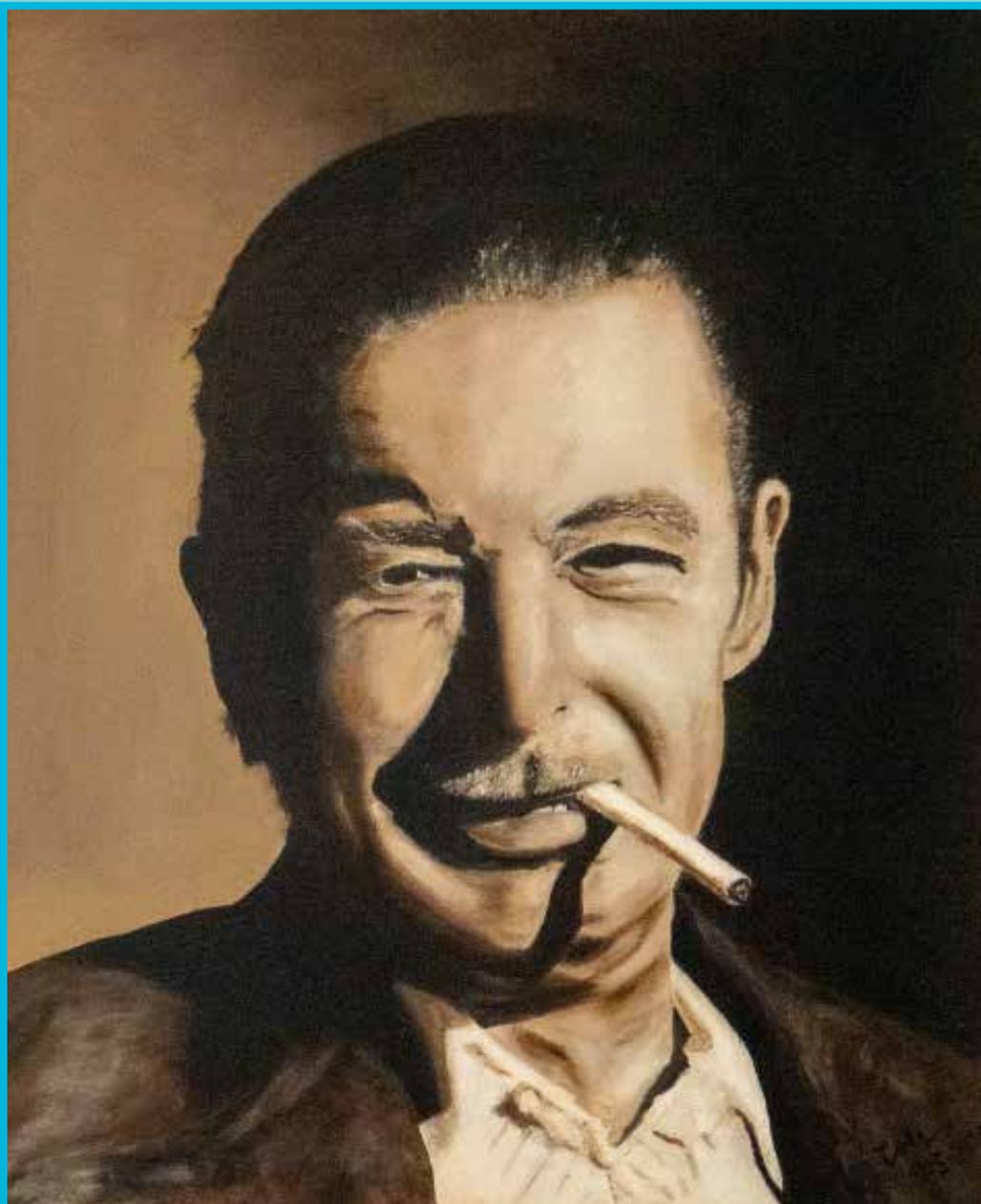


Esta Tierra

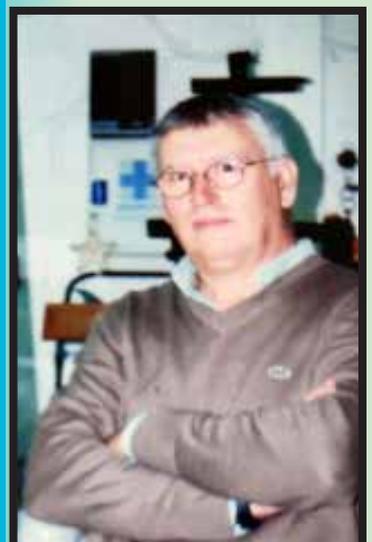
AÑO XI NÚMERO 120 MES DE JULIO 2021



Cuadro de
**Antonio Gómez
Espericueta**

Mi padre

Óleo sobre tela



Esta Tierra

**Asociación Cultural de Cine y Literatura de
San Agustín**

EDITADA EN:
San Agustín Teruel

DIRECTOR
Antonio Jose Caralps Sobrera

DEPOSITO LEGAL
Te-57-2011

MAQUETACIÓN Y EDICIÓN
Angel Manuel García Álvarez

NOS PUEDES SEGUIR EN
Facebook: @estatierra

REDACTORAS
Ana Laura García Solache
Laura Inés Barbalace
Neus Asensi

REDACCIÓN Y CONTACTO
E-mail: **paraestatierra@gmail.com**

Telefono: **34 656 72 54 92.**

Sumario

Índice de paginas

| | |
|-----------|---|
| <u>2</u> | <u>Esta Tierra</u> |
| <u>2</u> | <u>Sumario</u> |
| <u>3</u> | <u>La poesía de Antonio Jose Caralps Sobrera</u> |
| <u>4</u> | <u>El urbanita pueblerino</u> |
| <u>4</u> | <u>Mi niñez</u> |
| <u>5</u> | <u>La Provincia de León</u> |
| <u>6</u> | <u>La poesía de Nathalia Paola Cruz Hernandez</u> |
| <u>7</u> | <u>El segundo edén terrenal</u> |
| <u>8</u> | <u>Salvación</u> |
| <u>8</u> | <u>El mirlo negro</u> |
| <u>9</u> | <u>A viterbo</u> |
| <u>9</u> | <u>Elevación</u> |
| <u>9</u> | <u>Las fotos de Blanca</u> |
| <u>10</u> | <u>El muro</u> |
| <u>11</u> | <u>Recetas de cocina</u> |
| <u>14</u> | <u>Refranes</u> |
| <u>14</u> | <u>Frases históricas</u> |
| <u>15</u> | <u>Apps para teléfonos móviles</u> |
| <u>16</u> | <u>Conexiones RDSI, RTC y ADSL</u> |
| <u>17</u> | <u>Los 20 municipios con más habitantes de España</u> |
| <u>18</u> | <u>Los cuadros de Antonio Gómez Espericueta</u> |
| <u>21</u> | <u>Ciclo de entrevistas revista Esta Tierra</u> |
| <u>26</u> | <u>Pasatiempos</u> |
| <u>27</u> | <u>La insuperable crueldad humana</u> |
| <u>28</u> | <u>Valdelinares</u> |
| <u>29</u> | <u>Valle de Aragón</u> |
| <u>30</u> | <u>Charles Darwin</u> |
| <u>31</u> | <u>Heráldica del apellido Álvarez</u> |
| <u>32</u> | <u>Conceptos heráldicos</u> |
| <u>32</u> | <u>Humor</u> |
| <u>33</u> | <u>El Rincón de ANALU</u> |
| <u>35</u> | <u>Los carimomos de ANALU</u> |
| <u>36</u> | <u>Bricolaje</u> |

| | |
|-----------|---|
| <u>37</u> | <u>El bar de Angel</u> |
| <u>39</u> | <u>La posada de la Nuña</u> |
| <u>40</u> | <u>La vida es frágil</u> |
| <u>41</u> | <u>Fuentes Claras "El día que yo naci 1934"</u> |
| <u>42</u> | <u>Por unas horas en Teruel</u> |
| <u>45</u> | <u>Siempre juntos</u> |
| <u>46</u> | <u>La mecedora</u> |
| <u>47</u> | <u>Normas de publicación de Esta Tierra</u> |

Colaboradores de este número

| | |
|-----------|--------------------------------------|
| <u>3</u> | <u>Antonio Jose Caralps Sobrera</u> |
| <u>4</u> | <u>Angel M. García A.</u> |
| <u>7</u> | <u>Nathalia Paola Cruz Hernandez</u> |
| <u>8</u> | <u>Francisco Perez Valero</u> |
| <u>9</u> | <u>Alexánder Granada Restrepo</u> |
| <u>9</u> | <u>Blanca Barberá</u> |
| <u>10</u> | <u>A.M.G.A.</u> |
| <u>11</u> | <u>Laura Inés Barbalace</u> |
| <u>13</u> | <u>Ana Laura García Solache</u> |
| <u>17</u> | <u>Angel M. García A.</u> |
| <u>18</u> | <u>Antonio Gómez Espericueta</u> |
| <u>21</u> | <u>Laura Inés Barbalace</u> |
| <u>22</u> | <u>Melisa Osuna</u> |
| <u>24</u> | <u>José Guillermo León</u> |
| <u>28</u> | <u>José Antonio Ibáñez Marqués</u> |
| <u>35</u> | <u>Ana Laura García Solache.</u> |
| <u>38</u> | <u>L. M. G.</u> |
| <u>39</u> | <u>Covadonga Álvarez Cuesta</u> |
| <u>41</u> | <u>Yeny Ximena Dávila Aranedo</u> |
| <u>42</u> | <u>Francisco Pérez Valero</u> |
| <u>45</u> | <u>Antonio Gómez Espericueta</u> |
| <u>46</u> | <u>Laura Inés Barbalace</u> |
| <u>47</u> | <u>La Dirección</u> |

La poesía de Antonio Jose Caralps Sobrera

Mi mente

Perdido en las entrañas
del mar del ayer
en el cual todo
puede suceder.
Entre sueños despierto
desde el coma profundo
hasta el nuevo mundo.
La nueva realidad
con la misma maldad.
De la humanidad
hacia la humanidad
sin humanidad.
Donde se repiten
los sueños de ayer
y hoy despiertos
aunque algunos
parezcan muertos
en vida y en perdidos
anhelos de ayer,
hoy y siempre.

Padre

Entre las brumas del pasado
tengo tu recuerdo olvidado.
Tú que me diste el ser
aunque nunca me viste crecer.
Padre estas siempre presente
en mi ser y en mi mente.
Tenemos iguales aficiones
y las mismas ilusiones.
Ganas de ayudar
sin dejar de soñar.
Pese a la separación
juntos en el corazón.
A ti mi padre el doctor
del que hablar es un honor.
Gracias.

Yo vivo

Paro pero no me detengo.
Avanzo pero no ando.
Hablo entre gritos y silencios.
Pienso, existo y gracias
a ello estoy vivo.
Las palabras vienen
a mi mente como un vendaval.
La locura me hace
sentir cuerdo.
La alegría produce
lágrimas de felicidad
en mis ojos.
El mañana llegará.



El ayer ya paso.
Pero sigo en el hoy
por lo que resta del día.

Aprendo

Aprendo de los errores
sin desear olvidarlos
para intentar no volver
a caer en ellos.
Sigo aprendiendo
que cada cual es libre
y tiene derecho a seguir
su camino como alma libre.
Pese a todo me gusta
proteger a mi gente.
Será que soy una
mala persona,
un ogro tal vez.
La vida da vueltas
y yo doy vueltas
con la vida.
Lo que hago lo llevo
en mis genes
papa tú tienes culpa también
y en mis principios
y si yo actuase de otra manera
no podría firmar con mi
nombre este poema.

Gato

La noche se pierde
entre la oscura piel
de un negro gato
que avanza proyectando
sombras felinas
y lanzando maullidos
a la niebla del amanecer
que nos ayuda
a creer y crecer.
Un día nuevo despierta,
despierta todo canta la vida
el viento lleva el eco
de su voz a todos,
todos los rincones
una vez a gritos
y otras en murmullos callados
que se mezclan
con el deambular del agua
de la vida que todo lo riega,
lo alimenta o le da la sal
de la vida.

Sin Miedo

Pierdo el miedo a la vida
pero no las ganas de vivir.
La vida regala sueños
que en el ayer soñamos.
Nos agarramos a la vida
con uñas y dientes
para honrarla e intentar
hacer felices
a los que nos rodean
a los que nos importan
o a los que cuan importantes
nos hacen sentir con detalles,
con palabras, con una llamada
o con una sonrisa.
La vida da y quita,
pero es como un bumerang
que devuelve
con creces el cariño y respeto
que tú le entregas a ella.

Prestadas

Porque coger palabras
prestadas o mal usadas,
porque palabras del inglés.
Acaso aportan más valor
al castellano.
Si hemos de aprender ha reciclar,
reciclemos con todo
hasta con el idioma
y busquemos allá
donde hay que buscar.
Lo último que puedes
y debes de hacer es esconder
tu cultura y tu idioma
con la mentira
de que no me van a entender.
Pero tranquilos
hay seres que desean ser
presentados en sociedad
sin saber lo que verdaderamente
dicen de ellos.
Allá cada cual con su conciencia
y... y sus sueños de grandeza
pero así les luce la cabeza.

Antonio Jose Caralps Sobrera
Derechos reservados del autor



El urbanita pueblerino

Naciste en un pueblo rodeado de amigos de tu misma edad, una vida completa al amparo de tus padres sin apenas complicaciones tu niñez y adolescencia una vida muy rural.



sacar adelante tu familia con el tiempo mas urbanita integrado en la ciudad.

Tienes descendientes en la ciudad nacen y crecen y tu los llevas al pueblo hasta que son adolescentes que se niegan en rotundo ir al pueblo no quieren.

Y los años pasan te hacen abuelo y llega el retiro merecido y esperado trabajo y sufrimiento atrás se quedan.

Y al pueblo regresas largas temporadas intercaladas con la ciudad una vida nómada.

Cuando en el pueblo estas una mirada hacia atrás recordando felices momentos de tu niñez y adolescencia de los amigos de juegos anécdotas graciosas que a lo lejos recuerdas.

Vuelves a la realidad varios de tus amigos faltan ya no están entre nosotros la muerte se los ha llevado otros viven en lugares distintos ya no están en el pueblo y te sientes muy solo recordando a todos ellos.

Paseas por el pueblo las cosas no han cambiado algún cambio pequeño todo sigue en su sitio, por el paso del tiempo un poco deteriorado.

Pueblerino que te fuiste a la gran ciudad y en ella viviste buscando una vida digna del pueblo sin olvidarte.

Angel M. García A.

Derechos de autor reservados

Mi niñez

Tierra que me vio nacer donde pase mi niñez, mis primeros pasos la vida empezando a vivir aprendiendo aprendizaje continuo dificultades venciendo una huella dejando para toda una vida para siempre marcada por la feliz infancia en ella pasada, recuerdos impresos en la base del cerebro.

Juegos con amigos de mi misma edad concentrándolo todo diversión y alegría.

Primeros trabajos a mis padres ayudando en tareas del campo y también con el ganado en el tiempo libre aprendiendo a manejarse para una futura vida experiencias infinitas.

De la escuela alumno con los niños del pueblo de todas las edades en una misma clase varios cursos mezclados aprendiendo lo básico por la maestra dirigidos.

Juegos divertidos por los niños jugados en sus ratos libres para entretenerse cuando estos se reunían diversión y alegría para todos los niños de un mismo pueblo.

Niños jugando en la calle viviendo fuera de las casas en plena naturaleza.

A la iglesia asistiendo en actos religiosos

a las ordenes del cura
en todo ayudando
de monaguillos actuando
por ello todos pasando
de la edad dependiendo
los niños del pueblo.

Feliz niñez
de amigos rodeado
sin enemigos presentes
todos muy amigos
de todas las edades
todos muy conocidos.

A la escuela acudiendo
las bases poniendo
para una futura vida
ayudando en casa
con especiales trabajos
a la edad adaptados
sin aburrimiento
siempre ocupados.

Alguna travesura
por todos comentada
en el tiempo recordada
de la niñez anécdotas
para el resto de la vida
con nostalgia contadas.

Todos juntos en fiestas
por los mayores organizadas
para todos los niños
que había en el pueblo
todos participando
de las comidas y juegos.

Especiales días
de ferias y fiestas
marcados en los meses
de los calendarios anuales
importantes fechas
para las personas del lugar,
esperados días
por los niños del lugar,
compra de golosinas
saliendo de la rutina.

Una feliz niñez
en mi tierra pasada
recuerdos del pasado
en mi mente grabados.

La Provincia de León

Provincia del norte
de la Península Ibérica
de grandes contrastes,
en el sur una gran llanura
montañas en el norte
de todo como en botica.

Fue capital de Reino
un importante reino
de España comienzo
reyes importantes teniendo.

Grandes ciudades tienes
Ponferrada y Astorga
la Bañeza y Mansilla
y otras muchas
ciudades importantes.

El Reino de León
tres provincias son
León, Zamora y Salamanca
a la Edad Media se remontan
superviviendo en el tiempo
a nuestros días llegando.

Tienes varios pantanos
abasteciendo los regadíos
no solo de tu provincia
sino también de Castilla
se aprovechan del agua
que nace en tus montañas.

Una gran gastronomía
del lugar dependiendo
productos de la tierra
distinta elaboración
conocidos en España
por su sabor consumidos.

Grandes montañas
al cielo se elevan
dos mil metros llegando
alpinistas experimentados
de sus cumbres disfrutando.

Fauna muy diversa
aves y mamíferos
muchos protegidos
su extinción evitando.

Agricultura y ganadería
base de su economía
también la minería
de varios minerales

importante en el pasado
desde los romanos
hoy un triste recuerdo
minas cerradas
explotaciones abandonadas
mineros en el paro
sin perspectivas de trabajo.

Tierras llanas
red de canales
dando vida
cultivos importantes.

Importantes pastos
para grandes rebaños
del sur venidos
a pasar el verano
pastando las montañas,
recurso natural
de pueblos de montaña,
red de cañadas
por ellas transitadas
desde la antigüedad.

Una gran zona para la caza
paraíso de cazadores
grandes piezas abatidas
de herbívoros y aves.

Cotos para pescadores
peces de agua dulce
por sus ríos grandes.

Tradiciones importantes
por las personas guardadas
transmitidas por generaciones
todos los años repetidas
en fiestas populares.

Población envejecida
los jóvenes emigran
un porvenir buscando
la población disminuyendo
oportunidades muy pocas
para la gente trabajadora
trabajos muy precarios
pueblos abandonados
sin emprendedores
sin negocios ni fabricas
a nadie le importa
la despoblación surgida
es la España vaciada
que a León ataca.



La poesía de Nathalia Paola Cruz Hernandez

Ardiendo en llamas

El mundo nos observa,
nos llora.
El mundo lo nota.
Colombia arde en llamas,
Arde en la ignorancia,
Entre balas y bombas,
Llantos y gritos,
Súplicas e insultos.

Desconcierto entre muchos,
rabia otros,
dolor por perder
a sus seres queridos
que luchan, por un país mejor.

Sordo gobierno
indolente, armado.
Pueblo desarmado,
pueblo decidido.
Cansado del dolor, el hambre.
cansado de maltrato

Unidos por un solo cometido.
Unidos por un solo dolor.
Vándalos nos llaman,
los indolentes ciegos,
por una cortina de humo
que por años han construido.
Héroes nos llaman
quienes cansados
descubren sus ojos
para iniciar una nueva etapa.
Una sin discriminación
sin hambre, sin dolor.

Colombia

Llena de historias,
llena de heridas,
pero llena de amor,
siempre una sonrisa al público,
siempre cubriendo las heridas.

El país más "feliz",
ante el mundo
internamente arde en tristeza,
dolor, hambre.

El país con maravillosos paisajes,
riqueza natural,
cafetales majestuosos,
flora y fauna
droga y prostitución.

Luz y oscuridad
amabilidad y Tiranía
el yin yan, bien y mal
todo en un solo lugar
Reímos y lloramos.

Colombia tierra querida,
tierra odiada.
Colombia mil culturas
ninguna respetada.
Mi querida Colombia
lloras hoy.
mañana reiras.

Vacía

En el mismo lugar
a la misma hora
la misma mesa
esperando que vuelvas
esperando tu presencia.

Aquel lugar lleno de recuedos
lleno de amor, sonrisas,
cuando compartimos
ahora un lugar vacío
silencio, triste, opaco.

Mi cuerpo inerte
vacío por la ausencia
de tu amor
te espera.

En el mismo lugar
a la misma hora.

Mirada al pasado

Hoy te recuerdo...
con sentimientos encontrados
nostalgia por lo que fuimos,
felicidad por que me enseñaste.

Te recuerdo y siento tranquilidad,
sé que eres feliz, y soy feliz,
gracias por cada sonrisa,
por cada lagrima.
agradezco cada enseñanza.

Miro al pasado y fui tan feliz
gracias a ti,
ahora entiendo
cuando me decían
que soltara el pasado,
y es esto poder decir adiós

sin miedo, sin lágrimas,
sin odios.

Saber que decir cuando
me pregunten por ti,
sonreír cuando te vea
en vez de ocultar un dolor.
Adiós a un pasado
llenos de historias
aventuras Adiós.

Al fin desperté de aquel sueño.
Sueño que sentí eterno,
un sueño oscuro, sin salida.
un lugar vacío,
rodeada por mis miedos,
mis dudas y mis fracasos.

Estaba allí rodeada por ellos.
Las razones
por las cuales había huido
tanto tiempo,
por las cuales me he escondido,
y que ahora están frente a mi,
si poder escapar o esconderme.

Solo cerraba los ojos deseando
despertar, o que al abrirlos
ya no estuvieran a mi alrededor,
que me sentí juzgada, criticada,
me sentí decepcionada.

Pero de pronto apareció una luz,
sentí tranquilidad,
tal vez llegaba
alguien a mi rescate.

