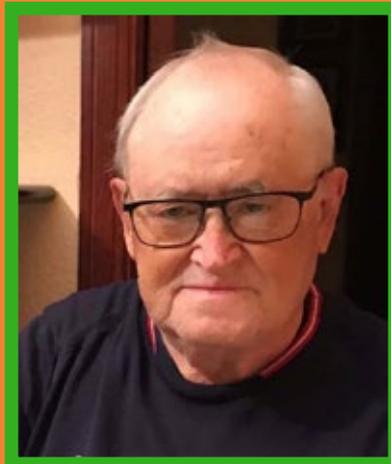


# Esta Tierra

**AÑO XII DE LA REVISTA Nº 135  
MES DE OCTUBRE 2022**



Cuadro de  
*Francisco Pérez  
Valero*

*La mujer  
y la vida*

# POETAS



21 poetas, de estilos muy diferentes y temas distintos

## EDITORIAL

El número 135 consta de 64 páginas. En él encontraremos temas muy variados, diferentes y culturales, de más de 32 artistas o escritores, muy distintos, donde encontraremos nuestro tema favorito y pasaremos un rato agradable con su lectura.

Además, es un número especial, ya que supone el fin de una etapa debido a que me retiro de la edición de esta revista. He editado 25 números y creo que ya ha llegado el momento de mi relevo y dejar a otros esta tarea.

Doy ánimos al que me siga con este proceso de edición y montaje de la revista, fijo que sera mejor que yo.

Agradecer a la dirección el permitirme el montaje de estos números, en los que he puesto todo mi esfuerzo y empeño por mejorar y superar cada uno de ellos mes a mes.

Hasta siempre.

CURIOSIDADES



APPS

CUADROS

Libro EL CID  
EL MURO

Humor

EL BAR DE ANGEL

Recetas de cocina

Fotos

## Sumario

### Índice de artículos y colaboradores

- 4---Ayer / Brisa / Por agua / Sin queja  
**Antonio Jose Caralps Sobrera**
- 5---Athletic de Bilbao / Rosas / El fin  
**Angel Manuel García Álvarez**
- 6---Impresentables / Tosigo / Prisionero  
**Juan Carlos Pamplona Ríos**
- 7---La esperanza mía  
**Job Danilo Arias Montero**
- 8---La sombra del velo de un beso / Escarcha diluida / El zarpazo de una lágrima  
**Doris Mabel Peña Sepúlveda**
- 9---Sideral?  
**Alonso Dávila Sira Venezuela**
- 9---Fatigado sin humanidad  
**Enrique Tapia Espinoza**
- 10---Peregrino / Los vaqueiros de alzada / Pequeña, Galana / Virgen del Carmen  
**Manuel García Estadella**
- 13---Montevideo / Poema XXXIII / Poema CIV  
**Gabriel Barrella Rosa**
- 14---Aquella tarde / La noche  
**Israel Omar Veneros Montaña**
- 15---"Yo & Yo"  
**Julián Alberto Guillén López**
- 16---Te espero / Tiempo recuerdame  
**Julio Luis Portillo**
- 17---Aceptación / Momento  
**Bárbara Caridad Olivera Más**
- 17---Haikú  
**Sandra Galarza Chacón**
- 18---Nogalia, amor, más allá de la muerte  
**Fernando March**
- 18---Tiempo / Ausencia  
**Kristy Gibson**
- 19---¡Mujer mexicana felicidades! / Libro, es tu día, amigo inseparable  
**Alicia de la Paz Ortiz Cuevas**
- 19---Árbol cantor / Nunca más / El silencio  
**Dora Luz Muñoz de Cobo**
- 20---Lo extraña  
**Lorena Deluca**
- 20---El póstumo olvido te dejó pendiente  
**Albertine Orleans**
- 20---Haikú  
**Florichel Santizo**
- 21---Invocaciones  
**Gabriel Barrella Rosa**
- 23---El muro  
**A. M. G. A.**
- 24---Recetas de cocina
- 26---Apps para teléfonos móviles
- 27---Refranes  
**Gabriel Barrella Rosa**
- 27---Frasas históricas
- 28---Bricolaje
- 30---Las fotos de Henk Scheurs  
**Henk Scheurs**
- 31---Las fotos de Ana Pobo Castañer  
**Ana Pobo Castañer**
- 32---Luna de Abajo y sus pueblos  
**Angel M. García A.**
- 33---Curiosidades de Esta Tierra
- 34---Rodrigo Díaz de Vivar, el Cid Campeador
- 35---Los cuadros de Francisco Pérez Valero  
**Francisco Pérez Valero**
- 38---Ciclo de entrevistas del mes de Esta Tierra  
**Xavi Guimerá**  
**Doris M. Peña Sepulveda**
- 42---Asamblea de hojas secas / Ojo sabio / La Educación por el Arte y la Psicología  
**Bárbara Caridad Olivera Más**
- 45---La iniquidad de la ley  
**José Antonio Ibáñez Marqués**
- 46---El sombrero de copa  
**Enrique Tapia Espinoza**
- 47---Pasatiempos
- 48---El Cine  
**Antonio Jose Caralps Sobrera**
- 50---La Tierra  
**Graciela Cecilia Enríquez**
- 51---Heráldica del apellido Alba
- 52---Conceptos heráldicos
- 52---Humor
- 53---Ellos: Una historia de encuentro  
**Lorena Deluca**
- 54---El árbol que sonreía  
**Gabriel Aranís**
- 56---Café Premium  
**Ariel Dom Trus**
- 57---Shakshuka  
**Antonio Gómez Espericueta**
- 58---La leyenda de Aka Manto / La Virgen del Puy / El Sufí  
**Covadonga Álvarez Cuesta**
- 60---El Bar de Angel  
**L. M. G.**
- 62---El libro del mes de Esta Tierra  
**Manuel García Estadella**
- 63---Normas de publicación de Esta Tierra  
**La Dirección**



## **Ayer**

El ayer ha pasado  
se fue para no volver.  
No dejar nada olvidado  
para el ayer.

Alguna cosa  
nunca se olvida.  
Ya que oler una rosa  
basta para dar vida.

Siempre debes dar amor  
y al tiempo ser fuerte.  
Porque con dolor  
se valora más la suerte.

Nada está decidido  
pues a diario.  
Antes de que acabe perdido  
todo es necesario.

De la misma forma  
el mundo real.  
Solo se transforma  
en mundo irreal.

Por eso te digo  
para después no debes dejar.  
De luchar por un buen amigo  
o simplemente de soñar.

Vuela con el viento  
sin negar verdad.  
Pero no atrapes un solo momen-  
to  
vive muchos en libertad.

## **Brisa**

Corrió sin prisa  
el aire atravesó el muro.

Una suave brisa  
de aire puro.

Se llevo la peste  
de uno a otro lugar.  
Del este al oeste  
acabo por emigrar.

Dictando sentencia  
de lo que no se comenta.  
Sin dar clemencia  
a la tormenta.

El aire helado  
desde el ayer.  
Que se había marchado  
acabo por volver.

Sin pedir permiso  
para poder entrar.  
Tras hacer caso omiso  
volvió a regresar.

Helando a la humanidad  
con aire frío.  
Helando la libertad  
creando vacío.

Rompió la calma  
y hasta las ganas de soñar.  
El pobre alma  
se limita a aire respirar.

## **Por agua**

El frío cemento  
acabo agrietado.  
Tras el líquido elemento  
que torrencialmente ha mojado.

Todo el suelo  
limpio de impureza.  
Tras caer del cielo  
la transparente pureza.

Lo malo se fue a llevar  
pero regresara el mal.  
Tras todo limpiar  
Tras lo bueno como normal.

El oscuro manto  
de nubes de negro algodón.  
Provocan el llanto  
y la desesperación.

Pero ha llovido  
para matar el error.  
Dios nos ha bendecido  
con las lágrimas del señor.

Pero el humano insulto  
volverá a aparecer.  
Desde lo oculto  
para volver a crecer.

Siempre en el destino  
como es habitual.  
Lo divino  
va tras lo racional.

## **Sin queja**

Ya sin queja  
lo peor pasado.  
Aguanta a tu pareja  
tras cuarenta años de casado.

Pero haz lo que te dé la gana  
al menos una vez año.  
Al aire una cana  
pero sin engaño.

Justifica la vida  
de forma real.  
De vez en cuando una salida  
pero que parezca normal.

Porque lo de cada día  
sin perder ocasión.  
Ir a la peluquería  
no atiende a razón.

Porque suele pasar  
que cuando estés en la cama.  
Le suele el celular  
eso si a tu dama.

Y presto contesta  
si cariño, si amor,  
vete con tu mejor amigo.  
Cuando cuelga comenta  
tranquilo mi marido  
está cenando contigo.

**Antonio Jose Caralps Sobrera**

El Ogro.  
Derechos de autor reservados



## Athletic de Bilbao

Equipo centenario  
una gran institución  
colores representando  
una forma de juego,  
amores de socios  
simpatizantes por el mundo.

Te mantienes fiel  
al rojo y blanco  
bandas de colores  
mantenidas en el tiempo  
en tu camiseta  
el negro del pantalón  
como las medias negras.

Unos ingleses te fundaron  
a últimos del diecinueve  
unos años convulsos  
de cambios y contrastes  
y te fuiste a San Mames  
por la Catedral conocido.

Tu primer título  
la copa de coronación  
año mil novecientos dos  
muchos más siguieron  
en sus años de competición.

A lo largo de la historia  
grandes hitos conseguiste  
reflejados en tus vitrinas  
con trofeos y condecoraciones.

Sigues fiel a una idea  
tu cantera es lo principal  
no quieres extranjeros  
solo jugadores vascos  
de identidad tu símbolo  
y con ello compites  
a nivel nacional

también internacional.

Fundaste Lezama  
de jugadores escuela  
de España la primera  
para mimar tu cantera,  
que glorias te ha dado  
reconocidas en el mundo.

En tu larga historia  
siempre en primera  
no conoces el infierno  
de categorías inferiores.

Tu gran estadio  
llamado San Mames  
construido en terrenos  
del asilo de San Mames  
conocido por la Catedral  
de la ermita diferenciándolo  
con un apelativo cariñoso.

Igual que San Mames  
amanso a los leones  
al ser discípulos de él  
al contrario domináis  
ese apelativo lleváis  
por eso se os llama leones.

La gabarra es vuestra  
paseando los títulos  
la ría recorriendo  
de seguidores repleta  
a ambas orillas de la ría.

Ya tenéis leonas  
incorporación nueva  
del fútbol femenino  
sumando trofeos  
para igualar al masculino.

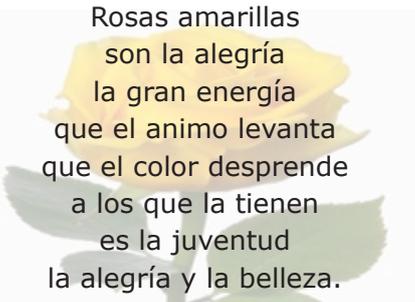
El nuevo San Mames  
un campo moderno  
en viejo reconstruiste  
en el mismo sitio.

Un grito, una voz  
Athletic, Athletic, Athletic,  
bufandas al viento  
cuando un gol metéis  
es vuestra afición  
a muerte con el equipo  
ruge como leones  
animando a los jugadores  
que nunca os abandona.

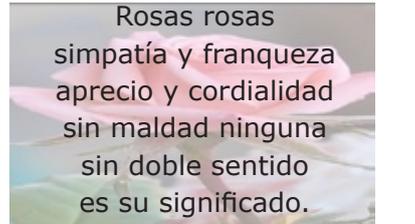
## Rosas



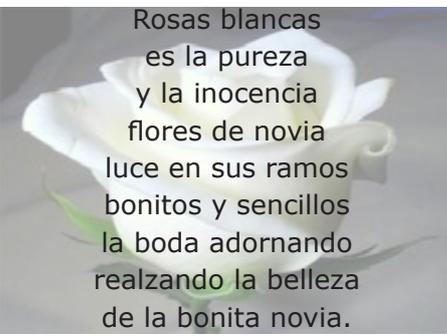
Rosas rojas  
muy preciosa  
fruto del rosal  
alegría de la vista,  
de las floristerías  
indiscutible reina,  
pasiones desata  
del amor señal,  
erotismo y seducción  
en la pareja representa.



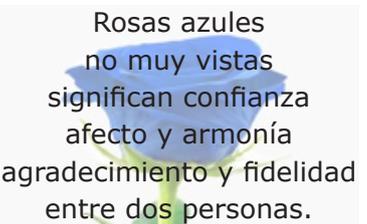
Rosas amarillas  
son la alegría  
la gran energía  
que el animo levanta  
que el color desprende  
a los que la tienen  
es la juventud  
la alegría y la belleza.



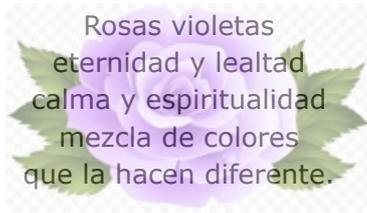
Rosas rosas  
simpatía y franqueza  
aprecio y cordialidad  
sin maldad ninguna  
sin doble sentido  
es su significado.



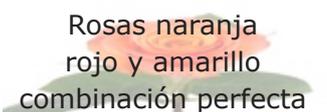
Rosas blancas  
es la pureza  
y la inocencia  
flores de novia  
luce en sus ramos  
bonitos y sencillos  
la boda adornando  
realzando la belleza  
de la bonita novia.



Rosas azules  
no muy vistas  
significan confianza  
afecto y armonía  
agradecimiento y fidelidad  
entre dos personas.



Rosas violetas  
eternidad y lealtad  
calma y espiritualidad  
mezcla de colores  
que la hacen diferente.



Rosas naranja  
rojo y amarillo  
combinación perfecta

belleza y encanto  
satisfacción y alegría  
agradable tono  
para una rosa singular.

Rosa verde  
muy poco vista  
símbolo de esperanza  
el total equilibrio  
entre mente y cuerpo  
para que te la regalen.

Rosa negra  
rara especie  
solo en Turquía  
es donde crece,  
muy poco vista  
separación y muerte.

### ***El fin***

Todo tiene su final  
todo se termina  
es lo natural  
en todas las cosas  
ley de la naturaleza  
que ejerce su voluntad  
es un gran ciclo  
siempre repetido.

Ciclos de vida  
que a todo afecta  
unos mas cortos  
otros mas largos  
pero a todos les llega  
su gran final.

El fin necesario  
un antes y un después  
para surgir de nuevo  
nuevas generaciones  
adaptándose a los tiempos,  
morir o regenerarse,  
de etapas un camino  
que se debe recorrer  
a su fin llegando  
lo viejo enterrando  
lo nuevo surgiendo  
el fin esperando.

**Angel Manuel García Álvarez**

Derechos de autor reservados.



### ***Impresentables***

Mirados con asco  
y con desprecio.  
Son los niños  
de un mundo sabio y necio.  
Que hizo del dinero lo primero.  
Olvidando que hay seres  
que por mas que se esmeran.  
No logran conseguirlo  
de la estera.  
Viven también  
en algunos callejones.  
Esperando de alguien  
el amparo,  
delinquiendo algunos,  
para eso son utilizados,  
dolor, miseria, hambre.  
malos vicios,  
aprendidos de los grandes,  
llevan casi todos  
un triste pasado.  
Algunos se marcharon  
por rebeldes.  
Otros fueron así,  
no mas abandonados.  
Otros vienen  
de hogares separados,  
quizás los sinsabores  
de la guerra.  
Tal vez solo  
sea el descuido.  
De una sociedad  
colmada al sinsabor,  
de una humanidad  
plagada de dolor,  
mientras la desigualdad social,  
siga siendo,  
de la tierra la bandera,  
habrá niños

en la calle viviendo  
en otra esfera,  
condenados al olvido,  
al dolor de no haber sido,  
a morir tras un frasco  
de pegante.  
Para calmar el hambre,  
pues para ellos  
no hay restaurante,  
juguetes del destino,  
son los niños de la calle.  
Que terminan  
siendo victimas  
al final del camino.

### ***Tosigo***

¡OH! Gloria nefasta inmarcesible,  
si pudiera escabroso tormento.  
saborear la gloria de la vida,  
si pudiera saborear  
por un segundo.  
No entiendo  
porqué quieres liberarte  
del arroyo que fluye  
cual sonrisa.  
Si tu vientre  
ahora siente prisa  
de dar vida  
a la vida misma.  
Marisma,  
locuaz tormento.  
sociedad pensante  
cual jumento.  
Deberes ha de enseñar  
el ser a quien de la vida  
se cree merecer,  
que no fenece  
en vano la ilusión,  
que no se apague la voz,  
ni la canción,  
Licuadoras del mal  
los hospitales,  
si es derecho  
de la fémina elegir,  
que elija vida  
o aprenda a bien vivir.  
Libre albedrío  
de una sociedad insulsa,  
que forma madres  
y luego las expulsa,  
escuelas maternas  
proveían de esclavos  
las matadoras fabricas.

Ahora...  
no sirven ya los vientres  
su propósito.

Ahora...  
ser dador de vida  
es un delirio,  
ser dador de vida  
es un delito,  
ya no van los obreros  
a las fabricas,  
ya no hay cines  
para llenarlos,  
de besos y pasión  
desenfrenada.

La sociedad capitalista  
quita y pone,  
el ser en desazón  
con su destino.

Muñecos del infame  
desatino, terminamos  
siendo por los medios.

Auguró que muy pronto vemos,  
esos secos vientres conteniendo  
maquinaria insulsa,

tal vez relojes  
que va y vengan marcando  
los segundos del camino,  
minutos que quizás  
traigan mensajes

de una sociedad perversa...

¡Vida a la vida!

¡Vida a los seres!

Mas no son  
mis menesteres,  
pero invocó  
lo más tierno y dulce,  
la caricia de los hijos,  
hombres mujeres  
deberán de procurarse  
dar vida y sentido  
a la existencia.

Analizar si justifica  
su presencia,  
matar un hijo,  
para mi.

No tiene sapienza,  
mucho menos  
si indefenso grita,  
que no debieron invocar,  
a este mundo su presencia.

**Juan Carlos Pamplona Ríos**

Derechos reservados del autor



### **Prisionero**

Prisionero aquí me tienes  
prisionero del recuerdo  
de momentos intensos  
que viví yo junto a ti  
varias veces me pregunto  
y te busco entre la gente  
me es difícil olvidar  
y muy triste recordar  
de ese día que dijiste  
que me has  
dejado de amar..

Sigo pendiente ti  
como un siervo mal herido  
mientras te has olvidado de mi  
yo pienso en lo que he perdido.

He perdido un amor del bueno  
es lo que yo creo  
pero ha sido un amor ajeno  
no debí amarte es lo que veo.

Fuiste mi amor primero  
y yo fui un amante inocente  
hoy te saco de mi mente  
y renuncio a ser tu prisionero...

### **La esperanza mía**

Recordando momentos  
de nostalgia de la vida mía.  
aquellos días,  
en que mi corazón  
se mostraba al mundo,  
tan sensible y delicado

Cuando la esperanza  
de volver a amar  
lo había perdido  
en esos tiempos de soledad  
tristeza y olvido...

Cruzase por mi delante  
mujer aquella  
robando en mi  
miradas y suspiros  
y no solo al caminar  
dejaba huella,  
también en mi  
dejaba parte de ella.

Logro que todos mis sentidos  
se concentran en su mirar,  
volví varias veces por el lugar  
sin tener el gusto  
de poderte encontrar.

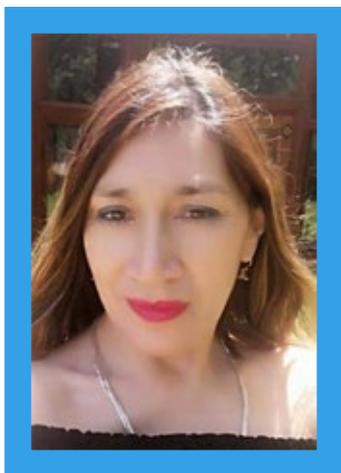
Posaron días  
y mi ser recordaba  
siempre aquel momento,  
sabiendo que llegaría el día  
de volverla a ver  
sintiendo como el tiempo avanza  
pero siempre viva,  
en mi la esperanza  
de encontrarla  
por el mismo lugar.

