*Por donde va una española,*
*las rosas y madreselvas,*
*de envidia se van cerrando*
*porque valen más que ellas.*

*La luna se queda chica*
*y en nosotras se aleja,*
*solo por vernos se asoman*
*a los cielos las estrellas.*

*Y así es la de España,*
*la española verdadera,*
*que, en diciendo «¡Viva España!»,*
*no hay corazón que no sienta,*
*ni labio que no se agite,*
*ni mano que no se mueva.*

*Y así, con este manejo,*
*la voz a mi patria llega:*

*¡Viva España y sus mujeres!*
*¡Señores, viva mi tierra!*

# Rincón Poético







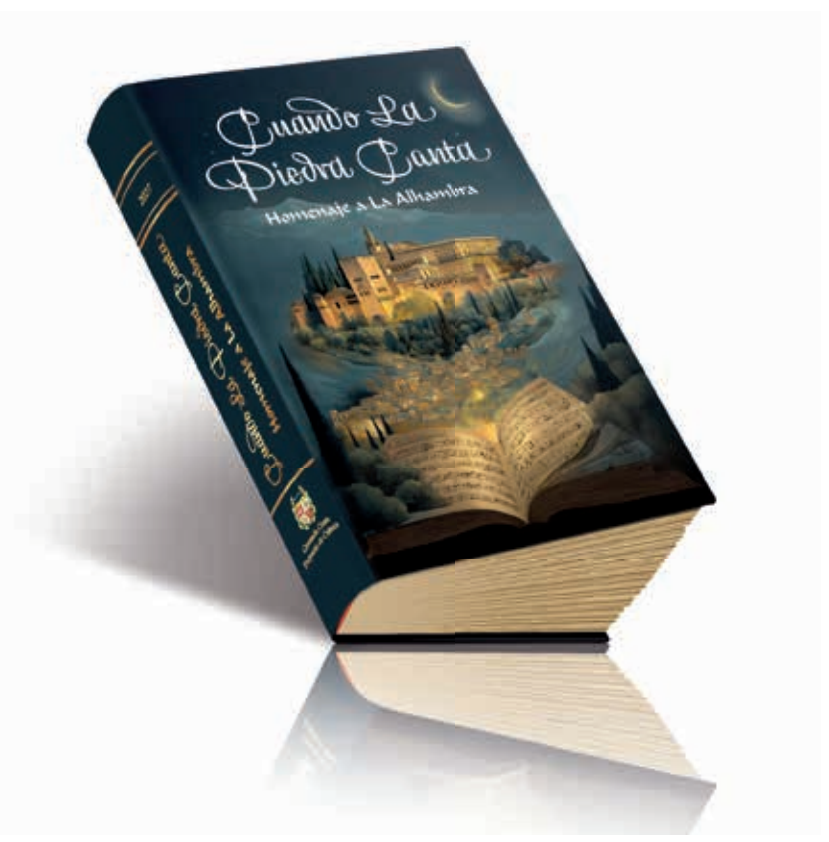






RESTAURANTE EL PEÑÓN



# Rincón Poético



**José**
**Pérez González**
**Madrid**

## MIS TRES DELICIAS

*Tras el dolor y la tristeza,*
*escondido en la irrealidad de la vida*
*vi una luz de esperanza*
*entre sueños y añoranzas.*

*Tú, primera flor de un jardín naciente,*
*regada con lágrimas de alegría*
*en aquel otoño del dos mil diez.*
*Fuiste manantial de ilusión.*

*Llenaste vacíos de emociones*
*haciendo latir aquella felicidad*
*que un día tu madre nos trajo.*
*Eras la raíz de un árbol nuevo.*

*Mas, el tiempo no duerme,*
*camina en el eco de los días.*
*En esos días de frío invierno*
*envueltos en cánticos de Navidad.*

*Entre sonrisas y sueños de paz,*
*llegaron los Reyes Magos.*
*Esta vez sus sacos no estaban vacíos,*
*traían un nuevo brote de amor.*

*Era una muñeca de carne y hueso,*
*mi nieta, otra promesa de amor*
*que abracé con los recuerdos*
*de aquella mujer*
*primera semilla del amor eterno.*

*Crono camina con paso lento,*
*sin embargo, ya no estáis a mi lado,*
*pero en un nuevo invierno*
*el jardín florece*
*por tercera vez.*
*Ocurre un nuevo milagro,*
*nace mi tercer nieto.*

*Ellos han llenado el vacío,*
*dando calor a mi existencia,*
*son el fruto de aquel amor*
*que dio color a mi vida.*

*Con ellos recupero la ausencia,*
*en ellos vivo el tiempo robado,*
*son fruto de la hija*
*de la mujer que más he amado.*

*Son el aire de la brisa*
*que refrescan mi vida,*
*tres pequeñas delicias,*
*el mayor de los tesoros*
*que fortalecen mi existencia.*

*Con ellos envejezco lentamente,*
*han puesto canas al tiempo.*
*Hace poco era padre*
*ahora soy abuelo.*



**María Jesús**
**Sarmiento**
**Lillo del Bierzo**
**León**

## CONTIGO A LA ETERNIDAD

*Éxtasis de una noche*
*Dispuestos para soñar.*
*Soñar, qué bien soñaremos.*
*Y a disfrutar.*

*Disfrutar; disfrutemos.*
*Amándonos con delirio.*
*En un baile acompasado.*
*Los dos al mismo compás, si tiendo.*

*Éxtasis y nada más si tiendo.*
*Con los cuerpos enlazados.*
*Tocando ese cielo estrellado.*
*Una noche de felicidad.*

*Dulce placer afrutado.*
*Lleno de felicidad*
*De tu cuerpo con el mío.*
*Éxtasis consumado.*
*Y aquel cielo, Dios mío.*

*Al acariciar tu cara, amor mío*
*Besarte sin cesar.*
*Acabar extasiados.*
*Contigo a la eternidad.*



**Juana**
**Olmos Castillo**
**Alhama de Granada**
**Poeta**

## ESPINELA PARA ANTONIO GALA.

*Antonio Gala escritor,*
*ya eres recuerdo y leyenda,*
*La muerte quebró la rienda,*
*De esta tierra de tu amor.*

*En tu palabra el candor*
*Era rumor cuando hablabas.*

*Y la lección que nos dabas*
*Trasmitía serenidad,*
*E irresistible bondad*
*¡Cuánto saber derrochabas!*



**Toni Mel**
**Madrid**
**Poeta**

## SIN PRISA POR IRME

*Los recuerdos se borran de mi mente*
*al pasar tantos años ya vividos*
*y te duele dejarlos por perdidos*
*y sentirte un poco indiferente.*

*Una cosa me queda muy latente*
*no quisiera perder yo los sentidos*
*y poder escucharme los latidos*
*de esta sangre que viaja lentamente.*

*Ya se encuentra cansada, lo comprendo*
*mas le exijo seguir, pero despacio*
*que tampoco marchar quiero corriendo.*

*Aunque esté ya mayor y un poco lacio*
*el vivir yo lo veo algo estupendo*
*y a largarme de aquí soy muy reacio.*

Poema de Francisco Jiménez Ballesteros



**Julia**
**Rosillo Martínez**
**Granada**

## EL SENDERO

*Cómo me gustaba ir*
*con mis amigas al sendero*
*ahora que ya no puedo*
*vivo para que el recuerdo.*

*Nos contábamos historias*
*cada cual en su nivel*
*la ilusión que yo tenía*
*jamás la volveré a ver.*

*Con la mochila a cuestas*
*bocadillo, agua y el que fumaba tabaco*
*hacíamos muchas encuestas*
*pasábamos buenos ratos.*

*Se hacían buenas amistades*
*te sentías libre, orgullosa de este paseo*
*todo el mundo se contagiaba*
*y tenían el mismo deseo.*

*En los pisos no hay nada de eso*
*sube y baja el ascensor*
*no te atreves a hablarle a nadie*
*falta comunicación.*

# Rincón Poético



**Enrique Martínez de Barrax**
**Palma de Mallorca**

## ENRIQUITO EN MOLVÍZAR

*Historia Medieval 1427 – 27*

*Quien te ha lavado el pañuelo*
*esta mañana, guapo mozo,*
*de bordados de rojo pelo*
*teñidos con agua del pozo.*

*Ha sido una morita cristiana,*
*más guapa que el firmamento,*
*como una rosa temprana*
*cuando florece en su nacimiento.*

*Paseo con mi jaca torda alazana*
*y nos vamos al monte,*
*arreo a la yegua y se hace la sorda,*
*no tiene prisa a que la monte.*

*La morita abrazada a mi cintura*
*va canturreando almolvizeñas,*
*alegrando el campo de Andalucía*
*y le cantó saetas pequeñas.*

*Viva Molvízar de mi alegría,*
*de sangre roja amapola,*
*este cristiano tu cruz llevaría.*
*¡Molvízar, eres grande española!*

*Y su presidente, valiente feroz,*
*hace de la literatura moderna*
*trigales de espigas y de arroz,*
*campos de páginas hermanadas.*
*Del molino de agua de cañadas,*
*la rueda gira y el aire es veloz.*

*El presidente, buen cristiano,*
*lleno de sabia naturaleza.*



**Fina López Martínez**
**Dúrcal (Granada)**

## ORGANILLO

*Llega el organillo al pueblo*
*Es primavera en el valle,*
*La algarabía de chiquillos*
*Lo siguen de calle en calle.*

*Suena el chotis, el pasodoble*
*Sin prisa, pero sin pausa,*
*Las puertas están abiertas*
*Bailando va la comparsa.*

*El viento lleva los sones*
*Que se cuelan entre sus gentes,*
*Se esparcen sus dulces notas*
*Alegrando un valle ardiente.*

*Llega el órgano a la plaza*
*Las gentes danzan y cantan,*
*Uniendo los corazones*
*Los niños, juegan y bailan.*

*Sigue el órgano tocando*
*Con la luna que suspira,*
*Los jóvenes soñando amores*
*Las pasiones, se iluminan.*

*Llega el alba y huele a soles*
*El organillo se ha ido,*
*Buscando otros pueblos blancos*
*Otras gentes, otros chiquillos.*



**Isabel Pérez Fernández**
**Valencia**

## A SALVADOR LÓPEZ CABRERA EN SU HOMENAJE

*Estimado amigo mío:*
*Te escribo de corazón*
*estos mis sencillos versos*
*repletos de admiración.*

*Buscaban un directivo*
*para que llevara El Coro,*
*pero no hizo falta alguna,*
*que en ese grupo de amigos*
*existe muy buena unión*
*y marchan todos a una.*
*Y eligen a Salvador.*
*¡Qué decisión tan madura!*

*Es un hombre muy formal,*
*honrado y trabajador,*
*derrochador en bondad.*
*Es buen hijo y buen esposo*
*y como padre, ejemplar,*
*y para llevar El Coro*
*nadie le puede igualar;*
*por eso es el Homenaje*
*que todos te quieren dar.*

*Quisiera decirle tanto,*
*a mi amigo Salvador,*
*tú que cantas en El Coro,*
*que le cantas al amor,*
*que vas sembrando ilusiones.*
*¿Qué te puedo decir yo?*
*Eres amable y cordial,*
*y todo lo que mereces*
*yo no alcanzo a imaginar.*

*Pero imagino que un día*
*en Écija, Ciudad del Sol,*
*o Sartén de Andalucía,*
*que una mañana cogí*
*un palmito que crecía*
*cerca del río Genil,*
*que por sencillo y tan bueno*
*me lo traje para ti.*



**Manuel Camacho Fernández**
**Madrid**

## ROBOT VS. HOMBRE

*Un robot*
*puede escribir*
*un poema,*
*pero nunca será*
*poeta.*
*Un robot*
*puede escribir*
*una carta de amor,*
*pero nunca podrá*
*Amar.*
*Un robot*
*puede escribir*
*sobre los sueños,*
*pero nunca podrá*
*soñar...*
*Si el robot*
*fuera poeta,*
*si lo fuera...;*
*si el robot*
*pudiera Amar,*
*si pudiera...;*
*si el robot*
*pudiera soñar,*
*si pudiera...;*
*el hombre no sería*
*hombre,*
*¡sería otro robot!*

# Rincón Poético



**María J.**
**López Palomar**
**Madrid**

## AMANECE UN NUEVO DÍA

*Hoy quiero agradecer*
*que amanece un nuevo día*
*escribiendo unos versos*
*que son un canto a la vida*
*Hoy siento que la vida*
*es como una poesía*
*con sus ritmos y sus pausas*
*con sus noches y sus días*
*Como la lluvia del cielo*
*besa la tierra al mojarla*
*y los últimos rayos de sol*
*se recogen hasta el alba*
*Hoy que siento la nostalgia*
*de la vida que pasó,*
*con sus risas y sus llantos*
*su alegría y su dolor*
*Hoy que guardo la Esperanza*
*que de nuevo salga el sol*
*y vestirme con sus rayos*
*con su luz y su esplendor*
*Hoy que siento una presencia*
*que es dulzura y es amor*
*y le digo lo que siento*
*sin juicios y sin temor*
*Amanece un nuevo día*
*con renacida ilusión*
*con la energía Divina*
*que es la esencia de Dios.*



**Pedro**
**Ruiz Hidalgo**
**Granada**

## NO SOY DE AQUÍ

*Esas párvulas tardes...*
*(las de finales de otoño eran mis preferidas),*
*tiempo de paseo,*

*sirvieron para imaginar amores futuros,*
*de ensayar amistades.*

*Idear profesión y proyectos,*
*momentos de estrenar seguridades,*

*las actitudes y aptitudes*

*que componen nuestra personalidad.*
*Jugábamos a parecer más adultos*
*comportándonos como ellos,*

*cine y cafetería,*
*antes de volver a casa en autobús*

*con unas castañas asadas.*

*¡Qué inocentes éramos!*
*La semana pasada me miró fijamente,*
*y esta semana se ha sentado junto a mí,*