Un rescate de mi Misma,
de mi propio prejuicio,
cada vez veía esa luz más cerca,
estaba ansiosa necesitaba saber
quien sería la persona
que me recataría
de tan oscuro lugar.

Cuando la tuve al frente no lo
creía era yo en otro plano, con
otro aspecto, irradiaba paz, una
paz desconocida,
me sentí confundida.

Acaso algún día
podría llegar a lucir o irradiar

este tipo de tranquilidad de paz.

Danza

Danza de almas
danza de cuerpos
juntando tu cuerpo
con el mio.

Seduciendo
a la muerte
al bailar juntos
seduciendo a eros.

Invitando a los mismos dioses
a compartir de la danza
que perfectamente
encaja tus caderas
con las mías.

Gitana

Amor clandestino
amor sublime
amor verdadero...

Ella llegó un día
y al otro desaparecido
amor efímero
amor del alma.

Gitana libre, perfecta
danzas para mi
enamoras enredas
en tus caderas
mis dedos se deslizan
por tu cuerpo

Linda gitana
añoro tu fugaz visita
fugaz como el sueño
de tenerte a mi lado.

Fugas como el amor
que me das.

Conciencia

Muchos se quejan
muchos la aclaman
pocos la usan.

Todos hablamos de ella
pero, ¿la usamos bien?
cuando nos habla
¿la escuchamos?

Conciencia
amiga silenciosa
pocos la escuchamos
pocas veces le creemos

Al mal acto
te presentas
pero quienes
somos para actuar
a tiempo.

Conciencia
voz del alma
del bien que
llevamos todos.

Limpia en decadencia
con el tiempo.

Egoismo
rabia
tristeza
sentimientos
que te opacan
te hieren
te matan.

Nací en Facatativá. Colombia.

El 02 de septiembre de 1994,
hija menor de tres hermanos.

En el 2019 inicié en la escritura,
la cual me ayudó a expresar muchos
sentimientos que en su momento
no pude expresar con palabras.

Participó en tertulias literarias,
al igual que en la familia de
poesía mundial.

Nathalia Paola Cruz Hernandez
Derechos de autor reservados

**El segundo edén
terrenal**

Un día bastante lejano,
Dios por mi pueblo
pasó; vio, observó
un valle verde donde,
un Jiloca bifurcado,
corrían sus aguas
alegres, cantoras
de músicas celestiales,
cuando rozaban
en las piedras
de un lecho encauzado
por dos ribazos pletóricos,
de hermosas flores.

¡Qué belleza!
dijo atónito el gran poderoso;
Él, mismo, le puso el nombre
de Fuentes Claras,
y fundó su segundo Edén,
porque
Adán y Eva originarios,
ya habían pecado,
comiéndolo la manzana prohibida;
y desde entonces,
por ahí andan sin rumbo,
por el mundo caminando
en senderos con guijarros
y algún que otro yerbajo.

Silencios y paz desde entonces,
Dios buscaba ;
y mira por donde,
en uno de sus vuelos rutinarios,
otea ese lugar solitario,
aminora la marcha bajando
y cae en una explanada,
donde fabrica
una plaza triangular
que termina en la Iglesia
de su amigo Pedro,
el judío pescador de antaño.

Faltaría más,
a Dios no se le escapa una,
y a la que sería
después su madre,
le arma un caserón grande,
apodado la ermita,
que anclada queda
en un prado verde, donde está
la Virgen de los Navarros,
por aquello de que ellos



la secuestrarán,
y ella se escapó
volviendo a Fuentes Claras,
lugar pacífico,
donde las golondrinas
aletean jugando.

San Ramón,
es comida aparte,
el pobre no nació,
le extrajeron del útero materno
cuando yacía muerta su madre,
sobre el lecho que dormía;
pero él, tozudo de un maño pro-
fundo que era, vivió,
no sólo eso, sino que fue
un Mercedario rescatador
de Cristianos cautivos
en manos de musulmanes,
sufriendo torturas,
cuando el cautiverio
le tocó a él mismo.



Francisco Perez Valero
Derechos de autor

Así es mi barrio,
que junto al pueblo
y el Santo, forman el vergel don-
de Dios puso a su Adán
y Eva baturricos ambos,
dándoles libertad
sin restricciones
en las sabrosas
y rosadas manzanas;
crecer y multiplicaron,
balbuceando les dijo,
no hagáis tonteras desfasadas
que impliquen un negro futuro,
a vuestros descendientes,
los hijos de amores encontrados.

Tomad un burro y un arado,
y destripar los terrones
de aquella tierra secana,
no regada por las aguas
del dorado Jiloca;
grandes sudores
os costará extraer
una cosecha al año
de un trigo esperado,
para elaborar panes
que serán el Maná
del cielo bajado,
mientras tanto,
saborear las verduras,
patatas y legumbres
de esa huerta grande,

regada por la bendita agua
del Xilocano.

¿Acertó Dios,
al escoger Fuentes Claras
como punto del séptimo día
descansando?..
sí, porque aquellos
primitivos paisanos,
crearon la raza de aguerridos
mozos y mozas,
que, hoy en día,
tanto dentro como fuera,
dan fe y gloria a mi pueblo
que fue casi nada,
al podium de ser casi algo,
y más; porque Dios,
así lo quiso,
al fundar Fuentes Claras;
os lo asegura
el pequeño gorgonio
de la saga.

Salvación

Esta fue
la extraña y bella
verdad
que conocimos,
el día que la luz
del sol, logró
-por un momento-,
entrar en la garganta
circular del gran abismo:



Que el poder de
la muerte,
radica, en que tiene
la misma fuerza
que el amor.

¿Quién lo diría?
por ello,
he de entender
que la vida
prevalece,
solo si logro
-por encima de
la línea inexorable
de la vicisitud-,
sobreabundar en el amor.

El mirlo negro

Esa tarde
regresé a la casa
después de recoger
semillas de hierbas
y algunos insectos.
la casa ya no estaba.
No estaba la casa
ni estaban mis hijos,
y el fresco mandarino
allí tampoco estaba.

Un hombre
había talado
el mandarino y quemado
las ramas y los nidos.

Estuve en silencio
muchas horas
sobre el tallo
del árbol cortado,
y hasta hoy
me he preguntado:
¿Adónde se
fueron mis hijos?

Un amigo tordo,
que llevo hace poco,
dijo no haber visto
saltar a los pichones
el día que cortaron
el fresco mandarino.

No sé por qué
este hombre incluyó
en la hoguera de las ramas
también a los pichones.

Después de dos semanas
eclosionaron mis
cinco pichones.
pudieron disfrutar el aire
apenas seis días;
y en solo seis días,
lograron conocer al hombre.

Recordé,
las Palabras Increadas
que leí al comienzo
del Libro de la Vida,
y que fueron escritas
con la tinta roja,
del rosal sublime
del Omnisapiente Creador:

Para conocer
al hombre,
se necesitará
-tan solo,
que transcurran
seis días,
seis días
de los días
de la cuenta
de los Cielos.

A viterbo

Bulevar de
los samanes,
sendero precioso,
lugar infinito,
camino de Dios.

Siempre puerta
abierta,
arboleda fresca,
río de mi infancia,
mi pueblo
y mi voz.

Bulevar
insomne
de verdor profundo,
que cuando amanece
deleitas mis ojos;
tienes la fragancia
de un pasado
inmenso,
de un presente
hermoso,
que el Señor
nos dio.

Cuéntame
la historia
del pueblo vivido,
que ocultas
con celo,
carnívora flor.
Cuánta gente
buena,
cuánta genta
amada,
en tus mañanitas
te vio y caminó.

Los hijos
ausentes
guardan tu memoria,
con el viento
fresco
anhelan volver,
diles que tu
esperas,
que tu vida
es suya,
que para sus ojos
nació el arrebol.

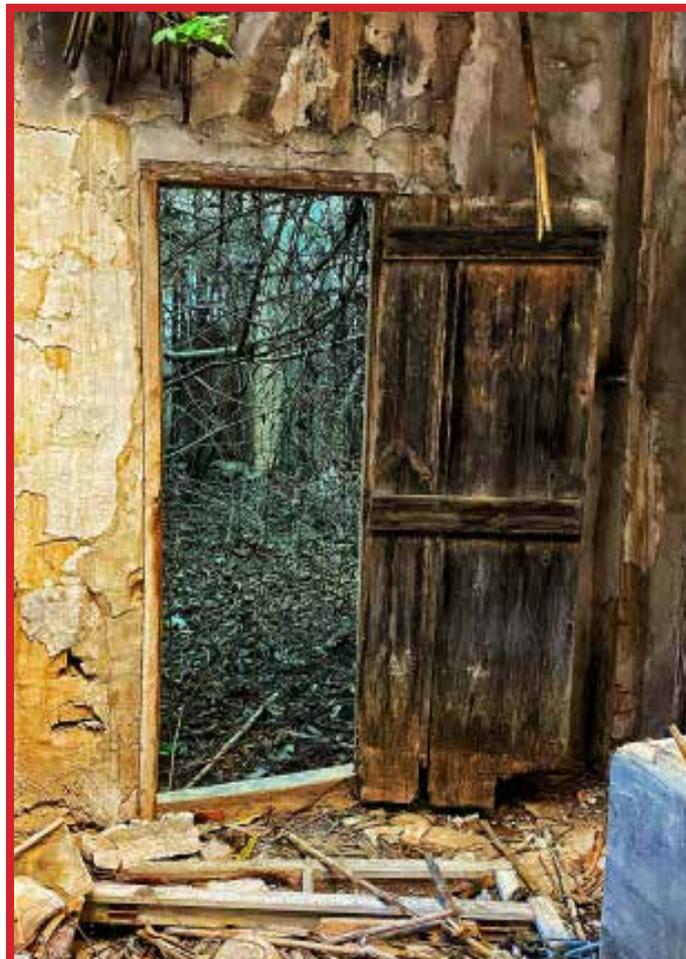
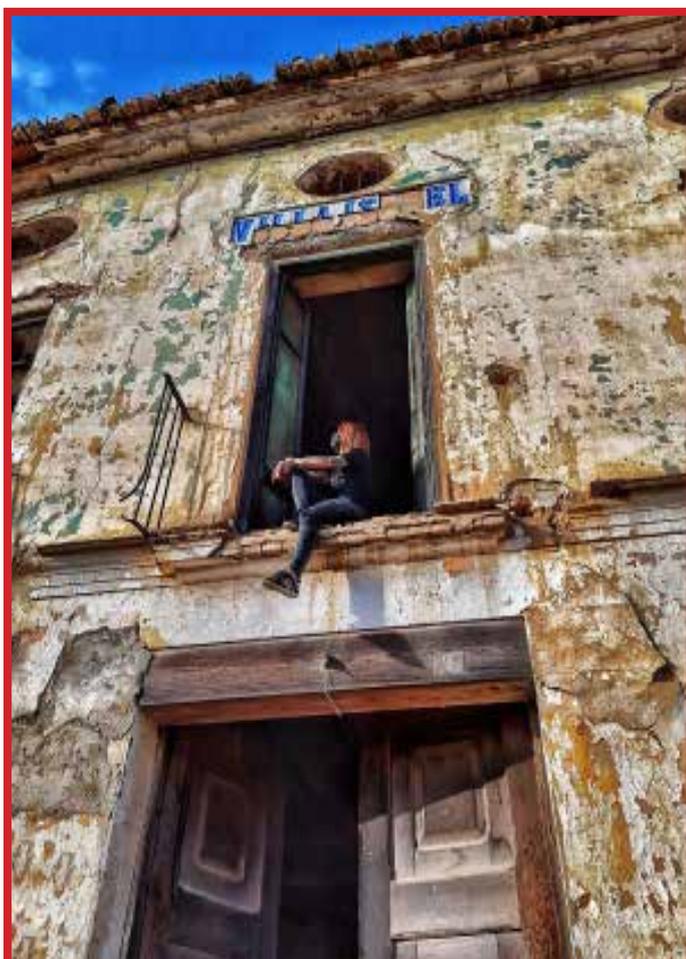
Elevación

Hoy día,
me gusta
casi todo.
Esto ha logrado
que, en sí,
me guste mucho,
nada.

Alexánder Granada Restrepo
Poesía teórica
lascaravanasdematusalem@hotmail.com

Las fotos de Blanca

Blanca Barberá



El muro



Recetas de cocina

¿Quién dijo que todo está perdido?

"Nada de lo que es mío por derecho puede serme robado" afirma Cony Mendez, escritora metafísica.

Tal vez, porque rescato el romanticismo que en algún momento tuve o porque la escritora en mí se complace en imaginar qué pasará con ustedes con la receta a continuación, es por lo que les regalo esta comida que pueden preparar mientras "juegan".

Es cierto que la pandemia hizo estragos en la familia y la pareja, pero todo puede resolverse con voluntad e imaginación. ¿Me acompañan?

Diosas Griegas

Ostras rellenas con quinoa

Ingredientes

- 1 docena de ostras
- 1 taza de quinoa
- 2 tazas de agua
- 2 cucharadas de azafrán
- Aceite de oliva
- Sal marina
- Pimienta.

Preparación

Limpiar las ostras por fuera y llevar a la vaporera entre 5 y 10 minutos. Estas estarán listas cuando se abran.

Una vez abiertas, vaciar una a una y colocar la carne del molusco en un bowl y reservar las valvas para luego rellenarlas.

Por otra parte, enjuagar la quinoa en un colador hasta que el agua salga clara. Escurrir y llevar a una olla. Cuando hierva, bajar el fuego a medio hasta que se absorba toda el agua. Sacar del fuego y no destapar por 5 minutos.

Quitar la pelusa con un tenedor y agregar al bowl. Sumar las 2 cucharadas de azafrán, unas gotas de oliva y salpimentar. Rellenar las valvas.

Efectos

La ostra es otro de los platos estrella que no pueden faltar en la comida afrodisíaca. Su alto contenido en minerales, sobre todo en zinc, ayuda a un mejor rendimiento sexual, ya que contribuye a la producción de esperma y testosterona. También beneficia a la dilatación femenina.

Laura Inés Barbalace



Pozole

La palabra pozole (del náhuatl pozolli, de tlapozonalli, «hervido» o «espumoso», o del cahíta posoli, «cocer maíz»), o caldo de maíz, es un plato tradicional mexicano, un caldo hecho a base de granos de maíz de un tipo conocido comúnmente como cacahuazintle, al que se agrega, según la región, carne de pollo o de cerdo, de pescado y mariscos o actualmente el vegano que sustituye la proteína animal por setas u hongos.

Origen del pozole

Se dice que se tienen evidencias de este platillo en registros de fray Bernardino de Sahagún misionero franciscano.

De que en la época prehispánica los aztecas lo preparaban con carne humana esto por un rito meramente bélico en donde era preparado con sus oponentes capturados durante las batallas con la idea de que al comerlos se adquiría su fuerza y sabiduría.

No es que fueran caníbales solo lo hacían los guerreros como parte de este rito bélico.

Bueno después de este trocito de historia aquí la receta .

Pozole blanco estilo guerrero.



Ingredientes

Para 8 personas

- 1 kg de maíz pre cocido o sin cocer cacahuazintle.
- 1 cabeza de ajos
- 1 cebolla grande
- 1 ramillete de hierbas de olor (opcional) envueltas en manta de cielo.
- 3 kg de carne de cerdo mixta de cabeza, maciza y patas
- Orégano entero
- 10 limones rebanados
- Sal gruesa al gusto
- Chile en polvo
- Orégano triturado
- 2 cebollas picadas finamente
- 1 lechuga rebanada
- 10 rábanos rebanados
- Crema
- Tostadas suficientes

Para la salsa secreta

- 50 gm de chile de árbol seco.
- 1/4 de taza de vinagre de manzana.
- 1 tramita de canela.

- Sal al gusto
- 2 dientes de ajo pequeños

Preparación

Dificultad, fácil

Tiempo total 3 h 30 m

Elaboración 30 m

Cocción 3 h a 4 h depende

Si tu maíz es pre cocido o no.

-El maíz bien lavado se pone a cocer en cuatro litros de agua con la cabeza de ajos, una cebolla y el ramillete de hierbas de olor en un atado de manta de cielo.

Nota

En caso de que tu maíz no sea pre cocido lo cocerá de manera independiente previo a mezclar con los demás ingredientes durante una media hora aproximadamente al estar suave se retira del fuego se enjuaga en un colador y se vuelve a la olla ya con los otros ingredientes para terminar su cocción.

Y una pizca grande de orégano entero.

Sal al gusto.

La carne se corta en trozos regulares.

Por otra parte, cuando el maíz reviente como flor y haga espuma se agrega la carne, se pone un poco de sal, se baja el fuego y se deja cocer hasta que la carne esté tierna. Hay quien pone a cocer la carne y el maíz aparte, esto es opcional.

-A mí me gusta más la cocción junta porque se unen los sabores de una forma deliciosa.

Se sirve en tazones.

Se pone en la mesa platitos de cebolla, rabanitos rebanados, lechuga, chile piquín, orégano y limones; para que el comensal se sirva a su gusto.

También se pone en la mesa tostadas de maíz. Como opción, se completa con crema, aguacate y chicharrón seco según los gustos de cada persona. Así mismo les dejaré una receta de salsa secreta de familia para que la combinación sea formidable.

Salsa secreta solache

Se cosen los chiles sin rabo en el vinagre completando 1/2taza entre agua y vinagre .

Se agrega a la cocción la Canela y los ajos .

Pizca de orégano y sal al gusto.

Se vierten en la licuadora todos los ingredientes ya cocidos y se muele y listo .

Mole poblano



La historia del mole se remonta a la época prehispánica.

Se dice que los aztecas preparaban para los grandes señores un platillo complejo llamado "moli", que significa salsa.

Los primeros moles carecieron de chocolate, por lo que no se le puede ubicar como una salsa de chocolate, su estructura es mucho más elaborada y requiere de una preparación minuciosa.

El plato empleaba en sus primeras versiones carne de guajolote (pavo), pato o armadillo ,chocolate (mole de guajolote) y chile, este último se utiliza como condimento en casi todos los platillos de México.

Hay varias versiones sobre como lo conocemos actualmente.

Una de las versiones ubica al mole poblano en el convento de Santa Rosa en la ciudad de Puebla, capital del estado de Puebla (México) cuando una monja molió diferentes chiles y otros condimentos juntos en un metate.

Otra versión cuenta que el mole poblano (cuya receta original utilizaba cerca de un centenar de ingredientes), fue creado en Puebla de los Ángeles en el siglo XVII por sor Andrea de la Asunción, monja dominica del convento de Santa Rosa con motivo de una celebración.

Cuando el virrey Tomás Antonio de la Serna y Aragón, conde de Paredes y tercer marqués de la Laguna, se encontraba de paso por la ciudad, pidió un platillo que deleitara su paladar, esta monja puso su más grande esmero en un platillo que terminó por cautivar al virrey.

El virrey y todos sus comensales llegaron con facilidad al arrobamiento con aquel guisado estupendo.

Jamás la boca de su Excelencia había probado nada tan singular y magnífico.

El picor que le enardecía la lengua lo empujaba con avidez a que tomara más y más tortillas calientes, esponjadas, suavécitas y que echaban vapor.

Ese día y otro día y todos los días que estuvo en Puebla de los Ángeles pidió que le enviaran del Convento

De Santa Rosa ese delicioso mole de guajolote que le provocaba grandes emociones en el corazón.

Este platillo se ha ido modificando a lo largo de los años adaptándose así a los nuevos ingredientes que van de acuerdo a los usos culinarios y región donde se elabora.

Hoy en día existen más de 50 variedades de mole en todo el país además del mole poblano, lo que los identifica es la molienda de chiles y especias como base de su preparación, por ejemplo: mole blanco, mole de queso, mole amarillo, mancha manteles o mole oaxaqueño, mole almendrado, mole de olla, mole prieto, mole negro, pipián verde y rojo, entre otros.

Ingredientes

- Chiles secos
- Ancho 125gms
- Mulato 250gms
- Pasilla 125gms

- Chipotle 4 piezas
- Morita 4 piezas

Semillas

- Pasas 30 gms
- Nueces 80 gms
- Almendras 150 gms
- Cacahuete 40 gms
- Ajonjolí 30 gms
- Ciruela pasa 25 gms
- Pepitas de calabaza 80 gms

Otros ingredientes

- Canela 1 raja de aprox. 10 cm
- Tortilla de maíz doradas en manteca de cerdo 3 piezas.
- Pan (bolillo) troceado y dorado en manteca de cerdo 1 pieza.
- Cebolla blanca partida y asada en cuarterones 1 pieza
- Ajos asados 12 dientes medianos
- Plátano macho rebanado y frito en manteca 1 pieza
- Pimienta negra cucharadita
- Chocolate amargo 3 tablillas de 90 gms cada una
- Azúcar morena una taza
- Sal al gusto
- Anís media cucharadita
- Comino Una cucharadita
- Pimienta gorda 5 pzas
- Jitomate troceado y frito en manteca 1/2 kg
- Tómate verde troceados y fritos en manteca 1/2kg
- Perejil 2 ramitas
- Piloncillo un trocito de unos 20 gms
- Clavos de olor asados 5 piezas
- Orégano seco solo hojitas una cucharadita
- Tomillo seco solo las hojitas 1/2 cucharadita
- Manteca de cerdo 3 tazas

Ingredientes para recaudo

- Pollo o guajolote 4gms
- 4 litros de agua aproximadamente
- Cilantro 3 ramitas
- Perejil 2 ramitas
- Cebolla 1 pieza
- Ajos 1 cabeza chica
- Papas al gusto
- Zanahorias al gusto
- Calabaza al gusto
- Sal al gusto

Preparación

Preparación previa un día antes.

Recaudo

Se pondrá a cocer el pollo o guajolote con las verduras, sal, cebolla, cilantro, perejil, ajos con agua para lograr una concentración de sabores en el caldo .