Hasta que llego  
el momento que la vi  
con valor me acerque  
a ella y le dije,  
si su corazón  
no tiene dueño,  
permitirme decirle  
que desde hace días  
usted a robado mi sueño...

Me regalo  
una sonrisa nerviosa  
y empezamos  
por una amistad hermosa,  
comprobé que la persona  
siempre alcanza  
mientras no deje morir  
la esperanza ....

**Job Danilo Arias Montero**

Derechos reservados del autor



## **La sombra del velo de un beso**

Un beso de escarcha  
recorre los cimientos  
del pensamiento,  
enjambre silencioso,  
mariposas resplandecientes  
de ilusiones nuevas,  
minutos que la vida  
le toma al tiempo  
gatillando furiosos arreboles  
de rojizo atardecer.

La sombra del velo de un beso  
parece escabullirse  
entre el zumbido del viento,  
entre el oleaje del tempestuoso  
y arrogante mar,  
delirio de amor  
aferrado a los brazos del silencio  
inocuo que nos cobija el alma,  
delirio del pensamiento  
pecaminoso del tiempo  
que se escurre en los segundos  
de una mirada,  
donde arde el pecho  
y recorre nuestras venas  
un río de lava  
que escapar quiere  
por los poros de la piel,  
piel envuelta en sudor  
caricias que cubren la carne  
que se quema  
al contacto de los dedos  
y al fulgor de una mirada.

Delirio, gota de lluvia  
resbalando por los pétalos  
de las rosas del jardín,  
del edén de tu amor.

## **Escarcha diluida**

Espacio cónico,  
aventuran espacios silenciosos,  
verdades vestidas almidonadas  
en ajuares blanquecinos  
que nubla la mirada del corazón.

Escarcha diluida,  
bruma ensordecedora,  
velo perturbador que nubla  
la mente en seguir siendo  
el pensamiento,  
dejando a la deriva  
las yertas caricias  
que mueren sepultadas  
en las cloacas  
donde un día  
cristalina pura corría  
la alegría y la felicidad.

Duele el dolor...  
duele el quebranto  
que perfora el corazón,  
como una daga punzante  
en medio del pecho,  
como flecha envenenada  
ahí en el costado  
donde late la vida  
y muere el alma,  
como el suspiro quejumbroso  
ahogado en la garganta,  
ojos ciegos que no ven  
más con ahínco florece  
en los charcos oxidados  
del mísero destino  
vestido de asesino,  
con capucha genocida  
envenenada de dolor.

## **El zarpazo de una lágrima**

Habitaba la ciénaga  
de la dormida tolerancia,  
un grito desgarrador  
salió del abatido pecho,  
como un rayo de potente luz  
atravesó el cielo  
de su pensamiento,  
el subconsciente  
abre sus ojos,

suelta de golpe la careta,  
resbala por la mejilla  
de la alegría  
una agónica sonrisa...

De pronto el zarpazo  
de una lágrima  
se incrusta  
en medio del corazón,  
era sin duda  
el dolor apoderándose  
de cada rincón,  
ríe triunfante,  
se siente poderoso,  
el corazón parece estallar  
en medio del pecho,  
la sangre se vuelve fría  
el cuerpo palidece de miedo,  
escalofríos.

Tu mente quiere entender,  
pero te encuentras  
frente al espejo  
y tu rostro interior  
se pierde en las pupilas  
dilatadas del tiempo  
que no se detiene  
creando espasmos,  
restos de memoria  
que se diluyen  
en lentos segundos  
de agónico tiempo...

Dolor daga  
empuñada a traición,  
dulce beso envenenado,  
zarpazo de una lágrima  
que hiere  
pero no mata tortura,  
lastima agrietando  
el sentimiento  
dejando a la deriva  
una mal herida  
cordura que se desvanece  
en los yertos acordes  
de una felicidad  
que fenece en los brazos  
de la soledad.

**Doris Mabel Peña Sepúlveda**

Derechos reservados del autor



### **Sideral?**

Es mi sueño?  
avanzo lentamente  
siento caer,  
en insondable abismo  
en silencio profundo,  
creo percibir muros.

Oscuridad!!  
es una oscuridad  
indescriptible!!,  
pienso en un portal,  
sin discernir  
el porqué lo pienso!  
mi cuerpo pierde peso,  
eso creo,  
sigo cayendo  
sin fricción,  
solo eso, caer,  
soy menos denso  
creo perder materia,  
peso menos?  
no sé.!!!

Sin peso corporal  
siento diluirme,  
me uno a la oscuridad,  
soy uno con ella,  
solo siento  
el pulsar de mi cerebro,  
no siento mi corazón  
solo la nada  
y voy comprendiendo,  
he vuelto al universo!  
he muerto.....!!!

**Alonso Dávila Sira Venezuela**

Derechos reservados del autor



### **Fatigado sin humanidad**

Solo camine un día  
descubrí los parajes de polvo  
anunciando los pasos fatigados  
hallé una flor seca  
dejada allí por un corazón roto  
se canso el amor  
de pasar por aquel camino  
y también las gentes,  
las alegrías dividieron  
un abismo entre el sol  
y las tinieblas grises...

No escuche el llanto  
de un niño  
ni si quiera al nacer  
no hubo respiro  
para que venir  
a este mundo pensé  
para qué...

Si aun sus mismos padres  
le darán un infierno  
sus amigos le traicionaran  
sus hermanos  
lo botaran cuando se enfermé  
descubrí los caminos,  
las praderas  
más no fueron  
como me las pintaron  
jamás fueron...

Embargue de nostalgia  
estas líneas  
para que mediten  
en el segundo  
y así poder empezar  
de nuevo,

tu no escogiste tu familia  
te la entregaron  
si escoges tus amigos  
ellos llegan  
y tu decides si se quedan...

Pero no dejes  
que la envidia los corroa  
serán tus amigos  
cuando te valla igual  
que a ellos  
pero si te va mejor  
tu éxito  
les dará que hablar de ti  
y lo sabrás,  
ya que verás  
su mirada gris  
y sus malos deseos  
te alcanzarán  
se tu aún en el campo  
opaco de matices  
aún lleno de caminos de polvo  
por que ellos serán  
más cercanos  
que la propia humanidad  
que creíste siempre  
que estaba de tu lado.

Paz en la adversidad  
y tranquilidad en la angustia  
para que no tuerzas tu vida  
y puedas seguir avanzando.

**Enrique Tapia Espinoza**

Derechos reservados del autor



La Poesía Mundial en Libertad



## **Peregrino**

Tú, que vas por los caminos  
y los campos de esta tierra,  
buscando la luz del viejo  
Santiago de Compostela.

Caminante del latido  
de un corazón, que revienta  
entre silencios y gritos  
de madrugadas eternas.  
A ti, pescador perdido  
en mil barcas y mareas,  
en horizontes heridos  
por tanta paz y belleza.

Atardeceres dormidos  
en mil valles de leyenda,  
te van rezando al oído  
mientras la tarde se acuesta  
entre eucaliptos y pinos,  
en la paz de las aldeas  
mientras la noche es destino  
y calor de las estrellas.

Cuando amanece, tu sino  
es seguir la carretera  
que te conduce al camino  
del campo de Compostela.  
Mochila al hombro, camino,  
senda y paz, por la vereda,  
de tantos sueños y olvidos  
que quedaron en la senda.

Cada vez que el viento amigo  
te lleve olor de esta tierra,  
te vas a llevar contigo  
toda la extraña belleza  
de esa Asturias de misterio,  
de esta Asturias, santo y seña  
de un tiempo lejano y viejo  
enterrado en una estrella

de los campos del silencio  
de la mar de Compostela,  
donde Santiago y el viento  
quisieron ser muerte eterna  
en la Galicia del Miño  
donde Rosalía empieza  
a escribir tanto cariño  
de tanto amor por su tierra.

Que caminar, peregrino,  
no te asuste, no te duela,  
que vas siguiendo el camino  
de Santiago y de su estrella  
donde Galicia es principio  
y final de la carrera,  
es el alfa del camino,  
y del camino, la omega.

## **Los vaqueiros de alzada**

Yo no soy ningún vaqueiro,  
de los vaqueiros de alzada,  
ni tan sólo de esta tierra,  
de esta mi Asturias del alma.

Nací por el mes de mayo  
en una tierra lejana  
donde se marchó mi padre,  
y en donde plantó su casa.

Allá no se escucha el eco  
del tambor ni de la gaita,  
se baila muy dulcemente  
el baile de la sardana.

Pero Don Víctor Manuel,  
en La Chiruca el que manda  
con permiso de Don Teodoro,  
me pidió que les hablara  
de estos hombres y mujeres,  
de sus costumbres, de cada  
corazón que el viento besa  
por los montes y las brañas,  
de esta gente noble y fiera,  
de estos príncipes de raza  
que son todos los vaqueiros,  
esos vaqueiros de alzada.

Me tendréis que perdonar  
si la explicación se alarga  
porque en verso no se puede  
recortar ni una palabra.

Vamos a empezar, entonces,  
a contar mi perorata  
de los célebres vaqueiros,  
esos vaqueiros de alzada.  
Parece ser que se llaman  
de esa forma tan galana  
porque cuidaban ganado  
vacuno, y su casa alzaban  
para subir cada año  
de la aldea hasta la braña  
para buscar hierba fresca  
para caballos y vacas.

Todo ese movimiento  
de esta gente le llamaban,  
en Tineo o en Somiedo,  
simplemente trashumancia.

Carretaban sus enseres  
en un gran caravana  
de personas y ganado  
para subir a la braña,  
cruzando valles y aldeas,  
mil senderos y vaguadas,  
caminos arriba arriba,  
camino de la montaña.

Por cierto, braña, mis nenos,  
puede venir de "verania",  
una palabra latina  
más antigua que mi alma,  
o de "branu", un decir  
de asturianos y asturianas  
que quedó muy escondida  
allá en el fondo del alma.

Entonces, quedó aclarado  
donde iban en verano  
los vaqueiros y vaqueiras  
con sus cosas y el ganado.  
Según Don Gaspar Melchor  
de Jovellanos, hermanos,  
los vaqueiros son de alzada  
por su alzada y su ganado.  
Dijo Don David González  
Álvarez, que los vaqueiros  
como grupo eran un hecho  
en el siglo XVII.

Las bodas y los bautizos,  
los entierros y meriendas  
eran para los vaqueiros  
excusa para la fiesta.

Acompañabanlo todo

<p>con alegría y verbena, con bailes y con panderos, con payetsas y botellas ranuradas, que sonaban al frotar la llave en ellas.</p>	<p>ser arrojado a las llamas como mandaba el conjuro.</p>	<p>Folguerón y Concillero, Argumoso de Arcallana y Argumoso de Canero, Valleancho, Busantiane, Concernoso y Cenicero son las brañas de Luarca y Valdés, cerca del cielo;</p>
<p>Para el baile utilizaban el cantar de castañuelas, bailaban el Regondixo, y también La Media Vuelta, El Cariao y La Araña, La Patada, con gran ciencia.</p>	<p>Era la flor del acebo la flor santa del vaqueiro, para ahuyentarles de bruxas, diantres y otras diabluras.</p>	<p>Bullacente y Busiñán son las brañas de Tineo, Cerezal y Las Tabiernas, Los Corros y Candanedo; desde Cangas de Narcea, Los Cadavales, Braniego y Xunqueiras con San Fliz caminan de compañeros; Masenga y Braña del Río, Busmargalí y el Sellón</p>
<p>En la Noche de San Juan hacían una hoguera de helecho, laurel e hinojo, sándalo y hierbabuena.</p>	<p>El trasgu era un dolor que asustaba a las mozuelas, el nuberu se encargaba de las nubes y tormentas, el diañu era un bromista que embromaba hasta a su suegra, las xanas eran las ninfas en noches de luna llena.</p>	<p>son las brañas que se encuentran en el lar de Villayón;</p>
<p>Hombres, mujeres y niños, se cogían de la mano para danzar todos juntos alrededor de la hoguera con el primitivo estilo de los primitivos celtas en mágicos movimientos telúricos de la tierra.</p>	<p>Los vaqueiros se llamaban de muchísimas maneras, Gancedos eran Gancedos, los Feitos, Feitos siempre eran.</p>	<p>La Porcanal y Saliencia, Las Hucheras y Mumián son las brañas de Somiedo, alejadas de la mar;</p>
<p>De males y enfermedades a los niños protegían, de conjuros y mal de ojo, de cualquier maledicencia.</p>	<p>Ya la copla popular decía de esta manera: "antes que Dios fuera Dios y el sol diera en estos riscos, ya los Feitos eran Feitos, y los Garridos Garridos", y que no vaya a ser yo quien reniegue de este dicho.</p>	<p>brañas todas recogidas por los aires y los vientos, por los valles y los montes donde vagan los silencios; brañas que vagan perdidas a través de los lamentos de las horas y los tiempos en esta tierra dormida, brañas y fuentes de vida, de ilusiones y esperanzas, que se quedaron prendidas en los valles de los sueños en un nuevo amanecer con pulientas y gurupu, con potaje y con compango, con olvidos y recuerdos.</p>
<p>Cuando un niño se enfermaba, llaman a la curandera y con hilo lo medía a lo alto y a lo ancho con los brazos extendidos, si la medida es la misma el niño no poseía el llamado mal de filo.</p>	<p>Arnaldos y Gavilanes, Riesgos, Canos y los Sirgos, los Mayos y los Parrondos, los Aceros, los Antones, los Redruellos, los Berdascos, los Gancedos y los Gayos son apellidos vaqueiros marchando hacia el infinito.</p>	<p>Se casaban casi siempre con vaqueiras y vaqueiros, dicen que eran endogámicos, se juntaban entre ellos.</p>
<p>Pero si, por el contrario, la medida no era igual, se cortaba en nueve trozos el hilo con que medían.</p>	<p>Gallinero, La Bordinga, Folguerúa y Teixidiello, Brañaseca, La Rondiella, Los Gayuelos y Cipiello, Llendepín se va volando con La Puerca y con los vientos, y Busfrío va marcando las brañas de Cudillero.</p>	<p>Para acabar, los entierros eran rito popular, venía toda la braña al convite general.</p>
<p>Con ambas manos cogían cada trozo en cada extremo, de uno en uno lo pasaban nueve veces por encima de la cabeza del niño, y después se iban tirando al fuego menos el último que ataban a su muñeca nueve días, nueve noches, para después de este tiempo</p>	<p>De otras brañas ¿qué decir si son tantas y tan buenas? Resiellas en Novellana, Resillinas en Ballota, Brañaronda, Paradina,</p>	<p>Consolaban a la viuda, o al viudo si el caso era, o a los padres o a los hijos, o a los parientes cercanos. Se colocaba el cadáver</p>

en la sala principal  
y recibía de todos  
la despedida cabal.

Asistían todos juntos  
a orar en el funeral;  
dicho el último responso  
iban todos los presentes,  
primero los más cercanos  
al difunto que se iba,  
echando un poco de tierra  
a la fosa sin tardar,  
dejando al sepulturero  
que pudiera celebrar  
su oficio, el de enterrar.

Vamos lentamente ahora  
acabando este relato  
de los vaqueiros de alzada,  
de su vida y de su historia.  
Hubo a lo largo del tiempo  
fricciones y desventuras  
entre vaqueiros y aldeanos  
en las aldeas y pueblos.

En esta iglesia quedó  
la huella de este arrebato  
entre vaqueiros y xaldos,  
entre xaldos y vaqueiros  
con esa inscripción tan triste  
que quedó por tantos años:  
NO PASAN DE AQUÍ  
A OÍR MISA LOS VAQUEROS.

Por suerte, los años pasan  
y se van buscando el mar  
como se va la marea  
cada noche a descansar,  
y los xaldos y vaqueiros  
se volvieron a encontrar  
en San Martín de Luiña  
donde formaron su hogar  
con la nueva trashumancia  
que volvieron a empezar  
en su larga caravana  
desde las brañas al valle,  
desde el cielo hasta la mar  
de maizales y miruéndanos,  
en el nuevo despertar  
de San Martín de Luiña.

Tantos vaqueiros vinieron  
de las brañas a este pueblo  
que no se sabe muy cierto  
quien es vaqueiro o no.

Me acuerdo hoy de Laurentino,  
ese vaqueiro de raza,  
que dejó su vida larga  
metida en una canción  
que cantaba a todas horas  
por las caleyas del pueblo,  
que te explicaba mil cosas  
de su vida y su razón.

¿Qué decir de Carlos Cano,  
qué decir de este vaqueiro  
que vino de La Arquillina  
al solar de Castañedo?  
Trabajó como ninguno,  
como nadie trabajó,  
ya hace dos años y medio  
que Carlos se nos marchó.

Vosotros, iréis subiendo  
otra vez hacia la braña  
como los nuevos vaqueiros  
que quieren resucitar  
a las aldeas perdidas  
en un rincón de los vientos,  
en los rincones secretos  
de los vaqueiros de alzada.

Nada más puedo deciros  
ni cansaros con mis cuentos,  
esos cuentos que me salen  
del alma y del corazón.

Seguramente, la vida  
os llevará a otros lugares  
más lejanos, más extraños,  
y más bonitos, quizás.  
Pero, os pido que a la braña  
la miréis con devoción,  
con ese amor que desborda  
la locura y la razón.  
Porque las brañas se quedan  
tan solas en su rincón,  
que necesitan cariño,  
abrazos y mucho amor.

Caminareis, forasteros,  
y los hijos de esta tierra,  
por los senderos eternos  
de un sueño arreatador.  
Y aquí se acaba la historia  
que os he podido contar  
de estos vaqueiros de alzada  
que nunca vais a olvidar.  
Apretaos los zapatos,  
las mochilas y el zurrón,

le daréis la media vuelta  
al alma y al corazón.

## **Pequeña, Galana**

Pequeña Galana,  
un rayo de sol,  
sabor a manzana,  
diosa del amor.  
Canción y palabra,  
la gaita, el tambor,  
tonada, que cantan  
la luna y el sol.  
El mar, la montaña,  
se juntan los dos  
en una maraña  
de besos en flor.  
Camino del alba,  
se va la pasión,  
se me rompe el alma  
en mi corazón.

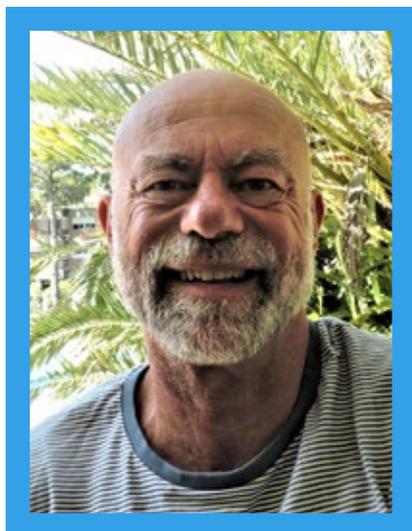
(A la Virgen de Covadonga)

## **Virgen del Carmen**

Santa Carmen de la mar,  
del agua y de las mareas,  
Señora de los marinos  
que quieren volver a tierra,  
Patrona de cada barca,  
del alma suave del viento  
que empuja hacia el horizonte  
veloz a cada velero.  
Santa Carmina del mar,  
Santa Carmen de los sueños,  
de cada marea blanca  
y de cada marinero.  
Vuelve otra vez a rezar  
por los pescadores muertos,  
por los hombres que murieron  
tan solos con sus silencios.  
Eres calma y tempestad,  
eres brisa y aparejo  
de cada gota de sal  
y de todos los inviernos.  
Arrebuja tu mirar  
en los ojos de tus siervos  
que salen a navegar  
por este mar y este cielo.

**Manuel García Estadella**

Derechos reservados del autor.



## Montevideo

Ay, Montevideo,  
yo te soy infiel  
entre las playas del este  
que apenas me descansan,  
tan cálidas me broncean,  
y las luces de enfrente  
que feroces me encandilan,  
y en su esplendor iluminan.

Ay, Montevideo,  
tú me viste nacer,  
me diste las lecciones,  
al fin me hiciste poder.  
Me mostraste tus playas,  
y tus luces también,  
pero con esas otras,  
siempre sigo siendo infiel.

Ay, Montevideo,  
no encuentro  
en los aires buenos,  
ni en la punta del mar al este,  
esa ciudad tan barrio  
que me supo ver crecer,  
la que me enseñó el camino  
ese tranco siempre lerdo  
en mi pausado recorrer.