*disimulado roce de nuestras manos...*

*—Pedro, ¿cuál es la derivada de x cuadrado?,*
*¿Me lo explicas en mi portal?*



**María Dolores**
**Alabarces Villa**
**Palma de Mallorca**

## ALMA DESNUDA

*He desnudado mi alma*
*que entre luces y sombras*
*vivió oculta en la penumbra*
*sin dejar paso a la luz.*

*He desnudado mi alma*
*y he tirado a la basura*
*esas viejas vestiduras. . .*
*que llevé como una cruz.*

*He desnudado mi alma*
*ya no está tan compungida*
*ahora vuelve a tener vida.*
*Ahora vuelve a tener calma.*



**Carmen**
**Carrasco Ramos**
**Delegada Nacional de poesía**
**Granada Costa**

## A LA VIRGEN DEL ROSARIO

*Patrona de Molvízar*

*Una rosa te traigo florecida*
*que en mi pecho oprimido yo guardaba.*
*No desdeñes mi flor que acompañaba*
*los días solitarios de mi vida.*

*En las horas amargas y afligidas*
*me postro ante tu altar con desconsuelo.*
*Escucha mi plegaria desde el Cielo,*
*Madre mía del Rosario bendecida.*

*A tus plantas acudo con fervor.*
*A ti entrego con fe mi humilde flor*
*pues Tú eres la esperanza y el consuelo.*

*Y esta rosa, imagen de mi alma,*
*a tu lado hallará solo la calma.*
*Acógela, Señora, desde el Cielo.*



**Soledad**
**Martínez González**
**Madrid**

## YO QUISIERA

*Cita: Volveremos a vernos, aquí o en la eternidad.*

*Cuando todo lo tenemos,*
*cuando no nos falta nada,*
*cuando pasa un día y otro*
*y la paz no se profana.*
*Cuando andamos y corremos,*
*cuando podemos cantar,*
*cuando la luz del sol vemos,*
*pensamos que es natural.*
*Mas siempre llega de pronto*
*y llega sin avisar*
*la enfermedad, la desgracia,*
*la inquietud, la enfermedad.*
*Un día llegó a nuestra casa*
*esta terrible verdad,*
*sentí que el mundo se hundía,*
*no lo podía soportar.*
*Y vi tu paz en la muerte,*
*alejándote de mí,*
*y un dolor nunca vivido*
*cuando me quedé sin ti.*
*¡Y de nuevo te encontré!*
*Te encontré en mi alma herida,*
*en mi corazón sangrando,*
*en el vacío, en la ausencia,*
*en mi llanto sin consuelo,*
*en cada rincón sin ti,*
*en el espacio habitado*
*ahora sólo por mí.*
*En ese sillón vacío*
*y el silencio atronador*
*que grita cuando lo miro.*
*Es mi vida, esta vida*
*que no me atrae vivirla.*
*Espérame cuando llegue*
*quiero encontrarte de nuevo*
*y si hemos de nacer*
*nuevamente, tú, búscame,*
*por los confines del mundo*
*o en el ámbito de Dios,*
*porque yo estaré esperando*
*para vivir otras vidas*
*de inmensa felicidad,*
*juntos de nuevo otra vez*
*aquí o en la eternidad.*

# Rincón Poético



**Tony Rojas**
**Almería**

## EL PRECIO DEL SILENCIO

*(POEMA SOCIAL)*

*No me hablen de progreso si el hambre sigue,*
*no hay avance si el pobre no tiene abrigo,*
*no hay futuro si el sueldo no persigue*
*al precio que nos ponen por enemigo.*
*Veo colas en el banco, no en la panera*
*veo despachos llenos, calles vacías,*
*nos venden la mentira por bandera*
*mientras los días se nos van en agonías.*
*El niño que no come no entiende de leyes*
*el viejo que no cobra no entiende de pactos,*
*nos roban los de arriba como reyes*
*y nos piden paciencia con sus actos.*
*Nos dicen que estudiemos para ser alguien,*
*nos dicen que aguantemos con decoro,*
*pero el título no paga el alquiler de nadie*
*y el mérito se puede comprar con otro.*
*La calle está cansada, ya no calla,*
*la gente está despierta, ya no olvida,*
*no quiere más limosnas ni batallas*
*quiere trabajo digno y vida.*
*No quiero un mundo partido en mitades,*
*no quiero fronteras para el consuelo,*
*quiero escuelas abiertas, no ciudades*
*donde el pobre siempre mire al suelo.*
*Levanta la cabeza, compañero,*
*que nadie te regala tu destino,*
*que si nos juntamos somos aguacero*
*y juntos abriremos el camino.*
*Y si mañana preguntan quién luchaba*
*di que estuviste, que no fuiste olvido,*
*di que tu voz también se levantaba*
*cuando el silencio era lo prohibido.*



**Lola García Jaramillo**
**L'Hospitalet - Barcelona**

## MORADO EN SILENCIO – CAMPO DE LAVANDA –

*Julio pinta de morado*
*las laderas del silencio,*
*no hay prisa en el horizonte*
*solo viento y solo cielo.*
*La lavanda se estremece*
*cuando la toca la aurora,*
*y el campo entero suspira*
*como arrullo de amapola.*
*Cada mata es una vela*
*que cuida Dios en la tierra,*
*cada espiga una plegaria*
*que sube y no se quiebra.*
*Huele a paz, huele a espera,*
*huele a manos que trabajan,*
*huele a promesas cumplidas*
*en las alforjas del alma.*
*Caminar entre morado*
*es caminar sin ruido,*
*es sentir que el cielo baja*
*y se queda aquí conmigo.*
*Que si un día me pierdo*
*entre dudas y tormentas,*
*que me encuentre la lavanda*
*y me devuelva templanza.*
*Campos de lavanda y luz*
*bendecidos por el sol,*
*donde el alma se hace hogar*
*y el corazón… girasol.*



**Diego T. González Cascos**
**Valencia**

## ANTAGONISMOS*

**Donde rige el amor no hay amargas batallas.*

*Las guerras y el amor, antagonistas;*
*aunque también tienen sus parecidos,*
*siempre habrá vencedores y vencidos,*
*sufrimiento y dolor con sus aristas.*

*Guerra y muerte, conceptos derrotistas;*
*vida y amor preceptos admitidos;*
*contiendas y combates asumidos*
*por ser la paz posterior a conquistas.*

*Portador de pasiones atravieso*
*un campo de batalla para amarnos,*
*para vivir contentos al gozarnos.*

*Si matar y morir es el proceso,*
*cuerpo a cuerpo lucharemos unidos*
*para morir en abrazos fundidos.*



**Carmen Salas del Río**
**Granada**

## LUGROS, DONDE EL LOBO SE VOLVIÓ BOSQUE

*Lugros tiene un nombre con sombra de lobo.*

*Suena a noche, a monte cerrado,*
*a cuento antiguo junto al fuego.*

*Pero no hay que temerle.*

*El lobo del nombre se quedó en la raíz,*
*y la raíz aprendió a volverse bosque.*

*En la falda norte de Sierra Nevada,*
*Lugros guarda su pequeño corazón*
*de agua y montaña.*

*Allí nace el Alhama, río de paso sereno,*
*claro en sus márgenes, rodeado de castaños,*
*perales, viñas y alamedas.*

*Fue alquería, huerta abundante,*
*herrería encendida, molino dando vueltas*
*para convertir el agua en pan.*

*Y más arriba, el Camarate abre*
*su reino secreto.*

*Robles, arces, fresnos, sauces,*
*cerezos silvestres levantan en otoño*
*una llamarada dulce.*

*Dicen Bosque Encantado,*
*y el nombre acierta.*

*Porque hay lugares donde la tierra*
*no camina: susurra.*
*San Antonio guarda la iglesia del pueblo,*
*y San Nicolás, en ruinas, sigue escuchando*
*la unión de las aguas.*

*En abril, San Marcos reparte potaje,*
*roscos bendecidos, vino local*
*y alegría en la plaza.*

*En invierno, los chiscos encienden la noche*
*para que nadie olvide el calor de estar juntos.*

*Lugros, nombre de lobo,*
*alma de agua, bosque que no asusta.*

*Quien lo conoce, siente que algunas sombras*
*no vienen a dañarnos:*

*Vienen del monte para enseñarnos*
*su belleza escondida.*

# Rincón Poético



**Ángeles Díaz Vaca**
**Almuñécar - Granada**

## SAN MIGUEL

*Mi abuela a mí me decía*
*que yo tendría mucha suerte,*
*y yo no la comprendía.*
*Y al cabo de los años*
*yo he llegado a entender,*
*lo que me decía mi abuela*
*ahora lo sé muy bien.*
*Ella era buena*
*y se daba a querer,*
*y cuando yo la miraba,*
*me sentía tan feliz*
*que me quedaba con ella*
*por las noches a dormir.*
*En la casa de mi abuela*
*yo me sentía muy bien,*
*y ahora que soy abuela*
*he llegado a comprender,*
*todas aquellas cosas*
*que yo viví en mi niñez.*
*Mi abuela a mí me decía*
*que tendría mucha suerte*
*y yo no la comprendía.*
*He criado cuatro hijos*
*con tanto amor y cariño*
*y yo creo que mi abuela*
*me ha guiado en el camino.*
*Ella también me decía*
*que daría con un buen marido,*
*y gracias le doy a mi abuela*
*por haberlo conseguido.*
*Hoy en los tiempos que vivimos,*
*yo no puedo pedir más,*
*a mis tres nietos que tengo*
*algunos consejos les voy a dar,*
*como los que me daba mi abuela*
*que a mí me fueron genial.*
*Mi abuela a mí me decía*
*que tendría mucha suerte*
*y yo no la comprendía.*
*He sido muy feliz*
*y lo sigo siendo en la vida,*
*y le seguiré agradeciendo*
*a mi abuela todos los días.*



**María Vives Gomila**
**Mahón (Menorca)**

## CEUTA, CIUTAT PRESONERA

*Era una ciutat clara i lluminosa*
*De gent alegre i mirada tranquil.la.*
*El mar, el seu nord, tot ho acollia.*
*Un dia, aquest mar va envahir-la:*
*homes i dones s'hi volien quedar.*
*Van perdre el nord, no tenien barreres.*
*No sabien mirar ni acollir com abans.*

*Se sentiren traïts, maltractats i perdurs*
*Traïts i abandonats pel seu pròpi país.*
*Tancats, abatuts i adolorits.*
*Pensaren en Job i en el seu patiment,*
*en el seu crit constant de reclam:*
*Per què nosaltres, Senyor, per què nosaltres?*
*Què haviem fet per ser arrossegats com palla pel vent?*

*Volien tornar a ser el que eren abans*
*Sentir-se vius i ser per els seus un mirall.*
*Saber mantenir la llibertat interior.*
*Ignorar les barreres externes i que la sorra surti volant.*



**Carmen Bocanegra Montañés**
**Granada**

## PUNTO FINAL

*Y la paz tras el tumulto,*
*porque es difícil amarte*
*y no ser para ti un punto.*

*Sin dolores de barriga,*
*sin ansiedades ni ira,*
*sin ilusiones, mi vida.*



**Juan Jesús Díaz**
**Palma de Mallorca**

## PREGUNTAS SIN RESPUESTAS

*Vida, por qué no te disfruto,*
*por qué me levanto temprano*
*y trabajo como si fuera eterno,*
*sin pensar que estoy de paso.*

*Por qué tantas leyes y papeleo*
*tanto político y amor al dinero,*
*si caminamos hacia el más allá*
*desde el día en que nacemos.*

*Vacíos, ciegos y obsesionados,*
*solo pensamos en morir ricos,*
*se explota por inercia al amigo,*
*así mismo, al peón y al físico.*

*Pasamos, como distraídos*
*ante el descalzo y la desgracia,*
*el patrón desconfía del obrero*
*y el obrero de quien le paga.*

*Hacemos de la vida un calvario,*
*excepto unos pocos iluminados,*
*y mayores rotos y desengañados*
*a los que ni hacemos caso.*

*Y todos, unos más, otros menos,*
*en los velatorios y enfermedades*
*nos hacemos promesas nobles,*
*que olvidamos al volver a la calle.*

*Qué más quisiera yo, barato poeta,*
*que tener argumentos y sabiduría,*
*para dar luz y conciencia al mundo,*
*y desterrar el cáncer de la avaricia.*



**Mari Carmen Martín**
**Madrid**

## OTOÑO I

*Llegó el otoño.*
*Paseo por el bosque,*
*crecieron setas.*
*---*
*Llegado otoño,*
*el árbol, despojado,*
*cubre caminos.*
*---*
*Caen las hojas*
*formando remolinos*
*presas del aire.*

# Rincón Poético



**Argeme García Lucas**
**Colmenarejo**
**Madrid**

## CHIQUITA

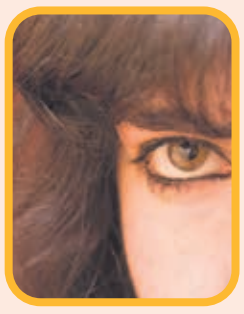
*Recientemente, hace años*
*Era pequeñita, una vida*
*Hace poco vestía de corto*
*Lucía coletas y lazos.*

*Daba sus pasos inestables*
*Recibía abrazos, achuchones*
*Devolvía una sonrisa*
*Balbuceando su nombre.*

*No quiso el tiempo*
*Que se quedara chiquita*
*Ropa pequeña, niña grande*
*Lágrimas en el corazón.*

*Viendo la vida pasar*
*Quedose quieta*
*Durante el tiempo suficiente*
*Paradita estaba linda.*

*Se abrieron puertas*
*Desconocidas para ella*
*No buscó lo que llegó*
*Recibió su rescate.*



**Lucía Díaz Rodríguez**
**Granada**

## BIBLIOTECA

*Clasifico mis libros*
*como analgésicos,*
*antidepresivos,*
*ansiolíticos*
*y procinéticos.*