Al lograr la cocción retirar la carne y verduras reservando solo el caldo obtenido.

Los chiles

Ya limpios se pondrán al comal para tostar los sin

dejar que se quemem pues esto amargaría el mole. Ya asados se pondrán a remojar durante toda la noche en un poco del caldo reservado.

Las especias

Se pondrá a calentar de preferencia una cazuela de barro con manteca en donde freiremos todas las especias y el plátano macho en rodajas, el pan ,la tortilla y el jitomate.

Preparación final

Anteriormente se molía todo en un metate ahora poca gente lo utiliza pero esto da un plus al sabor si puedes moler todos tus ingredientes en un metate felicidades.

Si no cuentas con uno utiliza la licuadora agrega tus chiles y especias, poco a poco primero los chiles jitomate, tomate, plátano, ajo y cebolla con caldo sazona por un rato.

En la cazuela previamente calentada con manteca de cerdo y en donde has disuelto tu piloncillo y una tablilla de chocolate.

Muele después las especias con la tortilla , el pan y caldo sazona otro poco.

Si notas que ha espesado mucho agrega un poco de caldo. No dejes de mover hacia una sola dirección.

Muele ahora las semillas de cacahuete, almendra,-nuez, pasa, ciruela, ajonjolí, canela y semilla de calabaza con un poco más del caldo sazona otro poco. Agrega la mitad de la taza de azúcar y una tablilla más de chocolate y un poco más de caldo sazona. Solo reserva el chocolate sobrante ,el azúcar y un poco del caldo.

Por si te hace falta más dulzor o líquido al final . Mueve todo el tiempo en una sola dirección y constante para que no se pegue al fondo de tu cazuela y se quemem esto lo amargaría poco a poco ve poniendo caldo del reservado hasta obtener una consistencia espesa pero manejable y agradable para ti. No debes dejar de mover todo el tiempo puedes probar y verificar la sal ,lo picoso o dulce que lo quieras en caso de querer que sea más dulce agrega más chocolate.

Estará listo al desprenderse la grasa del mole la cual hará una capa superficial.

Verifica entonces si tiene el espesor que deseas. Puedes servirlo con una pieza de pollo o guajolote bañada en mole y adornar con ajonjolí tostado acompañado de arroz es delicioso y si de paso haces tortillas de masa al momento la experiencia culinaria será inigualable.



Ana Laura García Solache

Refranes

- 1º- Al que le pique, que se rasque.
- 2º- Al revés te lo digo para que me entiendas.
- 3º- Amor con amor se paga.
- 4º- Ande yo caliente y ríase la gente.
- 5º- Antes de hacer nada, consúltalo con la almohada.
- 6º- Antes se coge al mentiroso que al cojo.
- 7º- Aprendiz de mucho, maestro de nada.
- 8º- Ave que vuela, a la cazuela.
- 9º- De lo que se come se cría.
- 10º- De los amigos me guarde Dios, que de los enemigos me guardo yo.
- 11º- De los cuarenta para arriba, no te mojes la barriga.
- 12º- De los escarmentados nacen los avisados.
- 13º- De mí te reirás, pero de mi dinero, no.
- 14º- De noche todos los gatos son pardos.
- 15º- De perdidos, al río.
- 16º- El buen cirujano corta por lo sano.
- 17º- El buen paño en el arca se vende.
- 18º- El buen perfume se vende en frasco pequeño.
- 19º- El buey suelto, bien se lame.
- 20º- El casado, casa quiere.
- 21º- El comer y el rascar, todo es empezar.
- 22º- El dinero hace caballero.
- 23º- El fin justifica los medios.
- 24º- El fruto prohibido es el más apetecido.
- 25º- El gato escaldado, del agua fría huye.
- 26º- El que no se consuela, es porque no quiere.
- 27º- El que no trabaja, no come.
- 28º- El que parte y reparte, se queda con la mejor parte.
- 29º- El sabio siempre quiere aprender, el ignorante siempre quiere enseñar.

Frases históricas

- 1º- Si lloras por no poder ver el sol las lágrimas te impedirán ver las estrellas.
- 2º- Antes de juzgar, busca la verdad.
- 3º- Antes de lastimar, ponte en su lugar.
- 4º- No todos los días podrán ser buenos, pero siempre hay algo bueno en cada día.
- 5º- Que las cosas no salgan como esperabamos, muchas veces es lo mejor que nos puede pasar.
- 6º- Si quieres conocer el valor del dinero, trata de pedirlo prestado.
- 7º- Los amigos son como los taxis, cuando hay mal tiempo escasean.
- 8º- No tengo tiempo para odiar a la gente que me odia, estoy muy ocupada amando a la gente que me ama.
- 9º- Una vida con objetivos es el objetivo de la vida.
- 10º- La vida exige a todo individuo una contribución y depende del individuo descubrir en qué consiste.
- 11º- Me he dado cuenta de que en la vida lo increíble es cotidiano, lo imposible puede ser posible si lo intentamos. Y la distancia no es barrera para cualquier sentimiento.
- 12º- Nada ocurre porque si. Todo en la vida es una sucesión de hechos que, bajo la lupa del análisis, responden perfectamente a causa y efecto.
- 13º- Aprendí que no se puede dar marcha atrás, que la esencia de la vida es ir hacia adelante. La vida, en realidad, es una calle de sentido único.
- 14º- Quien en la vida piensa que lo importante es el destino y no el viaje, es que todavía no se ha topado con el primero.
- 15º- La vida no es una tecnología, ni una ciencia. La vida es un arte, has de sentirla. Es como el caminar por una cuerda floja.
- 16º- Los mayores momentos de la vida vienen por sí solos. No tiene sentido esperarlos.
- 17º- La vida es una serie de colisiones con el futuro; no es una suma de lo que hemos sido, sino de lo que anhelamos ser.
- 18º- El hombre se autorrealiza en la misma medida en que se compromete al cumplimiento del sentido de su vida.
- 19º- Vivir es nacer a cada instante.

Apps para teléfonos móviles

Wombo

Es una de las aplicaciones revelación del año, permitiéndote convertir tu foto -o la de cualquier persona- en un vídeo corto cantando varias canciones.

El resultado es muy bueno en la mayoría de los casos y, cuando no lo es, suele ser aún más hilarante.

Lo cierto es que la aplicación para Android de Wombo es algo inestable, aunque se le perdona porque, si logramos pasar todos los bugs con los que cuenta, las risas están garantizadas y además es gratis y muy sencillo crear tus pequeños vídeos con deep fakes, sin necesidad de crear una cuenta o suscribirte.

Clubhouse

La versión de Clubhouse para Android se hizo mucho de rogar, pero finalmente ya la puedes descargar desde Google Play sin registro previo.

La aplicación, eso sí, sigue necesitando que alguien te de una invitación para poder usarla.

A estas alturas, Clubhouse no necesita presentación: es una aplicación centrada en salas de chat de audio donde unas personas participan y otras se unen para escuchar.

La versión para Android, aunque llegó más tarde, es indistinguible de la de iOS.

Stack

Es el último experimento de Google y que viene a ser una aplicación sencilla para escanear documentos usando la cámara del móvil, con la ventaja de que la aplicación detecta qué tipo de documento es y lo clasifica de acuerdo a ello.

Tras escanear un documento con la cámara de Stack, la aplicación le asigna automáticamente un nombre y lo añade a la categoría correcta, además de analizar datos clave como "fecha de vencimiento" o "monto total adeudado" para que lo puedas buscar más tarde. En Google Play está disponible en EEUU, aunque lo puedes instalar desde su APK.

Exposé

Es una app para editar fotos que usa un procesado basado en la renderización por GPU para lograr efectos de 'glitch' o parpadeo varios. En total te encontrarás 23 efectos y filtros distintos divididos en distintas categorías que permiten convertir las fotos estáticas en pequeños vídeos en bucle.

AAAD

Es una aplicación que facilita instalar aplicaciones de Android Auto que no están disponibles en Google Play.

A día de hoy permite instalar Carstream, Fermata Auto, Screen2Auto, AA Mirror, ASrem, AA Mirror Plus, Performance Monitor, AA Passenger, Widgets for Android Auto y Nav2Contacts.

AAAD no está disponible en Google Play

tampoco, de modo que la debes descargar desde su web e instalar su APK en el móvil. Tras abrirla, te muestra un menú con unas cuantas aplicaciones de Android Auto listas para descargar e instalar.

Niagara Launcher

Es un lanzador que tenga de todo y más y quienes prefieren algo sencillo y minimalista.

Pertenece a este último grupo, mostrándote tus aplicaciones favoritas en la pantalla de inicio y poco más.

El nombre de este lanzador proviene de su interfaz, que se curva como una cascada cuando seleccionas una letra para mostrarte las aplicaciones que empiezan por ella y poder así lanzarlas.

Es, en cierto modo, un lanzador con lo básico, para quienes no quieren distracciones.

Read Along by Google

Es una aplicación de Google cuyo objetivo es ayudar a los niños a que aprendan a leer.

Se lanzó oficialmente en India el año pasado bajo el nombre Bolo, que recientemente cambió de nombre y ha añadido nueve idiomas adicionales, incluyendo el español.

Read Along cuenta con una selección de cuentos y minijuegos para que los niños se familiaricen con letras y palabras, además de usar reconocimiento de voz para poder analizar si la lectura que se ha hecho por parte del niño ha sido correcta o no.

Google Camera Go

Otra aplicación de Google que nos ha sorprendido recientemente ha sido la versión Go de su aplicación de cámara.

Oficialmente no está disponible -aún, al menos- en Google Play, aunque puedes descargar su APK e instalarlo en casi cualquier terminal.

No es tan espectacular como la GCam normal, pero sigue siendo una aplicación de cámara sencilla, ligera, gratis y sin anuncios para que tengas una "segunda opinión" a la hora de hacer tus fotos, si no te convence la app de cámara que te viene preinstalada.



Conexiones RDSI, RTC y ADSL

Una de las quejas más habituales cuando se habla de internet es la lentitud con la que viaja la información por las líneas telefónicas.

Las conexiones RDSI y ADSL permiten mayores velocidades de acceso.

Red Telefónica Conmutada RTC

La red conmutada, también conocida como red telefónica básica, es la conexión tradicional para la comunicación hablada.

Las vibraciones de voz se traducen en impulsos eléctricos que se transmiten a través de dos hilos de cobre.

Este tipo de comunicación se denomina analógica.

Para enviar datos es preciso convertir la señal digital del ordenador en analógica y el módem es el dispositivo encargado de esta función.

Por esa razón este tipo de línea presenta inconvenientes, tanto de calidad como de velocidad.

Red Digital de Servicios Integrados RDSL

La conexión RDSL permite enviar datos codificados digitalmente por medio del cable telefónico de cobre, lo cual redundará en una mayor y mejor calidad de conexión y una velocidad más alta.

Para ello, es preciso contar con unos adaptadores de red también llamados módems RDSL en los dos extremos de la misma, es decir en la centralita telefónica y en el ordenador.

La conexión RDSL divide la línea telefónica en tres canales 2 B o portadores, por los que circula la información a la máxima capacidad de transmisión de 64 kbps: kilobits por segundo, y un canal D, de 16 kbps, que sirve para gestionar la conexión.

Se pueden utilizar los dos canales B de manera independiente es posible hablar por teléfono por uno de ellos y simultáneamente navegar por internet por el otro o bien utilizarlos de manera conjunta, lo cual proporciona una velocidad de transmisión de 128kbps.

La fibra óptica

Ya existen en España, empresas y particulares que disponen de conexión mediante fibra óptica a través de lo que generalmente se ha dado en llamar el cable.

Estos usuarios tienen la posibilidad de recibir unos servicios como, televisión de pago, video bajo demanda, telemedicina.

Gracias a este tipo de conexión se logran velocidades muy superiores a las que presentan las actuales conexiones.

Su mayor inconveniente es que, en la actualidad tan solo se puede encontrar en determinadas zonas de las grandes ciudades.

Línea de Abonado Digital Asimétrica ADSL

El nombre proviene del inglés Asymmetric Digital Subscriber Line, se creó inicialmente para transmitir Televisión y video a través del cable telefónico.

En España, este tipo de línea ha sido elegida para implantar la tarifa plana, es decir la forma de acceder ilimitadamente a internet mediante el pago de una tarifa fija de coste establecido.

La tarifa es, más cara de la que en su día prometió el Ministerio de Fomento.

El fundamento técnico de la conexión ADSL es el uso de un abanico de galas de frecuencia mucho más elevadas que las convencionales lo cual posibilita un importante incremento de la velocidad.

Esta tecnología divide el ancho de banda de la línea telefónica, en tres canales: uno para voz, otro para enviar datos a internet y un tercero para recibir datos de la red.

Precisa de la instalación de un discriminador o splitter, cuya función es diferenciar las llamadas de datos y de voz.

Este tiene dos salidas: una que conecta con la anterior línea telefónica y otra que debe unirse a un adaptador especial que proporciona acceso inmediato a internet, tan solo con encender el ordenador, puesto que con este tipo de conexión no hay que realizar llamada telefónica.

La distancia entre la llamada y la centralita telefónica no debe de ser muy grande.

Valores entre los distintos sistemas

Velocidad máxima RTC: 56 kbps. RDSL:128 kbps. ADSL: 2mbps.

Tipo de dispositivo: RTC: módem. RTC; adaptador de red. ADSL: adaptador adsl.

Tecnología: rtc: analogica. Rdsl: digital. Adsl: digital.

Canal para voz:R: analogico. R: digital. A: analgico.

Número de canales R;1. R:2. A:3,
Disponibilidad: R universal. R: universal. A: según ubicación.

Mantenimiento: R: económico. R:: caro. A: caro.

**Diseño en Madera
Carpintería en General**

Jesús L. Penalba

665 215 318 / 657 201 569

lopez_penalba@hotmail.com

Puertas-Cocinas-Armarios-Parquets-Tarima Flotante.
Presupuestos sin compromiso adaptados a sus posibilidades.
Muebles hechos a medida, en todo tipo de materiales y acabados.
Restauración muebles antiguos.

Los 20 municipios con más habitantes de España



Los 20 municipios con más habitantes de España, es un trabajo de investigación realizado en el año 2017, donde he seleccionado los 20 municipios que no son capitales de provincia y que tienen más habitantes de España.

Municipios grandes, industrializados o cercanos a la capital que sirven de municipios dormitorio.

La lista puede sorprender ya que muchos de ellos tienen una población incluso mayor que la capital de provincia.

La investigación comienza con la lista del INE de habitantes de población por municipio quitando de ella las capitales de provincia.

Una vez que se elaboró la lista de los municipios conseguir varias cosas de cada uno de ellos, como el escudo, un mapa cartográfico, una vista aérea y una foto que fuera representativa de dicho municipio.

También varios datos descriptivos del municipio.

Una vez obtenido los datos, montarlo en un archivo que resultase ameno y fácil de entender por los futuros lectores.

El resultado es un archivo de 45 páginas, con datos muy interesantes y sobre todo visual de cada municipio.

El trabajo comienza así:

Introducción

Los 20 municipios con más habitantes de España es un trabajo donde he seleccionado los 20 municipios de España que no son capitales de provincia que más habitantes tienen.

Muchos de estos tienen más habitantes que su capital y que capitales de provincias.

Por lo general son municipios que están muy industrializados, teniendo varias industrias que demandan mucha mano de obra o que están en el área metropolitana de la capital de la provincia convirtiéndose así en una ciudad dormitorio, ya que gran mayoría de su población reside en él, pero trabaja fuera en otros municipios de alrededor y solamente pernocta y descansan en él.

Muchos ya se han desarrollado en el siglo XIX, empezando a industrializarse con la llegada del ferrocarril, un hecho por el cual sus producciones tenían una salida a otros lugares de la península o más allá.

Otros, los que son área metropolitana, su desarrollo viene en la segunda mitad del siglo XX al requerir la metrópolis mano de obra y estos buscar un lugar donde alojarse.

La población de estos municipios en los úl-

timos años se ha mantenido o ha crecido todo lo contrario que en las zonas rurales de España que sus pueblos han disminuido la población ya que esta se ha trasladado del medio rural a las grandes ciudades.

Son ciudades con todo tipo de servicios para sus habitantes los mismos que se pueden encontrar en las capitales de provincias.

Cada municipio es un capítulo y en cada uno he hecho 6 apartados.

Datos

Unos datos básicos, como son:

-Coordenadas. Para poder localizarlo con un GPS.

-Altura sobre el nivel del mar.

-Habitantes. Los habitantes que tenía en el censo del año 2.016.

-Superficie. La superficie total del municipio.

-La densidad de habitante por Km².

-A la provincia a que pertenece. Para ubicarlo en el mapa.

-Distancia a la capital, en Km.

-Gentilicio.

Todos estos datos básicos e importantes los obtuve de páginas oficiales, tanto de los ayuntamientos, como del gobierno y de la página de la enciclopedia Wikipedia.

Escudo

El escudo que representa la parte oficial de la ciudad y para aquellos que les gusta la heráldica.

Si te interesa lo puedes ver en mi blog, en el siguiente enlace

<https://cosasdeamga.es/wp-content/uploads/2017/10/habitantes-espa%C3%B1a.pdf>

Angel M. García A.



Los cuadros de Antonio Gómez Espericueta



¿Que quién soy? Eso me gustaría saber a mí. No me reconozco cuando me miro en el espejo, es más, ni me veo, solo sé que en mi DNI pone ciertas cosas que yo sin dudarlo me creo: dice que soy Antonio Gómez, nacido en Madrid y que tengo 63 años, trabajador desde los catorce, mi oficio de base es encuadernador, varios oficios entremedias, funerario, camionero, etc.

Puede ser que por haber sido encuadernador haya leído bastante (no todo lo que yo quisiera, no me da tiempo). Me gusta mucho salir al aire libre, la ciudad, pero mucho más la naturaleza, andar, pescar, y observar los seres vivos que en ella andan.

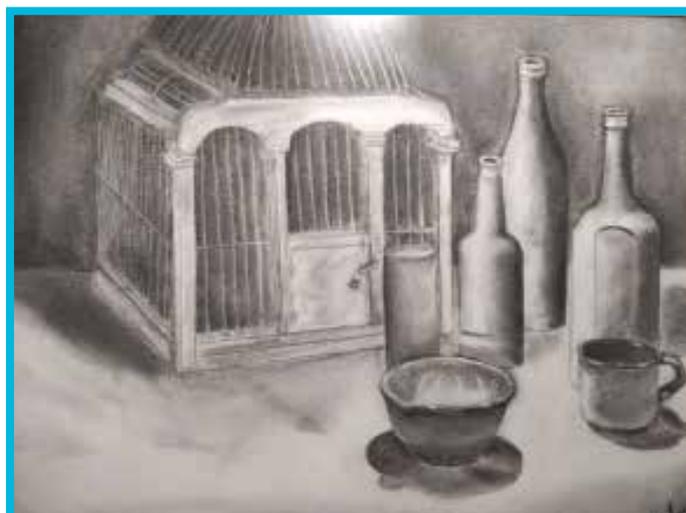
Hice mis pinitos en la pintura, teatro, y lo más reciente fue escribir dos pequeñas narraciones y presentarlas al Concurso Literario Intercepas de la Comunidad de Madrid, creo que no lo hice mal, quedé el segundo en mi centro y el cuarto de la comunidad. Era la primera vez, yo me di el primer premio, porque disfruté: disfruté llorando, disfruté riendo y disfruté escribiendo.

No sé nada, no soy nadie, solo sé que, estando rodeado de libros, arte, música, cierro los ojos y me siento feliz.

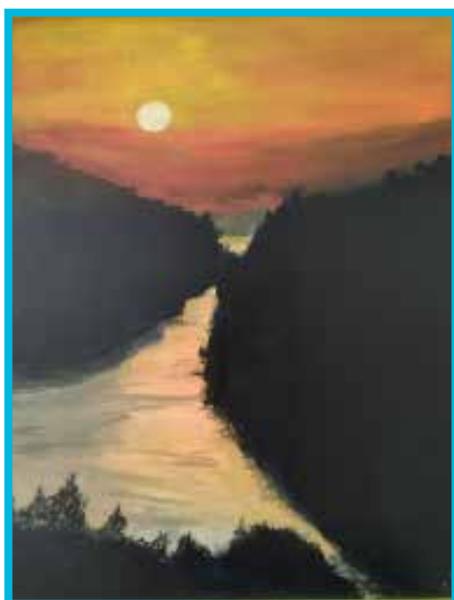
Antonio Gómez Espericueta



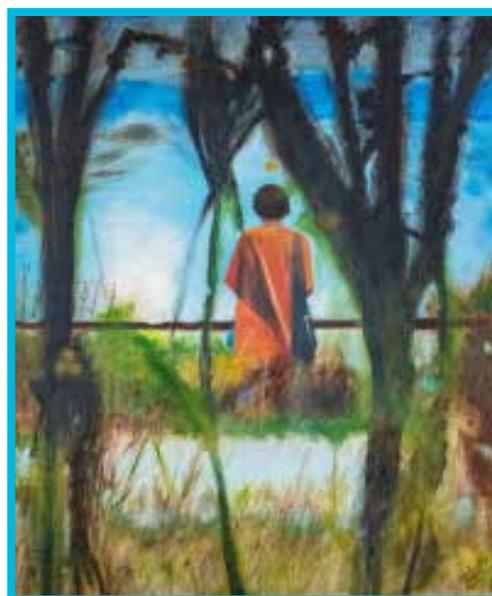
AIRE Acrilico sobre tela



BODEGON Carboncillo sobre papel



ATARDECER Acrilico sobre tela



CLAUDIA Y LA RIA Acrilico sobre tela



CLAUDIA, IRENE Y ELIA Óleo sobre tela



LIBRE Acrílico y arena



MENINA Acrílico sobre tela



MENINA Acrílico sobre tela



MENINA A CABALLO Técnica mixta



PUERTO DEPORTIVO Óleo sobre tela



PAZ Acrilico cobre tela



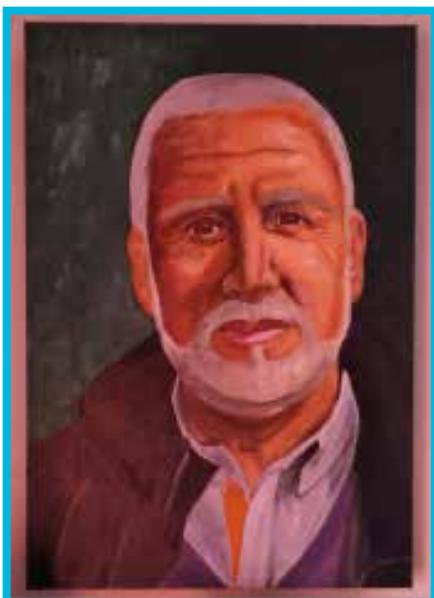
EL HOYO Óleo sobre tela



SOLA Acrilico sobre tela



FLORA Y LA RIA Óleo sobre tela



AUTORETRATO Óleo sobre tela



EL POZO DE FLORA Acrilico sobre tela

Ciclo de entrevistas revista Esta Tierra

Entrevista a Melisa Osuna



Una mujer que sabe perfectamente lo que sucede en el alma de una mujer. Este mes para mi querida revista Esta Tierra les presento a Melisa Osuna. Una mujer que, a la hora de proyectar, conquista el mundo. De Gonzales Catán, Argentina, para el resto del mundo.