Ay, Montevideo,  
el silencio de tus calles,  
el bullicio de sonrisas,  
la estridencia por ausente,  
la nostalgia de los grises,  
en pinceladas dolientes  
solo encuentro esos trazados,  
pletóricos de matices.

Ay, Montevideo,

cuidas mis amigos,  
guardas mis amores,  
custodias mis rincones,  
esos que entre extraños  
aún trato de ubicar,  
relajado entre las olas  
o a la luz de otra ciudad.

Ay, Montevideo,  
no me alejo de tu mar,  
las caminatas en la rambla  
están y siempre estarán  
a un deseo de distancia.  
Tus árboles llorones,  
esconderán mi llanto  
al sosiego de su sombra.

Ay, Montevideo,  
siempre vuelvo y volveré,  
refugiado entre nostalgia,  
alguna vez me volé,  
pero sabes bien,  
Montevideo,  
que siempre  
muy dentro del alma,  
en lo profundo, he sido fiel.

## Poema XXXIII

Recurro a mi silencio,  
aquél que me han robado,  
ese mismo que no hallo  
en gesto natural,  
el cual siempre fue mi oasis,  
casi espectral,  
y hoy siento ausente,  
pero nunca doblegado.

Tantas veces callo  
mi perpetuo mutismo  
en mi afán por menguar  
desbordada expresión,  
donde sólo encuentro  
vestigios de razón  
encauzando mi encierro  
con rumbo al autismo.

Lenguaje de silencios  
vivos y cambiantes,  
en lo diverso de la forma  
de callar,  
se quiebra en abortero  
clamor singular  
de impetuosas vocales,

parcas consonantes.

Y el decir por completo  
no surge en un grito,  
exhalado brutal de sueños  
y de planes,  
apartadas las voces,  
fluyen ademanes,  
forjando un idioma  
nunca oral,  
nunca escrito.

De su libro Soy el silencio.

## Poema CIV

¡Tan larga es la muerte  
y tan corta la vida!  
Se ve la finita cual arca vacía  
que marca sentido  
a cada biografía  
en conquistar ser feliz,  
tras la partida.

Surtiendo valor a la vida  
ulterior esperando el cruce  
de lánguida puerta  
margina esta vida,  
transitada muerta,  
anocheciendo al día,  
ante el resplandor.

Si realmente fuera  
el hombre inmortal  
aun no debiera malgastar  
su presente,  
que no existe pecado  
en viajar sonriente  
tampoco hay razón  
de esperar el umbral.

Y esperanzado infeliz,  
niega su suerte  
dilapidando su tesoro  
en la espera  
como si al fin una chance  
más hubiera.

¡Tan todo es la vida  
y tan nada la muerte!

De su libro Plegarias en penumbra.

**Gabriel Barrella Rosa**

Derechos reservados del autor



### ***Aquella tarde***

Han pasado tantas cosas desde aquella tarde cuando te conocí pero aquello, exprese sentir en su momento por ti, no ha cambiado nada, sigue igual o quizá mas que ayer.

Y aunque de nuestros labios jamás se escuchó un sincero adiós, más bien un mutuo deseo, hasta que el mismo destino que hoy nos separa nos vuelva a reunir.

Alejarme de ti fue lo más difícil que experimente hasta entonces, tanto que no he podido superarlo aun hoy, encerrado en esta fría oscura habitación, no encuentro todavía consuelo, la manera de despejarla definitivamente de la mente. Y aunque de nuestros labios jamás se escuchó un sincero adiós, más bien un mutuo deseo, hasta que el mismo destino que hoy nos separa nos vuelva a reunir.

En sus ojos pude percibir también me echaría de menos y tras esa fría actitud,

no consiguió ocultar por más que quiso aquello que ahora resultaría más que obvio explicar pero créanme, jamás imagine la llevaría como una cicatriz permanente junto a mí.

Y aunque de nuestros labios jamás se escuchó un sincero adiós, más bien un mutuo deseo, hasta que el mismo destino que hoy nos separa nos vuelva a reunir.

Presentí, así sería mejor por el bien de los dos solo me alejaría sin dar mayor explicación pero lo deberías admitir también, y si quisieras hoy lo pondría por escrito jamás te conseguiría olvidar.

### ***La noche***

Fue una noche como esta cuando la conocí quizá fue casualidad o a lo mejor el destino quien finalmente me acabo llevando a ti no consigo dejar de pensar, no fue mucho el tiempo que estuvimos juntos, fue menos aun el cariño, en esos escasos momentos nos llegamos a dar, mejor ni recordar aquellos temas ni por casualidad se nos ocurrió platicar.

Pero ni aun así hasta hoy pude olvidarla.

Tal vez creíamos todo formaba parte del juego o quizá no teníamos nada mejor que hacer quien diría algún día,

terminaría pensando en ti aunque solo fueras parte de un sueño.

Pero ni aun así hasta hoy pude olvidarla.

Como ya mencione antes fueron contados nuestros citas así como lo fueron los besos, las caricias, y en general todo con ella, y no quisiera ni acordar aquellos detalles, tal vez en el fondo añoraba pese a ello, jamás llegaron.

Pero ni aun así hasta hoy pude olvidarla.

Fueron, sin embargo los días más felices aquellos que compartí contigo, lejos de la monotonía de la vida, sin siquiera sospechar, pronto se marcharía, dejando un pequeño vacío pero suficiente para recordar.

Ni aun así hasta hoy pude olvidarla.

Fuiste como una estrella fugaz, como un barco en altamar brindaste la excusa perfecta que necesitaba para poder continuar pero ni aun así pude evitar ese sabor a poco.

Pero ni aun así hasta hoy pude olvidarla.

**Israel Omar Veneros Montaña**

Derechos reservados del autor.



## "Yo & Yo"

Al buscar diligente  
en mí mismo,  
me fui refractando  
hacia el fondo.

Sumergido  
moldeé  
las movedizas  
arenas del Ser.

Abriéndome  
el pecho incisivo  
por fin descubrí  
incisiones profundas...  
Las que desembocan  
a un túnel ignoto.

Fragmenteme  
en más y más astillones.

(Partículas que arduas  
sostienen mi alma.)

Veo al yo  
como sombra,  
como un manifiesto  
emergente  
que sobresale  
de las topografías internas.

Tengo un encuentro  
con mi estela de luz,  
se despega  
una sombra de otra.

Puedo sentirme ligero  
sin la carga  
de un cuerpo aparente,  
me estoy diviendo  
sabiendo que aún podría cambiar.

Con el tiempo  
venciendo mi espalda,  
cual una losa pesada  
me dilato en dirección  
al Pasado.

Un semáforo  
cuasi diluido  
me anuncia la entrada  
a otro espacio.

Ambarinas figuras  
me danzan  
con listones  
bellamente tejidos.

Haces de luz acompañan,  
zanfoñas, tambores  
y corros vestidos de azul.

Comodoros vigilan  
la luz que palpita  
al sur del hemisferio solar.

Vuelan carpas inquietas  
al mar del vacío.

Hay suspenso  
en saber  
su destino.

¡Introspección!

Adelanto  
a una sociedad,  
no me dejo hundir  
por sus Furias.

Ipsa facto me menguo,  
hasta verme  
siendo multitud.

Arquitecturas celestes  
me asombran,  
hay una fiesta esta noche.

Algo llama a los convidados.

Turuuuuum.  
Es un shofar.  
De repente...

Entre la multitud  
de [edificios...centauros.]

Entre la multitud  
de personas...Quironte.

Todo tiembla...

Simula la salvación  
de su abismo.

Voy lejos.

Se han congregado  
en gregario  
mis bestias,  
observando  
nacer a Olea.

Estupefactos miraban  
la estrella Polaris  
colocarse  
sobre la trastienda.

Finalmente  
esto termina,  
vuelvo a la Tierra.

El éxtasis siembra  
su ahora nueva visión.

Soy hecho nuevo.

Aprendo a combinar  
las canciones  
que salen conmigo  
al Alba.

Yo soy yo  
y mis fantasías internas.

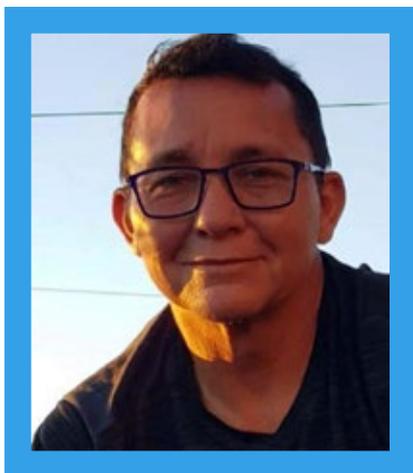
Yo soy yo  
y mis representaciones  
del Mundo.

Yo soy yo  
y la Realidad  
que almaceno...

El óbolo puesto  
en la mesa,  
para entender  
la Existencia.

**Julián Alberto Guillén López**

Derechos reservados del autor.



## ***Te espero***

Te espero a pesar de todo,  
aunque los minutos de vida  
se me escapen entre los dedos,  
tu vales la pena, te espero.

Te espero aunque el mundo  
siga su curso ,el viento sople  
entre las hojas de otoño,  
y el sol se esconda lentamente  
yo firme con mi mirada  
en tu llegada.

Te espero por que sos  
el oasis de este desierto  
que me atrapa y no me deja  
continuar sin una gota de tu ser.

Te espero aun teniendo  
corazones esperándome,  
manos que me buscan  
almas que me abrazan  
todo lo que deseo pero  
yo simplemente te espero.

Espero tu llegada  
con ella estoy completo  
mi mundo se hace paraíso  
con tus pasos, con tu mirada  
que me crean mi lugar perfecto.

Te espero en tiempos de prisa  
donde ya nadie espera  
por que no suma gastar vida  
en aguardar al otro  
que ama y no llega.

Te espero sentado  
frente a la puerta

esperando que se habrá,  
buscando tu figura  
en el umbral de la vida  
ahí donde quieres.

Te espero aunque la vida  
me cueste,aún en el llorar,  
aún en tu indiferencia,  
por que se que esperando  
ilusionado vivo y sin el  
muerto en vida quedo.

Me has tocado el alma,  
como no esperarte  
aún en cuando todo  
diga que no volverás,  
en la espera vives en mi.

## ***Tiempo recuerdame***

Si hablamos de tiempo,  
me detengo y pienso,  
que esta transcurriendo  
mientras intento entender  
su misterio y aunque después  
de esto me quede menos  
seguiré creyendo  
que en el estoy siendo.

Nos enseñaron  
que el tiempo corre,  
sin embargo solo lo encuentro  
cuando me detengo,  
si corro con el, no lo veo  
y de vivir sus segundos  
me pierdo.

Hoy sigo buscando  
mi tiempo perdido  
detrás de urgencias  
o contratiempos,  
no lo encuentro  
por que rápido sigo viviendo  
sin descanso  
consumiendo y produciendo.

El tiempo del otro  
tampoco lo encuentro  
por medir su existencia  
en el interés propio,  
tal vez algún día entienda  
que el tiempo es vida  
y así respetar sería la consigna.

Paradoja esta  
la del tiempo humano ,  
existe solo en la mente  
del hombre que lo siente,  
su razón es medir instantes,  
pero es su creador quien pierde  
instantes por querer  
ganar un tiempo que no tiene.

Las horas y días transcurren  
como un río no para de correr  
rescata a todo ser de lo igual  
siempre distinto en el todo es,  
aún así hay un ser  
que se sabe quien es,  
que lo quiere detener  
por miedo a perder.

Tiempo mio que difícil  
es mirarte de frente,  
recordar por qué en mi existes,  
dejar de correr detrás de ti  
sin saber para que,  
olvidando abrazarte  
viviendo plenamente  
el presente.

Si hay algo que puede detener  
el tiempo en que vivimos  
es el instante de amor,  
que hacemos presente,  
cada vez que a los ojos del alma  
miramos fijamente,  
al ser amado o al doliente  
entendiendo así que la vida  
es para gustarla  
dándonos en el presente.

Tiempo mio, tiempo de ti  
tiempo del mundo  
que difícil es seguir,  
lejos de ti en el existir  
derramando vida lejos de mi,  
como si jamas he de morir,  
quédate junto a mi,  
hazme sentir  
que tu estas,  
para recordarme  
que estoy para vivir.

**Julio Luis Portillo**

Derechos reservados del autor.



## **Aceptación**

Existen momentos  
no deseados  
momentos no precisos  
ni definidos pero...  
momentos vividos.

En ellos,  
encuentras la soledad fría  
o la soledad entibiada  
por la calma del espíritu,  
o por la música viajera  
de pensamientos confusos,  
con una entrada atonal  
de un amigo en alegre  
que me regala un momento.

Ahora, estoy aquí  
viviendo la música  
de cada momento:  
momentos buenos  
momentos malos  
momentos muertos,  
pero,  
momentos vividos.

## **Momento**

No hace falta pan y agua  
para saciar un alma  
con hambre,  
de amor natural.

Necesito sentidos  
de significados,  
palabras repetidas  
historias repetidas  
imágenes repetidas  
personajes repetidos

Actuaciones,  
actores repetidos,  
tú repetido  
una y otra vez,  
tantas veces  
hasta el cansancio  
de mí misma.

De mi mente oculta repetida  
me sabes a caramelo de leche,  
consumo robado  
temo por mis muelas  
ausentes y presentes.

Te escucho  
te siento  
te sueño,  
me veo y me siento,  
a pesar,  
que el espejo está roto.

Sólo hay un tiempo  
para quien esté sorprendido  
ocupado o preocupado.  
Gracias...

El amor que estoy viviendo  
entre manos suaves anudadas  
tiene aplausos de viento,  
sabor a Mar  
de mañana y noche.

Vuelos de pájaros,  
alas de Zonzún  
pie descalzo, zapato  
de piedra con arena fina  
viviendo este amor.

Yo  
Tú,  
sin cuentas,  
horarios,  
ni tiempo.

Amor sin techo,  
palabras sueltas  
con aliento de manantial,  
santuario de caminantes  
que hacen camino  
mirando la vista atrás.

Editamos este juego  
de amor de páginas:  
azules, blancas,  
negras y grises

Me siento viva de amor  
con espinas de rosa abierta  
y pétalos caídos.

Amor de hoy  
y no de mañana,  
mañana de amor,  
añejo de buen vino  
deseo una copa,  
¿ahora?  
quiero beber este vino.

## **Bárbara de la Caridad Olivera** **Más**

Derechos Reservados del Autor



## **Haikú**

Agua de lluvia,  
cinco mariquitas  
entre los repollos.

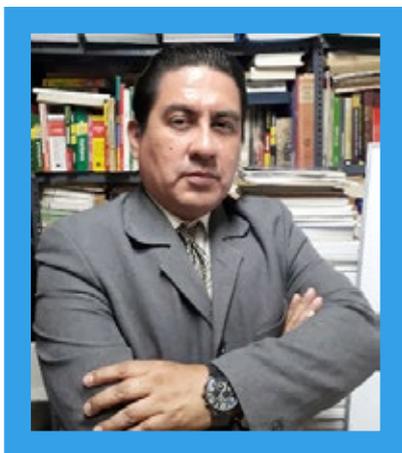
Anochecer.  
dos carpas doradas  
que no se sumergen.

Sol de invierno  
en la rama del níspero  
dos mirlos.

## **Sandra Galarza Chacón**

Derechos Reservados del Autor





## **Nogalia, amor, más allá de la muerte**

Nogalia, amor,  
si tus ojos murieran,  
yo volvería a congregarme  
en la tristeza de la tierra.

Y confundido  
en la pobreza de los cienos,  
y el olvido de la arena,  
moriría, una vez más,  
amor, para que tú vivieras.

Para que tú vivieras,  
Nogalia, amor,  
yo volvería, a circundar  
sobre tus oleos cenicientos  
las oréades cerezas  
que preludian el día.

Y tus senos de amapola,  
como féculas sagradas  
de mi corazón, emergerían.

Translúcida mies de mi Alma  
consumaría en tus ojos,  
dos estuarios eviternos  
de albor y melancolía.

Así, anidando entre mi Ser,  
tu nacimiento, volverías.

Reconciliada  
en las minúsculas esencias  
que de tu alma  
aún subsistieran.

Eternizada en el oleaje del amor  
y el defluir de los días.  
Conviviendo, bajo mi carne,

con mi Alma,  
como si aún vivieras.

Desde el regazo de la muerte,  
morena, amor, te escindiría,  
en un afloramiento luminoso  
y eterno bajo la unción estival  
de mis orillas.

Y serías para el mundo  
como dorada  
simiente de iridiscencias elíseas.

Manantiales inmiscibles,  
desliados de mi voz efundirían  
toda delicia semoviente,  
en abenuz,  
para tu sangre purísima.

Así sería, Yo,  
aquel que te esperó  
sobre los vados más umbrosos  
de la muerte infinita.

Y recobró tu cuerpo,  
ya extinguido,  
de los estuarios  
inasibles de la sombra.

Aquel que desafió,  
con el oprobio de su sangre,  
el destino inexorable  
que hacia la muerte te uncía.

Y vislumbró tu corazón  
enajenado en los Estigios  
del vacío,  
cuyas tinieblas de dolor,  
jamás le nombran.

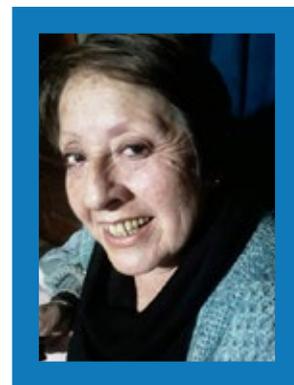
Porque ni antes,  
ni después de la muerte,  
dejaste de ser mía.

Bastaría tan solo mi Palabra  
para infundir en ti la Vida.  
Bastaría tan solo mi Aliento  
para enhebrar tus ojos.  
Bastaría tan solo mi Silencio  
para cerrar tus heridas.

Para Albert Zavaleta y Mabel Pa-  
redes.

**Fernando March**

Derechos Reservados del Autor



## **Tiempo**

Implacable verdugo  
que atrapa en la prisa cotidiana,  
tiempo codiciado  
que no alcanza  
para compartir lo deseado  
tanto por falta de tiempo,  
postergado.

Más, imprescindible tiempo  
hasta el amanecer en un celular  
tiempo indeseable  
que se ha detenido  
para una vida,  
dolor, llanto,  
arrepentimiento.  
Palabra no dicha  
la que no se escuchó  
el afecto no expresado  
la presencia que se negó  
el perdón que no se pidió,  
bueno, a todos les sucede igual  
al fin, ahí siempre estará  
el tiempo para culpar

## **Ausencia**

Sólo mis huellas en la arena  
el viento parece traerme tu voz,  
mis labios sellados sin tus besos  
mi piel fría sin tus caricias  
sin tu calor.

Como autómatas camino  
tu ausencia desgarrar mi alma  
duele el corazón  
mi razón persistiendo  
para ti fue mejor el adiós  
más, como converso  
de su error al corazón  
haber confundido  
una intensa pasión con amor

**Kristy Gibson**

Derechos Reservados del Autor



### ***¡Mujer mexicana felicidades!***

Obra de Dios insustituible  
mujer de tierra mexicana  
te enfrentas a ineludible  
inequidad, en vida buena,  
otra malsana.

Independencia,  
y luego te bloquean  
el acceso a la legalidad,  
mal evitan  
igualdad en tu andar  
así permean varones  
que con violencia incitan.

Por ti amiga, hermana,  
mujer mexicana en 1961  
quedó instituido hoy tu día  
dama emprendedora,  
soberana ícono de amor,  
formación, algarabía.

No desistas  
tu acertada travesía  
no permitas  
ningún abusos en tu vida  
alza la voz,  
la ley en pleitesía  
te protege,  
ofrece segura guarida.

A ti, mujer mexicana  
unificada mi tinta  
por tu ovación hoy destilo  
ante el creador loable  
hincada y jamás  
por infractor, a su estilo.

Nuestra unión nos impulsa  
en detone hoy por tu honor  
nuestros versos sin excusa  
por la obra más perfecta de Dios.

¡TÚ, MUJER  
UNA SER SIN MEDIDA  
guarida, regocijo  
materno, fraterno  
desde lo profundo  
de mi corazón, sentida  
te brindo homenaje eterno.

¡Mujer mexicana  
felicidades!

### ***Libro, es tu día, amigo inseparable***

Libro, amante sin horarios  
lucero exhibiendo senderos  
todo arte es tu obituario  
legado humano  
en el esmero eriges,  
iluminas a diario tal antorcha  
reencendiendo memorias.