**Francisco M. Morales**
**Granada**

## - MUCHO CALOR-

*Denso verano,*
*un calor que abruma,*
*insoportable.*

*Todos los días,*
*sin faltar uno solo,*
*la canícula.*

*En estas fechas,*
*la queja es la norma,*
*siempre es igual.*

*Mas este año,*
*el dos mil diecinueve,*
*ha sido letal.*

*Llega la noche,*
*imposible se hace,*
*poder descansar.*

*Climatización,*
*y ventanas cerradas,*
*es la solución.*

*¡Ay, el recuerdo!*
*el frescor de la noche,*
*aquello pasó.*



**Antonio Prima Manzano**
**Valencia**

## MI VIDA SOLO ES

*Mi vida solo es un cruel destierro*
*salpicado de dolor y sufrimientos,*
*que cada vez han sido más cruentos,*
*hasta este Apocalipsis final*
*de soledad y tormento.*

*Mi fuerza y mi talento eran ella*
*y todo ante Dios era ofrecido*
*en pago de la gloria merecida,*
*que hoy ardientemente añoro para ella.*

*Creo firmemente por mi fe*
*que ella estará en el paraíso,*
*y esta certeza me da fuerzas*
*para rezar día a día con firmeza,*
*pues yo quiero un día en el cielo,*
*¡reunirme ya con ella!*



**Isidro Sierra Calzado**
**Madrid**

## NANA PARA JULIO

*Duerme niño que te vela*
*tu madre y te va a traer,*
*caramelitos de "Pela"*
*para chupar y comer.*
*Ea, mi niño ea.*
*Un caballito que vuela*
*para montarlo y correr*
*y una cometa tu abuela*
*para que puedas coger:*
*La luna cascabelera,*
*las nubes de terciopelo,*
*el sol que brilla también*
*y porque es la primera*
*esta estrellita del cielo*
*que corre para Belén.*
*Ea, ea, mi niño ea.*



**Fernanda Llabrés**
**Palma de Mallorca**

## FUE SÓLO UNA ILUSIÓN

*Tus labios refugian mis sueños*
*y entre susurros brota los besos.*
*En tus ojos mi pupila*
*y el sentimiento al unísono.*

*Brilla esta noche la luna*
*con tu mano entrelazada*
*mientras tu risa navega*
*tímida, casi secreta entre brisa.*

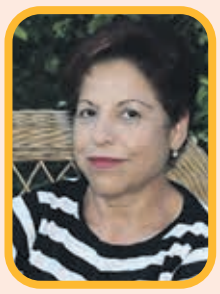
*Entre un "te quiero" y otro*
*somos dueños del universo.*
*Con el perfume de tu pelo*
*y salobre de tu cuerpo.*

*Tus labios refugian mis sueños*
*mientras brilla la luna*
*somos nuestros propios dueños*
*de este amor que se desboca.*

*Y entonces me desperté*
*con un sudor ardiente*
*refugiada en tus brazos*
*entre tus alientos*

*Y quise volver bajo la luna*
*con tus manos entrelazada*
*pero dormías tan profundo*
*tan ausente de todo*
*que inundó la brisa mi cara.*

# Rincón Poético



**Mª Isabel**
**Sánchez Gea**
**Vila Seca**
**(Tarragona)**

## COMPAÑERO

*Envidia sana, buen compañero,*
*tus ramas floridas en pleno invierno.*
*Suaves colores flor de romero,*
*de marzo a mayo luces tus galas junto al sendero.*
*Envidia que luce el tomillo y el almendro.*
*Que empieza en marzo de flores llenos.*
*Cosecha de invierno para el año entero.*
*Envidia el grano de cebada y centeno,*
*Al mirar el trigo que mima el labriego.*
*Cosecha esperada para el frío invierno.*
*Por buenas espigas que mueve el viento*
*Harina del hambriento que sudó el suelo.*
*¿Quién fuera la solana de mis recuerdos?*
*Donde crece la jara, tomillo y el romero.*
*Agradables son sus recuerdos, olor de primavera*
*que dejó el sendero junto al almendro.*



**María**
**de la Rosa Pérez**
**Jaén**

## A CHECA

*Checa pequeña y hermosa,*
*rodeada de montañas…*
*con su pinar, su aguaspena,*
*en invierno nieve fría, en verano*
*brisa fresca.*
*Gente sencilla y humilde,*
*pero de buen corazón,*
*te brindan amistad sincera*
*sin pedirte explicación.*
*Ganado de pura raza,*
*sus huertos de calidad,*
*el Santo Cristo los protege*
*y también la soledad.*



**Damià**
**Vidal**
**Palma de Mallorca**

## LO MÁS PRECIADO

*Antes*
*que el corazón de mi amada,*
*más*
*que el apego a los hombres,*
*más allá*
*del amor a los cercanos,*
*por encima*
*del amor al mundo;*
*por todo eso y mucho más*
*para Ti, Señor,*
*lo más preciado.*

## EL MÉS PREUAT

*Abans*
*que el cor de la meva estimada,*
*més*
*que l'afecció als homes,*
*més enllà*
*de l'amor als pròxims,*
*per sobre*
*de l'amor al món;*
*per tot això i molt més*
*per a Tu, Senyor,*
*allò més preuat.*



**Francisco**
**Muñoz Pacheco**
**Lleida**

## A LA VIRGEN DE GUADALUPE

*Con humildad y alegría*
*vengo hoy, hasta tus plantas*
*a decirte, madre mía,*
*que eres toda mi esperanza.*

*Por eso, quiero pedirte*
*por todos los extremeños,*
*que tu luz nos ilumine*
*y se cumplan nuestros sueños.*

*Prometo amarte por siempre*
*y ayudar a mis hermanos.*
*De nada sirve quererte,*
*si no les tiendo mi mano.*

*Por tu amor, quiero a mi tierra,*
*su gente y sus tradiciones,*
*sus monumentos me alegran,*
*me emocionan sus canciones.*

*Hoy, que es tu día grande*
*recibe mis alabanzas.*
*Y ya, sin temor de nadie*
*gozaré de tu templanza.*

*Por ser la Reina del Cielo,*
*tu cara siempre reluce.*
*Eres la que yo más quiero,*
*mi Virgen de Guadalupe.*



**Enrique**
**Mateo Fernández**
**Madrid**

## SOBREMESA

*Sobremesa sin horario*
*tras una comida amable,*
*charla entre comensales*
*y café o copa en la mano.*

*Anécdotas y recuerdos*
*evocan tiempos pasados*
*que se reviven de nuevo*
*con jocosos comentarios.*

*En los ojos hay sonrisas*
*y en el corazón cariño*
*ninguno tenemos prisas,*
*qué bien se está con amigos.*



**Francisca**
**Arco Pérez**
**Burjassot**
**(Valencia)**

## MI PADRE

*Lleva la azada en el hombro*
*Que reluce bajo el Sol*
*En el rostro lleva arrugas*
*Y en el corazón, Amor*
*En los ojos esperanzas*
*Que nunca confesará*
*Una sonrisa en los labios*
*Y en el alma caridad.*
*Siempre camina sereno*
*No vuelve la vista atrás*
*Si tropieza no se queja*
*Si le ofenden callará.*
*Su gran amor es el campo*
*Su familia y la verdad*
*Y lucha por la justicia*
*Buscando la libertad.*
*Es un hombre de mi tierra*
*Que nadie recordará;*
*Esta persona es mi padre*
*¡Quién pudiera ser igual!*

# Rincón Poético



**Val**
**Marchante**
**Alcalá de Henares**
**Madrid**

## LA SOLEDAD

*Hay una soledad que se apropia de los vacíos,*
*se esconde en un rincón del alma esperando con paciencia*
*una caída o dos para ganar terreno*
*y penetrar a través de los poros de la piel.*

*A veces desarrolla forma de parásito*
*y arroja un discurso categórico.*
*No hay marcas aparentes, pero duele*
*cuando sus látigos se incrustan en la sien*
*y secuestran la razón.*
*Se pasea por tus aposentos,*
*cierra las puertas para recrearse en tu angustia*
*y ríe mientras no encuentras lógica a tus lágrimas.*
*Cada minuto avanza despacio,*
*el tiempo se convierte en una sombra negra*
*que va oscureciendo la mente.*

*Sin embargo, la soledad no es siempre un enemigo.*
*En este ir y venir junto a ella*
*existen desvíos donde se aprende a dialogar,*
*a mirarla de frente, negociar la distancia*
*aunque el corazón contenga grietas,*
*la mente soporte el peso del desconsuelo*
*y las lágrimas acudan silenciosas al rostro.*

*Quizá toda persona deba hacer frente a su soledad*
*para que pueda descubrir su propia luz*
*y encontrar el modo de abrir las ventanas*
*para que la noche no se haga eterna.*



**Marisa**
**González del Burgo**
**Madrid**

## POEMA DEDICADO A LA PINTURA

*La pintura es el lenguaje de voz*
*Un río de colores*
*Que nace del corazón.*

*Los colores van danzando*
*Sin un rumbo ni un final,*
*Las manos van creando*
*Un lenguaje original.*

*El pincel baila sobre el lienzo*
*Como el viento sobre el mar,*
*Dibujando sueños dormidos*
*Que despiertan al mirar.*

*El azul susurra calma*
*El rojo encierra pasión,*
*Mientras el amarillo ilumina*
*Los rincones de la imaginación.*

*Cada pincelada cuenta una historia*
*Cada línea una emoción,*
*Son instantes y memorias*
*Que salen del corazón.*

*Libre vuela la pintura*
*Sin reglas ni condición,*
*Convirtiendo la pintura*
*En arte y creación.*



**Francisco Javier**
**Cárdenas García**
**Madrid**

## MITAD DEL MUNDO

*El punto más cercano al sol desde la Tierra*
*es un hueco en la cima de un volcán.*

*Cerca quedan las tiendas de recuerdos,*
*que te ofrecen un té de coca a medio dólar*
*y guantes hechos con lana de alpaca,*
*por un dólar y medio te permiten hacerte*
*una fotografía con un póster*
*o subir a un altar hecho de piedra*
*donde puedes tocar el sol.*

*Este rincón de tierra, lleno de radiación*
*ultravioleta y nieve, es una fruta viva*
*que parte en dos mitades idénticas la Tierra.*

*¿Era esto lo que llaman fin del mundo,*
*un agujero bajo nuestros pies, otro umbral?*
*Si me subo a esta piedra,*
*puedo guardarme en un bolsillo*
*la luz del mundo.*
*Nunca he estado tan lejos de mis muertos.*



**Gloria**
**de Málaga**
**Málaga**

## A MIS AMIGOS ARTISTAS Y POETAS DEL CLUB GRANADA COSTA

*Quiero ofrecer esta poesía*
*A mis Amigos Poetas*
*Al Duende y la simpatía*
*Que desgranan en sus letras*

*También a INMA REJÓN*
*Que es Reina del Pasodoble*
*Por su arte y señorío*
*Nos hace soñar despiertos*
*Con su empaque y poderío*

*Mi querida BEN-ALI*
*Cantante y genial rapsoda*
*Con sus versos*
*envolventes*
*Que a todos nos enamora*

*Y a mi Amiga SOLEDAD*
*¡Qué puedo decir de ella?*
*Gran Poeta sin igual*
*Y a bailar no hay quien le gane*
*Por su buen ritmo y Compás*

*Mi Amiga PEPA CORTÉS*
*Derramando arte y duende*
*En sus pinturas de ensueño*
*Que a quien las admira sorprende*

*Y así uno a uno quisiera*
*El poderles expresar*
*Qué siente mi corazón*
*Cuando salgo a declarar*
*Pues a todos admiro y respeto*
*Con un cariño especial*

*Pintores de gran valía*
*Con proyección Universal*
*Cantaores de Flamenco*
*Con un arte sin igual*
*Y a tantos grandes Artistas*
*Que en nuestro CLUB Encontrarás*

*En el saber de LAS FRUTAS…..*
*No olvidemos al FARAÓN*
*DON. JULIAN DIAZ ROBLEDO*
*De frutas sabe un montón*

*Y ANTONIO BONET SANCLER*
*Gran mago del escenario*
*Derrochando Señorío*
*En sus poemas cantados*

*Con las cosas más hermosas*
*Que te puedas imaginar*
*GRANADA COSTA se llama*
*Un PERIÓDICO GENIAL*

*Y es que en el CLUB GRANADA COSTA*
*DE ÁMBITO NACIONAL*
*Te sentirás tan inmerso*
*Que NUNCA LO OLVIDARÁS.*



**Rosa M.**
**Saavedra Martínez**
**Almonte (Huelva)**

## RESPIRAR EL PRESENTE

*Vive...*

*Lo mejor de la vida está detrás del miedo.*
*Mata a los fantasmas del pasado y*
*permítete vivir con los cinco sentidos*
*tu hoy, tu vida, tu presente.*

# Rincón Poético



**María Helena de Val López**
**Valencia**

## UNA BELLA ENAMORADA II

*Perdona si descubro la verdad,*
*esa verdad que tienes tan callada,*
*y el tono de tu voz tan relajada,*
*con ansias de sentir felicidad.*

*Tus ganas de vivir y de soñar*
*y el brillo de la luz de tu mirada,*
*detectan de que estás enamorada*
*y eso es imposible de ocultar.*

*Goza del sol que previo está el verano*
*y escucha esa dulce melodía*
*mientras ves la montaña y el pantano.*

*Goza, sí, goza y mira el mundo entero,*
*que todo lo verás con armonía*
*si amas o te han dicho que te quiero*



**Ángeles Martínez Madrid**

## TENGO UN JARDÍN

*Tengo yo mi jardín*
*Que está bien florido,*
*Y un pájaro cantor*
*En una rama, ha hecho su nido.*