Esta pandemia estuvo atravesada por complejas situaciones que nos pusieron en las cuerdas.

En medio de esa vorágine llegó a mis manos el libro "Mujeres Hechas de Historia", un libro que cambiaría mi vida porque no sólo me empoderaría como mujer, sino también, sacaría a la persona que tenía escondida y no quería sacar por miedo. Esta autora muestra su potencia a la hora de demostrar fuerza y delicadeza, inteligencia y pasión a la vez. Pero mejor, los invito a disfrutar la entrevista.

Laura Inés Barbalace

¿Cuándo comenzaste a escribir?

¿Qué motivó ese acto de plasmar en papel lo que llevabas adentro del alma?

Creo que la escritura siempre fue parte mía. Cuando era chiquita participé de un taller literario para niños que me cambió la vida, o me marcó para siempre.

A partir de ese momento abracé el sueño de escribir.

Cuando decidí qué carrera estudiar mi madre me ayudó con buenos consejos, por lo que terminé estudiando periodismo y comunicación.

El sueño había quedado dormido en pos de la profesión, pero en el 2019 reapareció con más fuerza que nunca.

En tu familia o ambiente de trabajo...

¿Tuviste mentores o inspiradores?

Si, mi mamá fue fundamental para este camino.

Además, cuando yo tenía ocho años ella empezó el profesorado de Lengua, Literatura y Latín.

Verla leer tanto me contagió un poco ese espíritu.

¿Cuál fue tu primer libro impreso?

Mi primer libro íntegramente mío, y único hasta ahora es el Lugar feliz.

Una compilación de 22 relatos que se desarrollan en el lugar donde nació.

En Buenos Aires el conurbano siempre está cargado de una connotación negativa.

A través de mis páginas busco redimir un poco esa mirada y mostrar que uno puede ser feliz donde le toque.

Este libro en realidad surge a partir del trabajo periodístico.

Cuando comencé a trabajar en radio hice una especie de investigación histórica y recopilación de historia oral.

Sin embargo, no soy historiadora, así que se me ocurrió ficcionalizar el material que tenía.

¿En qué plataformas y lugares podemos encontrarte?

Por el momento solo participo en la plataforma Entre Lectores de editorial Dunken.

Si bien lo encuentro estimulante, creo que

hay que ser cuidadoso con muchas plataformas digitales.

Contanos de las distintas antologías en las que participaste, pero en especial sobre Mujeres Hechas de Historia.

¿Cómo fue llevar adelante semejante proyecto?

¿Qué efecto deseas que surja en la sociedad con respecto de ese libro?

Antologías, son varias. La primera fue de Diversidad Literaria, con esa empecé a soñar. Creo que Dunken nos da un impulso enorme con sus iniciativas. También lo hace Taniel con sus convocatorias y certámenes.

Un punto de inflexión en mi vida fue participar y ser seleccionada como finalista en el concurso "Disidencias" organizado por la Municipalidad de La Matanza, ya que eso me permitió conocer a mis dos grandes referentes en la literatura que son Nora Coria y Julián Kronn, participé en talleres con ambos y de ellos se desprendieron antologías de una gran calidad literaria (Improntas V, El escuadrón de las hipálages y Duendes Rizomorfos).

Mujeres hechas de historias es una idea que surgió en un vivo de Instagram, un poco inspirada por la lectura de Flor Freijo, entendiéndome de que las mujeres somos crueles con nosotras mismas, por eso buscamos la sororidad a través del papel.

Por último tengo que mencionar el proyecto más importante del que participé que es Rockeando la vida, una antología de Librománticas.

Fue todo un desafío ya que tuve que trabajar junto a 9 escritores reconocidos y experimentados. Lo disfruté muchísimo.

Agradezco al universo y a Natalia González Villoldo la oportunidad que me regalaron.

¿Efectos sociales? Me parece muy ambicioso.

Todo lo que soñaba ya se cumplió que es ver mis letras plasmadas en el papel, todo lo que venga después de eso es premio.

Cuando me lee alguien que no conozco o cuando me dicen que quieren trabajar un texto mío en el aula, para mí es grandioso.

Hablanos de la técnica de quebranta huesos para los que no la conocen.

La técnica la aprendí en uno de los talleres

dictados por Julián Kronn en editorial Tahlé.

Consiste en recortar palabras o frases de revistas y luego tratar de formar con ellas un texto con sentido poético.

Lo encuentro muy relajante.

¿Cuál es el mensaje que Melisa Osuna quiere dejarle a los lectores en cada una de sus obras?

Lo importante que es dar el apoyo a los autores auto convocados.

En las redes sociales trabajás mucho por la cultura.

Contanos dónde pueden encontrarte para seguir tu movimiento cultural y social.

También me gusta sacarme selfies.

En Ig estoy como Melisajosuna y en Facebook: Melisa Osuna.

¿Qué proyectos tenés literario para el futuro que nos puedas adelantar?

Proyectos miles. Pronto van a salir dos libros para los que escribí la sinopsis.

También comencé a escribir prólogos. Por otro lado, también estamos tratando de encarar una nueva antología sorora de cara al día de la madre, somos 8 escritoras, espero que no sea difícil ponerse de acuerdo.

Estoy participando en un proyecto de editorial Tahlé y tengo dos o tres proyectos individuales a largo plazo.

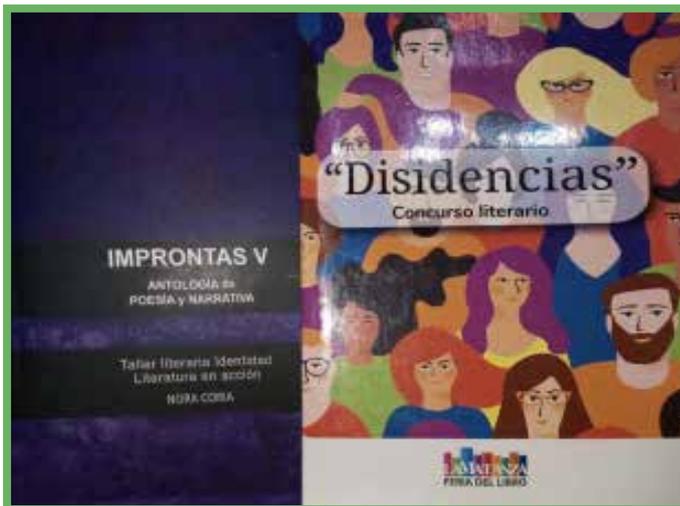
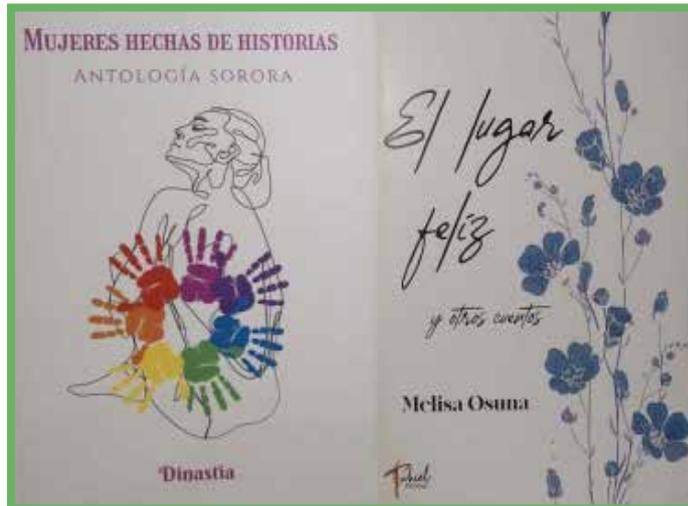
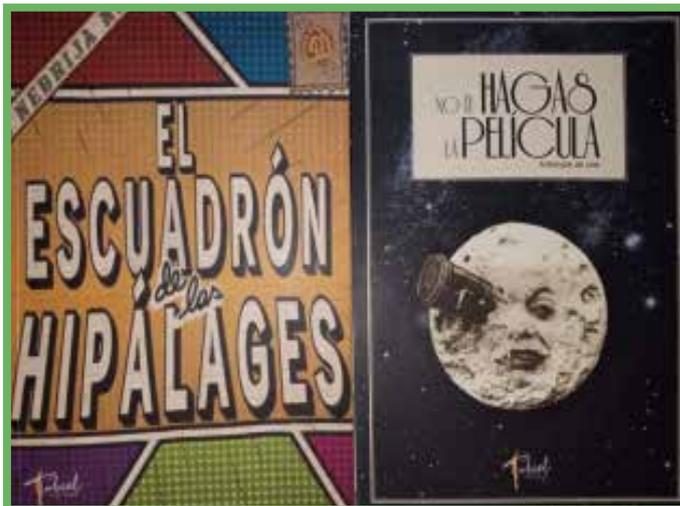
Si tuvieras que realizar un proyecto cultural distinto a lo literario...

¿En qué rama del arte te gustaría incursionar y por qué?

Qué pregunta complicada.

Tal vez estudiaría algo relativo a la gestión cultural, pero intervendría solo como organizadora. No tengo habilidad ni paciencia para otras disciplinas artísticas.

Melisa Osuna



Biografía

Melisa Osuna nació en la ciudad de González Catán, Buenos Aires.

Es periodista, Licenciada en comunicación social y trabaja como profesora de Comunicación en varias escuelas secundarias.

Sueña con escribir desde muy pequeña, cuando en 1990 participó del taller literario Iconos, en su localidad Natal.

En el año 2020 publicó su primer libro de cuentos y relatos El lugar feliz y otros cuentos con Taniel Ediciones.

Ha publicado los relatos:

-PORCIONES DEL ALMA, Diversidad Literaria, España, (2015)

-PULSIONES I, Antología compilada por Axel Fernandez Roel, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2015)

-AUSENCIAS AL ALBA, Antología compilada por Leticia Baico, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2016)

-HISTORIAS HUIDIZAS, Antología compilada por Mariano Cozzi, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2017)

-EL IMAGINARIO COLECTIVO, Antología compilada por Michelle Nendeck Bedoya, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2017)

-EL LECTOR Y OTROS EMOJIS, Antología compilada por Julián Kronn, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2018)

-PALABRAS EMIGRADAS, Antología compilada por Camila Distefano, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2018)

-RELATOS COTIDIANOS, Antología compilada por Elizabeth Toribio, Editorial Dunken, ROI, Buenos Aires (2018)

-Mención de Honor 66º Concurso Internacional de Poesía y Narrativa "Premio a la Palabra 2019" Instituto Cultural Latinoamericano.

-DISIDENCIAS, concurso literario de la feria del libro de La Matanza, Jurados/seleccionadores: Julián Kronn, Nora Coria, José Alirio, Buenos Aires (2019)

-RELATOS ÍNFIMOS, Antología de microcuentos coordinada por Jorge Maximiliano Castelli, Editorial Dunken, ELE, Buenos Aires (2020)

-DIARIO DE UNA CUARENTENA, Historias que abrazan el Caos, Taniel Ediciones, Buenos Aires (2020)

-NO TE HAGAS LA PELÍCULA, Antología de cine, Taniel Ediciones, Buenos Aires (2020)

-IMPRONTAS V, Antología de poesía y Narrativa del Taller Literario Identidad, Literatura en Acción. Coordinado por Nora Coria. Imprenta Cooperativa Zócalo, Buenos Aires (2020)

-EL ESCUADRÓN DE LAS HIPÁLAGES, Colección Nebrija, Taniel ediciones, Buenos Aires (2020)

-DIARIO DE UNA CUARENTENA, Literatura que combatió el caos, Taniel ediciones. Buenos Aires (2021)

-MUJERES HECHAS DE HISTORIAS, ANTOLOGÍA SORORA, Editorial Dinastía, Buenos Aires (2021)

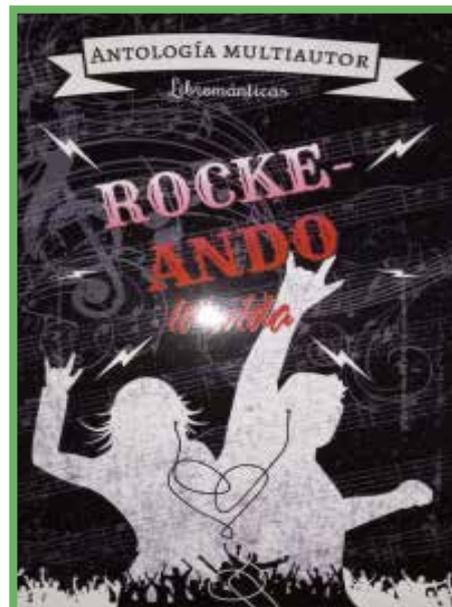
-ROCKEANDO LA VIDA, Antología multiautor, Libro-

mánticas (2021)

-DUENDES RIZOMORFOS, Taniel ediciones, compilado por Julián Kronn, Buenos Aires (2021)

-LA PRIMAVERA LA SANGRE ALTERA, Diversidad Literaria, España (2021)

-MICROTERRORS VIII, Diversidad Literaria, España (2021)



Entrevista a José Guillermo León "Willie" para el arte callejero.

Este artista argentino del arte callejero empezó de muy joven y no sólo ahora lo llaman de todos lados para ver sus actos en Buenos Aires y en la Costa, sino que también ha criado una familia maravillosa y la ha mantenido con su trabajo que demuestra que los sueños se cumplen y uno es feliz cuando le encuentra la vuelta a lo que el corazón manda.

El arte callejero es un arte en el que el profesional saca lo mejor de sí para entretener a un público que necesita un poco de "aire fresco" entre la vorágine de la vida.

Laura Inés Barbalace



¿Quién no se ha parado a ver a un mago, un mimo, un narrador, etc.?

¿Quién no se quedó imaginando cosas mientras veía el acto?

¿Quién no se distendió?

Acompañéennos a ver qué tiene este maravilloso artista para compartir luego de 25 años de trabajo.

¿A qué edad comenzaste con el arte callejero?

Comencé a los 28 años en la plaza de Ituzaingó, Buenos Aires lugar donde viví siempre.

¿Fuiste autodidacta o alguien te enseñó? ¿Con qué comenzaste?

Fui a escuela de teatro, mimo y circo. Comencé con teatro, la obra "Aunque el mundo caiga a los costados" de Claudia Ainchil.

¿Fue duro el comienzo? ¿Cómo te trataba la gente?

En mi caso no fue difícil. Cuando empecé a trabajar en la plaza, como mimo, la aceptación de la gente fue muy buena; ya que Ituzaingó era un pueblo con mucha apertura cultural.

¿Fue cambiando tu acto a medida que iba cambiando la sociedad, los gustos, la moda, la crianza de los niños y las nuevas tendencias?

Sí, todo el tiempo cambia. Hay números que ya no puedo hacer porque la sociedad cambió. Por ejemplo, "el malebo de la flor en el ojal" describe a un estereotipo de Buenos Aires en los años 30, éste en busca de novia, dice piropos, acosa...

Hoy en día, podrían decir que tiene escenas de machismo explícito, acoso.

¿Cuáles son las ventajas y desventajas de este trabajo?

Para la gente que no le gusta la rutina como a mí, está muy bueno porque siempre trabajas en lugares diferentes, con público distinto, hago lo que me gusta, viajo, conozco lugares, etc...

No hay nada asegurado, lo tenés que ir haciendo, nada que ver con un trabajo fijo, la inestabilidad.

¿Hay algún sindicato u organización que los

ayude con sus derechos y la obra social?

Hay pequeñas organizaciones. La pandemia nos ayudó a organizarnos un poco, ya que fuimos uno de los gremios más afectados.

¿Si tuvieras la posibilidad de poner tu propio centro de arte callejero para que los jóvenes tengan un oficio... con qué te sentirías más cómodo?

Me sentiría más cómodo enseñando mimo porque, para empezar, es lo que menos elementos requiere.

¿Te sentís más cómodo trabajando solo o en compañía?

De las 2 formas.

Trabajar solo tiene todo el peso de la función sobre uno mismo, cuando la función es compartida, hay menos desgaste y hasta se puede volver más divertida.

La mayor parte del año trabajo solo, en verano trabajo en un trío que me gusta.

José Guillermo León



Biografía

Nombre: José Guillermo León
Nombre artístico: Willy
Argentino
Fecha de nacimiento: 13/2/69
Facebook: José Guillermo León
Ig @willymimoclown

Estudios cursados

Teatro, mimo, circo.

En 1990 estudia teatro con Marcos Rio y Ana María Guerra en la escuela municipal de Morón.

En 1993 Estudia en la escuela de mimo de Walter Morales .

En 1997 Tercera convención de circo, payasos y artistas callejeros.

Este sería el principio de sus estudios y preparación en las artes circenses. Poco después ingresaría a la escuela de artes circenses del partido de Hurlingham.

En 1996, en la plaza de Ituzaingó comienza a funcionar una feria artesanal que convoca mucha gente.

En este contexto, con un pequeño equipo a batería, se sitúa en un lugar de la plaza y desarrolla su espectáculo de mimo a la gorra y comienza a ser conocido.

El director de cultura de ese entonces, Sarmiento de apellido, lo ve y lo invita a participar en distintos eventos municipales y fiestas de las colectividades, " Mi tierra", día del niño ,etc...

También lleva su espectáculo al municipio de Morón, integra la caravana cultural que lleva espectáculos itinerantes a los barrios.

° Participa en fiestas municipales " La Minga", celebración del día de la primavera,etc.

En 1999 dicta talleres de circo junto a un equipo dependiente del municipio.

En 2000, es contratado por el municipio de Ituzaingó para dar clases de mimo, con un proyecto llamado " La valija viajera" (que consistía en función de mimo y participación de los alumnos, recorriendo así la mayoría de las escuelas primarias del municipio).

De ahí en más las puertas se fueron abriendo. El restaurant "Amarello" lo contrata como artista fijo durante casi diez años con cena y almuerzo show.

Eventos privados, ferias del libro, exposiciones de arte, recitales, fiestas empresariales, hoteles.

A partir del 2001 comienzan las temporadas de verano en la costa.

Primero en San Bernardo, luego, por 17 años, Pinamar, Cariló, Valeria del Mar fueron sus escenarios para la presentación de " Circo Playero" dúo de payasos, Papelito y Willy en los balnearios como Posta Norte, Mirasoles, Tago Mago, La Rambla, etc... y el restaurant Vincent de Pinamar.

En 2017 se une a la compañía "Kamikace" y montan un circo en Santa Teresita (Chester, Valle

y Willy)

Desde el año 2012 trabaja en el área de Deporte y Cultura del Municipio de Moreno haciendo función y dando talleres.

Algunas de las compañías

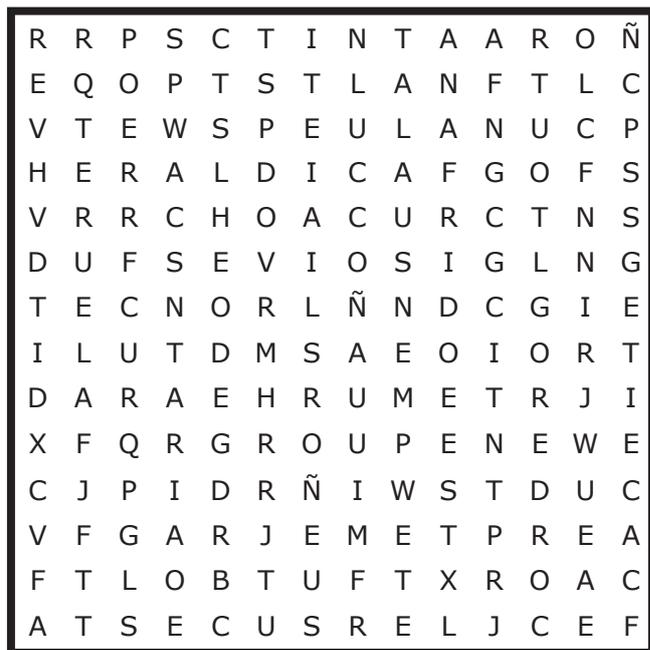
Duo Los Polonios, Pistrilo, Corneta y Willy, Circo Playero, Papelito, Willy, Poauetina y Gotita, Circo Kamikace.