Libro, degusto tus contenidos  
eres amante sin horarios  
desencantas misterios,  
dudas con tinta  
vertida estampada,  
clara aventura  
que al saber escudas  
en resurgido afán te inmolara.

Libro, brota mi lira  
empedernida por el estudio  
que al ser empodera  
con tus dilectas páginas leídas  
infolio, carta, oficio tal te quieran  
vertiendo consejos,  
enseñanza pro vidas.

Mis libros  
son parte de mi misma  
brota de ellos la luz  
de la sapiencia  
entretejiendo historias,  
sucesos tantos  
vencen vacíos,

recintos de ignorancia  
en clara luz escapada  
del pensar tanto.  
En acertada acción  
pro la constancia  
ingenio afluyente,  
tesoro, degusto en saber  
que de ti brota  
con afán henchido  
te valoro viendo  
entre aperladas gaviotas  
dilectas páginas que añoro.

“Es tu día libro  
amante inseparable”

**Alicia de la Paz Ortiz Cuevas**

Derechos reservados del autor.



### ***Árbol cantor***

Perdimos la manta de Jade  
que daba cobija  
al coro de pájaros  
en sus longos brazos.

Preludio de varias voces  
aleteo y danzar permanente  
de sin número de aves  
estribillos fijos  
en nuestras mentes.

Sólo queda el recuerdo  
de la majestuosa silueta,  
perdieron su hogar los retoños  
nostalgia por su ausencia.

**Nunca más**

"Y mi alma,  
del fondo de esa sombra  
que flota sobre el suelo,  
no podrá liberarse.  
¡Nunca más!"

Edgar Allan Poe

Llegó a mi memoria  
ese "pájaro de antaño,  
desgarbado, hórrido,  
flaco y ominoso"  
parado en el dintel  
de la puerta del poeta.

No hay busto de Palas,  
sólo fotografías alrededor  
como testigos  
del diario acontecer.

Será que me anuncia  
que la memoria de mi amado  
nunca más florecerá?

Vive inmerso  
en sus recuerdos  
y fantasías  
en los que para mi gozo  
aún aparezco yo.

La poesía y lo vivido  
trenzan un manto  
con hilos de amor.

No hay cuervos,  
tan solo pájaros  
visitan el hogar  
con trinos y algarabía  
que reclaman ilusión.

**El silencio**

Aprender a hacer  
silencio  
es cantarle a la vida.

No necesitar palabras  
es entrar en el sendero  
donde escuchas  
la música del silencio.

Los pensamientos  
no requieren de luz

la oscuridad es mi maestra  
del disfrute de la soledad.  
Y si también  
la muerte es un simple  
umbral para cruzar  
hacia el silencio.

**Dora Luz Muñoz de Cobo**

Derechos Reservados de autor

**Lo extraña**

Lo siente  
más que a sus latidos,  
es una sombra atrevida  
que la sigue sin destino.  
Su rostro convive  
en su propia imagen.  
Lo lleva en su mente,  
en cada palabra,  
en cada frase.  
Sólo quería  
que lo supiera,  
y también que lo extraña.

**Lorena Deluca**

Derechos Reservados de autor

**El póstumo olvido  
te dejó pendiente**

En una curva del espacio  
sideral del agua,  
enardecido, creyó  
que había vencido.  
¡Qué iluso!  
Mar, las olas te arrastraban  
desde espadas certeras  
hacia tu corazón  
de escamas rojas,  
así te miré, desprotegido  
de los dioses paganos  
y comencé a caminar

a tu lado, sintiendo  
que el aroma de las algas  
era pan recién horneado,  
y que el don  
de un infinito cercano  
me ayudaría  
con su brisa otoñal  
para que yo  
no sucumbiera muriendo  
si no llegaba a tu tiempo,  
si no abrías  
los ojos verdes de las olas,  
para besarme  
y para besarme,  
llorando y riendo  
y cantando  
con la lluvia marina.

**Albertine Orleans**

Derechos Reservados de autor

**Haikú**

Viejo encino,  
árbol de la montaña,  
dura madera.

Sordo silencio,  
escucha mis suspiros,  
hazlo por ella.

Tembló la tierra,  
Tellus se acomoda,  
en tu seno, mar.

Huracanado  
eolo enojado  
tener cuidado.

Copa de vino,  
fiel cómplice de amor,  
estimulante.

Luna de octubre,  
de las lunas la mejor,  
cosas de amor.

Mágicos libros,  
no hace falta volar,  
para ir lejos.

**FloriceL Santizo**

Derechos Reservados de autor

## Invocaciones

Con orígenes en los antiguos griegos, la invocación a las musas, a la inspiración poética, es una de las tradiciones más longevas que llegaron a nuestros días. Los poetas, al comenzar una obra, le dedicaban una oración, que invocaba a sus musas inspiradoras para que no los abandonen en sus momentos creativos. En ciertos casos la invocación iba dirigida a los dioses, principalmente a Apolo, dios de la inspiración y jefe de las musas. En los clásicos, esta invocación era una obligación de la que nadie se podía escapar.

Mi primer poemario, "Soy el silencio" no elude esta tradición y en su segundo poema incluye una invocación, aunque le falten las alusiones a musas o diosas.

### II

Quisiera ser orador de multitudes  
bien parado ante la enmascarada audiencia,  
desalentar tantas tensas inquietudes,  
esquivando esa mirada que silencia.

Ignorar amenazantes actitudes  
para poder expresar con elocuencia,  
en el monstruoso salón de longitudes,  
que me opone cruel y feroz resistencia.

¡Que la tensión no tergiverse el mensaje!  
¡El apremio no distraiga el parlamento!  
Debo gestionar en mi adentro el coraje  
para defender el veraz argumento  
que sea el único valor del lenguaje.

Quizás llame la atención la estructura del poema, un soneto "mutilado", ya que contiene trece versos y no catorce como el tradicional. Sin embargo, esta métrica no es de mi invención. Ya el maestro Rubén Darío lo utilizó en sus "Cantos de vida y esperanza", donde el poema XIV tiene esta estructura,

¡De una juvenil inocencia  
qué conservar sino el sutil  
perfume, esencia de su Abril,  
la más maravillosa esencia!  
Por lamentar a mi conciencia  
quedó de un sonoro marfil  
un cuento que fue de las Mil  
y Una Noches de mi existencia...  
Scherezada se entre durmió...  
El Visir quedó meditando...  
Dinarzarda el día olvidó...  
Mas el pájaro azul volvió...  
Pero...  
No obstante...

Siempre...

Cuando...

Retomando el tema de las invocaciones, quizás un tanto disfrazada, también hay una suerte de invocación en mi segundo libro "Plegarias en penumbra", también en el numeral II:

Quisiera tener fuerzas para darte  
del dudar, una clase magistral.  
Aun sea con pausas, parte a parte,  
legar todo mi acerbo intelectual.

Si un algo de eso pudiera dejarte  
poco de mi odisea cerebral,  
no me cierres la chance de enseñarte  
lo obtenido en proceso racional.

Me estremece perder el estandarte  
de mi amiga claridad conceptual,  
que mi mente envejecida descarte  
su valorada virtud esencial.

Pero intuyo solamente en qué ayudarte:  
la mirada a un camino sinusal,  
las armas con las que puedas forjarte  
tu propio crecimiento personal.

Y no esperes que yo pueda legarte  
ni un fragmento de instrucción clerical,  
solo ansío ayudar a cuestionarte  
todo dogma que sea radical.

Uno de los más antiguos ejemplos de invocación lo aporta Homero, en su célebre Odisea,

Musa, dime del hábil  
varón que en su largo extravío,  
tras haber arrasado  
el alcázar sagrado de Troya,  
conoció las ciudades y el genio  
de inúmeras gentes.

Virgilio hace lo propio en la Eneida,

Dime las causas, Musa;  
por qué ofensa a su poder divino,  
por qué resentimiento  
la reina de los dioses  
forzó a un hombre,  
afamado por su entrega  
a la divinidad,  
a correr tantos trances,  
a afrontar tantos riesgos.

Dante Alighieri, cumple en cada uno de las cánticas de su Divina Comedia con este precepto:

## Infierno, Canto II

¡Oh musas! ¡Oh alto ingenio, sostenedme!  
 ¡Memoria que escribiste lo que vi,  
 aquí se advertirá tu gran nobleza!

## Purgatorio, Canto I

Mas renazca la muerta poesía,  
 oh, santas musas, pues que vuestro soy;  
 y Calíope un poco se levante,

## Paraíso, Canto I

¡Oh buen Apolo, en la última tarea  
 hazme de tu poder vaso tan lleno,  
 como exiges al dar tu amado lauro!

Es algo que Jorge Manrique, en sus célebres  
 "Coplas por la muerte de su padre" descarta a título  
 expreso, para invocar a Cristo.

Dexo las invocaciones  
 de los famosos poetas  
 y oradores;  
 non curo de sus ficciones,  
 que traen yerbas secretas  
 sus sabores.  
 Aquél sólo m'encomiendo,  
 Aquél sólo invoco yo  
 de verdad,  
 que en este mundo viviendo,  
 el mundo non conoció  
 su deidad.

Versos que actualizados a nuestro tiempo  
 quisieron expresar algo como esto:

Dejo las invocaciones  
 de los famosos poetas y oradores;  
 no me preocupo de sus ficciones,  
 que traen envenenados sus sabores.  
 A Aquel sólo me encomiendo,  
 a Aquel sólo invoco yo de verdad,  
 Aquel que, cuando vivía en este mundo,  
 nadie conoció su divinidad.

Lope de Vega, escribió este soneto con esta  
 temática.

Pluma, las musas de mi genio autoras

—Pluma, las musas de mi genio autoras  
 versos me piden hoy. ¡Alto, a escribillos!  
 —Yo sólo escribiré, señor Burguillos,  
 éstas que me dictó rimas sonoras.

—¿A Góngora me acota a tales horas?  
 Arrojaré tijeras y cuchillos,  
 pues en queriendo hacer versos sencillos  
 arrímese dos musas cantimploras.

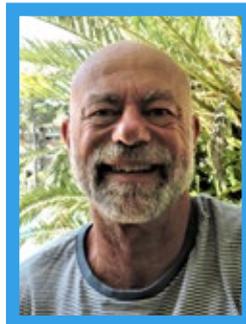
Dejemos la campaña, el monte, el valle,  
 y alabemos señores.  
 —No le entiendo.  
 ¿Morir quiere de hambre?  
 —Escriba y calle.

—A mi ganso me vuelvo en prosiguiendo,  
 que es desdicha después de no premialle,  
 nacer volando y acabar mintiendo.

William Shakespeare, aporta una invocación  
 en el prólogo de su drama histórico Enrique V.

Quién me diera una musa  
 de fuego que os transporte al cielo  
 más brillante de la imaginación;  
 príncipes por actores,  
 un reino por teatro,  
 y reyes que contemplen  
 esta escena pomposa.

Y como última referencia, mucho más acá  
 en el tiempo, el gran poema gauchesco "Martín  
 Fierro" cumple con el ritual, cuando en uno de los  
 primeros versos José Hernández canta:



Vengan Santos milagrosos,  
 vengan todos en mi ayuda,  
 que la lengua se me añuda  
 y se me turba la vista;  
 pido a mi Dios que me asista  
 en esta ocasión tan ruda.

**Gabriel Barrella Rosa**

Derechos reservados del autor



El muro

COMIENZO

FIN

Todo tiene un  
principio y un final  
HASTA AQUÍ HE LLEGADO  
SE ACABO

TERMINACIÓN

## Recetas de cocina

### Tarta de arroz

#### Ingredientes:

- Arroz con leche, aromatizado con piel de limón y canela, cantidad la suficiente para el molde que vayáis a utilizar.
- 3 huevos.
- 1 plancha de hojaldre "La cocinera", (del paquete de kilo una de las hojas).
- 50 gramos de mantequilla.
- 3 cucharadas de azúcar.

#### Preparación:

El arroz con leche al uso, pero tiene que quedar espeso, removerlo bien para que no se os queme. Dejamos enfriar el arroz con leche, hasta que este tibio.

Mientras extendéis el hojaldre, para forrar un molde redondo de 26 centímetros de diámetro y 3 centímetros de alto.

Pincháis bien el fondo con un tenedor para que el fondo no suba mucho y lo horneáis a 180 grados, durante 8/10 minutos, para precocer un poco el hojaldre.

Ya tibio el arroz con leche, lo trituráis bien con una minipimer o un pasador muy fino, al puré obtenido le añadís las 3 yemas de huevo y la mitad de la mantequilla, una vez todo bien unido, le mezcláis sin batir las tres claras batidas a punto de nieve.

Rellenáis el molde y a la superficie de la tarta le ponéis la mitad de la mantequilla fundida y espolvoreáis con el azúcar.

Horneáis a horno max. 200 grados hasta que este cuajada, comprobareis que esta cuajada cuando la aguja os salga limpia, a mí me tardó 40 minutos, pero esto dependerá del horno, consistencia de la pasta etc. etc.

### Olla gitana

#### Ingredientes:

- 400gr. de garbanzos remojados
- 200gr. de judías verdes en trozos
- 150 gr. de calabaza en trozos
- 3 peras en trozos
- 1 cebolla picada
- 2 tomates maduros pelados y picados.
- 2 dientes de ajo
- 15 gr. de almendras tostadas y peladas
- 1 rebanada de pan frito
- 1 cucharada de pimentón
- 1 vaso de caldo de ave
- Pizca de pimienta negra
- 1 hoja de laurel
- Aceite
- Sal

#### Preparación:

Poner en una olla los garbanzos cubiertos de agua con el laurel. Cocerlos 45 minutos a fuego suave, salar a media

cocción.

En una sartén con aceite, dora la cebolla y añade el pimentón y el tomate.

Sofríe unos minutos.

En un mortero, machaca los ajos con el pan y las almendras.

Añade el vaso de caldo al mortero y mezcla.

Agrega las judías, las peras y la pimienta a la olla. Deja 45 minutos a fuego suave.

Vierte el sofrito y el majado del mortero a la olla y cuece 40 minutos más.

Si el agua de tu zona tiene mucha cal, añade una pizca de bicarbonato para que los garbanzos se cuezan bien.

### Alcachofas montillana

#### Ingredientes:

- 2 kg. Alcachofas
- 6 limones
- Vino de Montilla 250 cc.
- Azafrán
- Aceite 100 cc.
- 4 Ajos
- Caldo de Carne 500 cc.
- Lomo de Cerdo Asado 200 grs. (A veces sustituyo por jamón serrano, en menos cantidad)
- Hierbabuena 1 ramita
- Sal
- Harina 4 cucharadas.

#### Preparación:

Limpiar las alcachofas, y frotar con limón.

Se hierven con agua y los limones, agregando 2 cucharadas de harina y sal.

Cuando están tiernas, se enfrían con agua y se las deja cubiertas.

En una sartén se doran los ajos picados, y se saltean las alcachofas escurridas.

Se añade la hierbabuena, sal, vino blanco, cinta de lomo cortada en tiras, azafrán, 2 cucharadas de harina, sin dejar que haga grumos, y el jugo de carne.

Dejar hervir unos 10 minutos y probar los aliños.

### Crema de coliflor al perfume de jengibre

Receta para 2 personas

#### Ingredientes:

- 1 Patata grande
- 1/2 Puerro
- 1/2 Coliflor pequeña
- 1/2 ltr. de agua
- 2 dl. de nata líquida
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1/2 cucharita de jengibre fresco rallado
- 1/2 cucharita de perejil rallado
- 1 cuchara sopera de vodka
- Sal

#### Preparación:

Cortad las patatas en cuadros, el puerro en rodajas y la coliflor troceada.

Poned el aceite en una olla y a fuego lento rehogar un poco la patata el puerro y la coliflor, pero que no coja color.

Añadid el agua y subir el fuego hasta que hierva. Una vez levantado el hervor, espumar las posibles impurezas y tapar.

Dejad que se cocine durante unos 20 minutos o hasta que la patata esté tierna.

Ahora trituras todo el conjunto con el robot o la tourmix y luego pasadlo por un colador o chino fino.

Volved a ponerlo al fuego y añadir la nata líquida y la sal.

Antes de servir añadid el vodka.

Este truquillo hace que el conjunto quede un poco más seco y se realcen los sabores.

En él último momento añadir el jengibre rallado y el perejil.

Otro truco, si metéis la raíz del jengibre en el congelador, podréis rallarlo mucho mejor y no se perderá parte del agua que contiene.

### Solomillo de buey con rúcola y soja germinada

Para 4 personas.

#### Ingredientes:

-800 gr. de solomillo de buey o ternera limpio. También lo puedes hacer con solomillo de cerdo o lomo de venado.

-200 gr. de rúcola (pídela por ese nombre en alguna tienda de frutas y verduras especializada)

-100 gr. de soja germinada fresca

-50 gr. de olivas negras

-1 endibia

-250 ml. de jugo de carne oscuro

-2 dl. de vino tinto

-2 dl. de oporto

-1 chalota o escalonia

-Sal

-Pimienta negra

-2 dl. de aceite de oliva

-1 diente de ajo

#### Preparación:

Saltea con un poco de aceite la rúcola, la soja germinada y la endibia troceada.

Esto ha de ser muy rápido, es decir 3 o 4 vueltas y listo.

Procura que el aceite este bien caliente.

Corta 12 medallones de unos 60 - 65 gr. de solomillo, poner la sal y la pimienta y márcalos en una sartén o en la parrilla.

Esto es vuelta y vuelta, ya que si lo haces mucho y como luego hay que darle un calentón en el horno se te pasarán.

Reserva la carne, que repito debe quedar dorada por fuera, pero poco hecha.

Coge las aceitunas negras y les quitas el hueso. Machácalas en el mortero, con un poquito de ajo.

Añádele una cucharadita de aceite de oliva. Ahora unta una de las superficies de cada medallón con un poco de esta pasta.

#### Para montar la carne

Un medallón untado y encima un poco del salteado que hicimos al principio.

Encima otro medallón untado y mas verdura.

El último medallón untado por la parte de abajo.

#### Para la salsa

Pon una cucharadita de aceite en un cazo, pica las chalotas muy fino y rehogalas un poquito.

Añade el vino tinto y el oporto y deja que reduzca 3/4 partes.

Añade el jugo de carne y el caldo que hayan soltado los medallones en el plato, cuando los reservaste. Déjalo cocer 15 minutos.

Si la quieres más espesa, la puedes ligar con maicena o con mantequilla.

También puedes poner una cucharadita de harina antes de añadir el vino.

#### Para terminar

Introduce el montaje de carne y verdura en el horno previamente precalentado al máximo.

Tardará de 5 de 7 minutos.

### Crema catalana

#### Ingredientes:

-4 tazones de leche

-2 cucharadas de maicena

-10 cucharadas de azúcar

-8 huevos

#### Preparación:

Ponga a calentar la leche en un cazo a fuego suave. En una fuente, bata las yemas de huevos con 6 cucharadas de azúcar y 2 de maicena, formando una crema suave y sin grumos.

Vaya añadiendo esto al cazo, poco a poco para que las yemas nos se cuajen y revolviendolo sin cesar.

Déjelo hervir suavemente 5 minutos, sin dejar de revolver.

Sírvala en platos individuales, colocándola si es necesario, y dejándola enfriar.

Métela (una vez a temperatura ambiente) en el frigorífico.

Antes de servirla, eche un montoncito de azúcar sobre cada plato y quémelo con una espátula al rojo, y sirva inmediatamente.



## Apps para teléfonos móviles

### APKMirror Installer

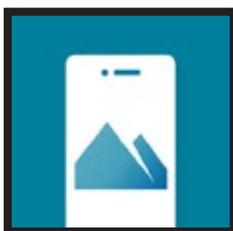
Es el instalador oficial del repositorio APK Mirror, uno de los más famosos del mundo donde encontrar los instaladores APK de las diferentes versiones de cada app para Android, estén o no estén en la tienda oficial del móvil.



La aplicación no te va a ayudar a descargar las aplicaciones en formato APK, eso tendrás que seguir haciéndolo a mano. Lo que hará es ayudarte a gestionar e instalar esos archivos APK de forma extremadamente sencilla.

### Bing Wallpapers

La aplicación te va a ofrecer todos estos fondos en su máxima calidad y con la mejor resolución posible, de forma que puedan adaptarse a dispositivos de diferentes características. Todo esto lo ofrece con una interfaz muy visual, donde puedes acceder a la galería completa de fotos de Bing, a la colección de fotos más recientes que ha ido publicando en el buscador, o simplemente permitirte configurar el color sólido que quieras como fondo.