*Mi jardín está sembrado*
*De claveles y rosas,*
*De amapolas y azucenas*
*Por donde vuelan las mariposas.*

*En el centro del jardín*
*Hay un lindo surtidor,*
*Donde bebe todos los días*
*Un hermoso ruiseñor.*

*En este jardín florido*
*Paso horas enteras,*
*Sin pensar en nada*
*Y ahuyentando mis penas.*

*Cómo disfruto regándolo*
*Y cuidando las flores,*
*Me quedo extasiada*
*Embriagándome con sus olores.*

*Mi jardín es bello y tranquilo*
*Donde el Sol entra risueño,*
*Y por la noche con la luna*
*Dejo volar todos mis sueños.*



**Soledad Durnes Casañal**
**Torremolinos (Málaga)**

## INDIGNACIÓN POR CEUTA

*Indignación por vivencias*
*los ceutíes están deshechos*
*no saben lo que hacer*
*para proteger sus techos.*

*Les entran por todas partes*
*los emigrantes ocupantes*
*se vive un gran problema*
*sin que el Gobierno cumpla sus partes.*

*Esto fue todo una trama*
*y más tramas nos quieren pactar*
*llevándonos a una guerra*
*que es difícil de parar.*

*Ceuta gozaba de belleza*
*donde todo el mundo iba a comprar*
*y de golpe la invasión*
*se les coló hasta el final.*

*No se puede andar por las calles*
*ni salir siquiera a comprar*
*ni pasear libremente*
*solo se ven chavales acampar.*

*A los ceutíes les cortaron su libertad*
*son pobres ciudadanos*
*abandonados a su suerte*
*sin poder su vida disfrutar.*

*Toda España es solidaria*
*queriéndoles ayudar*
*sin que el Gobierno haga nada*
*pongamos fin a esta maldad.*

*Que se acabe todo pronto*
*no dejemos a Dios de rogar*
*la esperanza no se pierde*
*debemos de confiar.*

*No hay justicia en este mundo*
*no se buscan soluciones*
*si no lo hace el Gobierno*
*recurramos al Rey en sus funciones.*

*Ceuta debe ser libre*
*Ceuta es bella y hermosa*
*Ceuta es de España señores*
*Ceuta no es cualquier cosa.*

*Si todo esto se soluciona*
*volverá Ceuta a respirar*
*cuando esté limpia del todo*
*volveremos allá a veranear.*

*No se puede consentir*
*una ciudad maleante*
*debemos entre todos trabajar*
*para lograr salir adelante.*

*Al Gobierno le decimos*
*todos los españoles*
*que no venda nuestras tierras*
*España no se quiebre sin razones.*



**Germana Fernández Zurgena (Almería)**

## ¿DE QUÉ ESTÁS HECHA, MUJER?

*¿De qué estás hecha, mujer?*
*De dulzura, de cariño,*
*de calma y amistad.*
*De huracanes, de fuego,*
*de tormenta en alta mar.*

*¿De qué estás hecha, mujer?*
*De rocíos, de canciones,*
*de sueños por alcanzar.*
*De odios, de traiciones,*
*de muerte y soledad.*

*¿De qué estás hecha, mujer?*
*De deseos, de esperanzas,*
*de vida por alumbrar.*
*De celos, de mentiras,*
*de desprecio y maldad.*

*¿De qué estás hecha, mujer?*
*De la estela de un cometa, y*
*de las profundidades del mar.*
*De todo esto, estoy hecha,*
*de todo esto… y mucho más.*

# Rincón Poético



**Benito Mansilla Checa - Guadalajara**

## **QUÉ BONITO MI SEÑOR**

*Qué bonito mi Señor
al sentir que mi dolor
con la gracia de Tu Don
se convierte en alegría.
*Qué bonito Tu milagro
al sentir la oscuridad
cuando Tu Luz nos envías
e ilumina nuestras vidas.
*Qué bonito en Ti es todo
y todo lo por Ti creado
el Sol, la Luna, el Firmamento
y la Tierra con su Mar,
sus ríos y sus montañas.
*Sí, todo es gratitud
hacia Ti Gran creador
que con tu inmensa bondad
nos pones todo alrededor.
*Que por inmensamente ricos ser
y Tu bondad poseer
por no valorar esa riqueza
a veces sentimos pobreza.



**María Eloina Bonet Sánchez Mislata (Valencia)**

## EL SILENCIO LE RESPONDERÁ

Ni siquiera la pasión del amor
romperá las barreras de la cárcel
donde duerme el corazón resentido.

Ni la boca beberá de otra boca
por el temor de nunca poder saciarse.
Y el vergel de sus labios, será desierto.

Adorará de lejos e imaginará la entrega
y como un mimo, se abrazará a sí mismo
buscando lo que nunca fue suyo.

Y pasará la vida que Dios le dé,
en soledad. Por el temor de un instante
se quedará sin saber la respuesta.

Hablarán sus ojos, hablarán sus manos.
El silencio le responderá
por no dejar hablar al corazón.



**Sebastián Aguilar La Malahá - Granada**

## EL ARTESANO DE SOPORTÚJAR

En la Alpujarra granadina
hay un pueblo singular,
Soportújar, de las brujas,
un pueblo para soñar.

Por sus calles va el artesano,
Sebastián Aguilar Arcos,
con sus manos y su arte
trabaja el cobre y el esparto,
con orgullo y encanto.

El artesano es un artista,
un artista de verdad,
con los hilos de cobre
hace obras de calidad.

Entre sus manos,
el cobre se convierte
en una creación,
y con el esparto trabaja
con cariño y corazón.

¡Ay, artesano, artesano,
artesano de mi tierra!
Con tus hilos de cobre
y el viejo esparto
que manejas en Soportújar.

Tú vendes tus trabajos
con cariño y labor,
en el pueblo de Soportújar,
donde brilla tu arte y fervor.

Soportújar bonito,
¡qué pueblo tan especial!,
con sus brujas y leyendas
y su encanto natural.

Por las calles de Soportújar
la magia se puede encontrar,
entre brujas y leyendas
que te invitan a pasear.

El artesano lleva sus obras
para que las puedan ver,
y quien contempla su trabajo
algo se quiere llevar.

¡Ay, artesano, artesano,
artesano de mi tierra!
Con tu cobre y esparto,
que manejas en Soportújar,
su gente, con trabajo y humor.

El esparto tiene historia
y el cobre tiene tradición,
y el artesano los trabaja
con paciencia y vocación.

Cada pieza lleva un trocito de él,
sus manos son artistas
y en sus trabajos se ve.
De Granada a la Alpujarra,
¡que resuene esta canción!

Que la afición artesana
merece nuestra admiración.
¡Ay, qué arte tiene el cobre
y qué bonito es el esparto!



**José María Lopera (Spanish poet of peace and harmony.)**

## SÓLO UN TIZÓN SIN HUMO PIDO

Dios mío,
dame belleza
para el alma viviente de mis ojos.
Confío
mi cruel ceguera
a tu luz de milagros bondadosos.

Solo un tizón sin humo humildemente pido
para encender tu santo nombre más divino.



**María Fernández Fernández Madrid**

Tardes sin fin,
días sin alicientes,
desperdicio de vida hoy me parece.

Aquellos años niños,
sin temor a un final,
tan poderosos
que hasta la misma muerte me era ajena,
propia de los mayores
y los otros.

## AFLICCIÓN

Siento que no viví lo suficiente,
que no presté atención,
que miré hacia adelante
desdeñando el presente,
despilfarrando el tiempo sin sentirle,
dejándole escapar.
Pero…
¿podría encarcelar el agua entre los dedos?

# Rincón Poético



**Francisco**
**Luque Bonilla**
**Arganda del Rey**
**Madrid**

## AROMA QUE PERDURA

*¿Con qué he de irme?*
*con el polvo que sube,*
*con la copa que bebe mi sombra.*

*¿Nada dejaré en pos de mí sobre la tierra?*
*dejo el rumor de mis pasos en la sal,*
*el vértigo de la flor que no se abre del todo,*
*un hilo de agua entre dos luces.*

*¿Cómo ha de actuar mi corazón?*
*como el incienso que gira*
*y no sabe a quién nombra.*

*¿Acaso en vano venimos a vivir,*
*a brotar sobre la tierra?*
*No en vano:*
*porque el aire guarda el gesto,*
*porque el miedo se hace ofrenda*
*y el silencio se viste de rosas blancas.*

*Dejemos al menos flores*
*no las que miran,*
*las que huelen a tiempo detenido.*
*Dejemos al menos cantos.*
*no los que vuelven,*
*los que se queman en la lengua del viento*
*y vuelven a ser polen.*

*Dejamos el aroma,*
*ese hilo invisible que ata lo que fuimos*
*a lo que aún somos,*
*y lo que seremos*
*cuando otros, en otra noche de velas,*
*pregunten también*
*con qué han de irse.*

*Que el altar sea un espejo roto*
*donde los muertos*
*se miren sin fecha.*
*Que el recuerdo germine en la grieta,*
*y el olvido, por una noche,*
*sea apenas la sombra de una vela.*
*Aroma que perdura.*

*Y entonces, como ahora,*
*alzarán una ofrenda,*
*encenderán una luz,*
*y sabrán, como yo sé,*
*que nada se pierde*
*mientras haya un recuerdo*
*que lo abrace.*



**Ana María**
**López Expósito**
**Madrid**

## ECUACIÓN OTOÑAL

*En noviembre las hojas se mecen en el Manzanares,*
*murmurando versos en el hábitat,*
*como si cada álamo blanco fuera un poeta*
*desnudándose de sus palabras.*
*El suelo es un poema que cruje bajo los pasos,*
*una alfombra de estrofas que se quiebran.*
*Cada hoja caída es una palabra suelta,*
*un fragmento de la "Canción de amor de Shu-Si".*
*Los colores se tornan anáforas herrumbradas,*
*un rojo que abrasa lento, un amarillo que se extingue,*
*una gama de naranjas y marrones que perfuman*
*los recuerdos desgastados.*
*El oxígeno se espesa en versos de niebla,*
*y el sol, tímido, juega con la métrica del frío,*
*donde el aliento se convierte en vapor*
*y se disuelve como un haiku en el aire.*
*La narración se cierra poco a poco,*
*dejando a la intemperie los puntos suspensivos*
*de lo que está por llegar.*
*Es la temporada en que el tiempo se vuelve promesa,*
*y nosotros, lectores de cada hoja caída,*
*entendemos que todo final lleva en su adiós*
*la semilla de un verso nuevo,*
*un preludio de invierno, un epílogo de fuego.*



**Loli**
**Molina**
**Málaga**

## MANANTIAL DE LUZ

*Al alba de este milenio*
*un árbol surgió con él.*
*Sus frutos son esperanzas*
*que proporcionan placer.*

*En la costa de Granada,*
*bello jardín del edén,*
*un hombre le dio su aliento*
*con el que pudo crecer.*

*Hoy crea luz en sus ramas*
*con la sapiencia del mar*
*y da vida a nuestros sueños*
*al echarlos a volar.*

*Por muchos puntos del orbe*
*extendió nuestra amistad.*
*Es una de las grandezas*
*que nos supo regalar.*

*El nombre de este gran árbol*
*y el de su egregio creador*
*brillan con esa luz pura*
*que mana del corazón.*



**Antonio**
**Iglesia Valdés**
**Dúrcal**

## PALABRAS DEL PAPA LEÓN XIV

*PALABRAS DEL PAPA LEÓN XIV CON MOTIVO DEL MES DEL "AGUA VIVA"*

*Este mes de septiembre*
*el Santo Padre declara:*
*mes del "AGUA VIVA",*
*frente a la escasez*
*del agua dulce.*
*¿Qué podemos hacer?*

*"El agua es un regalo*
*universal, un derecho,*
*un bien sin fronteras".*
*"Calma la sed, fecunda*
*la Tierra y limpia las heridas".*
*¡El AGUA es Vida!*

*"El AGUA bendita es un*
*símbolo de la gracia*
*y del amor de Dios"*
*que nos hace sus hijos*
*por el carácter del Bautismo.*

*EL AGUA no es un producto,*
*ni mercancía para vender,*
*comercializar y explotar.*
*"Es un don de la vida*
*y del amor de Dios".*

*¡¡El AGUA no se vende,*
*se cuida, se mima*
*y se defiende!!*

*"Nadie puede vivir sin AGUA,*
*y nadie debería morir por ella".*

*"Una llamada a la acción*
*personal para consumir*
*de manera responsable*
*y moderada el AGUA".*

*Por ello hemos de tener que:*
*Cerrar bien grifos e inodoros.*
*Duchas cortas y rápidas.*
*Uso correcto de electrodomésticos.*
*Reutilizar el AGUA si se puede.*
*Riegos inteligentes y modernos.*

# Rincón Poético



**Antonia Navarrete Lebrato**
**Valencia**

## ELLAS FUERON HOMENAJE

*¡Que no marchiten las flores!*
*que fue mi mejor regalo,*
*y a mí me da mucha pena*
*no verlas entre mis manos.*

*Ellas fueron homenaje*
*por los pasos de mi vida*
*dedicando mis poemas*
*a personas tan queridas.*

*Marisol fue responsable*
*de mi inmensa alegría,*
*y quisiera agradecerle*
*su gran nobleza escondida.*

*¡Que no marchiten las flores!*
*ni las rojas ni amarillas,*
*ellas fueron mis amores*
*y son parte de mi vida.*

*Son florecillas del campo*
*y sé que ellas me miran,*
*cuando yo estoy recordando*
*tanta bondad de mi amiga.*

*¡A todos os lo dedico!*
*amigos y a mi familia,*
*y a los ángeles del cielo*
*que yo sé que ellos me guían.*



**Rosaura de Andrea Crespo**
**Madrid**

## PARA REFLEXIONAR

*No importa necesitar gafas*
*No importa tener canas,*
*Importa la vida*
*Y vivirla con ganas.*