Pasatiempos

Sopa de letras

Localice en el recuadro las diez palabras de la lista de abajo

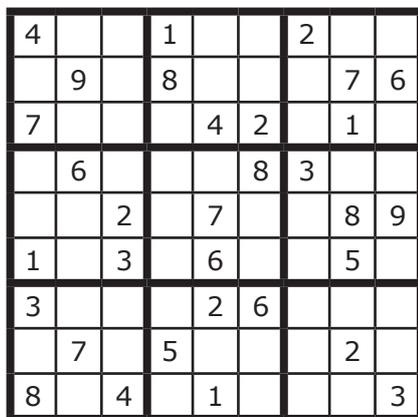
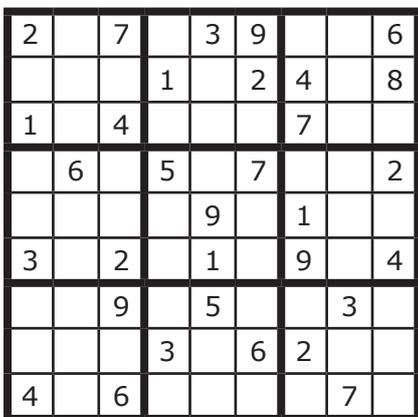


ORO - FINAL - PASATIEMPO - OGRO - JULIO
BAR - CUADRO - OLEO - TELA - PARTIDO

TERUEL - HERALDICA - VERSO - MENSUAL
FUTBOL - COCINA - ACEITE - TINTA - SUEÑO
CORDERO

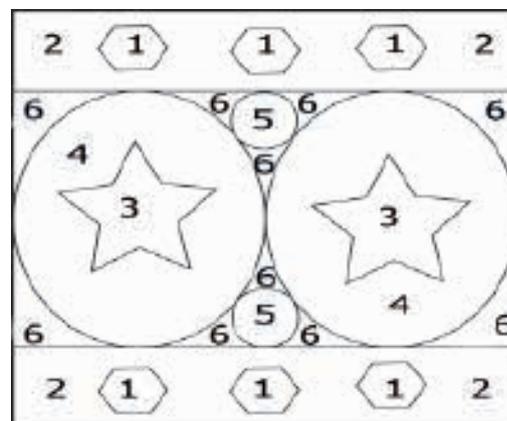
Sudokus

Rellenar las celdas vacías, con un número en cada una de ellas, de tal forma que cada columna, fila y región contenga los números 1-9 solo una vez.



Dibujo para colorear

Rellenar los espacios con los colores de los números

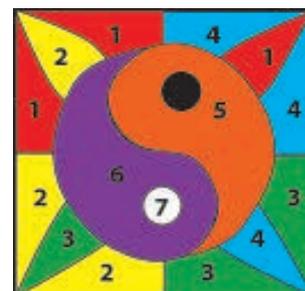


1-VERDE 2-ROJO 3-AZUL 4-AMARILLO 5-NEGRO 6-BLANCO

En la revista del mes siguiente estarán las soluciones a estos pasatiempos.

Se recomienda imprimir la pagina.

Soluciones de los pasatiempos de la revista del mes anterior.



La insuperable crueldad humana



éste orden). Bien.

Pues ahora inentaremos analizar las causas y/u orígenes de la maldad satisfactoria demostrable en su forma más evidente: la crueldad, y más concretamente: la crueldad humana por "excelencia".

En la Wikipedia la crueldad se define –es-cuetamente– como la respuesta emocional de obtención de placer en el sufrimiento y dolor de otros o la acción que innecesariamente causa tal sufrimiento o dolor.

Es considerada como un signo de desajuste psicológico por la American Psychiatric Association.

La crueldad de los niños hacia otras personas es un signo clínico incluido en nosología psiquiátrica relacionado con desórdenes antisociales y de conducta.

Recientemente (en 1987) se ha agregado la crueldad hacia los animales a la lista de criterios diagnósticos para desórdenes de conducta. La propensión a la crueldad se asocia con la patología sadomasoquista.

Sin embargo, la maldad no viene muy bien definida, que digamos, en la propia Wikipedia: La idea de mal o maldad se asocia a los accidentes naturales o comportamientos humanos que se consideran perjudiciales, destructivos o inmorales y son fuente de sufrimiento moral o físico.

Desde este segundo punto de vista menos general y vinculado a lo humano, se denomina más bien perversidad.

Algunas definiciones indican que la maldad es el término que señala la ausencia de la bondad que debe tener un ente según su naturaleza o destino.

De esta forma, el mal sería la característica de quien tiene una carencia, o de quien actúa fuera de un orden ético, convirtiéndose, en consecuencia, en alguien o algo malo.

Puede ser estudiada por la psicología, la ética o la moral, la antropología, la sociología, la política, el derecho, la religión, la historia y la filosofía.

Como tal lo estudia la ponerología.

La Ponerología, o el "estudio del mal", del griego poneros (el mal), es el nombre dado por el psiquiatra polaco Andrzej Łobaczewski a un estudio interdisciplinario de las causas de períodos de injusticia social.

Esta disciplina hace uso de datos de la psi-

cología, la psicopatología, la sociología, la filosofía y la historia para explicar tales fenómenos como la guerra de agresión, la limpieza étnica, el genocidio y los estados policiales.

La teoría e investigación original fueron realizadas por psicólogos y psiquiatras que trabajaban en Polonia, Checoslovaquia y Hungría durante los años antes de la institución del comunismo como Kazimierz Dąbrowski y Stefan Blachowski.

Łobaczewski adoptó el término de la rama de teología que trata del estudio del mal, derivado de la palabra griega poneros.

Según Łobaczewski, todas las sociedades oscilan entre "épocas felices" o épocas de prosperidad, durante las cuales el conocimiento psicológico (avanzado de la influencia de la psicopatología) en las esferas de poder, es suprimido; y "épocas infelices".

Durante las épocas infelices, la inteligencia y sociedad en su conjunto pueden recuperar este conocimiento especializado para instaurar el orden social hacia una línea de sanidad mental.

Hay que hacer notar que épocas felices no implica tiempos moralmente avanzados, pues Łobaczewski deja claro que esta felicidad o prosperidad puede suponer la opresión de un grupo localizado.

Łobaczewski define muchas caractepatías específicas, que en la psicología occidental se refiere a los trastornos de la personalidad, según pavimentan el camino hacia el gobierno final de "psicópatas esenciales" en una patocracia completa.

Esto tiene lugar supuestamente cuando la sociedad está insuficientemente protegida contra la minoría que supone tal patología anormal, que está siempre presente en medio (Łobaczewski afirma que la etiología o causa es casi por completo biogenética).

Cree que se infiltran en una institución o estado, pervierten la moral y los valores en su opuesto y circula una lengua codificada similar a la del doblepensar de Orwell en lo establecido, usando pseudológica y pseudomoral en lugar de lógica y moral genuinas.

Hay varias fases de patocracia identificables descritas por Łobaczewski.

En última instancia, cada patocracia es un destino porque la raíz de la moral social saludable, según Łobaczewski, está contenida en la infraestructura instintiva congénita en la inmensa mayoría de la población.

Mientras algunos en la población normal son más susceptibles a la influencia patocrática, y se convierten en sus lacayos, la mayoría resiste instintivamente.

La Patocracia (del griego πάθος, pasión, exceso, catástrofe, pasividad, sufrimiento, sujeción), es un término acuñado por el psiquiatra polaco Andrzej Łobaczewski, quien estudió cómo los psicópatas influyen en el avance de la injusticia social y cómo abren el camino al poder.

Andrzej Łobaczewski también acuñó el tér-

mino ponerología, el estudio interdisciplinario de las causas de los períodos de injusticia social, donde el psicópata es un factor clave.

Este curso utiliza datos de psicología, sociología, filosofía e historia para abordar fenómenos como las guerras agresivas, la depuración étnica, el democidio, el genocidio y el terrorismo.

Llegados a este punto, podríamos iniciar una definición del concepto de crueldad como una perversión de la propia maldad que causa gran satisfacción y placer tanto al malvado como a los miembros de las organizaciones del mal aceptado y establecido.

Y además resulta que existen múltiples variantes de crueldad social que alcanzan a todos los sectores de la sociedad humana, empezando por los perversos sistemas educativos, administrativos y judiciales de cualquier país o territorio de este maldito y maldecido mundo mundial.

La crueldad humana no puede tener parangón en ninguna parte del universo, material o inmaterial.

Ni los mismísimos demonios alcanzarían, ni de lejos, esos niveles.

Como mucho se les podría considerar como seres tentadores con cierta malicia, porque la maldad y la crueldad efectiva son patrimonio exclusivo de la humanidad.

Los ejemplos más significativos suelen quedar de manifiesto en y durante las guerras, por ejemplo, en los momentos de ejecución y abatimiento del "enemigo" a bombazos y cañonazos.

No hay más que ver como celebran con elocuente alegría la muerte atroz del "enemigo".

En los tiempos de paz la crueldad se manifiesta, principalmente, en el maltrato que dan los funcionarios –incluyendo los funcionarios de justicia– a los ciudadanos decentes negándoles sistemáticamente cualquier derecho que pueda perjudicar al estado.

Los estados de derecho son las formas más crueles y malignas que existen en la actualidad.

Aunque no vamos a hablar de política, porque ni siquiera es necesario.

Que cada cual saque sus propias conclusiones, analizando sus propios sentimientos al respecto y que se auto-dictamine según su propia conciencia.

Lo peor de todo, es el trato supuestamente "inhumano" que les estamos dando a nuestros hermanos de vida: los demás animales.

Tremendas matanzas asesinas y ganaderas innecesarias en aras de los enormes negocios de la muerte y del consumo de cuerpos difuntos para una perversa y ruin alimentación que nos está perjudicando y envenenando a marchas forzadas.

Nos merecemos todo lo malo que nos pueda suceder por nuestra inactividad al respecto.

José Antonio Ibáñez Marqués

Valdelinares

La fama de este pueblo le viene por ser el municipio más alto de toda España a una altitud de 1.693 metros sobre el nivel del mar.

Entre hemosos parajes se encuentra envuelto Valdelinares, de entre todos ellos destaca el Monegro y la Loma de Peñarroya desde la cual se alcanzan los 2.019 metros de altitud.

El topónimo deriva del oscuro bosque de pinos del tipo silvestre y moro, que abarca hasta la estación de esquí.

Dicha estación de esquí, cuenta con 8 pistas de esquí alpino, dos verdes, tres azules y tres rojas, los que marcan una distancia esquiable de seis kilómetros y medio, junto a ello una cota mínima de 1.700 metros y 2.019 de máxima.

Las colinas de la gitana, la masada del pino, los marañones... situadas entre el Monegro y Valdelinares, se tapizan con un rebosante manto de especies de flora endémica.

Su mejor aspecto lo ofrece en primavera, cuando los ventisqueros y áreas encharcadas alternan con las chaparras y amarillean en los prados los narcisos.

En verano los rebaños de ovejas y bravas reses transhumantes recorren estos pastos de calidad excelente.



Paisajes de Interés

- El Valle del Cuarto Prado.
- El Valle de Sollavientos.
- Las Pistas de Esquí de Valdelinares.
- Sus Pinares inmensos.

Distintas fuentes del término

- La Fuente del Lugar.
- La Fuente de la Raza.
- La Fuente de las Eras.
- La Fuente del Vallejo.
- La Fuente de El Pinarico.
- La Fuente del espinillo que cuenta con una zona recreativa.

Monumentos

- Iglesia de Nuestra Señora de las Nieves de 1751.
- Ermita de Nuestra Señora del Loreto de 1725.
- Ayuntamiento viejo de los Siglos XV y XVI.

La oficina de Turismo(Abierta todo el Año) está ubicada en la plaza de la iglesia s/n Teléfono: 978 80 20 75, www.valdelinares.es

Ven a dormir al pueblo más alto de España

-Hostal Casa Damián, Plaza de la Iglesia nº2, Teléfono y Fax: 978 80 20 76, www.turismogudarjavalambre.com

-Apartamentos Turísticos Sol de Valdelinares Calle Sol Nº 6, Teléfono: 691 01 07 33.

-Meson Hostal Casa Vicenta, Plaza de la Iglesia nº 8, Teléfono: 978 80 20 79, www.turismogudarjavalambre.com

-Apartamentos Turísticos Inés, Calle Teruel nº 7, Teléfonos: 963 29 16 89/ 657 13 26 78.

-Apartamentos Turísticos Valdelinares Confort calle Arrabal nº 3-5, Teléfono: 691 01 07 33, www.apartamentosvaldelinares.es

-Estación de Esquí de Valdelinares, Teléfono: 978 80 25 00, www.valdelinares.com

Restaurantes

-Sierra de Gúdar, Estación de Esquí s/n, Teléfono: 978 80 25 00-

-Autoservicio Sierra de Gudar, Estación de Esquí s/n, Teléfono: 978 80 25 00.

Valle de Aragón

Se trata de uno de los corredores más desarrollados y con más servicios del Pirineo Aragonés, que tiene en Jaca, la que fuera capital del reino de Aragón, su actual cabecera comarcal y un auténtico centro turístico y comercial.

El acceso al valle por el norte se efectúa por el puerto de Somport, el Summus Portus Romano, entrada del Camino de Santiago a tierras Aragonesas.

La Ruta Jacobea jalona prácticamente todo el valle de manera paralela al cauce del río Aragón que lo vertebra y le da nombre.

Sólo los municipios de Borau y Ainsa, donde podemos llegar a admirar la joya romanica del Monasterio de San Adrián de Sasabe, quedan fuera de la influencia de este río ya que ambos son el enlace del Valle de Aragón con los valles occidentales.

Pero los monumentos más emblemáticos de esta zona son la Catedral románica de Jaca, con su museo diocesano referente mundial en pintura medieval, y el conjunto monástico de San Juan de la Peña, que incluye las dos iglesias de Santa Cruz de Serós.



Este conjunto monástico se encuentra en el paraje Protegido de San Juan de la Peña y Monte Oroel que destaca por sus masas de pinos y hayas donde se refugian buitres, quebrantahuesos y alimoches, además de los habitantes del bosque zorros, garduñas y corzos..

Es una zona escogida por todos los turistas ormitólogos.

Esos templos comparten protagonismo con centros militares y defensivos, como el castillo de San Pedro en Jaca, más conocido como La ciudadela.

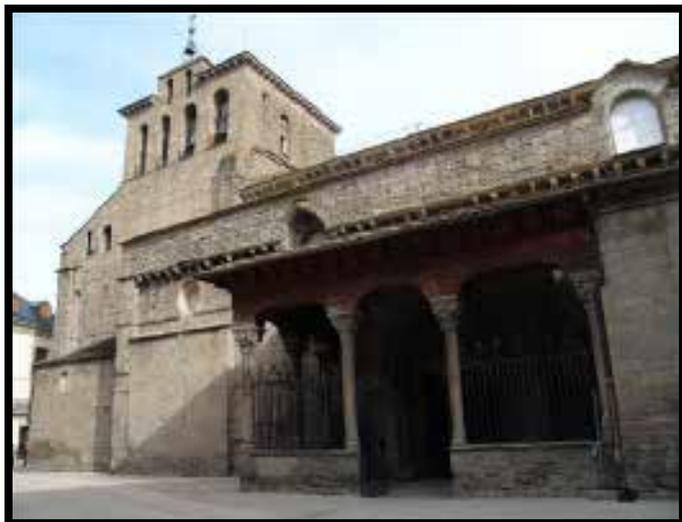
Sin olvidar el impresionante edificio modernista de la Estación Internacional de Canfranc.

El valle tiene la cima más alta de la Jacetania.

Collarada de 2.883 metros de altitud, cuyo macizo esconde las cuevas de las Güixas, en Villanúa y alguno de los picos más reconocidos de la cordillera pirenaica como el Aspe o el Anayet.



Desde Castiello de Jaca accederemos al melancólico y apacible valle de Garcipollera donde nos espera otro bello ejemplo del románico, la Iglesia de Santa María de Aguácel.



Charles Darwin

Nació el 12 de febrero de 1809 en Down House, y murió en Downe, Kent el 19 de abril de 1882 a los 73 años.

Fue un naturalista inglés, reconocido por ser el científico más influyente (y el primero, compartiendo este logro de forma independiente con Alfred Russel Wallace) de los que plantearon la idea de la evolución biológica a través de la selección natural, justificándola en su obra *El origen de las especies* (1859) con numerosos ejemplos extraídos de la observación de la naturaleza.

Postuló que todas las especies de seres vivos han evolucionado con el tiempo a partir de un antepasado común mediante un proceso denominado selección natural.

La evolución fue aceptada como un hecho por la comunidad científica y por buena parte del público en vida de Darwin, mientras que su teoría de la evolución mediante selección natural no fue considerada como la explicación primaria del proceso evolutivo hasta los años 1930.1

Actualmente constituye la base de la síntesis evolutiva moderna.

Con sus modificaciones, los descubrimientos científicos de Darwin aún siguen siendo el acta fundacional de la biología como ciencia, puesto que constituyen una explicación lógica que unifica las observaciones sobre la diversidad de la vida.

Con apenas dieciséis años Darwin ingresó en la Universidad de Edimburgo, aunque paulatinamente fue dejando de lado sus estudios de medicina para dedicarse a la investigación de invertebrados marinos.

En la Universidad de Cambridge dio alas a su pasión por las ciencias naturales.

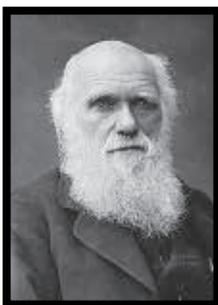
El segundo viaje del HMS Beagle consolidó su fama como eminente geólogo, cuyas observaciones y teorías apoyaban las ideas uniformistas de Charles Lyell, mientras que la publicación del diario de su viaje lo hizo célebre como escritor popular.

Intrigado por la distribución geográfica de la vida salvaje y por los fósiles que recolectó en su periplo, Darwin investigó sobre el hecho de la transmutación de las especies y concibió su teoría de la selección natural en 1838.

El viaje del Beagle duró casi cinco años, zarpando de la bahía de Plymouth el 27 de diciembre de 1831 y arribando a Falmouth el 2 de octubre de 1836.

Su obra fundamental, *El origen de las especies* por medio de la selección natural, o la preservación de las razas favorecidas en la lucha por la vida, publicada en 1859, estableció que la explicación de la diversidad que se observa en la naturaleza se debe a las modificaciones acumuladas por la evolución a lo largo de las sucesivas generaciones.

Dedicó la mayor parte de su tiempo a investigaciones geológicas en tierra firme y a recopilar ejemplares, mientras el Beagle realizaba su misión científica para medir corrientes oceánicas y cartografiando la costa.



El 29 de enero de 1839 Darwin y Emma Wedgwood se casaron en Maer que era una prima suya.

Se fueron a vivir a Londres y tuvieron diez hijos, dos de ellos murieron en la infancia

Sus hijos tuvieron carreras distinguidas logradas, en parte, gracias al honor de ostentar su ilustre apellido.

Tenia la carrera de, geólogo, explorador, escritor de viajes, etólogo, entomólogo, botánico, carcinólogo, apicultor, naturalista y filósofo, destacando en biología y geología.

El origen de las especies mediante la selección natural o la conservación de las razas favorecidas en la lucha por la vida resultó inusualmente popular, y el lote completo de 1250 copias tenía un número de suscriptores superior cuando salió a venta a los librerías el 22 de noviembre de 1859.

En el libro, Darwin expone una «extensa argumentación» a partir de observaciones detalladas e inferencias, y considera con anticipación las objeciones a su teoría.

Su única alusión a la evolución humana fue un comentario moderado en el que se hablaba de que «se arrojará luz sobre el origen del hombre y su historia».

Con *El origen del hombre*, y la selección en relación al sexo, publicado en 1871, ofreció múltiples pruebas que situaban al ser humano como una especie más del reino animal, mostrando la continuidad entre características físicas y mentales.

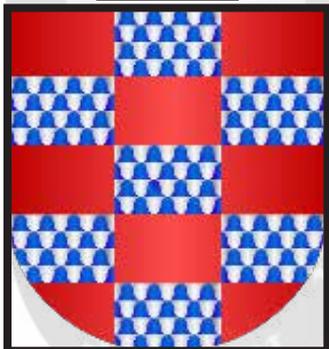
Perteneció y fue miembro de:

- Academia Alemana de las Ciencias Naturales Leopoldina.
- Real Academia de las Ciencias de Suecia
- Sociedad Filosófica Estadounidense
- Academia de Ciencias de Hungría
- Academia Estadounidense de las Artes y las Ciencias
- Real Academia de Artes y Ciencias de los Países Bajos
- Academia Nacional de los Linceos
- Sociedad Zoológica de Londres
- Academia de Ciencias de Francia
- Academia de Ciencias de Rusia
- Academia Prusiana de las Ciencias
- Royal Geographical Society
- Academia de Ciencias de Baviera
- Royal Society (desde 1839)
- Academia de Ciencias de Turín (desde 1873)

Sus obras más notables fueron:

- El origen de las especies
- El viaje del Beagle
- El origen del hombre
- La expresión de las emociones en el hombre y en los animales
- Insectivorous Plants

Sus restos descansan en la Abadía de Westminster.

Heráldica del apellido ÁlvarezESCUDOS

Los de Asturias



Otros de Asturias



Los originarios de Villardecendias, del Concejo de Ibias (Asturias)

ARMAS

Escudo jaquelado de quince piezas, ocho de gules y siete de veros de azur y plata..

En campo de gules.
Una jarra de oro con azucenas al natural.
Bordura de oro, con doce estrellas de azur..

Escudo partido.
1º, en campo de oro.
Un roble de sinople, y un lobo de sable, lampasado de gules, pasante, al pie del tronco.
2º, jaquelado de dieciocho piezas, nueve de gules y nueve de plata.

ACTUALIDAD

En España lo llevan un total de 551.838

De primer apellido lo llevan 281.024

De segundo apellido lo llevan 280.367

De los dos apellidos lo llevan 9.553

En el mundo hay un total de 2.272.512

En el país que predomina

México con 557.332

Colombia con 243.414

Argentina con 162.006

En España esta presente en la provincia de:

Asturias con 44.559

Madrid con 38.591

Barcelona con 21.919

SIGNIFICADO

Significa hijo o descendiente de Álvaro o Álvar, y se derivó de estos nombres propios pertenecientes al padre u otro antecesor, y aplicados al hijo u otro descendiente, para denotar en éstos la calidad de tales.