### Canva

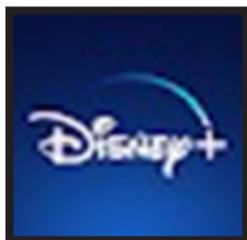
Canva es una herramienta online de diseño de imágenes. Pero esta herramienta no se queda solo en el escritorio, y también tiene una potente versión móvil con la que permitirte hacer múltiples tipos de diseño sin necesidad de pagar.



Con ella, vas a poder crear imágenes y composiciones para tus redes sociales, tanto publicaciones de Instagram como historias, y lo hace de forma sencilla para que no tengas que tener conocimientos de diseño para utilizarla. Es como una versión fácil del Photoshop, con hasta 60.000 plantillas gratuitas creadas por profesionales, y la posibilidad de explorar su versión de pago en el caso de que necesites un poco más.

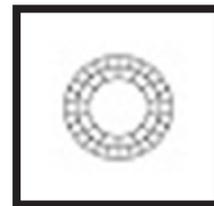
### Disney+

Disney+, que cuenta con las producciones de Disney, Star Wars, Marvel y muchas otras. Con su aplicación podrás acceder fácilmente a todo el contenido, pudiendo descargarlo en el dispositivo para poder verlo más adelante incluso si no tienes conexión a Internet. También puedes enviar lo que estés viendo al Chromecast, y cuenta con la siempre acertada opción de saltarte la introducción de otra serie.



### VSCO

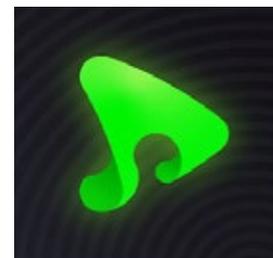
Se trata de una aplicación creada por los responsables de la célebre app de edición fotográfica y red social VSCO. Se trata de una app de cámara para crear vídeos en bucle, algo parecido al efecto boomerang de Instagram. Simplemente abres la función o app, grabas el vídeo en bucle y lo guardas, pudiendo editarlo en el mismo momento en la app o más tarde siempre que quieras.



Algo confuso es que esta es una especie de app dentro de otra app, o una funcionalidad. Para poder utilizar DSCO tendrás que bajar la app de VSCO, y a la hora de crear contenido elegir esta funcionalidad. Esta app te permitirá, además de guardar tu bucle, compartirlo directamente en otras redes sociales.

### eSound

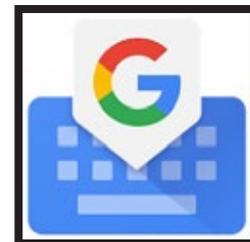
Una aplicación que busca ofrecerte una especie de Spotify totalmente gratuito, haciendo copia-pegar de la interfaz de Spotify, pero obteniendo la música de YouTube y otras plataformas gratuitas de terceros. Vamos, que escucharás la música de YouTube y similares, pero se te mostrará como si fuera una app musical en vez de vídeo.



La desventaja de este sistema es que la calidad del audio puede no ser siempre buena, ya que dependerá de la calidad del de los vídeos de donde lo obtenga. Se trata de un servicio gratuito con anuncios, aunque también tiene una modalidad de pago sin anuncios.

### Gboard

Si estás buscando un teclado alternativo al que viene por defecto en tu móvil, uno de los mejores que te puedes encontrar es el Gboard de Google. Este teclado es un clásico en nuestras listas de recomendaciones, muy popular por tener menús en los que integra muchos de los servicios de Google.



Sin ir más lejos, en este teclado podrás utilizar el traductor de Google como si fuera una extensión. También tienes un buscador de emojis, la posibilidad de crear stickers personalizados con tu cara para usar en cualquier aplicación, o escribir en dos idiomas a la vez. Quizá, si eres de esas personas a las que les preocupa mucho la privacidad no te haga gracia que Google pueda saber lo que escribes, pero a cambio tienes un teclado muy versátil.

## Refranes

Hoy nos ocuparemos de todos los refranes que comienzan con el pronombre "quien" (o su variante "el que") que expresan lo que le pasa a alguien, que consecuencias recibe, en caso de hacer algo o tener alguna condición.

Aquí va una selección de este tipo de refranes, la que continuaremos en los próximos números:

### **Quien burla, queda burlado.**

No hay que burlarse de nadie porque nos pueda pasar a nosotros.

### **El que a buen árbol se arrima, buena sombra lo cobija.**

El precavido recibe su recompensa.

### **El que algo quiere algo le cuesta.**

Nada es gratis en la vida.

### **Quien tiene un amigo tiene un tesoro.**

Los amigos no son fáciles de encontrar.

### **El que avisa no es traidor. / Quien avisa no traiciona.**

Si se da la alerta por un cambio de conducta respecto de la esperada no hay deslealtad, hubo una especie de advertencia.

### **Quien pega primero, pega dos veces.**

El que es original recibe más réditos.

### **Quien mucho abarca, poco aprieta.**

Refiere a la especialización, cuanto más focalizado está uno en algo tendrá mejor resultados.

### **El que calla otorga.**

Cuando uno no tiene respuesta termina aceptando lo que dice su interlocutor.

### **El que fue a Sevilla perdió su silla.**

El que descuidó algo seguramente lo va a perder.

### **Quien tiene mucha pimienta hasta en las coles la echa.**

Al que le sobra algo no lo valora ni cuida.

### **Quien no se aventura, no cruza la mar.**

Hay que tomar riesgos para tener éxito.

### **El que ambiciona lo ajeno pronto pierde lo propio.**

Por mirar a lo del otro no se cuida lo de uno.

### **El que no llora no mama.**

Si no te quejas no te atienden.

### **Quien bien conoce el camino, llega sano a su destino.**

Que hay que conocer las consecuencias de los actos para llegar a buen término.

**Gabriel Barrella Rosa**

## Frases históricas

### **El amor es el anhelo de salir de uno mismo.**

Charles Baudelaire

### **Las cartas de amor se empiezan sin saber lo que se va a decir y se terminan sin saber lo que se ha dicho.**

Jean-Jacques Rousseau.

### **Ven a dormir conmigo: no haremos el amor, él nos lo hará.**

Julio Cortázar.

### **El amor no tiene cura, pero es la única cura para todos los males.**

Leonard Cohen.

### **Hay amores tan bellos que justifican todas las locuras que hacen cometer.**

Plutarco.

### **Ni la ausencia ni el tiempo son nada cuando se ama.**

Alfred de Musset.

### **El amor de los jóvenes en verdad no está en su corazón, sino más bien en sus ojos.**

William Shakespeare.

### **Lo que se hace por amor está más allá del bien y del mal.**

Friedrich Nietzsche.

### **El amor es la más fuerte de las pasiones, porque ataca al mismo tiempo a la cabeza, al cuerpo y al corazón.**

Voltaire.

### **Donde no hay amor, poned amor y encontraréis amor.**

San Juan de la Cruz.

### **Sabes que estas enamorado cuando no quieres acostarte porque la realidad es por fin mejor que tus sueños.**

Dr. Seuss.

### **El que ama, se hace humilde. Aquellos que aman, por decirlo de alguna manera, renuncian a una parte de su narcisismo.**

Sigmund Freud.

### **Donde reina el amor, sobran las leyes.**

Platón.

### **Te amo por encima de todo aquello que no podemos ver, por encima de lo que no podemos conocer.**

Federico Moccia.

### **La vida es la flor de la que el amor es la miel.**

Victor Hugo.

## **Bricolaje**

### **Consejos para pintar**

#### **Organización del trabajo**

Si se prepara adecuadamente antes de empezar a pintar, conseguirá que el trabajo le resulte más fácil, limpio y rápido. Familiarícese, con el material que habrá de manejar.

#### **Materiales.**

- Pintura.
- Aguarrás.

#### **Herramientas.**

- Brocha.
- Rodillo.
- Papel adhesivo.

#### **Consejos.**

Los rodillos están formados por una armadura metálica, un puño de madera y un manguito o rodillo. Algunos rodillos disponen de un sistema para cambiar los manguitos. Este le permitirá ahorrar la compra de una nueva. Al comprar un manguito, no se olvide de comprobar que se adapta a la armadura que ya tiene.

Antes de estrenar un rodillo, debe de ponerlo en remojo un par de horas, y escurrirlo bien cuando lo vaya a utilizar; así evitara que se deforme.

Para que las brochas no pierdan pelos es conveniente que las tenga en agua 6 horas, o una hora en aguarrás. Para evitar que se deformen mientras están en remojo, hay un remedio muy sencillo, hágalas un agujero en el mango, pase por el un alambre y sujételo del frasco donde tenga el agua o el aguarrás.

Cuando vaya a pintar un techo con brocha le conviene hacer un pequeño cono de cartulina y sujetándolo al mango con cinta adhesiva. De esta manera, al poner la brocha en posición vertical la pintura no resbala por el mango y no le ensucia ni los brazos, ni las manos. Si es mucha la superficie a pintar cambie varias veces de cono, pues si se empapa mucho no sirve de nada.

Para ahorrarse limpiezas engorrosas, proteja con papel adhesivo los marcos e las puertas y ventanas, los picaportes, interruptores, etc. una vez pintada la habitación, retire los papeles.

Sepa usted que.

Los rodillos de piel se emplean para pinturas mates; lacados para pinturas brillantes, y los de esponja o plástico para pinturas lisas, cuando el granulado es fino, y para pintura picada cuando el granulado es grueso.

### **Circuitos e interruptores**

Los interruptores son elementos exteriores de la instalación destinados a cortar o abrir el paso de la corriente eléctrica, en un punto concreto. Junto a los enchufes, quizás sean los más numerosos de cualquier circuito.

El circuito con interruptor más sencillo es el que se compone de dicho interruptor y una bombilla. La forma de conectarlos es tomar un conductor de la caja de conexiones del circuito general de la casa

y llevarlo hasta donde se necesite la bombilla. Separe el conductor en dos cables y conéctelo a los bornes del interruptor.

Sin embargo, el circuito más habitual es aquel en el que el interruptor está instalado en la prolongación de uno de los hilos que van a la bombilla.

Este esquema corresponde al montaje de un interruptor bipolar que, en lugar de cortar la corriente eléctrica en un solo cable, lo hace en dos. Para instalar el interruptor será necesario cortar los dos cables del conductor.

Un tipo especial de interruptor es el de los conmutadores, que en vez de cortar directamente el paso de la corriente eléctrica cambian un contacto, deshaciendolo por un lado y haciendo otro distinto. Este tipo de circuitos se instalan en los pasillos y habitaciones donde se enciende la luz en un punto y se apaga en otro distinto. Esta instalación requiere un cable de tres hilos.

### **Sistema para colgar lamparas de techo**

Un punto de luz instalado en el techo de una habitación, debe de estar firmemente sujeto. De lo contrario se corre el riesgo de que el techo se deteriore y la lámpara se caiga, con el consiguiente peligro que ello supone.

#### **Materiales.**

- Cables.
- Regletas.
- Tacos de expansión o vuelco.
- Embellecedores.
- Plafones.

#### **Herramientas.**

- Broca de widia.
- Taladro.
- Pela cables.
- Destornillador.

#### **Procedimiento**

Básicamente el sistema utilizado para colgar una lampara del techo consiste en un taco de plástico y una hembrilla metálica. Sin embargo, dado que va a ir montado sobre una superficie horizontal que debe de soportar bastante peso, este sistema por si solo no resulta bastante resistente. Por ello, se han ideado otros tipos de tacos mucho más seguros y eficaces. Si se trata de una hembrilla que lleva una pieza basculante en su extremo, una vez introducida por el orificio en posición vertical, un resorte la pone horizontal este mecanismo sirve para falsos techos.

Hay hembrillas que van provistas de un taco de caucho; después de instalada el peso de la lámpara hace que se arrugue por lo que aumenta su diámetro y no se sale.

Otro modelo consiste en un taco metálico de expansión especial para techos blandos, sus brazos articulados se introducen plegados, pero luego se abren gracias a un resorte.

También existe un taco de expansión pero de plástico, en lugar del ya mencionado metálico.

Un modelo especial para techos muy duros de cemento o de hormigón, es un taco de expansión metálico.

El proceso de instalación es el siguiente, cuando haya colocado el taco, con su placa correspondiente en el caso de que la lleve. Pele los extremos de los cables conductores.

Conecte los cables a una regleta. En caso de no haber caja de empotrar para la lámpara, sino únicamente el tubo que protege los cables, el orificio del taco debe de estar separado unos cuantos centímetros de ellos. Perfore el agujero con un taladro y una broca de widia.

La mayoría de las lámparas lleva un capuchón o similar con un sistema para colgarlo de la hembrilla. Sirve para cubrir las conexiones y la propia hembrilla. Se puede pegar al techo tanto como desee.

### Mantenimiento de material

Mantenga siempre en buen estado los útiles que emplea para pintar. Si lo hace se asombrará del tiempo que le pueden durar. Estos son los cuidados imprescindibles que tiene que efectuar.

#### **Materiales.**

- Jabón.
- Papel.
- Disolvente.

#### **Herramientas.**

- Barreño.
- Espátula.

#### **Método.**

Para limpiar el rodillo separe el manguito de su armadura, para ello solo tiene que aflojar el tornillo que lleva.

Lave el manguito en agua jabonosa y aclárelo bien, si es de lana, deberá tenerlo un buen rato bajo el chorro del agua pues cuesta bastante quitarle la espuma.

Los rodillos de pelo corto especiales para lacar superficies muy grandes. Se deben de limpiar con disolvente primero y después con jabón y agua.

También debe de quitar de la armadura todos los pegotes, más en concreto la zona de la rosca para evitar que está se atasque.

Para limpiar las brochas, quíteles primero el exceso de pintura con una espátula y después frote las brochas en papel, sin apretar demasiado pues se podrían cortar las cerdas con el borde de la virola. Después lavelas con agua en el caso de que la pintura sea soluble a ella.

Las brochas sucias de pintura soluble en disolvente se deben de limpiar con aguarrás, diluyente o producto similar. También puede usar sucedáneo de aguarrás que suele ser más barata, empape muy bien todas las cerdas para que el disolvente llegue a la base de los peloa, de lo contrario esta parte quedaría muy dura.

La pintura con la que se han manchado los tampones es soluble al agua, lave y enjuague con agua corriente. Pero si es soluble en disolvente. Los tiene que limpiar con este tipo de productos. Pero nunca los deje en remojo porque al mohair que es el material con que están hechas las cabezas de los tampones. Se podrían estropear por ser muy delicado. Después de quitar la pintura finalice su limpieza con agua y jabón. Tenga siempre en cuen-

ta que los tampones no se deben de dejar secar cuando están manchados de pintura porque jamas lograría recuperarlos.

Con una esponja agua y disolvente, dependiendo del tipo de pintura utilizada limpie el barreño y el rodillo de los tampones. Hágalo a fondo, pues de lo contrario podrían manchar nuevas pinturas...

### Empalme de tubos de cobre por matrizado

El empleo de rácores es un sistema muy eficaz para la unión de tuberías sin tener que soldar, pero, debido al material empleado, resulta algo más caro. El método que aquí le explicamos. Por matrizado, le saldrá mucho más económico.

#### **Materiales.**

- Tubo de cobre.
- Tupí.
- Junta plana.
- Rácor roscado.

#### **Herramientas.**

- Llave inglesa.
- Soplete.
- Martillo.
- Matriz.

#### **Método.**

El empalme por matriz se trata de hacer un reborde en el extremo de los tubos, que haga tope de unión es muy simple. La matriz está formada por dos piezas metálicas enfrentadas que forman orificios de tamaños distintos, también sirve de molde para dar forma al tubo. Junto con la matriz se usa la tupí que es la herramienta que ensancha y hace el reborde del tubo.

También se necesita un rácor muy sencillo formado por un cilindro roscado y una tuerca para hacer empalmes en ángulo recto o derivaciones sera preciso emplear un ángulo recto o derivaciones en forma de T con la ayuda de un martillo podrá dar forma al tubo.

Introduzca la tuerca de la tubería y el cilindro en otra. Para que los extremos del tubo de cobre sean maleables, será preciso calentarlos y recocerlos. Use para ello un soldador o un soplete de llama aplicándolo hasta que el metal este de color oscuro.

Afloje los tornillos que unen las dos partes de la matriz. Acople el tubo en el orificio que sea de su diámetro, dejando que sobresalga entre 6 y 8 centímetros. Una las dos partes de la matriz apretando fuertemente los tornillos.

La forma de la tupí está pensada para ser acopladas a la matriz y deslizarse a lo largo de ella. Póngala a la altura del tubo y seguidamente encájela en él. Apriete el tornillo superior del tubo hasta que quede iniciado el borde. En otros modelos se coloca un tornillo de mesa, se coloca la tupí e el tubo y se golpea con un martillo.

Seguidamente retire la tupí. Con el martillo, aplaste el borde hasta que quede plano. En el caso de utilizar un macho debe de dejar un borde perfecto. Una vez realizados los dos bordes, interponga entre ellos una junta de caucho o cartón prensado. Enrosque fuertemente la tuerca del cilindro.

**Las fotos de Henk Scheurs**



Henk Scheurs

*San Agustín, Teruel*



*San Agustín*



*San Agustín*



*San Agustín*

**Las fotos de Ana Pobo Castañer**



**Ana Pobo Castañer**



## Luna de Abajo y sus pueblos

El trabajo comienza así.

### Luna de abajo

Luna de Abajo es una comarca del norte de la provincia de León, compuesta por los pueblos de tres municipios, Barrios de Luna, Carrocera y parte de los pueblos de Soto y Amío. Alguno autores incluyen otros municipios en la comarca.

Los Barrios de Luna se compone de 9 pueblos, los Barrios de Luna, Irede de Luna, Mallo de Luna, Miñera de Luna, Mirantes de Luna, Mora de Luna, Portilla de Luna, Sagüera de Luna y Vega de Caballeros, estando el ayuntamiento en los Barrios de Luna.

Carrocera se compone de 7 pueblos, Benllera, Carrocera, Cuevas de Viñayo, Otero de las Dueñas, Piedrasecha, Santiago de las Villas y Viñayo, estando el ayuntamiento en Carrocera.

Y del municipio de Soto y Amío pertenece a Luna 5 pueblos de un total de 13 y estos son Bobia, Canales, Garaño, La Magdalena y Quintanilla. Los demás pueblos de este ayuntamiento pertenecen a la comarca de Omaña. Estando el ayuntamiento en Soto y Amío.

Limita al norte con el ayuntamiento de Sena de Luna, al sur con los ayuntamientos de Santa María de Ordás y Rioseco de Tapia, al Oeste con los ayuntamientos de Pola de Gordón, la Robla y Cuadros y al oeste con los ayuntamientos de Riello, Soto y Amío y Sana María de Ordás.

En el año 1956 se construyó el pantano de Barrios de Luna anegando 7 pueblos Casasola, Cosera de Luna, Miñera, Venta de la Canela, Truva, Mirantes y las Ventas de Mallo perteneciendo al ayuntamiento de Barrios de Luna. Aparte de estos también anego pueblos pertenecientes a otros ayuntamientos.

El pueblo de Mirantes de Luna se reconstruyó alrededor del entorno del Club Náutico, construcciones modernas y casi todas ellas de segunda residencia.

El pueblo de Miñera de Luna también se reconstruyó cerca del antiguo pueblo junto a la carretera CL-626 y cercano al límite del pantano.

Sus carreteras principales son la autopista de peaje AP-66 Ruta de la Plata, y las carreteras CL626 Puerto de Cerredo a Aguilar de Campoo, LE-493 la Magdalena a Rioscuro, CL-623 San Andrés del Rabanedo a La Magdalena, y LE-420 la Magdalena a la Bañeza.

Por su parte sur pasa la ruta del Camino de Santiago de la Montaña.

Como bien dice su nombre la comarca pertenece a la cuenca del Río Luna.

Si te interesa y quieres seguir leyendo mi trabajo aquí te dejo el enlace.

<https://cosasdeamga.es/luna-de-abajo-y-sus-pueblos/>

**Angel M. García A.**



En el año 2018 hice un trabajo sobre la comarca de Luna de Abajo en la provincia de León, España.

Luna de Abajo y sus pueblos es un trabajo para aprender y saber cosas de este municipio del norte de León.