*No importa la edad*
*Ni tener la piel arrugada,*
*Importa la actitud de la persona*
*Con la que te despiertas cada mañana.*



**Ricardo Campos Urbaneja**
**Irún**

## NUESTRA POLÍTICA NO VE PRISIÓN

*Nuestra política no ve prisión,*
*mucho bombo y platillo, sin grandes condenas.*
*Salen ilesos de su delito y marrón,*
*salvaguardados por su cargo y monedas.*

*Ocupan toda prensa y cada televisor,*
*distrayéndonos de unas mejores empresas.*
*Como si se tratasen de otro culebrón*
*y de tertulias como las de sobremesa.*

*Son tantos y pocos que dejan de ver el sol,*
*que no habría sitio para tal picaresca.*
*En las que los Presidentes son casi Dios*
*y sus subalternos, tornillos que sujetan.*

*España dejó de ser esa nación,*
*si es que alguna vez, pudo dejar de serla.*
*En la que su imperio repartió tanto honor,*
*como destruyó y generó, muchas miserias.*

*Muchos seguimos preguntándonos aquí hoy,*
*¿veremos la pasta que los bancos no entregan?*
*Aquel dinero que de nuestra arca salió*
*para sanear su sector y sus quiebras.*

*Cuántos políticos por su gestión*
*deberían ser arrestados y entre rejas.*
*Y no un simple ciudadano por un error*
*del que a nadie mató, y ni se acuerda.*

*Nuestra política no ve prisión,*
*la orquesta de los medios siguen con sus reglas.*
*La de distraer a la mucha afición*
*que les ve, aunque la justicia nunca llega.*



**Francisco Jiménez Ballesteros**
**Madrid**

## TODO SE PAGA

*Me es lo mismo si cantas*
*como si lloras*
*o que no me hagas caso*
*que si me imploras.*

*Porque tienes mi niña*
*aunque no quieras*
*mi desprecio hasta el día*
*en que te mueras.*

*Fue tu forma al tratarme*
*de lo más duro*
*no me digas ahora*
*que soy un muro.*

*Con el tiempo en la vida*
*todo se paga*
*y si herida te sientes*
*cura tu llaga.*

*Pues por ti han derramado*
*sangre mis ojos*
*ya de nada te sirve*
*rogar de hinojos.*



**Hermenegildo Frutos Callejas**
**Leganés -Madrid**

## TANGIBLE

*Era lo tangible ·*

*porque le hacían falta*
*gestos sin esquinas ·*
*ni sombras resi-*
*duales ·*
*para bordear el rastro ·*
*sembrado de pisadas.*

*Y una jaula de bolsillo ·*
*donde esconder los cuervos ·*
*que acechan*
*al orgullo derribado.*

# Rincón Poético



**Francisco**
**Martínez Martínez**
**Almería**

## -ABUELA MATERNA-MADRE ENCARNACIÓN-

*-I-*
*Años sesenta, de hambre y pobreza,*
*donde las personas sobrevivían*
*luchando día y noche con nobleza*
*con pan duro y cebolla todos comían.*
*-II-*
*En los Cortijillos de la sierra de Abrucena*
*mi abuela materna, llamada Encarnación*
*con mucho amor, cada día hacía su faena*
*volcada en la familia con toda su devoción.*
*-III-*
*Madrugaba antes que el sol se levantara*
*con el rocío aún en la calle ella se aseaba*
*ordeñaba las cabras y su leche preparaba*
*para el desayuno familiar de cada mañana.*
*-IV-*
*Cuando todos se levantaban, ella les daba*
*con una tierna sonrisa, la leche y la tostada*
*que con todo su amor y cariño les preparaba*
*como la esposa y la madre más entregada.*
*-V-*
*Aún era de noche y a por agua se desplazaba*
*con una tea como luz, para que le alumbrara*
*con un cántaro en la mano y la otra en el arda*
*con agua clara de la acequia el cántaro llenaba.*
*-VI-*
*Antes de ser de día, en el bancal ya se encontraba*
*con un mancaje en la mano, la hortaliza la cavaba*
*después segaba la alfalfa y a los conejos le echaba*
*y con granos de maíz, a sus gallinas alimentaba.*
*-VII-*
*Eran tiempos de pobreza y la tierra cultivaban*
*con patatas y verduras frescas de su huerta*
*y con huevos de sus gallinas se alimentaban*
*toda la familia en armonía la mesa rodeaban.*
*-VIII-*
*Después de desayunar todos muy temprano*
*a las faenas del campo de nuevo regresaban*
*sin fatiga y sin descanso, todos trabajaban*
*con mucha alegría y esfuerzo todos cooperaban.*
*-IX-*
*De esa manera en cada estación, la tierra cosechaba*
*pero como tenían rebaños de cabras, ovejas y vacas*
*la abuela Encarnación con la leche el queso fabricaba*
*que, en orzas de aceite, durante el año lo guardaba.*
*-X-*
*Era una gladiadora de la vida, su familia y el trabajo*
*Y hasta su marcha, siempre luchó Mama Encarnación*
*por el afecto y el cariño de toda su familia a destajo*
*por eso la recordamos con mucho cariño y emoción.*



**Antonia**
**Pérez Bolaños**
**Madrid**

## ÁNGEL AZUL DE CIELO

*No sé si estoy soñando.*
*Sí sé que no quiero despertar*
*de este cuento de hadas*
*que me hace suspirar.*

*Estoy en el Paraíso,*
*al lado de un Querubín;*
*es un ÁNGEL AZUL DE CIELO*
*el que me hace sentir*
*que la Vida es muy digna de VIVIR.*

*Todo puede ser una ilusión*
*que hace sentirme bien,*
*dando GRACIAS a DIOS*
*por sentirte, Señor, cerca,*
*muy cerca de mí.*

*¿Por qué no te he conocido antes*
*y he estado lejos de ti?*
*Respóndeme, SEÑOR;*
*hoy me siento, JESÚS,*
*enamorada de TI.*

*Si me faltan tus palabras,*
*llenitas de AMOR hacia MÍ;*
*si me falta tu sonrisa,*
*pronto me quiero morir.*

*Morir no me importaría*
*si antes percibo el cariño*
*de conocer tu sonrisa,*
*llena de pureza hacia mí.*

*Y mirando las estrellas,*
*el ÁNGEL, el CIELO*
*y también el Querubín,*
*te diría:*

*SEÑOR, GRACIAS*
*por acordarte de mí,*
*por haber puesto en mi camino*
*personas nobles, sencillas,*
*amables, responsables,*
*que me hacen SONREÍR.*



**Victoria**
**Expósito Conde**
**Huétor Tajar**
**(Granada)**

## GUARDIANAS DEL ALBA – 19 DE OCTUBRE DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE MAMA

*ATENEA ASOCIACIÓN DE MUJERES CON CÁNCER. HUÉTOR-TÁJAR*

*Cruzas desiertos donde el viento calla,*
*con el andar sereno de quien sabe luchar,*
*no necesitas gritos para ganar la batalla,*
*te basta el coraje que guardas al respirar.*
*Hecha de chispas rojas y de noches oscuras,*
*llevas en el pecho un eclipse de valor,*
*sanando por dentro las viejas heridas,*
*vistiendo de gala tu propio dolor.*
*Tus marcas profundas son sellos dorados,*
*relatos callados de una antigua tempestad,*
*renglones perfectos que ya se han grabado*
*y gritan al mundo tu gran dignidad.*
*Alzas el vuelo en el nido del trueno,*
*abriendo senderos que nadie olvidó*
*dejando el mañana de promesas lleno,*
*y transformando el suelo que el frío pisó.*
*Sigue adelante, guardiana del día,*
*tu huella despierta el verde en el mar,*
*tú eres la fuerza, la luz y la guía,*
*la hermosa semilla que vuelve a brotar.*



**Gonzalo**
**Lozano Curado**
**Montellano**
**(Sevilla)**

## ** MARCHITA JUVENTUD**

*Ya no hierve la sangre, ni discurre como*
*antes el pensar. Solo queda la sospechosa*
*sensación de escuchar los lances del ya*
*perdido tiempo, como risas de otro mundo*
*Con el beneplácito de la paciencia y el*
*optimismo de la soledad.*
*Qué más da tomar un camino, si la*
*veleta cambia de dirección con el*
*viento gélido de la intransigencia.*
*Ya no transpira la piel que antaño*
*se mantuvo tersa, dejando mudo el*
*pasado, haciendo que ahora naveguen*
*los recuerdos entre los surcos de la*
*implacable y fría vejez, como rémoras*
*candentes que dilatan las pupilas en*
*ese esfuerzo por recordar, que hubo*
*un día en el que yo, también fui joven.*

# Rincón Poético



**Mari Carmen Casares Dúrcal**

## ENCUENTRO DE JUVENTUD

*Bajaba el río por la ladera*
*el agua cantarina se oía murmurar*
*los álamos cimbreaban*
*su tronco erguido*
*y todos te saludaban al pasar*
*con tu presencia embellecías*
*mejor estampa no tiene igual*
*ibas buscándome en la sombra*
*mas tus ojos y tus cabellos*
*resplandecían cuanto más.*
*El bosque quedó extasiado*
*con el encuentro de los dos,*
*dimos rienda suelta al amor*
*con nuestra dicha y alegría*
*se contagiaron*
*todos, fauna y arboleda*
*se pusieron a cantar*
*la magia de aquel encuentro,*
*no la olvidaremos jamás.*



**María Teresa Ayllón Trujillo Madrid**

## ADIVINANZA*

*Estoy llamando a tu puerta con modestia*
*y no me abres.*
*Me has dejado tirada en la intemperie,*
*expuesta a inclemencias y tormentas*
*y a todos los excesos de la calle.*
*Estoy llamando a tu puerta abiertamente.*
*Quiero llegar a tus cálidos sillones,*
*a la calma de serenos almohadones…*
*Estoy llamando a tu puerta y no huyendo*
*pues parece tu morada inexorable*
*pero sigues tercamente ignorándome,*
*negando reciamente tu cobijo,*
*aunque visto cada vez más pelo blanco*
*y mi cuerpo es pura huella del camino.*
*Tú me cierras la puerta cuando llamo,*
*fingiendo esa sordera impenitente,*
*porque eres una puerta pintada*
*en la tapa engañosa de otro libro.*

Vejez



**Puri Guzmán Guzmán Montefrío (Granada)**

## LEYENDA DE IBIZA I

*Me llamo Nora y en la ciudad*
*de Ibiza un día nací,*
*es un lugar muy bonito,*
*tengo muchas amigas*
*y yo soy muy feliz.*

*Mi amiga Luna para mí es muy especial,*
*siempre que tenemos un ratito,*
*nos llamamos y quedamos,*
*para estudiar o para jugar.*

*Como nuestros padres son muy amigos,*
*todos los fines de semana*
*salimos para almorzar*
*y si no para cenar,*
*y lo pasamos genial.*

*Un año mi padre, que es de allí,*
*nos dijo que había una leyenda,*
*muy bonita en el pueblo*
*de San Antonio,*
*que transcurría la noche de San Juan.*

*Ese año mi padre nos decía*
*que si queríamos hasta allí nos llevaba*
*para ver que si se cumplía la leyenda,*
*o alguna cosa rara nos pasaba.*

*Muy contentos le dijimos que sí*
*y al caer la tarde,*
*todos nos fuimos hasta allí,*
*pues según la tradición.*

*Teníamos que buscar un puente*
*que sobre el río existía,*
*y después coger un musgo*
*que solo allí crecía.*

*Y según se decía,*
*si cogíamos demasiado,*
*un duende aparecía*
*que pedía trabajo,*
*trabajo y más trabajo.*

*Y si no se le daba*
*habría que darle comida y más comida,*
*y si no se le daba*
*a la familia arruinaría*
*y que solo se le podría parar,*
*si en una botella*
*lo consigues encerrar.*

*Y a San Antonio llegamos,*
*pero había varios puentes,*
*y ese en concreto…*
*no lo encontramos.*



**Mª Dolores Rivera Patiño Madrid**

## TOLERANCIA

*Fuerzas de otros pensamientos*
*entran en nuestra conciencia*
*provocando lucha y duelo.*

*La tolerancia está ausente*
*faltan conscientes acuerdos.*

*Que no se rompa la cuerda*
*o todos nos perderemos.*



**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**

## SOY AFORTUNADA

*Soy afortunada*
*por la vida que*
*he vivido.*

*Afortunada fui*
*al nacer*
*por una familia*
*con mucho amor.*

*Afortunada en*
*mi niñez por*
*criarme con*
*cariño.*

*Afortunada en*
*la adolescencia*
*por llegar a*
*conocer a la*
*persona enamorada.*

*Afortunada por*
*casarme con el*
*hombre de mi vida.*

*Afortunada de*
*tener unos hijos*
*maravillosos y sobre todo*
*buenas personas.*

*Afortunada por*
*llegar a estos*
*años de madurez donde*
*puedo disfrutar*
*de hijos y nietos.*

*Y doy gracias*
*a la vida por*
*darme tanto*
*y ser tan*
*afortunada.*



**Jesús**
**Martínez Martínez**
**Caravaca de la Cruz**
**(Murcia)**

## LA VIDA DUELE

*La vida duele*
*como martillos que gravitan*
*sobre los dedos de un niño,*
*duele a través de los cristales*
*y a través de la poesía,*
*duele como los ojos que se alejan*
*del barro seco del corazón,*
*Y esto es así*
*mientras el mundo llena sus páginas*
*de hojas secas con la fecha a bolígrafo.*
*Pero sucede que todo este dolor*
*me recuerda al menos que sigo vivo:*
*la ingratitud del otoño del parque*
*desnudando a los árboles,*
*los niños que juegan en la arena*
*y comparten golosinas*
*pero ya no sueñan con Dios,*
*el volumen que enferma la cordura*
*en madres jóvenes con minifaldas negras*
*y ese loco afán de amistad virtual*
*que lo quema todo.*
*Sí, este dolor*
*me recuerda al menos que sigo vivo:*
*los barcos de la muerte sin destino,*
*el corazón de plástico en la fruta,*
*la carne hormonada,*
*la incoherencia que nos llena el estómago*
*y la estupidez con que vaciamos las almas…*
*Duelen los políticos*
*que desdicen lo que dicen*
*y gritan lo que callan:*
*los días sin sol,*
*las noches sin calma,*
*enfermedades que curan,*
*vacunas que matan…*
*Sí, la vida duele bajo la espada*
*de la estulticia humana…*