COMENTARIO

Apellido patronímico muy difundido por toda España y América.

Hay muchas familias de origen y linaje muy distintos y sin ningún vínculo de parentesco que ostentan este apellido, por lo que es gran error suponer, como algunos autores suponen, que todos los Álvarez proceden de un mismo y primitivo solar y tronco.

Una de las más antiguas es la del linaje de Asturias, o Álvarez de las Asturias. Tuvo su primitivo solar en el concejo de Nava, en el Principado de Asturias. También es muy antigua en Asturias la casa de Álvarez que radicó en la parroquia de Riera, y de la que dimanó la del concejo de Grado.

Estas casas eran originarias de la del concejo de Nava, solar del linaje Asturias, y aun cuando no lo prueban, es probable que así fuese, por la semejanza de sus armas y otros datos que después consignaremos.

Se consideran originarias del solar de los Asturias, o Álvarez de las Asturias, en el concejo de Nava, las casas de Álvarez que radi-

caron en la parroquia de Granda y en Cangas de Tinco. Las armas de éstas tienen también semejanza con las de aquella, como más adelante se verá. Otra casa de Álvarez hay en Asturias, en el concejo de Castropol. No tiene ninguna relación con las anteriores, pues procede del solar de Burón, en la provincia de León.

Las de los lugares de Soto y de Arena, cerca de Pravia, parecen asimismo ser independientes de las ya citadas, a juzgar por las diferencias que sus armas acusan.

También fueron varias, y de muy distinto origen, las casas de Álvarez radicadas en la provincia de León. La de la aldea de Robledo, del Ayuntamiento de Láncara procede, de la casa del linaje Asturias, tuvo su solar en el concejo de Nava. Un miembro de este solar, llamado García Álvarez de Asturias, dio muerte a un caballero de la familia de Valdés, por lo cual y temeroso de las resultas, pasó con algunos de su familia a la citada aldea de Robledo, donde fundó nueva casa.

Conceptos heráldicos

Acostada

Toda pieza ordinaria, pequeña y de forma rectangular, situada verticalmente y en serie en la parte superior del escudo.

Anillo

Pieza redonda y hueca que permite ver el campo del escudo.

Banda

Tira con un ancho igual a un tercio del escudo colocado diagonalmente de diestra a siniestra.

Barra

Tira similar a la banda pero colocada de siniestra a diestra.

Cantón

Pieza disminuida que en la mayor parte de los casos equivale al tercio del escudo en altura y anchura.

Contornada

Figura que mira a la izquierda del escudo.

Dimidiado

Dícese del escudo compuesto cuando muestra únicamente la mitad de las figuras de los blasones unidos en él.

Entado

Partición irregular situada en la punta del escudo, de lados curvos unidos en el centro de la línea superior que delimita la punta.

Greca

Pieza compuesta de un macle cruzado por una banda disminuida y una barra disminuida.

Jirón

Pieza triangular que ocupa la octava parte del escudo, cuyo vértice es el abismo y los lados se colocan en las posiciones de partido o cortado

Jironado

Dícese del escudo cortado, partido, tajado y tronchado, componiéndose de ocho jirones que convergen en el centro del escudo.

Mantelado

Escudo formado por dos líneas que desde el centro se une a los ángulos inferiores, mantelado en punta, o superiores, mantelado en jefe.

Palo

Pieza con un ancho de un tercio del escudo, que lo corta por dos verticalmente.

Siniestrada

Pieza o figura que posee otra a su izquierda.

Humor

En una entrevista de trabajo:

- ¿Nivel de inglés?
- Alto
- Bien. Traduzca "fiesta".
- Party
- Perfecto. Úselo en una frase.
- Ayer me party la cara con la bicicleta.
- Contratado.

Van dos cieguitos por la calle pasando calor y dicen:

- ¡Ojalá lloviera!
- ¡Ojalá yo también!

- Soy un tipo saludable
- Ah. ¿Comes sano y todo eso?
- No, la gente me saluda.

- Hola guapa, ¿me dices tu teléfono?
- Un iPhone.
- Pero el número.
- El 5.

- Amor, quiero que pasemos un lindo fin de semana.
- Ok, nos vemos el lunes.

- Mamá, tengo dos noticias, una buena y una mala
- Primero la buena, hija
- Pasé una prueba
- Muy bien, ¿Y la mala?
- Que era un Test de embarazo.

- Mami, ¿a que no adivinas dónde estoy?
- Hijo, ahora no puedo hablar, llámame luego.
- No puedo, sólo tengo derecho a una llamada.

Un profesor le dice a sus alumnos:

- Los hombres inteligentes siempre dudan, sólo los tontos creen que lo saben todo.
- ¿Está usted seguro profesor?
- ¡Seguro del todo!

¿Que hace una abeja en un gimnasio?
!zumba!!!

Soy tan buena persona que no madrugo para que Dios ayude a otro.

- Pues tengo en casa a un mosquito que es como mi hermano.
- ¿Y eso?
- ¡Es que lleva mi sangre!

Un preso va y le pregunta a otro:

- Oye, ¿y tú por qué estás aquí?.
- Y el otro va y le contesta:
- Pues porque no me dejan salir.

- ¿Cómo se dice beso en árabe?
- Saliva-va



El Rincón de ANALU

Hola nuevamente saludando desde este bello espacio El Rincón de ANALU.

Jarrón decorativo

El día de hoy realizaremos un proyecto versátil y genial a través de cajas de pizza y cartón, logrando un resultado que ni imaginas, vamos a crear, a continuación los materiales.

Materiales

- Cajas de cartón de pizza o cualquier cartón.
- Tubo de cartón del centro de las toallas de papel de la cocina.
- Rollo de ixtle o henequén de aproximadamente de 5 a 6 mm.de grosor de entre 110 o 120 mts. color natural o de los colores que quieras
- Regla, tijeras, pegamento blanco de carpintero o silicon, pincel, pinturas, lápiz o marcador.



Procedimiento

1.- Lo primero que haremos será hacer nuestras plantillas para cortar el cartón y todas las piezas nos queden iguales es fundamental.

En las fotos tiene las medidas sugeridas.

Pero recuerda que las formas son infinitas y tú puedes crear tu propio diseño.



2.-Ya con las plantillas realizadas cortemos 20 piezas como esta y el círculo de la base.



3.-Peguemos con pegamento o silicon el tubo de cartón al centro del círculo que cortamos.

4.- Marquemos divisiones cada 1/4 de la superficie después cada octavo y así sucesivamente hasta lograr 20 marcas perfectamente distribuidas en la circunferencia.



5.- Comencemos a pegar cada pieza cortada de cartón sobre cada una de las marcas hasta que estén pegadas todas.



6.-Comencemos a colocar el ixtle pegando con silicon o pegamento al rededor y sobre las piezas de cartón de manera envolvente y sin cortar hasta que este cubierta la pieza en su totalidad con ixtle.



7.-Cortemos ahora tiras 28 tiras de ixtle de 11cm. De largo cada una.



8.-Estas tiras nos servirán para formar flores para la decoración final, para cada una utilizaremos 7 tiras pintadas del color que quieras y con la pintura que tengas y quieras sean tus flores, considera que una de cada 7 sera el centro de tu flor.



9.-En mi caso corte 3 tiras del largo de la circunferencia de la cintura de mi creación para formar con ellas una trenza que será parte de la decoración.



10.-Ya hecha la trenza la pinte con pintura hecha por medio de café soluble y agua ya que me gusta el color que se obtiene al final y hace un contraste padrísimo con el color natural del ixtle que estoy utilizando.



11.-Existe la opción de adquirir ixtle de colores, este material puede sustituir al de color natural si deseas no estar pintado tu ixtle yo prefiero pintarlo pero es opcional.

12.-Yo inicié la decoración pintando la primer vuelta de ixtle con pintura de café para crear una armonía con la trenza pintada.



13.- Ya seca la trenza la pegue al rededor y en el sitio que ocupará en mí decoración.

14.- Paso seguido armar pétalos y centros de las flores uniendo con pegamento o silicon.



15.- Corte 3 tiras de 22 cm. De largo y una de 12 cm. y las pinte de color verde.



16.-Hice 4 tiras adicionales de 12cm. Hice unos pétalos adicionales los cuales pinte de un verde diferente al ya utilizado.



17.- Comencé a pegar mis flores y tiras creando una guía que decore el rededor de lo que ahora ya sabes es un bonito jarrón.

18.-Te sugiero al final y con ayuda de un pincel poner una capa uniforme de pegamento blanco sobre todo tu jarrón y decoración del mismo para crear una capa plastificada y tenga una capa final que al secar te permitirá limpiarlo para repeler el polvo. Esto es una sugerencia puedes hacerlo o no.

Bueno como ya viste nuestra creación artística de este mes en el rincón de analu es un hermoso jarrón decorativo el cuál nadie creerá esta hecho de cartones sacados de la basura.

De este proyecto existen muchas variantes de acabado final como ya dije las creaciones son infinitas

yo solo te doy las bases y herramientas para que tu explotes tu creatividad.
Bueno espero te haya gustado y me despido diciendo hasta pronto nos vemos el mes entrante con un nuevo y útil proyecto del **Rincón de ANALU**.

Ana Laura García Solache.

Taller lúdico didáctico el **Rincón de ANALU**
No olvides mis redes sociales
Facebook **Ana Laura García**.
Twitter **@anauragarciasolache**
Instagram **@anauragarciasolache**.

Los carimomos de ANALU



Bricolaje

Desagües de lavabos

Se trata de piezas destinadas a unir la pila del sanitario con la tubería de salida del agua.

La encontrará no solo en los lavabos, sino también en los fregaderos, bides, bañeras, etc. son así. Habitualmente están hechos a base de latón, bronce o plástico como de pvc polipropileno, estos últimos resultan más económicos que los metálicos.

Constan de una placa circular con un agujero en el centro.

A ella va unido un tubo roscado del mismo material y de longitud variable, que no suele sobrepasar los 5 metros.

El grosor es menor o mayor según esté destinado a un sanitario u otro.

En ocasiones la placa lleva una rejilla o una cruz formada por dos barras cruzadas.

A continuación del desagüe o válvula, se encuentra el sifón en el casa de que este, esté.

Las válvulas metálicas se fijan al sanitario mediante una tuerca plana y grande que se coloca por debajo y se enrosca en tubo.

A ambos lados de la pila se instalan juntas de goma que aseguran la hermeticidad.

Las válvulas de plástico se sujetan al lavabo mediante un tornillo.

Visible en el centro de la rejilla resulta más accesible a la hora de desmontar la pieza.

La avería que acostumbra a presentarse en esta pieza es la de continuo goteo de agua por su deterioro de las juntas nombradas.

Como cambiarlas.

Afloje la tuerca grande que une la válvula con la tubería o el sifón, de esta manera quedarán separadas las dos piezas.

Después afloje la tuerca que sujeta la válvula del lavabo y sáquela completamente a lo largo del tubo roscado.

Detrás de ella verá una arandela de metal y la junta de goma inferior, sáquelas también.

Empuje la válvula hacia arriba y sáquela tirando desde dentro de la pila.

Se encontrara con la junta superior, que es la que suele estar más estropeada.

Compre juntas nuevas de igual medida y sustituya las antiguas por estas.

Monte todo el conjunto invirtiendo el proceso, poniendo cinta de teflón o cáñamo en la unión entre el tubo de la válvula y la tubería del desagüe.

Si se trata de una válvula de plástico afloje la tuerca que une la pieza a la tubería del desagüe y también el tornillo grande que hay dentro del lavabo.

Cambie las juntas y monte todo el aparato.

Truco.

Puede hacer aún más hermética la unión si aplica silicona en las dos caras del sanitario, en la parte donde irán las juntas de goma y antes de ponerlas.

Arreglo de grietas con cinta.

Aparecen grietas en los muros por los movimientos de contracción y dilatación de los materiales.

Grietas que, a pesar de taparlas, se vuelven a abrir. Para estos casos lo más recomendable es el uso de esta cinta.

Materiales.

- Esponja.
- Producto de relleno.
- Cinta tapagrietas.
- Taco de lijar.

Herramientas.

- Rascador.
- Cepillo duro.
- Espátula ancha.
- Tijeras.

La cinta tapa grietas se compra en los comercios especializados en materiales de pintura.

Esta hecha a base de naylon o fibra de vidrio, por esta razón es muy difícil que se mueva a causa de los movimientos de los materiales de construcción y, por lo tanto, que la grieta vuelva a aparecer.

Se instala de la manera siguiente.

-1º prepare la grieta por el procedimiento habitual de rascado, limpieza y humedecido.

Después mezcle el producto de relleno con agua, de manera que quede consistente pero sin que resulte difícil de alisar.

-2º con el producto de emplastar, rellene por completo la grieta.

Para aplicarlo utilice usted una espátula ancha, una vez aplicada, alíselo un poco.

-3º adquiera una cinta lo suficientemente ancha, para que cubra la grieta y por los lados la sobrepase.

Córtela a la medida necesaria. Póngala sobre el relleno aún fresco si la grieta tiene una forma sinuosa, podrá torcer ligeramente la cinta para conseguir el recorrido de la grieta o bien ir cortándola y empalmando trozos.

En caso de que la grieta esté en un rincón doble la cinta adaptándola al ángulo de tal manera que lo reproduzca.

-4º presionando con los dedos, pegue bien para que el emplaste penetre a fondo entre sus fibras.

-5º con la espátula ancha sujete un extremo de la cinta.

Con la otra aplique sobre ella una capa del producto tapa grietas.

Debe de tener unos milímetros de espesor para que luego al lijar la superficie no asome la cinta.

-6º alise la capa con la espátula ancha.

Deje secar durante unas 10 horas, para terminar lije la superficie a mano con un taco de lijar o una lijadora orbital.



El bar de Angel

Hoy en la mañana

-¡Buenos días, Angel! Ya es primavera
-Será en el Corte Inglés, porque estamos a 3 días del verano.

-Lo sé Angelito pero lo digo por estás tormentas que han refrescado el ambiente, al menos el meteorológico porque la actualidad parece que no se enfría ni encendiendo los aires acondicionados los domingos.

-¡Bueno! ¿Qué te pongo?

-Como ya son la "una", pon me una cervecita y una tapita para subir el ánimo.

-Tú cuando tienes el ánimo bajo me pides una tapita para subirlo y cuando lo tienes alto me la pides para celebrarlo, iso tripero!.

-Es que soy muy congruente con los hechos, para que luego no digan que soy un veleta y que voy según soplan los vientos. Yo como a todas horas.

-¡Vale Luis! ¿De qué hablamos hoy, aparte de tus inquietudes gastronómicas?

-Lo primero que te quiero decir es que a ver si empiezas a comprar la prensa escrita, en papel, la de toda la vida, por que cuando me meto en internet, la cantidad de noticias y comentarios que hay, me sobrepasan la única neurona que me queda y temo que algún día explote, y como los periódicos tienen una cantidad limitada de páginas creo que me será suficiente con esta neurona para entender lo que sucede aquí y en el mundo.

-No te preocupes que a partir del domingo vas a tener "tú" periódico como antes de la pandemia.

-Gracias Angelito, me tratas como un rey

-¿De copas o de botellines?

-¡Jo! No se te puede hacer ningún cumplido.

-Gracias Luisete, te lo agradezco, pero algunas veces hay que tirar de sarcasmo y hablar por hablar.

-¿Qué te ha pasado, hombre?

-¿Sabes que pedí permiso y licencia al Ayuntamiento para hacer una rampita en la puerta de atrás para salvar el escaloncillo que había.

-Si ¿Y?

-Pues han venido los del Ayuntamiento y me han empezado a sacar cosas, como si hasta ahora estuviera delinquiendo.

-¿Y que te han sacado, Angelillo?

-Que tengo que poner una barandilla doble para que si un minusválido viene, pueda agarrarse y entrar; que el servicio tiene la puerta estrecha y no es accesible y no está equipado suficientemente. Pero si la mayoría de los bares del centro de Madrid están peor equipados que el mío.

-Sabes que vengo porque eres mi amigo, pero si tuvieras el bar hecho una mierda, no vendría y te lo diría, pero es lo que hay: aquí no tienen consideración con el que trata de hacer las cosas bien, al revés, es como si encendieses una señal

de reclamo para que vengan a joderte.

-Si sabes que procuro estar al día de mis obligaciones y me gustaría cambiar el mobiliario y meter a un camarero más para la terraza, pero si no se puede hoy habrá que dejarlo para mañana, digo yo; pues no, viene la funcionaria del Ayuntamiento y tiene que ser ya o si no multa al canto, como si no hubiéramos tenido bastante con la pandemia.

-Pues sí que lo tienes crudo Angelito. Hoy vamos a cambiar las tornas para que veas donde hay un amigo. Te invito a una cerveza y te voy a dar yo el aperitivo, que he comprado 100 gramos de mojama para darme un caprichito.

-Tu solidaridad y generosidad me abruman; voy a tomarme la cañita.

-¡Pero Angel, si tu no bebes!

-En días como este, o uno bebe o se corta las venas ¡Roñoso!.

-¡Pues bebe, bebe!, y come un poquito.

Hoy en la tarde

-¿Qué tal Angel?

-Bien ¿Qué haces aquí? Tú por las tardes raramente sales.

-Es que antes me has dejado preocupado, por lo de las "venas" y eso.

-¡Va! son cosas que se dicen, como lo de "te voy a matar", "ojala te mueras" y muchas expresiones que se dicen por decir, como lo de las calorías huecas esas.

-A propósito de calorías huecas, ponme una Coca Cola con hielo y echa un poquito de Larios para matar las burbujas, que luego me entran gases.

-¡Vamos! que te ponga un cubalibre.

-No, una Coca Cola, parece mentira que no sepas que la Coca Cola con ginebra es un "Raf" no un "cubata".

-Luisete, estás hecho un "Chicote"

-¿Por quién me lo dices, por el de los cocteles o por el cocinero?

-Por cualquiera de los dos porque seguro que me vas a pedir algo para comer.

-Eso era mas fácil de adivinar que si algo vuela, es un insecto o un ave.

-¡O un avión!, ¡o un helicóptero!, ¡o un cohete!, ¡o un angelito pero con alas.....!

-¡O un angelito!, ¡para ya! y dame algo de pinchar y por favor no me hagas el chiste fácil y me des un tenedor.

-Toma unos "panchitos", "Panzito"

-La verdad es que me está creciendo el estomago a una velocidad de vértigo. pero como veo que se te ha pasado el malestar de ésta mañana te voy a revolver el tuyo hablando de los comentarios que he leído en las redes, sobre el asesinato de las niñas de Tenerife.

-Una desgracia de verdad, Luis

-Pues sí, pero como dices Angel una des-

gracia en la que hay un culpable y nadie lo niega, del que puedes decir lo peor que se te ocurra, pero hasta ahí. Luego establecer un debate sobre el machismo o el feminismo o sobre esas palabrita nueva que se está poniendo de moda, la de "violencia vicaria" a costa de este horrendo crimen no me parece de recibo.

-Y tú Luis, cuando hablas de esto también estás debatiendo sobre las niñas.

-iNo!, si eso te parece a tí lamento no saber expresarme mejor. Lo que me gustaría sentir y que la gente sintiera, antes de hablar de machismo, feminismo y esas cosas, el dolor que deben tener las familias, tanto de la madre como del padre; quizás te diría más, la del padre, porque seguro que además de dolor sienten culpa por algo de lo que no han sido responsables.

-iYa! puede que tengas razón pero cuéntame algo de lo que has leído por ahí que te haya subido el ánimo.

-El ánimo no, la adrenalina, pues aunque te parezca que soy un tío negativo, busco extraer lo bueno de las noticias que genera esta birria de sociedad, que como se decía hasta las flores nacen en el estiércol o algo parecido.

-Dime que noticia ha sido esa que te ha subido el ánimo Luisete.

-Primero dame otra Coca Cola y acláramela con un dedito de ginebra que tengo sed.

-Pues toma un vaso de agua con hielo que no te ponga otro cubata escondido, que no son lo mismo dos cubatas que dos cervezas, que luego se hacen y dicen muchas tonterías y no sé si hablas tú o el alcohol; así que dime la buena noticia.

-La buena noticia es lo del peaje en las carreteras a partir del 2024

-iY esa es la buena noticia para tí!. Pues sí que te ha sentado mal el cubata Luisillo.

-Que no estoy borracho Angelito, déjame que me explique. Como sabes soy una persona de extremos; por una parte soy un sensiblero y por la otra me entra un coraje que no puedo aguantar ante la desfachatez de los que nos dan las noticias y sus protagonistas. Así que después de leer lo de estas pobres criaturas y tener el ánimo por los suelos he pasado a lo del peaje y me ha sentado tan mal que me he recuperado. Algo así como una mancha con otra se quita, pues eso me ha sucedido.

-¿Y que culpa tienen los periodistas de lo que hacen los políticos?

-No es solo que den información partidista, es que además la dan sesgada. Unas veces, cuando los interesa, hacen pasar por una inquisición al entrevistado, y si es de los suyos tratan de justificarlo y edulcorarlo. Y eso es lo que pasa con la prensa de este país que en vez de ser portavoz del pueblo se convierten en unos palmeros de los políticos y parece que estén haciendo méritos ante ellos para conseguir no se qué.

-¿Me quieres decir que en la noticias deberían haber preguntas sobre el porqué de la idea del peaje?

-En esta idea y en las que llevan teniendo

éste mesecito se están luciendo. Yo sabía que todas las subvenciones y ayudas no son gratis y se tienen que pagar de una forma u otra, pero lo que me incomoda es la desfachatez con lo que te lo dicen y aunque el resultado va a ser el mismo, "pagar" para el ciudadano, lo intentan disfrazar con unas razones que se las traen.