Compuesta por los pueblos de tres municipios, Barrios de Luna, Carrocera y parte de

los pueblos de Soto y Amío, en total 19 pueblos los cuales describiré para darlos a conocer.

Es una comarca con gran historia, con un hecho importante el Pantano de Barrios de Luna, que inunda parte del terreno y hace una separación más grande entre las dos comarcas de Luna, la de Abajo y la de Arriba.

Cada pueblo es un capítulo.

En cada capítulo hay varios apartados:

#### -Datos.

Primero comienzo con unos datos básicos y ordenados sacados de la página de WIKIPEDIA y de la página oficial del ayuntamiento de Sena de Luna.

#### -Mapa topográfico.

Después un mapa de la zona del pueblo.

Sacado del Instituto Geográfico Nacional de las hojas del mapa nacional a escala 1/25.000.

#### -Foto aérea.

Siguiendo con una foto aérea de todo el pueblo obtenida de GOOGLE EARTH. Una vista aérea de todo el conjunto de las casas que forman el pueblo.

#### -Foto representativa.

Una foto de una construcción significativa del pueblo, obtenida de GOOGLE MAPS.

#### -Comentarios.

Por último un pequeño comentario que nos permite descubrir cada pueblo, en el cual se nos dice lo que podemos ver si lo visitamos. Unas pequeñas pinceladas para descubrir cada pueblo de este municipio. Sacados de la página de WIKIPEDIA, Pueblos de España y de la página oficial del Ayuntamiento.

Todo ello para aprender cosas de la comarca de Luna de Abajo.

Una guía para recorrer la comarca.

## Curiosidades de Esta Tierra

### Curiosidades del cuerpo humano

La córnea es el único órgano del cuerpo que recibe oxígeno directamente del aire.

Hasta los seis o siete meses de edad, los bebés pueden tragar y respirar al mismo tiempo.

Los astronautas pueden crecer hasta 5 centímetros en el espacio.

Algunas funciones del cuerpo se alteran cuando estornudamos. Por ejemplo, el flujo sanguíneo hacia el corazón.

El cerebro humano genera más impulsos eléctricos en un día, que todos los teléfonos del mundo juntos.

Los humanos son los únicos animales con barbilla.

El sudor no tiene olor. Este aroma surge cuando se combina con las bacterias de la piel.

El ombligo es una cicatriz y los doctores no pueden influir en la forma que tienen.

Nuestra boca es capaz de producir entre uno y dos litros de saliva al día.

La arteria aorta es la más gruesa del cuerpo humano. Mide 3 cm de diámetro y 50 de longitud.

El cuerpo humano contiene suficiente grasa para hacer siete pastillas de jabón.

El peso total de las bacterias en nuestro cuerpo es de 2 kilogramos.

Algunas personas tienen sueños lúcidos; se dan cuenta que sueñan y pueden manipular sus sueños, haciendo lo que quieren.

El cerebro humano tiene en torno a 100 mil millones de neuronas.

Cuando sonreímos movemos 17 músculos. Cuando fruncimos el ceño, movemos 43.

La mandíbula es el hueso más fuerte del cuerpo.

Solo el 7% de las personas son zurdas.

Tienes dos riñones, pero solo uno es necesario para vivir.

El recién nacido posee casi el doble de neuronas que un adulto.

Durante la infancia la cabeza crece más despacio que el resto del cuerpo.

### Curiosidades matemáticas

El número 2.520 es el número más pequeño que puede ser dividido en forma exacta por los números del 1 al 10.

El sistema sexagesimal lo inventaron los babilonios. El sistema sexagesimal es un sistema de numeración que emplea como base el número 60 en lugar del 10. Por esta razón, un minuto tiene actualmente 60 segundos y un círculo, 360°.

El símbolo de la raíz cuadrada se empezó a usar en 1525. Antes, para indicar la raíz de un número se escribía «raíz de...». Luego, para abreviar se empezó a poner «r», pero, si el número era largo, el trazo horizontal de la «r» se alargaba hasta abarcar todas las cifras (como una «r» mal hecha).

El sistema binario lo inventó hace más de 300 años Gottfried W. Leibniz. Hoy es el lenguaje de programación de los ordenadores.

La geometría se inventó en Egipto y Babilonia. Sus habitantes usaban la geometría para medir la Tierra.

Capicúa antiguamente, las operaciones que eran capicúas se denominaban «operaciones de los dioses». Un ejemplo es la multiplicación  $1089 \times 9 = 9801$ .

Las formas espirales de los girasoles y otros patrones en la naturaleza siguen una secuencia de Fibonacci, donde la suma de los dos números anteriores en la secuencia le da el siguiente (0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, etc.)

Las matemáticas y la estadística aseguran que, cuando tengas 23 invitados, tendrás un 50 % de posibilidades de recibir el mismo regalo repetido.

El sistema decimal de numeración tiene su razón de ser en los dedos de las manos y los pies.

El número más curioso es el 142857, si lo multiplicamos por 7 el resultado es 999999. Además si lo multiplicamos por 1, 2, 3, 4, 5, 6. Nos dará como resultado la misma serie de números en distinto orden.

Marco descubre que 143 es un número «mágico» porque multiplicándolo por ciertos números se obtienen resultados muy particulares:  $143 \times 21 = 3003$  /  $143 \times 49 = 7007$  /  $143 \times 112 = 16016$  /  $143 \times 147 = 21021$  Marco decide encontrar todos los números de tres cifras que, multiplicados por 143, dan como producto un número de cinco cifras con un cero en el puesto central y con dos números iguales colocados a la izquierda y a la derecha del cero.

## Rodrigo Díaz de Vivar, el Cid Campeador



**R**odrigo Díaz nació en Burgos en 1043 y falleció en Valencia, 1099.

Conocido como el Cid Campeador, fue un líder militar castellano que llegó a dominar al frente de su propia mesnada el Levante de la península ibérica a finales del siglo XI como señorío de forma autónoma respecto de la autoridad de rey alguno.

Consiguió conquistar Valencia y estableció en esta ciudad un señorío independiente desde el 17 de junio de 1094 hasta su muerte.

Su esposa, Jimena Díaz, lo heredó y mantuvo hasta 1102, cuando pasó de nuevo a dominio musulmán.

Su origen familiar es discutido en varias teorías. Fue abuelo del rey García Ramírez de Pamplona, primogénito de su hija Cristina.

Pese a su leyenda posterior como héroe de Castilla o cruzado en favor de la Reconquista, a lo largo de su vida se puso a las órdenes de diferentes caudillos, tanto cristianos como musulmanes, luchando realmente como su propio amo y por su propio beneficio, por lo que el retrato que de él hacen algunos autores es similar al de un mercenario, un soldado profesional, que presta sus servicios a cambio de una paga.

Se trata de una figura histórica y legendaria de la Reconquista, cuya vida inspiró el más importante cantar de gesta de la literatura española, el Cantar de mio Cid.

Ha pasado a la posteridad como el Campeador experto en batallas campales o el Cid del árabe dialectal *sīdi*, señor.

Muy joven, sirvió al infante Sancho, futuro Sancho II de Castilla.

Combatió con Sancho en la guerra que este sostuvo contra su hermano Alfonso VI, rey de León, y con su hermano García, rey de Galicia.

Los tres hermanos se disputaban la primacía sobre el reino dividido tras la muerte del padre y luchaban por reunificarlo.

Las cualidades bélicas de Rodrigo comenzaron a destacar en las victorias castellanas de Llantada (1068) y Golpejera (1072). Tras esta última Alfonso VI fue capturado, de modo que Sancho se adueñó de León y de Galicia, convirtiéndose en Sancho II de León. Quizá en estas campañas ganara Rodrigo Díaz el sobrenombre de «Campeador», es decir, guerrero en batallas a campo abierto.

Alfonso VI recuperó el trono de León y sucedió a su hermano en el de Castilla, anexionándolo junto a Galicia y volviendo a conseguir la unión del reino legionense que había desgajado su padre Fernando a su muerte.

Lo nombró juez o procurador en varios pleitos y le proporcionó un honroso matrimonio con

Jimena Díaz en 1074, noble bisnieta de Alfonso V de León, con quien tuvo tres hijos: Diego, María (casada con el conde de Barcelona Ramón Berenguer III) y Cristina (quien contrajo matrimonio con el infante Ramiro Sánchez de Pamplona).

Los desencuentros con Alfonso fueron causados por un exceso de Rodrigo Díaz tras repeler una incursión de tropas andalusíes en Soria en 1080, que le llevó, en su persecución, a adentrarse en el reino de taifa toledano y saquear su zona oriental.

Junto con sus vasallos o «mesnada» se estableció desde 1081 hasta 1086 como guerrero bajo las órdenes del rey de Zaragoza al-Muqtadir, quien. Este encomendó al Cid en 1082 una campaña contra su hermano el gobernador de Lérica Mundir.

El 25 de mayo de 1085 Alfonso VI conquista la taifa de Toledo y en 1086 inicia el asedio a Zaragoza, ya con al-Musta'in II en el trono de esta taifa, quien también tuvo a Rodrigo a su servicio.

Pero a comienzos de agosto de ese año un ejército almorávide avanzó hacia el interior del reino de León, donde Alfonso se vio obligado a interceptarlo, con resultado de derrota cristiana en la batalla de Sagrajas el 23 de octubre.

Por otro lado, Alfonso VI pudo condonar la pena a Rodrigo ante la necesidad que tenía de valiosos caudillos con que enfrentarse al nuevo poder de origen norteafricano.

En 1088, se produciría un nuevo desencuentro entre el caudillo castellano y Alfonso VI y volvió a castigar al Cid con un nuevo destierro aplicándole además una medida que solo se ejecutaba en casos de traición, que comportaba la expropiación de sus bienes; extremo al que no había llegado en el primer destierro.

Es a partir de este momento cuando el Cid comenzó a actuar a todos los efectos como un caudillo independiente y planteó su intervención en Levante como una actividad personal y no como una misión por cuenta del rey.

El Cid se convirtió en la figura más poderosa del oriente de la Península, estableciendo un protectorado sobre Levante que tenía como tributarios a Valencia, Lérica, Tortosa, Denia, Albarracín, Alpuente, Sagunto, Jérica, Segorbe y Almenara.

A fines de 1097 tomó Almenara, cerrando así las rutas del norte de Valencia y en 1098 conquistó definitivamente la imponente ciudad fortificada de Sagunto.

Tras frenar la enésima embestida de los almorávides en 1097 en la batalla de Bairén, al lado de Pedro I de Aragón, Rodrigo Díaz de Vivar se recluye al calor de su corte y pasa los días sumergido en fiestas, galas y desarrollando sus aficiones, como los deportes, la música o la literatura

Fallecería en Valencia el 10 de julio de 1099 por causas naturales, convirtiéndose su mujer Jimena en la señora de Valencia hasta que su defensa se hace imposible en 1102.

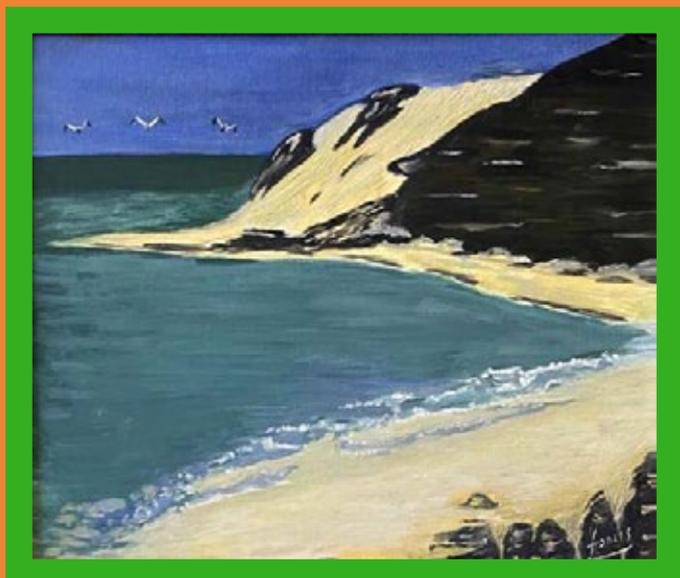
## Los cuadros de Francisco Pérez Valero



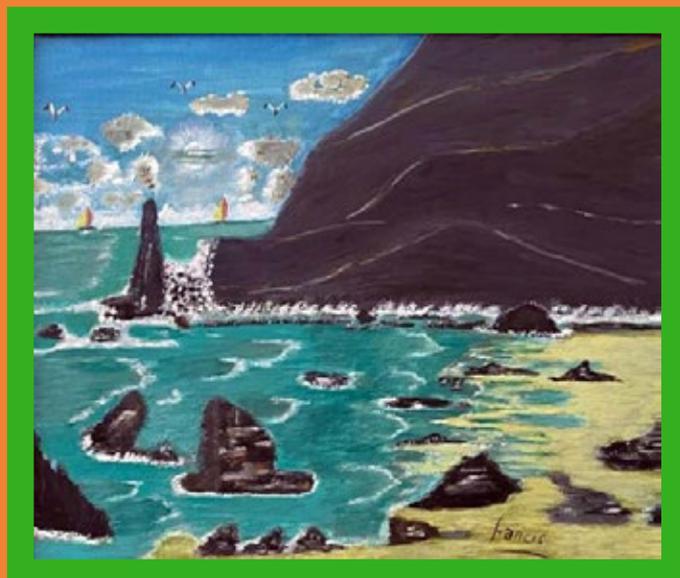
Nacido el 22 de julio de 1934, en Fuentes Claras, y fallecido el 13 de agosto de 2022, en Las Palmas de Gran Canaria, casado con Elena con la que compartió 60 años de su vida, y padre de cuatro hijos, Francisco, Pilar, Rocío y Nuria, fue un gran profesional de la salud y del derecho, y lleno de inquietudes creativas, lo que le llevó a realizar dos exposiciones pictóricas relacionadas con paisajes y marinas, al óleo, acrílicas, ceras ...

Y a escribir tanto pensamientos y críticas de la vida actual y pasada, publicados en su cuenta de Facebook, como a escribir varios libros, Pensamientos Realistas fue su primer libro, editado por Círculo Rojo, al igual que su segundo libro, Gilipollas made in Spain, su tercer libro, Sinfonía de la Poesía, fue editado por Gráficas Atlanta, otros libros escritos son Sinfonía de la Poesía, Gerumin, superviviente de la guerra civil, y Los Horizontes de Recadero, éstos dos últimos basados en su vida.

### Francisco Pérez Valero



Playa Canaria



Marina Canaria



Sueños adolescentes



La puerta



La cátedra



Los molinos



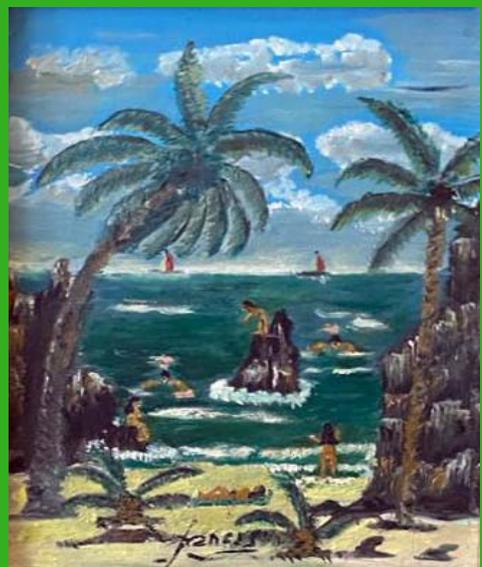
El profesor



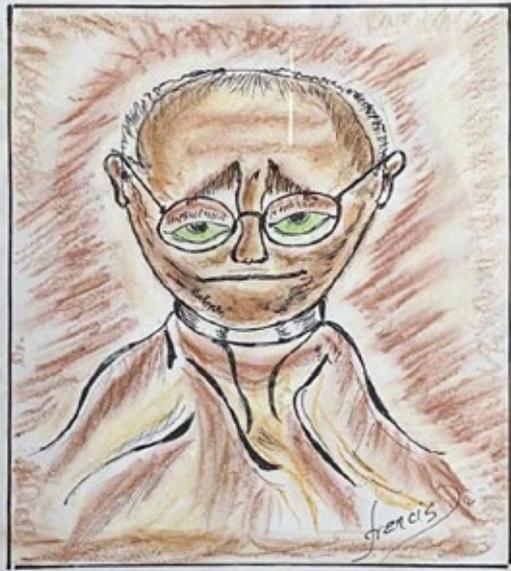
Costa Canaria



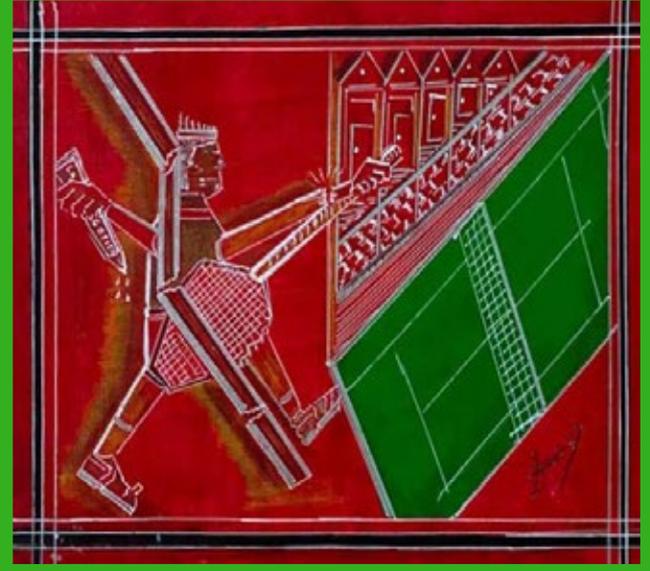
La primavera



Cala canaria



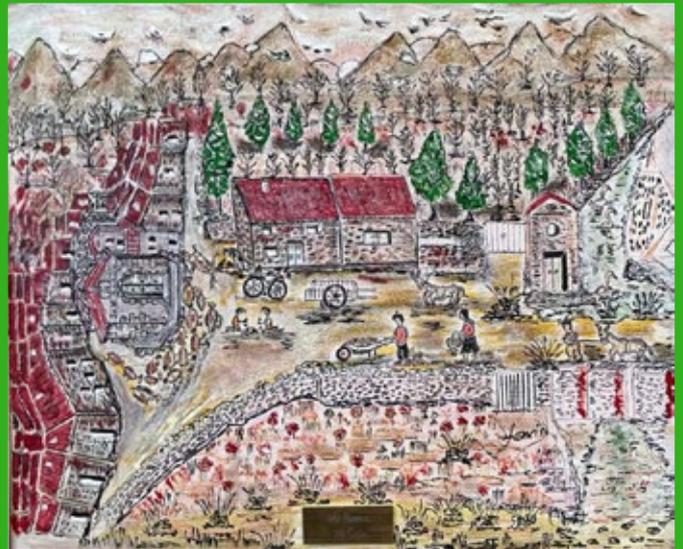
**Mi ancianidad**



**Sueños rotos**



**El río del molino**



**Mi Barrio**



**Caribe**



**La música**

## Ciclo de entrevistas del mes de Esta Tierra

**Samara Luviel**

Hoy con **Samara Luviel** que nos hablará de su novela homoerótica **Todo por ti**.



Realizadas por  
**Xavi Guimerá**

### ¿Desde cuándo sentiste la pasión por las letras?

Desde siempre, quería aprender a leer, para poder leer libros. Mi madre es una gran aficionada a la lectura y recuerdo verla siempre leyendo cuando tenía algún momento.

Supongo que me aficioné desde que estaba en su útero.

### ¿El amor mueve montañas o es la fé?

Ambas por igual, pienso que la fé es otro tipo de amor, pero está enlazado al amor. Se tiene fé, confianza y ganas de luchar, por las ideas, las cosas o personas.

### ¿Existe un género para el amor?

El amor es un sentimiento. Los sentimientos no se pueden dividir en géneros, colores o formas. Está ahí y de repente te golpea. Otra cosa es lo que te obligues hacer a ti mismo con ellos, cuando entra la mente, con sus miedos, prejuicios, ideales, educación. Esto es lo que pone barreras al amor.

### ¿Cómo te definirías como escritora?

Aún estoy empezando a asimilar el ser escritora, me parece una palabra tan grande y yo estoy empezando, pero me siento muy ilusionada y mi deseo es que durante el rato que me lean, se relajen, olviden el ajeteo y los problemas. Ser un oasis en medio de su día a día.