**José Antonio**
**Del Rio Garvi**
**Granada**

## PASANDO LISTA

*Hay días que no amanecen a las siete*
*ni el reloj suena a su hora ,*
*la que nunca puse queriendo ,*
*o sin querer, sin darme cuenta .*
*Hay momentos que mi mente imagina*
*todo lo que vivimos ,*
*en tantos paisajes compartidos ,*
*en tantas palabras usadas ,*
*en tantos lugares recreados ,*
*con nuestra huella aún intacta.*
*Hoy desperté a las cinco*
*y mi reloj retrocedió unas vueltas*
*y abrí mi lista de amigos,*
*seguro sin darme cuenta …*
*Y me salté algunos renglones,*
*o tal vez, era mi vista ,*
*porque allí faltaban algunos,*
*de los que siempre respondían .*
*Volví a nombrarlos de nuevo ,*
*esta vez con la luz encendida*
*y con mi lista de papel*
*como en aquellos días …*
*Y contestaron los mismos ,*
*» Presente,! , Buenos días » !*

*Hay días que amanece a las siete,*
*en otros, se pasa lista .*

*Hoy me acuerdo de vosotros,*
*amigos,*
*a las cinco de la mañana ,*
*cuando casi nadie pasa lista .*



**María**
**Blázquez González**
**Alcalá de Henares**
**Madrid**

## ÚTERO FECUNDACIÓN SALIDA AL MUNDO

*Vivir desde el principio es separarse,*
*somos dos en una oquedad viviente,*
*un acomodado espacio que te nutre*
*por tiempo limitado,*
*tu tiempo acaba,*
*uno nuevo empieza*
*te obligan,*
*te expulsan a reconciliarte con la luz,*
*el encuentro con lo otro ya es irremediable.*

*Amor milagroso en uno fundido,*
*no se puede prolongar el hecho mágico*
*de que uno y uno sean dos,*
*es la primera condena de la vida,*
*—sal, —ahí, —te esperan.*
*Los besos, las penas y el corazón,*
*se conquistan con días, tierras, risas,*
*lágrimas y la muerte misma.*

*Todo es perfecto en el tiempo,*
*el éxito no está en el llegar ni en el hallazgo,*
*es la resistencia a separarse*
*de donde viniste, desnudo, sagrado,*
*temblando en el mundo,*
*el alma ciega se resiste al adiós definitivo.*



**Antonio**
**Gutiérrez Moreno**
**Lleida**

## ANDALUCÍA YO SOY

*Emigrante que sueña contigo,*
*cómo quieres que duerma tranquilo*
*si marché y no te olvido un momento,*
*si me falta tu cielo y tu luz,*
*tu alegría, tu gracia y tu acento.*

*Las estrellas trazan el camino,*
*al que ansío volver con el tiempo*
*y las flores repiten tu nombre*
*al sonido agradable del viento.*

*Pajarillos que vais por los aires*
*derramando canciones al cielo,*
*si al cruzar los azules espacios*

*tropezáis con la letra de un verso,*
*es el verso de amor a mi tierra,*
*a esa tierra que llevo tan dentro.*

# Rincón Poético



**Francelina Robin**
**Villajoyosa (Alicante)**

## MI FIEL COMPAÑERO

*En agosto la tristeza camina por las calles,*
*y hay ojos que preguntan por qué nadie los llama.*
*Perros que buscan huellas de quien los abandonó,*
*gatos que esperan solos junto a una carretera.*

*Hay cajas en las calles que esconden corazones,*
*y pequeñas vidas tiemblan sin saber dónde ir.*
*En las gasolineras quedan miradas perdidas,*
*esperando que una mano les vuelva a acariciar.*

*Algunos fueron regalos envueltos de Navidad,*
*pequeños y hermosos, queridos al comenzar.*
*Pero crecieron un día y alguien cambió de idea,*
*olvidando que su vida también necesitaba amor.*

*Hay perros que persiguen el coche que se marcha,*
*corriendo con esperanza detrás de su dueño.*
*No saben que la puerta se cerró para siempre,*
*y siguen por la carretera llamándolo en silencio.*

*¿Qué culpa tiene un animal de ser abandonado?*
*¿Qué pecado ha cometido para merecer la soledad?*
*Si ellos dan su cariño sin pedirnos casi nada,*
*¿por qué algunos humanos les pagan con dolor?*

*Yo pienso en mi bebé cuando miro sus caritas,*
*mi pequeño fiel amigo que vive en mi recuerdo.*
*Recuerdo sus patitas, su manta y sus cuidados,*
*y aquellos dulces ojos que tanto me acompañaron.*

*Él venía a buscarme cuando yo no estaba bien,*
*y dormía como un niño protegido entre mis brazos.*
*Por eso nunca olvido el amor que me entregó,*
*ni el pequeño lugar que guarda dentro de mí.*

*Mi bebé sigue vivo en cada pensamiento,*
*en cada lágrima triste y en cada amanecer.*
*Y por todos los animales que esperan una familia,*
*hoy levanto mi voz para pedir compasión.*

*Que nadie los abandone cuando llegue el verano,*
*que nadie los convierta en juguetes de ocasión.*
*Ellos también sienten miedo, ternura y esperanza,*
*también merecen un hogar, cuidados y calor.*

*Mi bebé me recuerde siempre una verdad:*
*un animal amado permanece para siempre en el corazón.*
*Y aunque pasen los años, su amor nunca se pierde,*
*porque quien ama a un animal lo lleva para siempre.*



**Juana Soto Baena**
**Castellón de la Plana**

## ENEL VACÍO

*Me encuentro suspendida en el vacío*
*me siento como rama desgajada*
*como piedra arrastrada por el río*
*me pierdo en este día sin mañana*

*Solo el ayer me llena el pensamiento*
*solo el ayer recuerdo que perdura*
*y como meta sueños de locura*
*para seguir buscando en mi recuerdo*

*He jugado la última partida*
*quiero que llegue el día venturoso*
*que acaben los pesares de mi mente*

*Componiendo jirones de la vida*
*recojan de mi cuerpo los despojos*
*a tu lado descanse eternamente.*



**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."*



**José Antonio Pérez Pino**
**Otura- Granada**

## ODA A LA LUZ DE SU BURIL

** (A JOSÉ HERNÁNDEZ QUERO)**

*I*
*En la calma de Ogíjares,*
*donde el tiempo se detiene,*
*su mano firme sostiene*
*el eco de los lugares.*

*Entre luces, y millares*
*de trazos llenos de vida,*
*su mirada bien prendida*
*sigue creando beldades.*

*Maestro de la sutileza,*
*de alma noble y querida.*

*II*
*Su buril, con gran destreza,*
*muda el color en poesía,*
*y en su noble galería*
*obra Lorca con nobleza.*

*Federico, en su grandeza,*
*vive en un lindo grabado,*
*por su genio modelado*
*con trazo de gran certeza.*

*¡Ay, gran maestro Hernández Quero,*
*qué bien lo has inmortalizado!*

*III*
*Biblioteca Andalucía*
*abre sus grandes portales,*
*y en salas de la memoria*
*su magisterio nos vale.*

*"Una Mirada al ayer"*
*nos regala en cada trazo:*
*el arte bajo tu brazo*
*en papel hecho placer.*

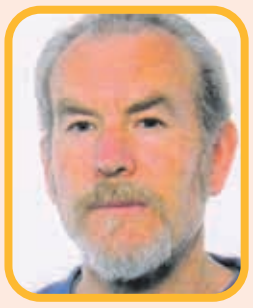
*Ver tu genio es un deber*
*que Granada premia en lazos.*

*IV*
*Maestro, recibe el honor,*
*el aplauso verdadero*
*de este pueblo caballero*
*que hoy te entrega su amor.*

*Tu tinta conserva la flor,*
*tu arte vence al minutero,*
*y tú, como gran caballero,*
*nos entregas tu mejor.*

*Y ante ti, con tu sombrero,*
*Granada te rinde honor.*

# Rincón Poético



**Antonio Medina**
**Almuñécar (Granada)**

## ME CANSÉ

*Me cansé de hablarte de amor,*
*de pedirte que me ames,*
*de ser un loco soñador*
*y un iluso imperdonable.*

*Ya me cansé de llorar,*
*de rogarte y suplicarte,*
*de sufrir tu falso amor,*
*me cansé de tanto amarte.*

*Me cansé de tus palabras,*
*de tus juegos y tonterías,*
*de tus armas de mujer*
*y de tus falsas sonrisas.*

*Me cansé de hacer el primo*
*y que de mí tú te rías,*
*de que tú me menosprecies*
*y te apartes de mi vida.*

*Me cansé de tus caprichos,*
*del negarme cada día,*
*de tu amor que ya no es mío,*
*de tus infames mentiras.*



**José Fernández Avivar**
**Granada**

## PASEO CON EL RÍO DARRO II

*_Entre arenas y limos*
*mi corriente vibrante*
*regala al que busca*
*con arte y con mimos*
*… el oro brillante.*

*_Río abajo voy buscando*
*por el valle serpenteo,*
*tú me lo irás contando*
*el lugar donde camino,*
*yo anotaré lo que veo.*

*Salta la mirla en la zarza*
*piando desconfiada*
*y un pinzón encaramado*
*sobre la rama del olmo*
*saluda nuestra llegada.*

*En el recodo del río*
*la vieja rama de higuera,*
*apoyada en el muro frío,*
*dedos de bruja nos muestra*
*con dedal de costurera.*

*Y el chopo de la ribera*
*va sembrando con esmero*
*amarillas hojas muertas*
*como pétalos de oro*
*para alfombrar el sendero.*



**A.P.G.S.G.M. PICTÓRICO ENVIDEN.**
**PRESIDENTA:**
**Clementa López Pérez**

## EL GATITO DE MI TÍA

*El gatito que tiene mi tía,*
*maúlla cuando lo miras,*
*Adriana, que es mi hermana,*
*estornuda cuando nos habla.*

*Es que, a mi hermana el gatito*
*alergia le da, mi abuela nos explica,*
*por qué Adriana la garganta se la irrita,*
*y es que, a Adriana tiene alergia al gato,*
*por eso tose, porque su pelo le da picor.*

*Es un gatito muy lindo si lo arrullas*
*sin temor, su pelo es suave como un oso*
*como un melocotón, con mi tía es cariñoso,*
*con nuestra abuela no, a mi tía la persigue*
*a todas partes, y se quieren un montón.*

*La maúlla como un niño, a todos nos hace*
*gracia,*
*pero mi abuela no está contenta, el gatito a*
*ella la araña,*
*ella lo cuida, ella lo ama, pero el gatito*
*siempre la*
*araña, a nosotras nos da mucha pena, que el*
*gatito arañe a mi abuela.*

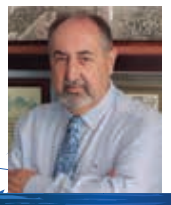
*Contestando las preguntas de mis nietas*
*Adriana y Sofía.*



**Manuel Vélez González**
**Mislata - Valencia**

## LA UTOPÍA

*Hoy ha caído la luna*
*sobre el aljófar de la nebulosa.*
*Hoy voló el pájaro enjaulado*
*más allá del aire:*
*dormía la cima entre nubes,*
*donde el silencio ahoga la quietud del tiempo,*
*donde las olas rezan el miserere*
*de la insistencia,*
*donde braman los látigos del crepúsculo*
*del trueno inmisericorde,*
*donde azoga la muerte.*
*Palpitaba en la llanura*
*hacia el fugaz obelisco de la lejanía,*
*donde se abotargaba la metátesis del éter,*
*donde se encendía la fugaz conmiseración*
*de la mariposa,*
*donde concremaba la hierba*
*los ardores de la flor solícita,*
*el sol de la esfingacea espuela*
*de la noche fría,*
*el fatal contubernio de la eternidad lunar*
*de la ira: rompiendo las madejas de los tilos,*
*estrechando la amable consistencia*
*del adiós de infancia,*
*alejando el aire*
*como el cometa,*
*como el gas,*
*como el espíritu.*



José Segura Haro
Presidente del Proyecto de Cultura Granada Costa

# ANITA ÁVILA PRESENTA SUS MEMORIAS EN GRANADA

## Anita Ávila presenta «Un libro entre mis manos» en una Biblioteca de Andalucía abarrotada de recuerdos, emociones y cultura.

*La catedrática de la Universidad de Granada **María Cristina Pérez Valverde** acompañó a la escritora y artista lojeña en una presentación concebida como un recorrido dialogado por los capítulos de sus memorias, publicadas por **Editorial Granada Club Selección**, sello editorial del Proyecto Global de Cultura Granada Costa.*

El pasado **viernes 9 de octubre de 2026**, la Biblioteca de Andalucía, en Granada, acogió la presentación de *Un libro entre mis manos*, la obra autobiográfica de **Ana Ávila González, conocida cariñosamente como Anita Ávila**, una mujer cuya trayectoria constituye un extraordinario testimonio de esfuerzo, emprendimiento, sensibilidad artística, compromiso social y amor por sus raíces. El acto reunió a un numeroso público que completó el aforo de la biblioteca, acompañando a la autora en una jornada especialmente significativa, rodeada de familiares, amistades y personas cercanas que han formado parte de su vida.