-¿Que razones han dado para lo del peaje?

-Dicen que el motivo es la conservación de las carreteras. ¿Pero no pagábamos y pagamos impuestos en la gasolina para la conservación de estas, además de un impuesto de circulación? ¿Desde cuando no oyes a cuanto está el barril de petróleo que era el origen de todos nuestros males?, y no te quiero comentar pero lo voy a hacer sobre la subida de la luz y las gilipolleces que nos dicen que hagamos, como lo de poner las lavadoras por la noche o los fines de semana porque son las horas de menos consumo. Si Angelito empiezo a hablar mal, pero es que me voy calentando. ¿Soy yo el único que creí que si hacemos todos lo mismo, en las mismas horas, estas se convertirán en las de mayor consumo? Y si en las horas nocturnas no hay sol para generar energía limpia habrá que tirar de los combustibles fósiles y contaminaremos más. No creo que sea el único idiota que se haga esas preguntas. Algún "idiota" de periodista me imagino que se las hará también, o a lo peor lo de "adalides" de la libertad y democracia es mentira y no pueden preguntar y publicar lo que debía ser parte de su labor.

-iJo, Luisete!, te has bebido el vaso de agua y no me he enterado.

-Se ha evaporado con el calentón.

-Es que con tu edad son los únicos calentones que tienes.

-No te voy a llevar la contraria Angelito que puedo hacer un comentario machista.

-iHasta mañana "machote"!

-iAdios!

Como curiosidad los precios petroleo 2013-109.25\$ 2020-40\$ Hoy 2022-72,42\$

L. M. G.



La posada de la Nuña

Uno de esos días llegó a la famosa "posada de la Nuña", que se encontraba situada en el entorno de la Basílica de San Isidoro, un comerciante de Astorga conocido como Somoza.

Venía con su joven ayudante o protegido, huérfano de padre y de madre y sordomudo.

Una vez que habían tomado habitación quedó en salir para resolver sus asuntos, indicando a la posadera que vigilara al muchacho dadas sus especiales características.

Pero al poco de abandonar su amo la posada, para resolver sus asuntos de negocios, el chico, y la curiosidad que se tiene a esas edades, no pudo por menos que salir por las transitadas calles de León.

Comenzó a caminar con el asombro de alguien que está descubriendo un nuevo mundo para él.

Correteando por las diversas calles de León, se topó con la Basílica de San Isidoro y la curiosidad le llevó a entrar en el templo.

En ese momento se oficiaba una misa y el chico ni corto ni perezoso se situó en la primera fila para observar todo aquello.

En esos momentos vio como un señor vestido de forma lujosa, con muchos ornamentos parecía dirigirse a él.

El chico no pudo por menos que verse totalmente sorprendido y absorto.

Se quedó con la boca abierta.

Aquel extraño personaje se dirigió a él y le dijo: "Quedas curado y tus ligaduras sueltas. Da gracias a Dios".

El muchacho perplejo y asombrado, al segundo se dio cuenta de que podía hablar, de que escuchaba y no tardó en salir corriendo de la iglesia con gran alborozo, gritando:

Milagro ! Milagro !.

Para dar gracias a Dios el chico no contaba con dinero ni con nada material con lo que poder agradecer tal milagro, por lo que optó por acercarse a un puesto donde vendían velas y cirios, y negoció con su capa (ferreruelo, una capa corta que se utilizaba por aquella época).

Como por aquel entonces este tipo de trueques eran muy comunes el chico consiguió sus velas.

Pero no sabía que este trueque iba a ser el principio de su desgraciada aventura.

Paseaban por allí dos guardianes a los que se les había dado la orden de buscar a un muchacho que había robado un ferreruelo.

Justo la misma capa que el acababa de cambiar.

Al ver la operación, los guardianes procedieron a detenerlo y llevarlo al calabozo, ante las inservibles protestas del muchacho.

Al volver el comerciante Somoza a la posada, vio que el muchacho no estaba y salió en su busca.

Preguntó a comerciantes, viandantes y a cualquier persona que se encontraba a su paso, hasta que un tendero le indicó que había sido detenido un joven al que pillaron cambiando su capa (ferreruelo) por unas velas.

Se dirigió a los calabozos de San Isidoro.

Los guardianes le llevaron al oscuro calabozo, en el que apenas se podía ver nada.

El muchacho al verlo, gritó :

"Soy yo, yo, señor, soy yo."

Pero Somoza, dada la poca luz que había dijo:

No puede ser, el muchacho que yo busco es sordomudo.

Y se fue.

Su preocupación iba en aumento pensando en la suerte que el muchacho podría haber corrido.

De regreso a la posada, vio que en la Plaza de San Isidoro la gente comentaba el milagro del muchacho.

Y entonces raudo y veloz volvió de nuevo a la prisión.

Esta vez le abrieron el calabozo y pudo ver que era su protegido.

Alabado sea el Señor, dijo Somoza.

Eres tu !.

Si señor, en la iglesia donde he entrado un Señor muy elegantemente vestido me ha curado.

Sabido esto el Señor Obispo, organizó una procesión a la que acudieron cientos de leoneses, y al mismo tiempo se hicieron repicar las campanas de la ciudad.

Covadonga Álvarez Cuesta



La vida es frágil



Un amigo me tomó esta foto para hacerme ver como lucía en mi peor momento, miles de recuerdos se agolparon en mi mente y niego recordar aquel pasado.

“Deseo que vuelvas a ser el de antes, un hombre triunfador, optimista y alegre, te extrañamos”, dijo.

Mi mente retrocedió en años y mil lágrimas comenzaron a rodar por mis mejillas.

Entonces, recuerdo: Siempre consideré que yo era parte de una familia feliz, pues lo teníamos todo. De niño estudié en un buen colegio y gocé de una excelente situación económica.

Mis padres, siempre fueron muy permisivos, era una especie de premio por ser un excelente alumno y deportista. Nada me costó en la vida.

Viví en una casa hermosa en un barrio residencial, con dos perros de raza, un pastor alemán y el otro un doberman, además de dos muchachas que se encargaban de mantener la casa impecable.

Mi padre había hecho instalar varias alarmas como medida de protección y seguridad de la casa.

Mamá dedicaba su tiempo a pintar y hacer labor social, además de ir al gimnasio.

Papá era aficionado a los deportes, en especial el golf. Cada integrante de la familia tenía un auto del año para movilizarse.

Todos vestíamos con ropa de marca, así era nuestro estilo de vida.

Teníamos una casa en la playa a la cual visitábamos algunos los fines de semana.

Mi padre vivía dedicado a los negocios, era un hombre ejemplar, se preocupaba y amaba a su familia. Era muy metódico, hacía que todo funcionara como un relojito, pero eso no lo hacía menos cariñoso. Su máximo sueño era que sus hijos fueran profesionales destacados y a futuro se hicieran cargo de la empresa familiar, para él poder retirarse y vivir tranquilo.

Crecimos y nos volvimos adolescentes, comenzamos a ir a fiestas, con la advertencia y consejos de nuestro padre de ser siempre buenas personas y saber escoger bien a los amigos.

Nos permitían hacer reuniones en casa con los compañeros de la escuela, al principio las reuniones eran bastante tranquilas, nos gustaba nadar y jugar cartas.

Pero con el tiempo, algunos invitados llevaban consigo botellas de whisky o vodka, cigarros y poco a poco el ambiente se volvió tóxico.

Comencé a fumar y a beber sin control. Posteriormente, vinieron las primeras drogas, queriendo sentir nuevas experiencias, no me detuve a pensar que esto podría convertirse en adicción, sin darme cuenta me convertí en un drogadicto.

Mi comportamiento cambió, era irritable, poco tolerante, descuidado en mi aseo personal, a veces me miraba al espejo y parecía un vagabundo, me odiaba a mí mismo, todo había cambiado,

no tenía la fuerza de voluntad para cambiar mi situación, internamente sufría y veía a mis padres que lo pasaban mal.

Un día, me hicieron saber que iban a internarme, que de esta forma iba a poder dejar las adicciones, además recibiría apoyo psiquiátrico y psicológico.

Estando ya en la clínica conocí a Margarita una chica que tenía problemas igual que yo, con la convivencia y las experiencias compartidas, me fui enamorando de ella.

Margarita era dulce y comprensiva, sentía que éramos compañeros del mismo dolor.

Pasaba los días conversando con ella, me sentí acompañado.

Prometimos coincidir cuando estuviéramos sanos, para poder tener una verdadera vida juntos.

Me dieron de alta. Parte del acuerdo entre los especialistas, constaba en ir una vez a la semana a terapia de grupo, para seguir fuerte y poder ayudar a otros.

Conocí muchos casos que me hicieron preguntarme cómo había llegado a esta situación al punto de estar internado.

Uno de los días de terapia de grupo, encontré a Margarita en el patio, fuera de sí, llorando y con sangre en las muñecas, había intentado suicidarse, pedí ayuda y llamamos a una ambulancia, ya que en la clínica no era posible atenderla.

La visitaba los días que podía y siempre le alenté a recuperar sus ganas de vivir, que mi amor le estaría esperando.

El tiempo pasó y también la dieron de alta, sin embargo, no me buscó.

Después de un año de estar en tratamiento de rehabilitación con las terapias, me sentí liberado, al fin había recuperado no solo la salud, sino las ganas de vivir.

Al llegar a casa, me encontré con la triste sorpresa de que a mi madre le habían diagnosticado cáncer al hígado y desgraciadamente estaba muy avanzado, lo que significaba que le quedaba poco tiempo de vida.

Esta noticia me destrozó, lloré desconsoladamente, no lo podía creer.

La luz que al fin había vislumbrado con mi alta definitiva, terminó por apagarse por la simple idea de imaginar una vida sin mamá.

Ella al verme tan abatido y temiendo por alguna recaída, me hizo prometerle que no dejaría que mi tristeza me llevara de regreso a las drogas.

Nos unimos como familia, todos luchando con nuestros propios demonios y por la salud de mi madre. Una mañana de Otoño, tocaron el timbre de la casa, para mi sorpresa era Margarita, era aún más bella de lo que recordaba, nos abrazamos y me explicó que no quería buscarme antes, porque ella misma se estaba poniendo a prueba, no quería que nos convirtiéramos en una pareja enfermiza.

Nos besamos.

Margarita regresó para darme fuerza y motivación, busqué trabajo y fui contratado en un prestigioso banco como ejecutivo de negocios, y

para ello debía vestir impecable, de traje todos los días, rasurado y con un buen corte de cabello, la vida nuevamente me sonreía, a pesar del dolor de la enfermedad de mi madre.

La verdad era muy bueno en mi trabajo y así pude comprar mi propio departamento, el cual compartía con Margarita.

Todo se estaba acomodando, estaba teniendo éxito en todo. Lo único que no mejoraba, era la salud de mi madre, así que decidí casarme antes, porque quería que ella estuviera presente en el matrimonio. Fue una hermosa fiesta mi madre lucía feliz.

Es verdad que la vida da muchas vueltas, después de una luna de miel maravillosa, me reintegré al trabajo.

No pasó mucho tiempo de mi regreso y me informaron que estaba despedido.

Mi mundo se cayó y nuevamente se hizo mil pedazos, quedé en shock, me preguntaba constantemente

¿Por qué a mí?

¡Basta de tanto sufrimiento dios mío! Por favor no coloques tantos infortunios.

Mi madre falleció y esta situación dolorosa, me afectó más de lo imaginado, nuevamente me volví autodestructivo y mi esposa temiendo algo peor, me llevó a consulta con el psiquiatra que me había atendido en la clínica, determinó que padecía depresión.

Me miraba al espejo y me sentía frustrado, infeliz, mi esposa me animaba a salir adelante, pero me sentía sin fuerzas, sin ánimo para ello.

No tomaba los antidepresivos todos los días, era una negativa total a querer aceptar que mi estado de ánimo dependía de una pastillita.

A veces salía a caminar y hablaba solo, comencé a sentir que alguien me vigilaba, escuchaba ruidos y sonidos inexplicables, sentía miedo, no sabía que estaba ocurriendo conmigo, sentía que me estaba volviendo loco.

Tuve miedo y retomé el tratamiento psiquiátrico.

Acepté que no era mi culpa sentirme de esa forma, que era algo en mi cerebro que no funcionaba bien y que el fármaco, junto con la terapia, me ayudaría a tener una vida más estable.

El amor de mi esposa permaneció incondicional.

Margarita también solicitó la ayuda de mi padre, que sin dudarle, me ofreció ingresar a su empresa.

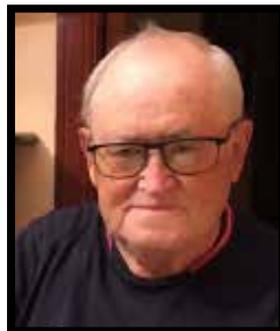
Me dediqué entonces a trabajar, a dar lo mejor para mi esposa y a ser responsable de mi salud mental.

Entendí que la vida a veces es cruel y aprendí una gran lección desde el dolor: la vida es frágil.

Sin embargo, la vida también te da sorpresas agradables, Margarita me dijo que estaba embarazada y pude vislumbrar una esperanza nuevamente, la esperanza que solo puede darte una nueva vida: un hijo, mi sangre, mi luz.

Yeny Ximena Dávila Arandeda

Fuentes Claras "El día que yo nací 1934"



Pueblo pequeño, lejano, provincia de Teruel, donde antes no existía, olvidado estaba, pero ahora ya es; Vega del Jiloca, con fuentes de aguas claras manantiales con riachuelos de batbos llenos, donde los aucas que hacen su agosto comiendo siempre pescado fresco, siendo delicias

del visitante, por su saber estar y por su elegancia cuando flota por las aguas del Jiloca, muy cerca de mi casa, allí en San Ramón Nonato, cuyo recodo del río de le llama: "El Rincón del Pato".

Y que más abajo se encuentra la lavandería, donde las mujeres con la colada en un barreño, estrujaban la ropa de rodillas y con un jabón lagarto, en piedras sobrepuestas en las corrientes del río abajo, donde la antena de radio macuto siempre captaba y desnudaba al paisano que pasaba por el lado de las lavanderas de San Ramón, mi barrio.

Hombres enjutos, labradores de corricos con menos de palmo y medio; herramientas rústicas tiradas por animales astados, que removiendo tierras secanas, por arriba de la Virgen María de los Navarros que, al ser segadas con una hoz casi a flor de tierra, los sudores les caían por las sienes y las frentes, como cascadas en barrancos en barrancos de profundos precipicios, que llevadas a la era, la desparramaban en una parva, que machacada por in Trillo rústico de piedras filudas y sierras alargadas, y tirado por in burro, que de tantas vueltas que daba, salía mareado.

Ese es mi pueblo.

Mujeres tiernas, pero aguerridas, que mimaban al marido y a la recua de niños nacidos de su cuerpo ya ajado; pida iglesias beatonas, donde a las doce de la mañana, los domingos y fiestas de guardar, al medio día cuando la campaña del Ayuntamiento daba las doce, con toquillas en las cabezas y sus maridos maniqués con trajes guardados de cuando se dijeron el sí quiero.

Ellas, recibiendo el Corpus Cristi del tonsurado, ahora ya Mosen del pueblo, mientras cantaba el Kirie eleison, las pias devotas desgranaban el rosario entre sus manos, y rezaban el Ave María, de los Navarros, y las letanías de todos los santos; mientras ellos, a la sombra de la olma, hablaban del tiempo y de sus cosechas.

Con sus cigarros fabricados por ellos mismos, y pegados en los labios.

Gentes rurales, pero con mentes sagaces.

Se jugaba a las charpas en rincones de las calles, pues los tricornos que de vez en cuando pasaban, perseguían estas acciones lúdicas, creyendo que eran casinos volantes, donde sólo se jugaba una perras chica, o una perras gorda.

Capital necesario para tomarse un café,

con una copa de soberano, en la taberna del barri, que posteriormente fue el de la Amada.

Gelidos inviernos, importados de las Rusias Siberiana, donde en los aleros de los tejados, colgaban chupones de hielos puntiagudos que parecían espadas de Damocles.

Las calles, pistas de aguas heladas que, haciendo equilibrios circenses, de vez en cuando caías y por la pista rodabas, con un esqueleto todo roto y con yesos en las manos, en los pies, y por ende, con muletas csminando: panorama invernal, que tardará mucho en ser olvidado.

Ciertos silvantes, cruzando rendijas de puertas destartaladas; en casas, con fogones en las cocinas, reuniones de amigos y familiares, en tertulias que duraban todo el día, mezcladas con juegos de mesa, y juegos de manos, como el Abejorro, que si te descuidabas tecibias, un par de hostias en esa cara de idiota que ponías, cuando te daban, paisano..

En fin, por ahí corre un refrán que dice: En mi casa no comemos pero nos reímos maaaasss.

¡Qué delicia, vivir en tiempos pasados, de inocencias enlatadas y arguellos por nutriciones desfasafas, en donde para más INRI, los sabañones estaban al orden del día, si asomabas los nórdicos por cualquier esquina, el cierzo te cortaba hasta el habla, del frío que hacía, por eso había tantos músicos solitarios, porque el frío los cogelaba.

Tierra vaciada, porque no había pan para todos; buscaron ilusiones, que alguna vez fueron fracasos.

Se lanzaron a los abismos desconocidos, evitando la rutina de comer siempre hachas de maíz tostado, abadejos salados, migas de pan con chicharrones de cerdo, sopa de agua hervida con pan frito y ajo, o simplemente, sardinas prensadas en cubiletes de madera; delicias no incluidas en el "Boccatto si Cardinale" .

Teruel olvidado, pueblos desamparados, hombres y mujeres sufridores, duros, pero honrados aguerridos, pegados a sus ancestrales costumbres, lograron salir adelante.

Hoy casas pintadas en colores armoniosos, calles asfaltadas, con luces que las noches parecen día, aseos con agua caliente, dejando atrás cuadras y corrales.

Inmersos ya en redes, sabiendo más que el Lepe; total, seres humanos como cualquier terreste que se precie.

Tozudicos como ellos solos, "chifla, chifla, que como tú no te apartes, este menda no lo hará".

Nobleza baturra por los cuatro costados, salvo algunos sobradillos que se salen del tiesto, pero sin llegar a más.

Éste, ha sido y es mi pueblo, de aquél puntito señalado en el mapa casi invisible, al hoy, conocido en el mundo entero, porque sus hijos así lo han hecho y así lo han querido.

Por unas horas en Teruel

Viene del mes de Junio.

Alfredo y Zaida salen del aparcamiento y van hacia la estación del tren, al verla ambos aceleran el paso.

Al entrar está vacía salvo por un hombrecillo con una escoba y un recogedor que está barrriendo.

Alfredo se acerca al panel a mirar los horarios de los trenes y Zaida se va directa hacia el hombrecillo que deja de barrer y la mira, el hombrecillo lleva en el lado izquierdo de su camisa una placa con su nombre Matías, Zaida mira la placa y le habla muy educadamente.

Zaida: buenas noches señor Matías.

Matías: se puede saber de qué nos conocemos que me llama por mi nombre.

Zaida: perdone señor lo lleva escrito en la placa Matías.

Matías: ah la placa claro.

Alfredo se le acerca por detrás le toca a Zaida en el hombro y le habla.

Alfredo: perdona.

Zaida: no perdona tú, no ves que estoy hablando con el señor Matías.

Alfredo se da la vuelta y se vuelve a ir a mirar el panel de los horarios de los trenes.

Zaida: perdone que le moleste otra vez señor Matías a qué hora sale el próximo tren para Madrid.

Matías: no hay ningún tren directo desde aquí para Madrid.

Zaida: como que no hay ningún tren de aquí para Madrid.

Matías: perdone pero yo no he dicho que no hay ningún tren hacia Madrid.

Zaida: pero si lo acaba de decir usted.

Matías: le he dicho directo a Madrid. Lo que usted puede hacer es ir hasta Zaragoza o Valencia y allí coger otro tren.

Zaida: de acuerdo y a qué hora sale el primero de ellos.

Matías: ambos salen a las tres y media.

Zaida mira el reloj de la estación y este marca las tres veinte y seis.

Alfredo se vuelve a acercarse a ella, le vuelve a tocar en el hombro y le dice.

Alfredo: perdona un momento.

Zaida se gira hacia él, muy enfadada (en ese momento Matías con la escoba y el recogedor sale hacia el andén Zaida no lo ve) y le dice.

Zaida: haber muchas gracias por haberme acompañado ahora ya te puedes ir si quieres pero no me molestes más.

Alfredo contrariado por la reacción de Zaida intenta hablar.

Alfredo: vale, pero quería decirte...

Zaida le corta, antes de que pueda decir una sola palabra más-

Zaida: vete, déjame en paz, desaparece de mí vista, apenas me quedan unos minutos para comprar el billete y me voy.

Alfredo se da la vuelta y sale al exterior de la estación bajo la inquisidora mirada de Zaida, de pronto Zaida se gira y descubre que está sola en la estación, mira rápidamente a la taquilla que permanece cerrada después mira a todas partes hasta que se percata de que hay una puerta que lleva al andén.

La atraviesa y ve a Matías barriendo.

Zaida: perdone señor Matías me puede vender el billete.

Matías: tranquila hay mucho tiempo.

Zaida: no señor casi no queda tiempo apenas un minuto.

Matías: usted no lee la prensa o ve la televisión.

Zaida: pues no, últimamente no porque razón.

Matías: estamos de huelga, el único tren que pasa hoy pasa a las tres treinta de la tarde.

Zaida: dichosa huelga y como llego yo hoy a Madrid.

Zaida hundida por la noticia se da la vuelta lentamente y comienza a andar hacia la salida de la estación. Se escucha a Matías hablando solo.

Matías: porque la señorita tiene que ir a Madrid, hemos de parar la huelga y los derechos y libertades para que están, abrase visto que desfachatez; que se cree, da igual Matías no te hagas mala sangre.