### ¿Y cómo lectora?

Soy una devoradora de libros. No hay día en el que no lea algo y disfruto de cualquier género. Creo que los libros nos ayudan a crecer y a aprender mucho más del mundo, las personas y la vida en general.

### ¿Qué es lo que más te gusta de este oficio?

Escribir, dar salida a todo lo que imagino, creando personajes, situaciones y vivencias. Jugar con las palabras e intentar que los sentimientos, situaciones y escenarios puedan quedar plasmados tal y como lo deseo. Me resulta muy entretenido y me encanta poder jugar con el extenso vocabulario que hay en nuestro idioma, para que conseguir atrapar la esencia de lo que hay en mi mente.

### ¿Qué consejo le darías a un escritor novel?

Yo soy la escritora novel y la que necesito consejo. Así que para mi misma y quienes estén en mi situación, sería; no tengas miedo, diviértete, disfruta del momento, aprende y absorbe todo lo que estás viviendo y déjate llevar porque, y ante todo, conocerás gente maravillosa en el camino.

### ¿Tus personajes hacen lo que tu quieres o tienen vida propia?

Mis personajes tienen vida propia. Tengo algunas situaciones que quiero que se den y a veces no logro hacer que eso suceda, porque ellos me llevan a contar su historia, por otro camino. También me crean situaciones que ni yo esperaba. No sé cómo explicarlo, aunque empiece con una idea más o menos clara, de lo que quiero que vivan o hagan, al final me sumerjo en su mundo y me dejo llevar sorprendida y fascinada con lo que se va creando. Es divertido ver como fluyen y yo me quedo como una simple espectadora que narra lo que sucede.

### ¿La palabra es poderosa?

Por supuesto. Nuestra historia y nuestro presente es un gran ejemplo de ello. Tanto para bien, como para mal. El uso de la palabra, en manos de personas que saben cómo hacerlo, hacen y deshacen a su antojo, llevándonos a la guerra, luchando por la paz y nuestros derechos, etc. Nuestra estructura social, creencias y forma de vida está cimentada por las poderosas palabras y actos de todos los que nos han precedido.

### ¿Dónde podemos encontrar tus obras?

Por ahora, solo es una. "Todo por ti" y la pueden encontrar en Amazon. Espero que le den una oportunidad y que disfruten de su lectura. Muchas gracias.

Por gentileza de **Agencia DeLetras**



Retomamos las entrevistas para este mes con **Fernando José González Rodríguez**, que hace muy poquito ha sacado a la luz su tercera novela: **Pluma de Sangre**.

### ¿Que te motivó para escribir esta, tu tercera novela?

En principio, el objetivo era presentarla a un concurso literario, pero a medida que iba avanzando en ella, la novela se me fue de las páginas que limitaban el concurso y ya decidí no ponerle frenos y seguir. A medida que iba leyendo y releendo, estaba convencido de que iba a ser una novela rompedora y que había que lanzarse a publicarla.

### ¿Que pretender alcanzar, como escritor, con esta obra?

Me gustaría conseguir un poco la notoriedad que busco en este mundo. Escribo porque me gusta y me apasiona, pero me gustaría que mis obras llegasen lejos y que se me conozcan como escritor de este género.

### ¿Que deseas que encuentre el lector entre las páginas de Pluma de Sangre?

En Pluma de Sangre, el lector se va a encontrar con una historia que le atraparán de principio a fin por lo mucho que acontece en la misma pero, sobre todo, encontrará un mensaje con doble sentido que le hará crear conciencia sobre ciertas cosas de nuestra justicia y nuestra legislación. Conocerá a dos personajes como son la inspectora Sandra Barreiro y Julio Rubio, quienes nos conducirán hacia la resolución de un caso que trae de cola a toda la ciudad y que remueve las conciencias de quienes lo viven. En Pluma de Sangre, el lector vivirá intensamente una historia que nunca olvidará.

### Vuelves a cambiar de editorial ¿algún motivo en especial?

Ediciones Hades me ha demostrado lo que pocas editoriales han hecho. Desde el momento que les presenté mi propuesta, estuvieron volcados en ella y haciéndole un seguimiento puntual. Luego llegaron los consejos y las correcciones y ha sido un trabajo coordinado como con pocas editoriales se puede hacer. Además de ello, el acabado del libro es magnífico y espero que este sea el primero de muchos.

### ¿Que le dirías a un escritor novel?

Como siempre digo, escribir es una pasión. Algo que debemos hacer porque nos mueve. Les diría que vivan ese momento. Cuando crean su primera trama, sus primeros personajes, dotarlos de vida y acompañarlos en el recorrido de la historia. Vivirla intensamente con ellos. Luego, que vengan su historia como merece ser vendida. Y que no se preocupen por algún rechazo editorial. Todos hemos tenido alguno. Y mucho menos por vender. Lo más importante para empezar es ver tu obra publicada. Esa sensación no se puede explicar con palabras.

### ¿Tu pluma se escribe con sudor, lagrimas y sangre?

No hay que dramatizar. Se escribe con ilusión a diferencia de la pluma que desliza sobre los papeles de la trama que hará temblar las calles de Sevilla.

### ¿Que es lo que más te gusta a la hora de escribir?

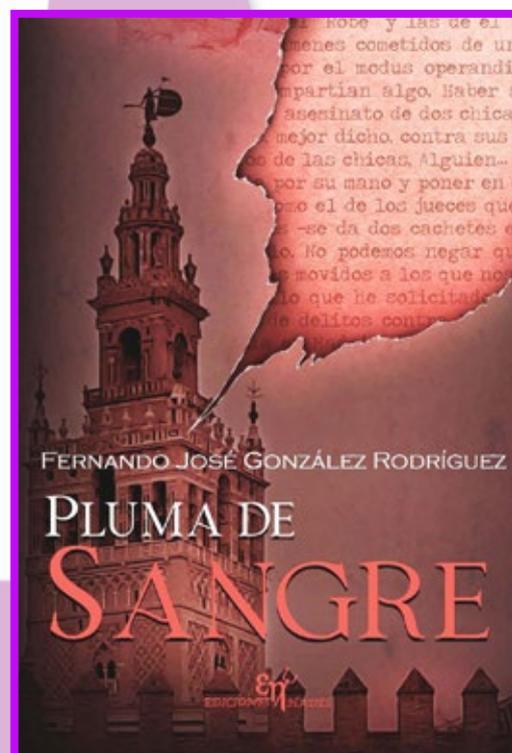
Sobre todo, el clima que se crea en ese momento donde sólo estás tú, el ordenador, tu cuaderno de notas y la trama ante tus ojos, visualizando cada movimiento y cada escena que estás creando y sintiendo. Es como ver tu propia película.

### ¿Hay magia en las palabras?

Hay mucho más que eso, siempre y cuando se aprendan a usar y su uso sea musical y no ofensivo. Siempre hemos dicho que el poder de la palabra es mucho más fuerte que el de una espada y es verdad, pero también depende en boca de quien esté o las manos que la escriban. Como escritor, echo de menos el lenguaje de antes, el castellano antiguo que dotaba nuestro idioma de una musicalidad que otros ya quisieran.

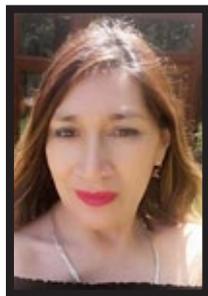
### ¿Ves posible que esta obra se lleve al celuloide?

Sería un sueño, pues es perfecta para ello. Desde aquí animo a cualquier productor a darle una oportunidad y tiene mi disponibilidad para lo que necesite.



Por gentileza de **Agencia DeLetras**

## Entrevista a John Ricardo Lara Soto



Realizada por:

**Doris M. Peña Sepulveda**

En el ciclo de entrevistas de la Revista Esta Tierra conoceremos la vida y trayectoria del músico chileno **John Ricardo Lara Soto**.

En lo personal es un grato placer repasar la vida de este destacado músico, y seguramente para ustedes será muy interesante conocer de su vida y trayectoria.

Brilla el sol, con más fuerza en septiembre, ¿será que la primavera nos deleita con su alegre visita?

Bienvenido John al ciclo de entrevistas de la Revista Esta Tierra, es para mí un tremendo privilegio el poder conocer parte de su trabajo en el arte de la música.

Comenzamos entonces.

### ¿A qué edad más menos nace esta inquietud por la música y que instrumento acompaña este sentir?

Mi inquietud por la música parte de los 4 años de edad y el primer instrumento que me acompaña en este sentir fue la guitarra.

### ¿Quiénes fueron sus primeros formadores o guías en sus inicios?

René Sarzoza, Calatambo Albarracín, Paco Mairena, Luis Castillo, Hermógenes Méndez, Diomedes Valenzuela, Osvaldo Jaque, Gabriela Pizarro, Silvia Urbina, Sergio Sauvalle, Marisa Pastor, Margot Loyola, Pedro Yáñez, Fidel Sepúlveda, Patricia Chavarría, René Largo Farías, Jorge Yáñez, Osvaldo Cádiz, María Ester Greve, Lucy Casanova, Alejandro Hermosilla.

### ¿Que sientes cuando oyes la música?

Cuando escucho la música que me agrada me eriza el pelo, me produce mucha emoción cómo también relajo y Paz, me permite evocar experiencias y recuerdos, es lo único que me transporta a un estado de tranquilidad.

### ¿Que significa la música para ti?

La música para mí lo es todo, es la compañera de la vida tanto en momentos tristes como alegres.

### ¿Cómo compatibilizas la música con la vida cotidiana?

La música me ha acompañado toda mi existencia, mi vida cotidiana va de la mano con la música.

### ¿Sientes que tu camino en tu proyección musical es solitaria?

Durante mucho tiempo participe en diferentes agrupaciones musicales, pero hace aproximadamente 10 años tomé la decisión y definitivamente mi camino en la proyección musical es como solista.

### ¿Cuál ha sido tu mayor logro y que aspiras a futuro, algún sueño que te gustaría realizar, tal vez compartir escenario con algún músico en especial?

Mis logros musicales más importantes han sido en participar en los más importantes Festivales en Chile cómo en el extranjero, mi sueño como músico es la grabación de varios discos con música Folklórica Nacional e Internacional, situar el mandolín

como instrumento inserto en los todos estilos de la música, y me gustaría compartir escenario con los músicos a nivel internacional comprometidos con los Derechos Humanos y la lucha por la constante desigualdad en el mundo.

### ¿Qué rol cumple la familia en tu vida musical?

Mi familia cumple un rol muy importante en mi vida musical, ya que me apoyaron desde el inicio en la misma, y al margen de las dificultades que nos pone la vida y en el transcurso de toda mi carrera artística lo han continuado haciendo.

### ¿Recuerdas cuál fue el primer tema musical que entonaste en qué contexto, y significó para ti?

El primer tema que entone en voz y guitarra fue la canción "Que pena siente el alma" de Violeta Parra, y tiene un significado muy importante ya que marcó el inicio de mi carrera musical.

### ¿Cómo es tu vida como músico, sientes que la música te libera te proyecta, te hace mejor persona?

Mi vida como músico ha sido de altos y bajos, ya que en Chile la Cultura Tradicional no cuenta con el apoyo de las Instituciones correspondientes, cuando estoy sobre el escenario libero todo mi potencial al público presente, desde muy pequeño la solidaridad me ha acompañado y es de gran significado entregar mi arte en Hogares de ancianos, Hogares de menores, cárceles, hospitales, lugares y barrios vulnerables en dónde la cultura no está presente.

### Si tuvieras la posibilidad de abrir un show, ¿que artista elegirías y con qué tema musical iniciarías, por qué razón?

Abriría un show con mi mandolín e interpretaría el primer tema con el que inicie mi carrera musical, y elegiría a músicos de mi país que compartan mi delicadeza y afinidad artística.

### ¿Qué género musical te identifica más, por qué?

El género musical que me identifica es la Música Tradicional Chilena, cómo también la Latinoamericana, actualmente estoy realizando estudios y mi interés se ha desplegado hacia la música clásica, popular, etc., haciendo arreglos musicales con mi Mandolín en variados géneros musicales.

**¿En que te inspiras para seguir creciendo como músico?**

El último tiempo me ha inspirado el conocer y compartir con grandes poetas del mundo, los cuales me han invitado a participar musicalmente en sus Obras y Recitales.

**¿Cómo eres hoy en día en comparación a diez años atrás, como has cambiado tanto como persona como músico?**

Hoy en día mi perspectiva como músico ha crecido enormemente, la vida me ha convertido en una persona más sensible y perceptivo, y como base fundamental en toda mi vida ha primado la solidaridad y el compañerismo.

**¿Cuál es el mensaje que transmites con tu música, en ese contexto que te gustaría entregar a tus oyentes?**

En la interpretación de mi música pretendo que el oyente sienta emoción y sensibilidad.

**¿Cómo te manejas en las redes sociales para promocionar tu arte, como es la relación con tus seguidores?**

Gracias a las redes sociales he podido difundir la interpretación de mi música a través de vídeos elaborados en casa, descubriendo que mi arte es mucho más valorado internacionalmente que en mi propio país.

**Sientes que las plataformas digitales son un agente impulsor de las distintas carreras artísticas o más bien un alentador para que cualquiera pueda hacer uso de ellas fomentando lo que hacen.**

Las plataformas digitales se han convertido en promocionar y promover lo que en lo personal hago musicalmente, ahora bien, cómo son de uso y acceso, en este caso para todos los músicos del mundo, el oyente calificara la calidad del trabajo realizado.

**¿Todo lo que hoy escuchamos es música según tu, o hay una sobrevaloración a la moda impuesta por una generación?**

No cabe duda que hay una sobrevaloración impuesta por la Industria Musical a la cual no le interesa la calidad, generando con ello, en lo personal, actualmente estilos de música muy cuestionables, EN PARTE MAS INTIMA.

**¿Cómo te gustaría ser recordado, que legado dejarías a la humanidad?**

Como una buena persona que no transó con los valores transmitidos por mis padres.

**¿Algún mensaje a tu familia, o ser importante para ti?**

Qué ante todas las dificultades e inconvenientes, todo lo he hecho fue por el bien de mi familia.

**¿El día de tu partida con que tema o interpretación te gustaría que tus amistades te des-****pidieran?**

La primera canción que interpreté.

**¿Que recuerdo de tu niñez es lo que más atesoras hasta el día de hoy?**

El primer día que asistí a clases de folclor.

**¿Qué mensaje le darías a los jóvenes que quieren iniciar en la música o cualquier expresión artística?**

Los jóvenes que quieran dedicarse al arte necesitan mucho estudio, amor y pasión en cualquier expresión artística, disciplina, creatividad, automotivación, decisión y confianza, aprender a aceptar críticas constructivas, no decaer en cualquier momento de adversidad.

**¿Sientes que las políticas actuales están enfocadas realmente al artista para potenciar su carrera o sólo es mito que nos mantiene la ilusión viva?**

Únicamente algunas áreas artísticas están apoyadas por las políticas actuales, la cultura tradicional es la que menos ayuda tiene y las agrupaciones deben hacer autogestión para financiar los proyectos a desarrollar.

Ha sido muy grato este encuentro y conocer de tu vida y sobretodo tu pasión por la música.

**¿Por favor si nos puedes entregar un mensaje de saludo para todos nuestros lectores?**

Para los lectores de la Revista Esta Tierra les dejo un acogedor saludo y me siento privilegiado en participar de esta entrevista, cómo también la siguiente reflexión:

La motivación en el músico es fundamental para conseguir y mantener una actividad que requiere gran sacrificio personal, el músico es un ser enamorado de aquello a lo que se dedica, una persona afortunada por poder trabajar o estudiar a aquello que más le cautiva.



## Asamblea de hojas secas

Todo el mundo siente la necesidad de liberarse de algo. De una esposa mandona, una tarea no deseada, un problema no deseado, padre dominante o de sí mismo. En ocasiones intentas lograr ese estado a través de terapias, pastillas y algunos se enajenan en el alcohol, en el trabajo o en cualquier cosa.

Estás viviendo esta situación. Te sientes atrapado ante el monólogo perturbador de pensamientos que gobiernan tu mente, cuerpo y espíritu.

Ante el régimen de este cotorreo eres despojado de ti mismo y sin darte cuenta, te conviertes en esclavo de tus propios pensamientos.

Puede que el desvelo, la impaciencia, inseguridad y desconfianza acompañan tu estado de ánimo.

Para cambiar este medio necesitas conocerte mejor. Toma el mando del momento y de tu propia vida.

Te propongo que dejes de ser tu conveniente prisionero.

La incertidumbre es un estado normal, no luches contra ella.

Conquista tu libertad desde la quietud, la calma y la aceptación de lo que es.

Escucha tu instinto; tu naturaleza interior iluminará el camino de la creación.

Realiza proyectos, planifica nuevos retos y deseos.

Llena tu agenda de planes y sueños por conquistar.

Tu eres tú mejor amigo y tu mejor guardián.

Junta una a una las hojas secas y los pétalos caídos. Estoy segura que encontrarás tus mejores armas para conquistar una nueva vida.

## Ojo sabio

Siempre hay un ojo que te ve\_ denunciaba el Ojo con acento sabio. El Oído escuchó con curiosidad e inclinó bien la oreja en espera de descubrir la intensión de tal anuncio; al quedar sin respuesta permaneció por un buen tiempo dormido, a pesar, que por momentos repiqueteaban sonidos secos en su oído interno y hacían eco como un martillo, en el laberinto de su anatomía perfecta.

Con un movimiento brusco el ojo sabio proclamó \_ "las palabras se las lleva el viento" \_ la imagen apuntaba a una canción de película, emoción frustrada y herida abierta.

El Oído quería comprender, intentó mirar más allá del erudito y de las palabras vacías que el viento se llevó, que dejaron en silencio al Ojo: quien ya no reconocía las cosas, ni les daba nombre. Parecía haber perdido su capacidad de hacer juicios. De tanto parlotear, quedó inmóvil, solo sentía el golpe del viento seco en la mucosa fina de su cuerpo desnudo que laceraba viejas heridas.

Unos dicen que el ojo padece de ceguera sorda. Lo cierto, es que el Ojo Sabio, solo encuentra alivio cuando es arrojado por el párpado.

"Ojo sin palabras, descanso merecido"

## La Educación por el Arte y la Psicología

### Apertura:

Estamos en la era de la globalización mercantil, financiera y cultural, de las desigualdades económicas, tecnológicas y sociales, del deterioro del medio ambiente, de la búsqueda por la homogenización cultural y destrucción de valores e identidades.

Ante esta realidad el hombre como sujeto protagonista, se convierte en centro de transformación desde la educación y la acción social, en su naturaleza individual y grupal; con la certeza que, en este proceso y resultado, incidirá el poder que brinda el conocimiento al hombre para su desarrollo, transformación y crecimiento personal.

Ante esta situación el maestro desde su rol social tiene que reconocer modos, formas y tendencias pedagógicas que intentan romper los límites, rescatar el papel del sujeto como protagonista, productor y productor social.

Esta exploración intenta integrar lo mejor de la educación de pasado, el presente y el futuro que, como dijo Aristóteles, son las imágenes móviles de una misma realidad.

En estos tiempos es necesario redimensionar al hombre como ser individual integral y como productor de una obra que puede ser técnica, artística o científica. Como único escenario, la educación tiene la responsabilidad de formar al hombre como ser humano, como sujeto sensible que comunica determinados patrones culturales, científicos, estéticos y éticos.

Este propósito desde una nueva filosofía de la educación centra la mirada en la Educación por el arte, que tiene sus orígenes en la Escuela Nueva y en la búsqueda de un nuevo hombre y un nuevo tipo de sociedad.

### Entrando en materia:

Hoy más que nunca se precisa priorizar el desarrollo integral y armónico del individuo y la sociedad. La familia, la escuela y la sociedad, como determinantes imprescindibles del desarrollo de la personalidad, requieren de modos, formas y acciones que fortalezcan la función e integración de estas instituciones; para perfeccionar y desarrollar un ser humano, una sociedad y un mundo mejor.

Muchos maestros y teóricos como Dewey, Sanderson y Otto trazaron caminos y sembraron experiencias que lograron involucrar lo instructivo con lo educativo, o se centraban en lo formativo.

Hay que recordar que la educación por el arte propone reivindicar al individuo, en busca de un ser humano coherente, abierto, libre, creativo, responsable y transformador comprometido con su cultura e historia.