La presentación estuvo conducida por **María Cristina Pérez Valverde, catedrática de Didáctica de la Lengua y la Literatura de la Universidad de Granada**, quien compartió el protagonismo con la propia Anita Ávila mediante una fórmula cercana y participativa. En lugar de limitarse a una exposición convencional, la profesora fue introduciendo los diferentes capítulos de la obra, destacando sus aspectos fundamentales, mientras la autora desarrollaba los acontecimientos, recuerdos y experiencias recogidos en sus páginas. De este modo, el encuentro permitió recorrer una existencia llena de acontecimientos, en la que las vivencias personales fueron adquiriendo una dimensión humana y cultural.

La participación de María Cristina Pérez Valverde aportó un especial interés literario a la presentación. Doctora por la Universidad de Granada desde 1994 y catedrática desde junio de 2023, ha desarrollado una destacada trayectoria como investigadora, profesora y escritora, especializándose en literatura, narrativas autobiográficas, escritura creativa y formación del profesorado. Su experiencia en el estudio de la memoria y de los relatos personales resultó especialmente apropiada para presentar una obra en la que la protagonista recupera su pasado y lo transforma en un legado escrito para las generaciones futuras.

Uno de los aspectos más importantes de esta publicación es que **ha sido editada por Editorial Granada Club Selección, sello editorial del Proyecto Global de Cultura Granada Costa**, entidad que continúa desarrollando una importante labor de promoción cultural y conservación de la memoria de personas cuyas trayectorias merecen permanecer en el tiempo. La publicación de estas memorias representa una nueva contribución del Proyecto a la literatura testimonial, ofreciendo a Anita Ávila la oportunidad de compartir su historia con un público mucho más amplio.

El recorrido por el libro comenzó con el origen de la propia obra, una circunstancia particularmente entrañable que Anita explica en su introducción. La autora recuerda que una noche soñó que



tenía entre sus manos un libro en el que aparecía escrita su vida. Al despertar, aquella imagen desapareció, pero permaneció en ella el deseo de convertir ese sueño en realidad. Lo que inicialmente parecía una ilusión terminó transformándose en un volumen de más de trescientas páginas, enriquecido con numerosas fotografías y testimonios que permiten conocer tanto su evolución personal como diferentes aspectos de la sociedad en la que ha vivido.

A partir de esta introducción, María Cristina dio paso al primer capítulo, **«Raíces familiares»**, centrado en el nacimiento de Anita, ocurrido en Loja el 24 de septiembre de 1938, y en los recuerdos de una infancia marcada por el cariño familiar. La propia autora desarrolla en sus memorias una divertida anécdota relacionada con la elección de su nombre, ya que sus familiares barajaron distintas posibilidades antes de decidir que se llamaría Ana. Aquellas primeras experiencias permitieron descubrir a una niña imaginativa, despierta y con un carácter alegre, que creció en el seno de una familia trabajadora donde el esfuerzo constituía uno de los principales valores.

Su padre, comerciante y emprendedor, desempeñó un papel fundamental en su formación, mientras que su madre le transmitió la sensibilidad artística, la creatividad y el gusto por las labores tradicionales. El negocio familiar, las reuniones, las costumbres domésticas y las escenas de aquella Loja de mediados del siglo XX conforman un retrato costumbrista que trasciende el recuerdo individual para convertirse en testimonio de una época.

El segundo capítulo, **«Infancia y adolescencia»**, permitió profundizar en sus primeros aprendizajes y en el descubrimiento de sus inquietudes. Anita recuerda su paso por el colegio de Santo Domingo, su temprana afición a la escritura y su interés por el bordado, la confección y las actividades artísticas. Aunque reconoce que no siempre fue una estudiante especialmente aplicada, su curiosidad y habilidad manual la acompañaron durante toda su vida. Precisamente, una redacción dedicada a la primavera dejó constancia de aquella sensibilidad literaria que, muchos años después, terminaría encontrando su expresión más completa en este libro.

La presentación continuó con uno de los capítulos más persona-

Granada Costa
www.granadacostanacional.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 transmitida 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

les de la obra, **«Llegó el amor»**, dedicado a su relación con Apolonio, conocido familiarmente como Apolo, quien se convirtió en el gran compañero de su existencia. Anita relata cómo comenzó aquella historia durante su juventud, entre paseos, encuentros y amistades compartidas, hasta consolidarse una relación basada en el respeto, la confianza y unos valores comunes. Las cartas intercambiadas durante el servicio militar de Apolo y los recuerdos de su noviazgo condujeron al matrimonio, celebrado el 26 de abril de 1959 en la iglesia de San Gabriel de Loja.

La figura de Apolo ocupa un lugar esencial en estas memorias, porque buena parte de los acontecimientos narrados fueron vividos conjuntamente. Su historia matrimonial aparece como una unión de sentimientos y proyectos, de ilusiones compartidas y de una voluntad permanente de superar las dificultades.

El cuarto capítulo, **«Inicio y desarrollo empresarial»**, abrió paso a otra de las grandes facetas de Anita Ávila: su capacidad emprendedora. Junto a su marido desarrolló diferentes iniciativas comerciales, entre las que destacó una empresa dedicada a los productos congelados, actividad novedosa en una época en la que este sector todavía era prácticamente desconocido para muchos consumidores.

La autora describe las dificultades iniciales, el esfuerzo necesario para sacar adelante el negocio y las numerosas responsabilidades que asumió personalmente. Su implicación en la organización, la administración y el funcionamiento de la empresa demuestra que fue mucho más que una acompañante en la trayectoria profesional de su esposo. Ambos formaron un equipo que supo transformar el trabajo constante en una historia de crecimiento y superación.

Sin embargo, como reflejó el recorrido por los siguientes capítulos, la vida de Anita no estuvo dedicada exclusivamente a las obligaciones. En **«Tiempo de ocio»**, la autora recuerda sus viajes, cruceros, excursiones y experiencias compartidas con Apolo y sus amistades. Aquellos momentos representan la recompensa al esfuerzo y muestran a una mujer con una enorme curiosidad por conocer lugares, disfrutar de nuevas experiencias y cultivar las relaciones humanas.

La dimensión espiritual apareció especialmente reflejada en **«La devoción en Semana Santa»**, capítulo dedicado a una de las grandes pasiones de Anita: su vinculación con las tradiciones religiosas de Loja. Su pertenencia a la histórica Cofradía de la Santa Vera Cruz, Jesús Preso y Nuestra Señora de los Dolores, en cuya directiva permaneció durante treinta y dos años, pone de manifiesto un compromiso que fue mucho más allá de la participación ocasional en las celebraciones.

Anita contribuyó al enriquecimiento de su hermandad, colaborando en diferentes tareas y manteniendo una dedicación constante hacia unas tradiciones que forman parte de la identidad cultural y religiosa de su ciudad.

Los capítulos **«Agradable socialización»**, **«Vacaciones en Fuengirola»** y **«Fiestas compartidas»** permitieron recuperar otro universo de recuerdos, estrechamente relacionado con la amistad y las costumbres de distintas generaciones. Los encuentros juveniles, los guateques, la música, los paseos, las celebraciones familiares y las estancias vacacionales aparecen narrados con una espontaneidad que acerca al lector a momentos cotidianos cargados de significado.

Especialmente entrañable resulta la referencia a sus amistades actuales, con quienes continúa compartiendo reuniones y actividades. Este aspecto demuestra que Anita ha sabido conservar su carácter abierto y sociable, entendiendo la amistad como uno de los grandes tesoros de la existencia.

El tono del recorrido cambió al abordar el décimo capítulo, **«Penosa enfermedad»**, uno de los apartados más conmovedores de la publicación. En sus páginas, Anita recuerda el difícil proceso de enfermedad de su marido, iniciado en marzo de 1995, y los años de incertidumbre, tratamientos y sufrimiento que posteriormente atravesaron.

La pérdida de Apolo representó uno de los momentos más dolorosos de su vida, agravado por otras circunstancias familiares, como la enfermedad y fallecimiento de su hermana y el deterioro de su cuñada a consecuencia del alzhéimer. Sin embargo, la autora ofrece en este capítulo un testimonio de fortaleza, mostrando cómo la fe, la esperanza y el cariño hacia los seres queridos pueden convertirse en un sostén fundamental ante la adversidad.

El capítulo **«Reconocimientos»** permitió descubrir la trayectoria artística y social de una mujer que ha recibido numerosas distinciones. Su vocación por la pintura, desarrollada de manera autodidacta, obtuvo tempranos reconocimientos en concursos locales, a los que se sumarían posteriormente otros galardones relacionados con su actividad cultural, empresarial y humanitaria.

Entre ellos destacan los concedidos por el **Proyecto Global de Cultura Granada Costa**, como el Premio Humanidades, recibido durante la celebración del vigesimoquinto aniversario del Proyecto en el Palacio de Congresos de Granada, en 2024, y la Estrella de Oro Miguel de Cervantes, vinculada a su participación en la obra *Huella Universal Miguel de Cervantes*. Asimismo, su trayectoria ha sido distinguida con el Premio Ecos de las Leyendas, un reconocimiento que refleja la consideración cultural y humana alcanzada por la artista lojeña.







Otra de las facetas más relevantes de Anita quedó recogida en **«Labores altruistas y humanitarias»**. Durante más de veinte años presidió en Loja la Asociación Española Contra el Cáncer, desarrollando una intensa actividad junto a un equipo de voluntariado. Su colaboración permitió mejorar los recursos de la asociación y contribuir a la atención de numerosas personas y familias necesitadas de apoyo. A esta labor se sumó su compromiso como donante de sangre, reflejo de una generosidad que siempre ha considerado parte esencial de su manera de entender la vida.

Finalmente, el recorrido llegó al capítulo decimotercero, **«El museo»**, dedicado a la culminación de una vocación artística mantenida durante décadas. El Museo Anita Ávila, situado en Loja, representa la materialización de muchos de sus sueños y constituye un espacio donde conviven la creación, las experiencias personales y la memoria.

Sus diferentes salas reúnen trabajos artísticos, objetos y recuerdos que testimonian la inquietud de una mujer autodidacta que nunca dejó de aprender ni de desarrollar nuevas ideas. La existencia de este museo supone, además, una aportación al patrimonio cultural de Loja, al ofrecer a sus visitantes la oportunidad de descubrir una trayectoria singular y acer-

carse a una forma de entender el arte desde la dedicación personal.

A lo largo de la presentación, la estructura dialogada entre María Cristina Pérez Valverde y Anita Ávila permitió conectar los distintos episodios del libro con los sentimientos que los inspiraron. La profesora aportó la perspectiva literaria y la organización del recorrido, mientras que la autora ofreció el valor insustituible de la experiencia vivida, dando sentido a unos recuerdos que forman parte de su identidad.

La presencia de un público que llenó por completo la Biblioteca de Andalucía añadió una especial dimensión afectiva al encuentro. Anita estuvo acompañada por su gente cercana, personas que conocen su trayectoria y que quisieron compartir con ella la satisfacción de ver publicada y presentada su historia personal. Porque *Un libro entre mis manos* no es únicamente una autobiografía, sino también un homenaje a quienes formaron parte de su existencia y contribuyeron, de una u otra manera, a construirla.





La obra constituye, igualmente, un testimonio sobre la evolución de la sociedad española, el papel de la mujer en la familia y en el mundo empresarial, la importancia de la educación recibida, la permanencia de las tradiciones y el valor de la solidaridad. En sus páginas conviven la alegría y la tristeza, el humor y la emoción, los éxitos y las dificultades, pero sobre todo permanece una convicción: **la vida adquiere su verdadero significado cuando se comparte con los demás**.

Con esta publicación, Editorial Granada Club Selección y el Proyecto Global de Cultura Granada Costa reafirman su compromiso con la divulgación de trayectorias humanas que merecen ser conocidas y preservadas. La historia de Anita Ávila, recogida ahora en una obra de carácter autobiográfico, se incorpora al patrimonio testimonial de una generación de mujeres que contribuyeron con su esfuerzo, su creatividad y su capacidad de superación al desarrollo de sus familias y de sus comunidades.

La presentación del 9 de octubre en Granada representó, por tanto, mucho más que la puesta de largo de un libro. Fue una celebración de la memoria, de la cultura y de los vínculos humanos, en la que una mujer que ha dedicado su vida a trabajar, crear y ayudar a los demás pudo compartir públicamente el fruto de sus recuerdos.

Aquel sueño en el que Anita se contemplaba sosteniendo un libro que contenía su propia historia se ha convertido finalmente en realidad. Hoy, *Un libro entre mis manos* permanece como testimonio de una existencia intensa y generosa, pero también como una invitación a reconocer que cada vida encierra una historia digna de ser contada. La de Anita Ávila ya forma parte de la memoria escrita de Loja, de Granada y del legado cultural que el Proyecto Granada Costa continúa construyendo para las generaciones venideras.



Germana Fernández
Zurgena (Almería)

# Resiliencia

Cuando los cañones enmudecieron por fin, la paz no trajo alegría, sino un silencio sepulcral, un paisaje de cenizas y la urgencia inapelable de sobrevivir.

La tinta del armisticio aún no se había secado del todo sobre los toldos del campo de refugiados, cuando Clara y Mateo, decidieron emprender el viaje más penoso y largo de sus cortas vidas. Tenían dieciséis y diecisiete años, respectivamente, pero sus miradas cargaban con el peso de los que lo habían perdido todo. La guerra, una tormenta ciega que había arrasado su país durante un lustro, les había arrebatado todo en una sola madrugada: una bomba perdida borró su casa, sus libros de la escuela y, lo más doloroso, el calor de sus padres.