Matías tú a lo tuyo a barrer que este bien limpia la estación para cuando vengan los que tienen que utilizarla... A todo esto qué coño estoy haciendo yo barriendo si estamos en huelga... Joder soy un esquirol.

Zaida sale al exterior y se sienta en el banco que hay junto a la entrada...

De pronto escucha la voz de Alfredo.

Alfredo: hola otra vez, mi nombre es Alfredo.

Zaida: perdona lo de antes Alfredo, yo soy Zaida.

Alfredo: un placer Zaida por un par de veces quise decirte lo de la huelga pero no me dejaste.

Zaida: vaya putada, tener que esperar hasta las siete y media.

Alfredo: habías estado antes en Teruel.

Zaida: no es la primera vez.

Alfredo se levanta del banco le ofrece su mano y le dice.

Alfredo: vamos hasta las siete y media tenemos tiempo.

Ella rechaza su mano y responde.

Zaida: tiempo de que.

Alfredo da dos pasos al frente se vuelve y le dice.

Alfredo: vamos te voy a enseñar mi Teruel.

Zaida le sonrío y le dice.

Zaida: de acuerdo pero repite lo de antes.

Alfredo: vamos te voy a enseñar mi Teruel.

Zaida: eso no lo de antes.

Alfredo se queda pensativo un instante, después da dos pasos atrás le tiende la mano y le dice.

Alfredo: vamos hasta las siete y media tenemos tiempo, te voy a enseñar mi Teruel.

Ella coge su mano se levanta y le responde.

Zaida: vamos enséñame tu Teruel.

Ambos cogidos de la mano empiezan a andar por el parque en dirección a la escalinata.

Alfredo: durante el día funciona el ascensor, pero como es de noche tendremos que subir por la escalinata de los amantes.

Zaida: la escalinata de los amantes que lugar tan bonito.

Empiezan a subir el primer tramo de escaleras por el centro los dos cogidos de la mano, al llegar al descansillo del primer tramo de la escalinata se paran y Zaida le habla.

Zaida: porque razón la llaman la escalinata de los amantes. Cuéntame su historia.

Alfredo se queda un tanto descolocado y echa mano de su imaginación.

Alfredo: en este lugar se conocieron aquí mismo cada uno está en un lateral de esta escalinata.

Zaida: cada uno de los amantes está en un lado de la escalinata, subamos otro tramo yo subire por la izquierda, tú por la derecha.

Zaida se va hacia la izquierda y agarrada a la baranda sube otro tramo, Alfredo hace lo mismo por el lado derecho y se vuelven a encontrar en el centro del segundo descansillo de la escalinata.

Zaida: continúa con la historia, como se llamaban los amantes.

Alfredo: se llamaban, claro cómo se llamaban "en su cara se dibuja un hilo de sonrisa, los amantes se llamaban Valentina y David y en este preciso lugar se prometieron.

Zaida: ahora subiré yo por la derecha.

Zaida comienza a subir y se para a mitad del tramo de la escalinata el viento le trae consigo una voz, es la voz de Valentina.

Valentina: guapo mozo el que te acompaña está noche.

Alfredo desde su lado la mira extrañado comienza a subir y se para en el mismo punto que ella al otro lado de la escalinata y con el viento le llega una voz, la voz de David.

David: hermosa doncella con la que esta noche paseas.

Alfredo: en media voz: cierto muy hermosa.

Ambos siguen subiendo hasta el descansillo de la escalinata donde se vuelven a encontrar en el centro de ella.

Zaida: continúa con la historia por favor.

Alfredo: por la eternidad los amantes están condenados a poder estar juntos entre estas barandas se pueden ver, pero sin poder tocarse, tan solo pueden mirarse el uno al otro.

Zaida: que triste verdad, sigamos subiendo.

Se cambian de lado y siguen subiendo a mitad del tramo de la escalinata Alfredo separa porque se le aparece Valentina, solo él puede verla y le habla.

Valentina: no la dejes escapar, hazme caso

yo sé de lo que te hablo.

Seguidamente Valentina desaparece y Alfredo sigue subiendo hasta llegar al descansillo.

Zaida por su parte sube hasta el mismo lugar donde se paró Alfredo al otro lado de la escalinata y se le aparece David que también le habla.

David: caballeros de este porte no se encuentran todos los días... tú misma.

David desaparece y Zaida continúa subiendo hasta encontrarse con Alfredo frente al mural de la escalinata.

Zaida le habla.

Zaida: me pareció ver a alguien muy extraño que me hablo de ti.

Alfredo: algo parecido me sucedió a subir también.

Zaida: continúa con la historia.

Alfredo: por culpa de hombres y mujeres se separaron pero su amor por siempre será eterno, subamos arriba te terminare de relatar la historia.

Zaida: de acuerdo, cambiemos de lado.

Alfredo: lo siento esta vez no puedo cambiar de lado soy de izquierdas.

Alfredo comienza a subir acompañado de Valentina que le habla.

Valentina: yo una vez perdí a mi amor y fue para toda la eternidad, no cometes tú el mismo error.

Alfredo: es cierto es muy hermosa, pero acabo de conocerla.

Valentina: hacéis muy buena pareja.

Al llegar arriba Alfredo está solo.

Zaida sube la escalera acompañada de David que le habla.

David: como puedes dudar de lo que el cielo y las estrellas de Teruel han puesto en tu camino.

Zaida: Salí de mi casa sin equipaje y estoy varada aquí en Teruel.

David: cierto saliste de tu casa en busca de un amor que el destino te trajo aquí en Teruel y con él.

Al llegar arriba Zaida está sola y los dos se reúnen otra vez en el centro del último descansillo de la escalinata.

Zaida: como termina tu relato de la escalinata de los amantes.

Alfredo: un ogro los unió y lo que un ogro une que no lo separen los humanos.

Zaida: ahora ya te has pasado, todo el mundo sabe que los ogros son malos.

Alfredo: no todas las personas son buenas, ni todos los ogros malos.

Zaida: haber dime un ogro que no sea malo.

Alfredo pensativo rápidamente responde.

Alfredo: shreck .

Zaida sin poder aguantarse suelta una carcajada.

Alfredo: la leyenda dice que los que empuen la escalinata de los amantes cogidos de la mano y cogidos de la mano la acaban siempre estarán juntos en la cercanía o en la distancia.

Ahora es Zaida quien le tiende la mano y Alfredo quien la coge y ambos terminan de subir juntos la escalinata y avanzan hacia el paseo del

ovalito.

Desde los laterales de la escalinata Valentina y David les miran y hablan.

Valentina: por un momento y gracias a ellos sentí el roce de tus dedos en los míos y me estremecí amado mío.

David: yo también lo sentí amor, míralos que felices van los dos cogidos de la mano los condenados.

Valentina: cierto se les ve felices, pero los condenados somos tú y yo.

Volvemos con Zaida y con Alfredo.

Alfredo: este es el paseo del ovalito.

Zaida: porque lo llaman así.

Alfredo: la verdad es que no lo sé, también en Teruel tenemos la plaza playa de Haro, y ni tenemos playa, pero sí que es cierto que pasamos por el Haro.

Zaida ríe, los dos juntos llegan a las escaleras que llevan a la glorieta.

Zaida: Otra escalinata a donde lleva.

Alfredo ríe y dice.

Alfredo: esta escalera lleva a arriba.

Zaida: y que hay arriba.

Alfredo: la glorieta, subamos a la glorieta.

Ambos suben hasta la glorieta cogidos de la mano y una vez allí se encuentran con (Magda) una mujer rubia metida dentro de una capa negra.

Zaida: buenas noches.

Magda: buenas chicos habéis visto a mi ogro loco.

Alfredo: no, no hemos visto a nadie.

Magda: si lo veis decidle que lo estoy buscando. Mirad a ver si esta por el viaducto peatonal, le gusta pasear por él.

Alfredo: vayamos al viaducto.

Zaida: si le vemos le decimos que lo está buscando.

Ambos cruzan la calle y se van hacia el viaducto. Lo cruzan juntos hablando cada vez más cerca el uno del otro.

Antes de llegar al punto de partida se ponen a hablar apoyados en la barandilla del viaducto.

Zaida: es muy bonita Esta Tierra tuya.

Alfredo: bonita y dura, cálida en verano y fría en invierno pero como tu hermosa siempre.

Zaida: gracias por el cumplido.

Alfredo: la verdad nunca puede ser considerada como un cumplido.

Ambos preguntan a la vez.

Zaida, Alfredo: en que trabajas.

Alfredo: yo pregunte primero.

Zaida: eso no es cierto, pero yo responderé primero.

Cada vez está más juntos el uno del otro.

Zaida: soy profesora de música, pero trabajo con niños pequeños... Pero mi sueño es cantar mis propias canciones y tú a que te dedicas.

Alfredo: depende del día, trabajo en un matadero, lunes y martes despiece de la carne, miércoles y jueves clasificación y envasado y viernes preparación de pedidos.....

Continúa en el número del mes de agosto

Guion de cine de Antonio Jose Caralps Sobrera

Siempre juntos

Una noche de invierno tomando un caldo caliente en un mesón de Madrid, conocí a Francisco, asiduo cantante de estos locales, me propuso que tocara la guitarra para él, en alguna ocasión me había visto tocar en el metro, me lo pensé y acepté.

A Francisco le conocían por el doctor, Paco, como empecé a llamarle, era un gigantón de casi dos metros, era mayor que yo y tendría alrededor de 55 o 60 años.

Yo tocaba la guitarra, no es que lo hiciera muy bien, pero podía valer.

Me lo tomaba muy en serio, Paco cantaba desde el corazón, lo sentía, pero era curioso verle, la ropa por fuera, la camisa mal abrochada. Tenía su propio estilo, lo que le hacía ser único en su género, primero demostraba que sabía para luego estropearlo todo y convertirse en un verdadero showman.

Deduzco que siempre quiso poder dedicarse al espectáculo pero que nunca reunió las condiciones suficientes como para poder dedicarse a ello o simplemente, mala suerte.

Mi sensación era que, en cierto modo era un fracasado, siempre queriendo hacer reír a los demás, aunque para ello tuviese que hacer el más espantoso ridículo, tenía un gran corazón.

Todas las noches salíamos a trabajar, recorríamos los mesones de la zona vieja de Madrid, él siempre iba con una destartalada mochila, llena de trastos, ropa interior femenina, incluso algún juguete erótico, era capaz de utilizar todo en una sola actuación.

Nada tenía que ver una cosa con otra, pero él lo utilizaba, saltaba, cantaba, haciendo muecas horrorosas y estropeando continuamente preciosas baladas, pero al mismo tiempo levantando grandes carcajadas y algún insulto que otro.

Todo el material que llevaba en la mochila lo sacaba, se ponía por encima la ropa interior haciendo movimientos obscenos, que en más de una ocasión produjo que nos enseñaran la salida, nunca se negaba a salir y aceptaba de buen grado la invitación.

Paco vivía en un hostel de la calle Hortaleza, una vez que fui a buscarle, me hizo pasar a su habitación, donde preparaba lo que iba a hacer por la noche, se contorneaba, si así se le puede llamar a esos movimientos extraños que hacía, se ponía unos collares hechos por de cosas que se encontraba por la calle porque de nada era capaz de hacer algo extraño y a la vez bonito, ilusión no le faltaba, siempre frente a su inseparable espejo.

Terminaba de trabajar y salía corriendo a meterse en su bañera y mirarse en el espejo, a veces incluso se dormía.

Una noche tuvimos una muy buena acogida, recogimos muchas propinas, así que al otro día yo me compré unos zapatos, Paco pagó la mensualidad de la pensión y pudimos comer de restaurante: menú del día, café, copa, y puro. Le encantaba.

Esa noche después de estar actuando en

varios mesones y locales de la zona, cuando ya por la hora y por el cansancio acumulado nos disponíamos a regresar a nuestros aposentos, un grupo de chavales evidentemente llevados por el exceso de alcohol, nos invitaron amablemente a que realizáramos una actuación en plena calle, Paco se negó rotundo, como rotunda fue la cariñosa paliza que nos dieron.

También limpiaron los bolsillos de Paco. Esa noche no pudimos hacer cuentas pues íbamos al cincuenta por ciento en todas nuestras actuaciones así que nos despedimos dándonos la mano, era la primera vez que Paco se confiaba a mí.

El catorce de febrero, salimos como habitualmente de la calle Hortaleza a bajar por Monterra y allí en un bar pequeñito, antes de empezar a trabajar tomábamos café, el señor Pepe casi nunca nos cobraba.

Esa noche era más tranquila, día de los enamorados, quizás íbamos más tristes, no sabría decir.

Llevábamos tres actuaciones y en la cuarta, todo iba bien como de costumbre, Paco cantando, sacando cacharros, unos se reían, otros silbaban y en esto salió un joven alto, rubio, guapo y nos pidió dejarle cantar, me pidió que le acompañase a la guitarra y así lo hice.

Cantaba bien, terminó su canción, regresó a su mesa y allí le estaba esperando una chica que se abrazó a él, la canción evidentemente era para ella, a pesar de todo recogimos buenas propinas, de hecho, fue la mejor noche que tuve con Paco y de hecho insistió en que yo me quedara con toda la recaudación, que él tenía dinero guardado y que yo lo iba a necesitar más que él, y quedamos para el día siguiente.

Lo que pasó aquella noche lo desconozco, solo sé que al acudir a nuestra cita diaria Paco no apareció.

Siempre era puntual y aquel quince de febrero no lo fue.

Me acerqué al hostel, pendiente por si me cruzaba con él en el camino, y al llegar al hostel se me abrazó llorando Antonia, que así se llamaba la dueña.

Paquito, que así le llamaba en tono cariñoso, se ha suicidado, se cortó las venas en la bañera frente al espejo.

Desconozco que se le pasó por la cabeza esa noche a Paquito, pero le vi la cara, cuando al subir ese muchacho alto, rubio a cantar, todo el mundo escuchando en silencio, aplaudiendo, y esos besos, ese abrazo de esa muchacha que le estaba esperando, él se dio cuenta de quién era.

Estaba solo, no tenía familia, no sabía cantar, solo me tenía a mí y yo no era nadie. Murió con su mejor amigo, siempre juntos, hasta el final, su espejo querido.

Andamos por la vida preocupándonos de nosotros mismos sin darnos cuenta de que al otro lado, hay muchos Franciscos.

D.E.P, Amigo.

Antonio Gómez Espericueta

La mecedora

"Duérmeme niñito mío, que tu madre no está en casa, que se la llevó la Virgen, de compañera a casa" (Federico García Lorca)

I

Silvia fue a casa de Alejandra a tomar mate como todos los domingos.

Ese, en especial estaba lluvioso y relampagueante.

Su amiga canturreaba una vieja nana, mientras calentaba la pava: "Duérmeme niñito mío, que tu madre no está en casa, que se la llevó la Virgen, de compañera a casa".

Silvia se estremeció porque el canto parecía lejano y como si lo entonara otra persona.

Sin saber por qué, miró hacia uno de los rincones del living.

Una preciosa mecedora descansaba con libros encima.

-¡Qué hermosa mecedora! - dijo Silvia.

-Era de mi madre- contestó Alejandra.

Silvia prefería no hablar de la progenitora de su amiga porque la infancia de ésta había sido muy bizarra.

Con castigos y represiones que hubieran podido volver loco a cualquiera.

-¡Vení! Comamos unos crackers - dijo Silvia al ver a su compañera algo trastocada.

-¿Sabías que en esa mecedora falleció?

-Sí. Lo sé. No pienses más en ello. Vos sabés que soy agnóstica.

Sin saber por qué Silvia remató:

-¡Siempre quise una mecedora! Es mi sueño para descansar luego de la oficina.

La vida de nuestra protagonista no había sido fácil tampoco.

Familia paranoide de la que escapó a fuerza de querer hacer las cosas diferentes.

No por nada eran amigas.

Costó que Alejandra le vendiera el armatoste, pero ya estaba en su casa.

Pasó el tiempo y ocurrieron cosas a las que Silvia no le encontraba "gollete".

Cosas milimétralmente fuera de lugar.

La mecedora corrida siempre medio metro de dónde estaba la noche anterior, etc.

Hasta que una madrugada escuchó un susurro seguido de una mano que le tocó el hombro y no era de su pareja que dormía a su lado:

- "Silvia"- susurró una voz de ultratumba.

La chica se sobresaltó y salió corriendo de la cama. Fue al living y vio como la mecedora arrojaba como poseída los cojines al piso y se movía sola.

II

Hospital psiquiátrico. Pabellón 3.

El doctor cuenta a un colega el historial de una de las pacientes:

-Femenina de 35 años. Psicoparanoide. Historial familiar de esquizofrenia.

La encontró su novio con un cuchillo en la mano en diagonal a uno de los muebles que alegó moverse solo.

Se cree posible intento de suicidio.

Tres días antes había ido al funeral de su amiga que se ahorcó en la ducha del baño.

III

Siete remedios para la psicosis y seis meses de tratamiento.

Al final estaba fuera del hospital con la promesa de acudir tres veces por semana y llevar un diario que expresara sus miedos y pensamientos recurrentes.

Silvia llegó a casa y por suerte la mecedora no estaba.

Su pareja la había vendido.

-Amor, voy a comprar tus pastillas - dijo su novio acostándola en la cama.

Prometeme que si pasa algo me llamás y vuelvo corriendo.

Silvia le sonrió aceptando el beso en la frente y quedándose dormida.

A la media hora, un ruido la despertó.

Pensó que era él en el comedor.

Cuando se levantó la mecedora estaba allí y la imagen de la difunta madre de Alejandra, su amiga, en ella.

La vieja dijo:

-No te quiere. Hace meses que tiene otra. Permanece a tu lado por lástima.

Y cuando estés mejor se arrojará a otros brazos.

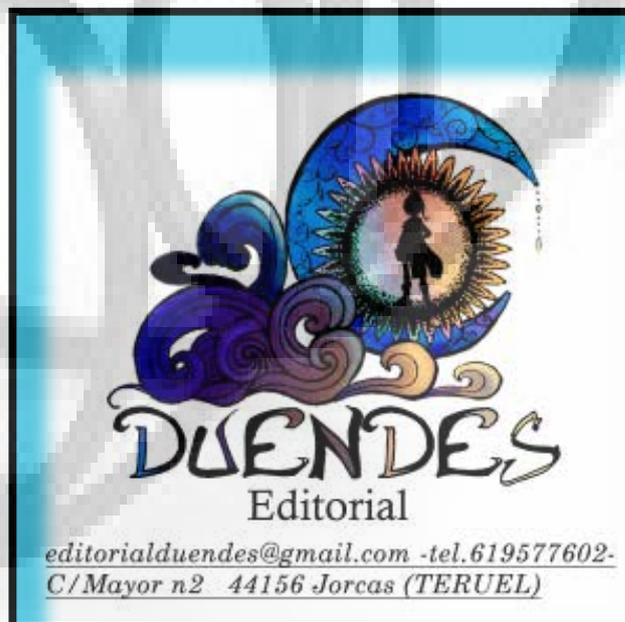
Ya sabés lo que tenés que hacer... ¿No, querida?

Silvia asintió con la cabeza y fue a la cocina por el cuchillo más grande.

-Detrás de la puerta será sorpresivo y rápido- remató la anciana.

La chica aferró el cuchillo y lo esperó mientras canturreaba la vieja nana que la madre de su amiga le cantaba para hacerla dormir.

Laura Inés Barbalace



Normas de publicación de Esta Tierra

Normas de publicación para autores colaboradores de la revista

Esta Tierra: Revista de la asociación cultural de Cine y Literatura, que se edita en San Agustín (Teruel).

Esta Tierra, comenzó su andadura en 2010 coordinada por Antonio José Caralps Sobrera y Ángel Manuel García Álvarez, bajo una perspectiva multidisciplinar, permitiendo la participación de ciudadanos que profesan inquietudes literarias y de otros autores, consagrados a la investigación.

Esta Tierra se publica cada mes. Los autores que deseen participar en la elaboración de esta revista deben enviar sus trabajos al correo electrónico:

paraestatierra@gmail.com

Estas propuestas serán redirigidas al Comité editorial para su revisión.

Las directrices para los autores son:

- El título del artículo
- Nombre y apellidos del autor o autores, en el caso de que se haya realizado un trabajo coral.
Organismo o centro de trabajo, dedicación profesional y dirección de correo electrónico de contacto (en el caso de que el autor desee que aparezca en la publicación junto a la autoría del artículo).
- Texto.
Si cuenta con imágenes y gráficos opcionales, se adjuntará en archivos independientes y con una resolución no inferior a 300 ppp.
El autor adjuntará un archivo con las imágenes y sus pies de foto, así como la numeración por orden de cómo deben aparecer en el artículo.
Deberá utilizarse preferentemente el programa Word para Windows, usando como fuente Arial 12, para texto, y de 10, para las notas.
El texto debe ir justificado en los dos casos.
- Se deben citar fuentes y créditos siguiendo el formato Chicago (www.chicagomanualofstyle.org).
- El autor se hace cargo de las consecuencias legales de su artículo si las tuviera.
- No se admitirán temas políticos ni pornográficos.
- La dirección hará una selección de todos ellos para su publicación.
- Los trabajos se enviarán antes del día 20 de cada mes.

Con la publicación de los trabajos en la revista Esta Tierra, los autores aceptan la difusión de los mismos.

La Dirección



Esta Tierra

Desde la redacción de la revista Esta Tierra, les damos las gracias por la participación, ya sea en los envíos de trabajos o como lectores.

Cada granito de arena, pequeñito, como una letra, es importante para aportar a los días un poquito de lo mejor de cada persona.

Nos estamos preparando para que, todos juntos, podamos seguir dando lo mejor de nosotros mismos.

Nos queda decirles en esta contraportada:

MUCHAS GRACIAS

La Dirección

Esta Tierra