Se habían encontrado en las colas de refugiados y se aferraron el uno al otro como dos náufragos en una tabla a la deriva, en un océano de almas sin esperanza. Mateo, con las manos ásperas de rebuscar entre los escombros algo para comer, y Clara, con una bufanda tejida por su madre que se había convertido en su único escudo contra el frío del mundo, decidieron marchar hacia el sur, hacia la costa, donde los rumores decían que el mar seguía siendo azul y que los campos de olivos aún no habían sido quemados. Caminaron durante semanas por carreteras repletas de escombros, compartiendo una cantimplora de agua y un mendrugo de pan duro y lo que encontraban en su camino. En las noches de frío intenso, acurrucados bajo el esqueleto de un puente derruido, Mateo le prometía a Clara que un día volverían a tener una mesa con mantel limpio y un techo que no dejara pasar la lluvia. Clara, en silencio, le apretaba la mano, convirtiendo esa promesa en el único motor de sus jóvenes corazones.

Al llegar a la pequeña localidad costera con las viejas botas destrozadas y los pies sangrando por las ampollas, la realidad los golpeó con crudeza. No había casas vacías, ni trabajo para adolescentes sin oficio ni beneficio. Dormían en una barca abandonada en la playa, alimentándose de lo que el mar les quería regalar: algunos mejillones pegados a las rocas y peces pequeños que atrapaban con redes hechas de trapos viejos. Sin embargo, en medio de la miseria, se negaron a perder la dignidad.

Un amanecer, Mateo consiguió convencer al viejo dueño de una carpintería para que le diera trabajo a cambio de unas pocas monedas y un rincón donde guarecerse del frío viento. Con los días, el viejo carpintero, un hombre de pocas palabras y mirada triste que también lo había perdido todo, comenzó a enseñarle el oficio. Mateo demostró tener una paciencia infinita y una habilidad natural para moldear la madera. Cada tabla que lijaba era un paso más hacia la casa que había prometido.

Por su parte, Clara encontró trabajo en una pequeña tahona regentada por una viuda cuyo hijo jamás había regresado del frente. Al principio, sus manos manejaban los sacos de harina y limpiaban, pero pronto aprendió el ritmo sagrado del amasado. El olor a pan recién horneado comenzó a devolverle la dulzura a su rostro, atenuando las sombras de la guerra. Con lo que ahorraban, y gracias a la generosidad de la panadera y del carpintero, lograron alquilar una pequeña buhardilla con dos ventanas que les permitían contemplar la belleza del mar.



Los primeros años fueron una prueba de fuego. A veces, un portazo fuerte o el estruendo lejano de una tormenta bastaban para que Clara se despertara empapada en sudor, buscando a tientas la mano de Mateo para comprobar que el mundo ya no ardía. En esos momentos, Mateo la abrazaba con fuerza, recordándole que estaban vivos, que la pesadilla había terminado. El primer mueble que Mateo construyó con sus propias manos fue una mesa de madera de pino para su pequeña cocina. No necesitó clavos, solo ensamblajes perfectos. El día que la terminó, Clara colocó sobre ella una hogaza de pan caliente y un ramo de flores silvestres recolectadas en los acantilados.

Aquella noche, sentados frente al mar que los había visto llegar descalzos y hambrientos, comprendieron que ya no eran huérfanos de la guerra, sino arquitectos de su propio destino. Habían reconstruido su mundo desde los cimientos de la ceniza, demostrando que, incluso después del invierno más cruel, la vida siempre encuentra la manera de volver a florecer.



Ana Martínez Parra
Huércal-Overa (Almería)

# Aristóteles y la política como asunto de todos

**“El ignorante afirma, el sabio duda y reflexiona”**.
Estagira (Macedonia) 382-322 a.C. Filósofo

Hay pensamientos que sobreviven a quienes los formularon porque las preguntas que contienen no envejecen. Hace más de dos mil trescientos años, Aristóteles escribió que «el hombre es por naturaleza un animal político». No se refería con ello a que todos debiéramos dedicarnos a la política, sino a algo más profundo: que el ser humano necesita vivir en comunidad y que es precisamente en ella donde puede desarrollar plenamente su vida.

La afirmación aparece en el primer libro de Política, una de las obras fundamentales del pensamiento político occidental. Aristóteles parte de la familia y de las primeras formas de asociación hasta llegar a la ciudad, la polis. La comunidad política no surge solamente para garantizar la supervivencia. Si las primeras asociaciones responden a las necesidades de la vida, la ciudad alcanza su sentido último en algo más ambicioso: «vivir bien».

No es una cuestión menor. Para Aristóteles, la política no consiste únicamente en administrar, legislar o ejercer autoridad. Tiene que ver con las condiciones que permiten a una comunidad y a quienes la forman desarrollar una vida que merezca la pena. Por eso su pensamiento político está estrechamente unido a su reflexión sobre la justicia, la virtud, la educación y la vida en común.

De ahí que una de las preguntas centrales de Política sea quién debe gobernar y cómo debe organizarse la ciudad. Pero hay otra cuestión que atraviesa su clasificación de los regímenes y que resulta quizá todavía más interesante: qué finalidad persigue quien gobierna.

En el libro III distingue las formas de gobierno atendiendo, en primer lugar, al número de quienes ejercen el poder. Si gobierna uno solo buscando el interés de la comunidad, habla de monarquía; si gobiernan unos pocos con esa misma finalidad, de aristocracia; y si gobierna la mayoría en beneficio del conjunto, utiliza el término politeia, que suele traducirse como régimen o gobierno constitucional.

El problema aparece cuando estas formas se desvían hacia el interés particular. La monarquía puede convertirse en tiranía cuando el gobernante gobierna para sí mismo; la aristocracia, en oligarquía, cuando unos pocos gobiernan atendiendo a sus intereses; y la politeia puede degenerar en la forma de democracia que Aristóteles incluye entre los regímenes desviados cuando la mayoría gobierna exclusivamente en función de su propio interés.

Hay que leer esta clasificación dentro de su tiempo. La democracia de la que habla Aristóteles no es la democracia representativa de las sociedades actuales. Su análisis corresponde a las ciudades-Estado griegas y a una concepción de la ciudadanía muy distinta de la nuestra. Pero, hecha esa salvedad, permanece una cuestión que atraviesa todo su pensamiento: un régimen político no se define solamente por quién ocupa el poder, sino también por el uso que hace de él.

En el mismo libro III se pregunta qué significa ser ciudadano. Para Aristóteles no basta con residir en una ciudad. El ciudadano es quien participa en las funciones deliberativas y judiciales de la comunidad. Y cuando habla de la virtud cívica introduce una idea especialmente significativa: el buen ciudadano debe saber gobernar y ser gobernado.

La afirmación resulta especialmente interesante porque sitúa la ciudadanía en un terreno distinto de la mera obediencia. Gobernar requiere conocer las responsabilidades del poder, pero también aprender a aceptar las leyes y las decisiones colectivas cuando corresponde ocupar el lugar de quien es gobernado. La política, para Aristóteles, necesita ciudadanos capaces de desempeñar ambos papeles.

Y para que existan ciudadanos así, la educación adquiere una importancia extraordinaria.

Aristóteles dedica el libro VIII de Política a la educación y sostiene que la formación de los jóvenes no puede quedar al margen de la preocupación del legislador. Considera perjudicial para las constituciones que los Estados descuiden la educación, porque cada régimen necesita ciudadanos capaces de sostenerlo. Por eso defiende una educación común y sometida a supervisión pública: si la comunidad comparte un mismo fin, sostiene, también debe existir una formación orientada hacia ese fin.

No se trata solamente de adquirir conocimientos útiles. En los libros VII y VIII Aristóteles relaciona la educación con la formación del carácter y con la preparación para la vida ciudadana. La ciudad no puede aspirar a una determinada forma de convivencia y desentenderse de la manera en que prepara a quienes van a formar parte de ella.

La educación aparece así como una cuestión política en el sentido más profundo del término. No porque deba convertirse en instrumento de un gobierno, sino porque una comunidad necesita ciudadanos capaces de comprender aquello que comparten, deliberar sobre sus asuntos y ejercer las responsabilidades que les corresponden.

Y aquí aparece otro aspecto de su pensamiento que merece atención: la clase media.

En el libro IV de Política, Aristóteles divide la sociedad en tres grandes grupos: los muy ricos, los muy pobres y quienes ocupan una posición intermedia. No presenta esta clase media simplemente como una categoría económica. Le atribuye una función política.

Según Aristóteles, quienes poseen una riqueza moderada están menos expuestos a los extremos que, a su juicio, pueden afectar tanto a los muy ricos como a los muy pobres. Los primeros pueden acostumbrarse a mandar y encontrar dificultades para someterse a una autoridad; los segundos pueden verse obligados por sus circunstancias a aceptar formas de dependencia. El resultado, advierte, puede ser una ciudad dividida entre quienes mandan y quienes obedecen, más parecida a una relación entre amos y subordinados que a una comunidad de ciudadanos libres.

Por eso considera preferible una comunidad donde la clase media sea numerosa y tenga suficiente peso político para impedir que cualquiera de los extremos se imponga sobre el otro. En otro pasaje afirma que allí donde la clase media es numerosa hay menos facciones y divisiones entre los ciudadanos.

Esta idea ocupa un lugar importante en su análisis porque Aristóteles observa que las sociedades excesivamente polarizadas son más propensas al conflicto. Cuando ricos y pobres se convierten en dos bloques enfrentados y cada uno intenta utilizar el poder para defender exclusivamente sus intereses, la política deja de ser un espacio compartido y se convierte en el escenario de una lucha por la supremacía.

La clase media, en su pensamiento, representa precisamente una posibilidad de equilibrio.

Aristóteles llega incluso a señalar que muchos de los grandes legisladores de las ciudades griegas pertenecían a ese sector intermedio. Menciona entre ellos a Solón, Lycurgo y Charondas. No es una observación casual: para él, quien no está atrapado en los extremos puede encontrarse en mejores condiciones para buscar una organización política que permita convivir a grupos diferentes.

Su interés por las distintas constituciones no termina ahí. Los libros IV, V y VI de Política constituyen, en buena medida, un estudio de los regímenes existentes, de sus características y de las causas que pueden llevarlos a la inestabilidad. El libro V se ocupa especialmente de las transformaciones y conflictos políticos, tratando de averiguar por qué las ciudades cambian de régimen y qué circunstancias favorecen las revoluciones.

Aristóteles observa en esos conflictos una mezcla de desigualdad, ambición, rivalidad y diferentes concepciones de la justicia. Quienes tienen más pueden considerar que su riqueza les concede un derecho mayor a gobernar; quienes tienen menos pueden entender que la igualdad política debería compensar las diferencias económicas. Cuando unos y otros interpretan la justicia desde su propia posición, la comunidad se resiente.

Por eso su análisis político resulta menos idealista de lo que a veces pudiera parecer. Aristóteles sabe que las instituciones no viven aisladas de las personas. Las pasiones, los intereses económicos, las ambiciones y las desigualdades sociales terminan entrando en la política.

También sabe que ningún régimen está a salvo de su propia degeneración.

De ahí su interés por estudiar no solo las constituciones ideales, sino las que realmente existen y los mecanismos que pueden hacerlas más estables. Su pensamiento político tiene, en este sentido, una dimensión extraordinariamente práctica: observar, comparar, buscar las causas de los conflictos y preguntarse qué puede impedir que una parte de la comunidad termine dominando a las demás.

Y vuelve entonces la pregunta por el ciudadano.

Si la ciudad necesita personas capaces de gobernar y ser gobernadas; si necesita educación para formar ciudadanos; si necesita una estructura social que evite la confrontación permanente entre extremos; si necesita leyes e instituciones que protejan la convivencia, entonces la política no puede reducirse a quienes ocupan los cargos públicos.

Aristóteles no conoció nuestros Estados, nuestros parlamentos ni nuestras democracias representativas. Tampoco podemos trasladar sin más su modelo de polis a la sociedad actual. Pero quizá no sea necesario hacerlo para encontrar en sus páginas algunas preguntas que todavía nos pertenecen.

¿Qué ocurre cuando los ciudadanos dejan de interesarse por los asuntos públicos? ¿Qué sucede cuando la política se convierte en una profesión completamente separada de la vida de la comunidad? ¿Qué ocurre cuando los intereses de una parte terminan pesando más que los del conjunto?

No tengo la impresión de que Aristóteles pretendiera ofrecer respuestas definitivas a preguntas que iban a seguir planteándose durante siglos. Lo que hizo fue observar la naturaleza humana y tratar de comprender cómo sus virtudes y sus debilidades terminaban reflejándose en la organización de la ciudad.

Quizá sea eso lo que hace que, después de tanto tiempo, resulte todavía interesante volver a sus páginas.

Cuando escribió que somos animales políticos, estaba diciendo que nuestra vida no se desarrolla al margen de los demás. Dependemos de la comunidad y, al mismo tiempo, contribuimos a construirla. Por eso la política tampoco debería ser algo que contemplemos desde fuera, como si perteneciera exclusivamente a quienes ocupan un cargo.

A mí, al menos, es la parte de su pensamiento que más me hace pensar. No tanto la clasificación de los regímenes (que pertenece a un mundo muy distinto del nuestro) como la idea de que una comunidad necesita ciudadanos preparados para participar en ella, una educación que los ayude a comprender sus responsabilidades y una sociedad capaz de evitar que los extremos terminen rompiendo aquello que todos comparten.

Tal vez, al final, la pregunta de Aristóteles no sea tan antigua como parece. Cuando miro nuestra sociedad, sigo encontrando personas que se preguntan quién gobierna, quién tiene más poder o quién ha ganado una disputa política. Mucho menos frecuente es preguntarse qué estamos haciendo nosotros como ciudadanos para que la vida común sea un poco mejor.

Y quizá ahí esté la parte de Aristóteles que más me interesa conservar: la política no es solamente aquello que hacen los gobernantes; es también el espacio que compartimos los demás. Participar, informarse, escuchar, discrepar y exigir responsabilidad no nos convierte necesariamente en políticos. Nos convierte, sencillamente, en ciudadanos.

Después de veintitrés siglos, no me parece una mala razón para volver a leerlo.