Read, H. desde sus referentes filosóficos, estéticos y su vínculo con la Psicología del momento, apunta al crecimiento individual desde el descubrimiento y disfrute de las sensaciones internas del hombre; encuentro que nunca se da fuera de la realidad social, lo que favorece un desarrollo orgánico y armónico del ser humano.

### **Apuntes hacia una relación.**

La explicación de las particularidades específicas de los fenómenos<sup>1</sup> que estudia la Psicología presentan diferencias y su comprensión depende de la concepción del mundo que asuma el profesional que necesita de la ciencia psicológica.

Para S. L. Rubinstein<sup>2</sup> la correlación entre la conciencia, el pensamiento los fenómenos psíquicos y el mundo material, constituye uno de los problemas fundamentales más difíciles y agudos y es precisamente ahí donde se centra la lucha de las diferentes concepciones.

Séchenov considera que en el sistema de la Psicología el lugar central lo debe ocupar, en lo psíquico, la actividad. Para Rubinstein lo psíquico como actividad, es el proceso psíquico o el conjunto de procesos que dan satisfacción a alguna necesidad del hombre y que van dirigidos a un determinado fin, ligados de forma directa o indirecta a la satisfacción de tal necesidad.

Para estudiar la actividad psíquica según Rubinstein es necesario considerar la interacción entre el organismo, el individuo, el hombre y el mundo circundante; lo cual constituye el proceso de su vida.

Estas reflexiones nos permiten ubicar al hombre como centro de atención de lo psicológico; así como extender la mirada desde una interacción dialéctica materialista al reconocimiento de lo individual, lo particular y lo diferente en interacción con lo general, lo común, lo social y lo universal.

Uno de los méritos de la obra de Carlos Marx fue brindar un análisis teórico de la naturaleza social del hombre y su evolución histórica social; subrayar como cada una de las relaciones del hombre, humanas con el mundo, es social.

El desarrollo del hombre, está vinculado con la cultura social general. El arte como componente esencial de la cultura tiene una función importante en la educación y formación del hombre.

Para Vygotsky el arte "trabaja" con sentimientos humanos, que sufren una metamorfosis, se elevan sobre los sentimientos individuales, se generalizan y se tornan sociales; el arte tiene que alcanzar un lugar cimero como mediador, de la educación y transformación de la vida social de un pueblo, de un país.

Entonces el arte deja de ser una actividad exclusiva del artista para instituir a la educación estética como vía para la formación de sentimientos y capacidades creadoras; introduciéndose de

forma estratégica la educación estética en todo el sistema escolar cubano.

La Educación por el arte como concepción que apunta a una extensión del arte y de sus cualidades formativas favorece el desarrollo de la actividad como finalidad de la educación y a la satisfacción de la necesidad que la origina; retribuyendo no sólo en lo individual, lo personal y lo social, sino al perfeccionamiento de la actividad misma.

Esta visión convoca a construir un camino que favorece desde lo humano el reconocimiento de los vínculos entre la Psicología y la Educación por el arte.

Desde aquí se entremezclan criterios epistémicos que fundamentan desde el campo científico los enteveramientos entre la Psicología y la Educación por el arte, que servirán de soporte para extenderlo a lo curricular a través de la actividad docente y asistir desde los diferentes escenarios, roles, modos de actuación del sujeto (profesor-estudiante).

Este acercamiento tiene origen en filósofos y pensadores de la antigüedad como Píndaro que afirmó que la música calmaba la violencia de Ares (dios de la guerra).

Platón se centró en el poder del ritmo y la armonía de la música, para considerarla como el instrumento más poderoso.

Aristóteles vinculaba el arte con el placer.

Mientras Voltaire junto a otros estetas se basó mucho en el concepto de gusto, el gusto del connoisseur de sensibilidad y pericia innata.

Para Vygotsky, la estética, como ciencia, necesita cada vez más de los fundamentos psicológicos. Por su parte, también la Psicología, al tender a explicar la conducta en su totalidad, no puede dejar de sentirse atraída por los complejos problemas de la reacción estética.

De esta manera, al abordar la relación de la Educación por el arte con la Psicología; implica necesariamente a la Psicología con la Estética.

La teoría de la empatía de Aristóteles, fue llevada a primer plano por autores alemanes que la desarrollaron en términos psicológicos.

La teoría de James Lange sobre las emociones, influyó también en la construcción de un entramado naturalista para la Psicología del arte.

La interpretación psicológica del arte y los artistas recibió un gran estímulo del psicoanálisis, este interés continuó con los trabajos de Freud y Jung.

La diversidad de ideas expuestas declara vínculos de la Psicología y otros saberes del arte, desde la evolución del conocimiento humano; invita a una aproximación más amplia y diversificada sobre la Psicología, el Arte y la Estética y la Educación por el Arte.

Para facilitar este entramado, se tomará como referente transversal las principales teorías psicológicas:

### **El Psicoanálisis:**

Jung Suizo (1875-1961) protestante, psicoanalista seguidor de Freud (austriaco 1856-

1 Según comentario de Salvador Aburto, aquí está la clave del enfoque que respalda este discurso: si son fenómenos, son procesos, son continuos.

2 En: S. L. Rubinstein: El Desarrollo de la Psicología: principios y métodos Editorial Nacional de Cuba. La Habana, 1964.

1939) identifica el concepto de armonía como una forma de equilibrio entre el consciente y el inconsciente; para él, el inconsciente es cósmico, es parte de la mente que se conecta como un todo, valora al inconsciente como una vía que vincula los individuos entre sí con la raza y los une hacia atrás con su pasado.

Relaciona la libido con la energía vital que puede generar placer; reconoce lo simbólico como energía que se transforma en fenómeno cultural, espiritual; considera los sueños como formas de ponernos en contacto con nuestro inconsciente, aborda el inconsciente personal y colectivo, refiriendo que todo individuo guarda imágenes heredadas de generación en generación a través de las estructuras mentales y que están vinculadas a través de las emociones.

Para Jung los símbolos nunca se forman de manera racional, siempre surgen de forma espontánea e inconsciente.

Según, J. HGG en "La Psicología del arte", la versión del psicólogo Jung realizó el papel de las imágenes arquetípicas en el arte y el de la polaridad extraversion, introversión en la estructura de la personalidad.

Mostró como cierto tipo de personalidad, las figuras de los antiguos sabios, reaparecen una y otra vez no sólo en los sueños, sino también en el arte.

Dewey, iniciador de la Educación por el arte, enuncia el poder del arte, de brindar todo un conjunto de símbolos que permiten reconocer e identificar una civilización, valora el hombre como un producto de la cultura, afirmando con su experiencia que en una civilización hay elementos transitorios y elementos duradero- identifica al arte como la gran fuerza que efectúa esta consolidación, el arte por encima de la cultura-.

El tema del niño que todos llevamos dentro como arquetipo, a criterio de Jung, aparece en toda la mitología, en toda creación y cosmovisión; también menciona otros arquetipos que brotan en todas las obras de creación tales como lo redondo, el puente entre el hombre y lo cósmico y la fiesta entre otros.

Son muchos los educadores por el arte que exponen la niñez como una etapa importante para el hombre. Paúl Klee, artista plástico, francés pretende rescatar la inocencia del niño, por su parte Rhoda Kellog se centra en placer que el niño se proporciona así.

Lowenfeld (1958) reconoce que el niño ve al mundo de forma diferente, y afirma que el arte puede desempeñar un papel importante en el desarrollo del yo, especialmente en el caso de los niños. Por otra parte, la gráfica infantil del niño media tanto en el conocimiento de lo psicológico, como lo estético.

Desde otra perspectiva, el psicoanalista Pichón Riviére, argentino, (1940) alude a la necesidad que tiene el hombre de descubrirse a través de un proceso de aprendizaje que nace y se desarrolla en el grupo; apunta a la función que tiene el profesor de promover como coordinador que las

individualidades afloren, menciona que todas las personas tienen hadas y fantasmas que hacen función de voces internas.

Para Pichón el grupo operativo es la vía para el desarrollo de las motivaciones, de los impulsos creadores; a través del grupo operativo se crean y desarrollan conflictos vivenciales y cognitivos que promueven un aprendizaje consciente, abierto, diverso y duradero.

El grupo enseña al educando a aceptar, a ser flexible, a comprometerse con la tarea, a ser solidario; a apreciar, según la investigadora y encontrar su sello personal en la obra colectiva.

Este psicoanalista apunta a la necesidad de propiciar la salud del sujeto a través de una expresión coherente y armónica entre lo que la persona siente interiormente y lo que expresa.

Se manifiesta en contra de lo preconfigurado y establecido.

Este pensamiento intima con teorías de la educación por el arte: Lowenfeld fundamenta que los dibujos y las pinturas reflejan el grado de identificación que el niño tiene con sus propias experiencias y con las de otros. El proceso artístico, expone, en sí proporciona un medio para el desarrollo social.

También en esta obra se presenta la necesidad que tiene el niño de identificarse con otros y expone que esto sólo se puede alcanzar cuando el hombre logra identificarse con sí mismo.

Considera que casi todas las perturbaciones afectivas o mentales están vinculadas con una falta de confianza en sí mismo.

El niño artista no posee capacidad de auto-identificación y en algunos casos hasta parece no estar dispuesto a admitir su propia existencia.

La Gestalt: aparece en Alemania con Westheimer (1910); para este paradigma psicológico la percepción es el centro de atención; es objeto de estudio es lo psíquico comprendido como una libertad segregada, circunscripta y perceptible.

La gestalt es una totalidad perceptual, donde los fenómenos están integrados pero separado en su medio; hablan de la existencia del isomorfismo, aporta conceptos importantes para el proceso de percepción, creación y apreciación artística: insight, leyes de la forma, relación figura y fondo, las leyes del contraste, así como los nexos que se establecen por proximidad entre otros.

Según la gestalt, la expresión podría definirse como el equivalente psicológico de los procesos dinámicos, que dan lugar a la organización de los estímulos perceptuales, todo indica que la expresión constituye una parte esencial del proceso perceptual elemental.

Los principales aportes de la Gestalt a la Psicología y a la Estética se refieren a la percepción y a la apreciación.

Continuara en el numero del mes de Noviembre.



**Bárbara de la Caridad Olivera Más**

## La iniquidad de la ley

La iniquidad se define como Injusticia o gran maldad en el modo de obrar. Iniquidad se refiere a la cualidad de inicuo. Designa maldad, perversidad, abuso o gran injusticia, es decir, todo acto contrario a la moral, la justicia y la religión.

La palabra proviene del latín iniquitas, iniquitatis, que traduce "cualidad de injusto", y sus sinónimos son injusticia, maldad, infamia o ignominia. En Derecho, se entiende como iniquidad el rigor desmedido en una ley, fallo o decisión.

El adjetivo inicuo deriva del vocablo latino iniquus. Una palabra latina esa que se forma a partir de la suma de dos componentes léxicos del latín. Nos estamos refiriendo al prefijo "in-", que es equivalente a "no" y a "sin", y al adjetivo "aequus", que puede traducirse como "igual".

Se utiliza para calificar a lo opuesto a la equidad (igualdad, equilibrio). El concepto también puede emplearse con referencia a lo injusto o lo ruin. Por ejemplo: "La oposición afirmó que el proyecto oficialista es inicuo y perjudicial para la mayor parte de la sociedad", "La corrupción es un fenómeno inicuo que está presente en todos los niveles del Estado desde hace décadas", "El reparto de la riqueza siempre fue inicuo".

Entre las palabras que funcionan como sinónimos de inicuo podemos destacar a algunas tales como malo, malvado, perverso, ignominioso, infame, pérfido o incluso vil. Por el contrario, entre sus antónimos nos topamos con vocablos tales como bueno, justo, equitativo o moral.

La Parábola del juez inicuo y la viuda importuna, en tanto, forma parte del Evangelio de San Lucas. La narración tiene como personajes a una viuda que pide constantemente justicia y a un juez que no la escucha hasta que, cansado de la insistencia de la mujer, cumple con su petición. La reflexión es que Dios, ante los fieles que le ruegan, les hará justicia por más que se demore, tal como hizo el juez inicuo. Las plegarias, por lo tanto, siempre son escuchadas.

De esta parábola tenemos que exponer que, al igual que otros escritos recogidos en el Evangelio de Lucas, se hacen protagonistas elementos tales como las diferencias que existen entre ricos y pobres, la confianza ciega que se tiene en Dios cuando se le pide justicia, la necesidad de estar constantemente rezando e incluso el que sea una mujer una de las figuras centrales de la historia.\* (\*Referencia. Autores: Julián Pérez Porto y María Merino. Publicado: 2018. Actualizado: 2022. Definicion.de: Definición de inicuo (<https://definicion.de/inicuo/>).

Bien. Pues resulta que en la actualidad el grado de corrupción judicial ha alcanzado el máximo nivel, puesto es insuficiente que los jueces y magistrados puedan comportarse de manera injusta... cometiendo "presunta" y sistemáticamente el delito de prevaricación "tan difícil de probar".

Ahora, y desde hace bastantes años, ya es

el propio legislador quien ha llegado a establecer la máxima injusticia posible en forma de Ley aprobada por el Congreso.

Como ejemplo concreto me voy a referir precisamente al redactado de la actual Ley 1/1996, de Asistencia Jurídica Gratuita, de 10 de enero de 1996 (LAJG en adelante). Y más concretamente al redactado de los artículos que reproduzco y comento en los superíndices 1 al 4.

### Artículo 32. Insostenibilidad de la pretensión.

Cuando el Abogado designado para un proceso considere insostenible la pretensión que pretende hacerse valer, deberá comunicarlo a la Comisión de Asistencia Jurídica Gratuita, dentro de los 15 días siguientes a su designación, exponiendo los motivos jurídicos en los que fundamenta su decisión.

Transcurrido dicho plazo sin que se produzca tal comunicación, o sin que el Abogado pida su interrupción por falta de la documentación necesaria para evaluar la pretensión, éste queda obligado a asumir la defensa.

Salvo lo dispuesto en el artículo anterior, la defensa del acusado o imputado será obligatoria.

### Artículo 33. Tramitación.

1. Solicitada por el abogado la interrupción del plazo previsto en el artículo anterior, por falta de la documentación necesaria, la Comisión requerirá al interesado para que la presente en un plazo máximo de diez días.

Transcurrido este plazo sin que el interesado haya presentado dicha documentación, la Comisión archivará la solicitud.

Presentada la documentación, ésta se aportará al abogado, reanudándose el plazo para analizar la viabilidad de la pretensión.

Si la Comisión estima que la documentación con la que cuenta el abogado, en el momento de la solicitud, es suficiente para analizar la viabilidad de la pretensión principal, inadmitirá la solicitud de interrupción, reanudándose el plazo para formulación de la insostenibilidad desde la notificación de la resolución de inadmisión.

2. Formulada la insostenibilidad de la pretensión, la Comisión recabará del Colegio de Abogados un dictamen sobre su viabilidad que deberá emitirse en el plazo de 15 días.<sup>1</sup>

Se solicitará, asimismo, informe fundado del Ministerio Fiscal cuando el dictamen del Colegio de Abogados coincidiera con el del abogado designado. Dicho informe se emitirá en el plazo de seis días.<sup>2</sup>

1 Por lo general... los colegios de abogados no suelen corregir, en absoluto, los criterios erróneos de sus letrados.

2 El informe del ministerio fiscal suele coincidir, en la práctica, siempre con el dictamen del colegio de abogados.

### **Artículo 34. Nombramiento de segundo abogado.**

Si el Colegio de Abogados o el Ministerio Fiscal estimaran defendible la pretensión, se procederá al nombramiento de un segundo abogado.<sup>3</sup>

Los dictámenes emitidos por el Colegio de Abogados y por el Ministerio Fiscal serán aportados al nuevo abogado, para quien será obligatoria la defensa. En caso de que el Colegio de Abogados y el Ministerio Fiscal estimaran indefendible la pretensión, la Comisión de Asistencia Jurídica Gratuita desestimaré la solicitud.<sup>4</sup>

### **Artículo 35. Insostenibilidad en vía de recurso.**

El mismo procedimiento previsto en los artículos anteriores se seguirá cuando se trate de interponer recursos contra resoluciones que hayan puesto fin al proceso en la instancia correspondiente, si el abogado del recurrente considerase inviable la pretensión. El cómputo del plazo para la interposición de los recursos quedará suspendido hasta tanto se resuelve materialmente la viabilidad de la pretensión.

En el orden penal y respecto de los condenados no cabrá formular insostenibilidad de la pretensión.

Y sin embargo... resulta inaplicable el Art. 118.1 de la Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas. Dice lo siguiente:

### **Artículo 118. Audiencia de los interesados.**

Cuando hayan de tenerse en cuenta nuevos hechos o documentos no recogidos en el expediente originario, se pondrán de manifiesto a los interesados para que, en un plazo no inferior a diez días ni superior a quince, formulen las alegaciones y presenten los documentos y justificantes que estimen procedentes.

En otras palabras: La Ley de Asistencia Jurídica Gratuita (LAJG) obliga a todas y cada una de las Comisiones Provinciales de Asistencia Jurídica Gratuita, que son organismos administrativos, a certificar y notificar tales "decisiones ajenas" sin posibilidad de emitir sus propios criterios; impi-

<sup>3</sup> En rara ocasión suele suceder... pero a veces pasa... y es el siguiente lto. quién realiza una malísima defensa.

<sup>4</sup> Lo que significa que la comisión provincial de asistencia jurídica gratuita está obligada, simplemente, a notificar la resolución de ambos organismos (Colegio de abogados y Fiscalía) denegando el derecho a la justicia gratuita sin que el justiciable pueda presentar ninguna alegación al respecto en trámite de audiencia, tal y como establece otra Ley. La tal resolución resulta, por tanto, irrecurrible, tal y como demuestran las sentencias y autos en recurso de amparo al TC:

...son denegadas e irrecurribles por puro efecto ope legis (obra de la ley), de producción automática e irreversible...



**José Antonio Ibáñez Marqués**

diendo "fraudulentamente" que los justiciables puedan ejercer el trámite de Audiencia y combatir impugnando el contenido de los documentos nuevos aportados al expediente por parte de los Colegios de Abogados y del Ministerio Fiscal. La inicua LAJG limita el acceso a la justicia.

## **El sombrero de copa**

**E**l sombrero de copa me distrajo y miré, me robó los segundos de mi tiempo o de tu tiempo?, perdón estábamos hablando? o sólo cenábamos juntos", intento traer a la memoria pero no recuerdo... Así, hablábamos del momento de cada noticia pero por qué hablamos de eso? es que es ignorancia dada por ignorantes a más ignorantes como tú y yo, y el sombrero de copa sería una buena noticia un sin fin de temores que circulan dentro del sombrero, es imaginación atrapada en un sombrero los problemas del mundo.

Es el síndrome del sombrero sin fondo, así duermen los pensamientos errantes y los recuerdos que no quieres recordar, allí está escondida la verdad dentro de otra verdad llevándonos a una mentira, mentira piadosa dijeron "así decía mi abuela" hay que rezar también por las mentiras piadosas mientras nos servía mate con leche junto a mis primos, junto a los recuerdos que se quedaron en el corazón allí vivíamos ese instante juntos, juntos y riendo.

Me distraje por un momento y el sombrero de copa aún estaba y este tiempo añoraba la luz de la vida y salir a vivir, la verdad la queremos saber la completa verdad, pero nos mataría no cegaría al ver todo de un color o simplemente ya no hablaríamos por saber la verdad del todo, difícil es saber y tener el conocimiento, difícil es vivir sin saber y que me preguntes, difícil me es tomar té y recordar todos tus recuerdos quedaron en el sombrero de copa, prefiero vivir y ser feliz como un ignorante que siendo un sabelotodo eso escuché.

Eso dijeron los infelices, los que vivían sin nada y tenían todo los que guardan tesoros en un sombrero sin fondo ellos me dijeron guarda y olvida, que felices son los que caminan sin caminar y los que guardan y olvidan en este sombrero, porque si tienes este sombrero recordarás si vivirás y caminarás y tendremos por siempre el sombrero de copa.



**Enrique Tapia Espinoza**

### Pasatiempos

#### Sopa de letras

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

O	R	F	D	L	O	S	E	T	A	P	A	A	S
A	A	X	I	T	R	F	O	F	T	D	G	N	C
L	B	E	C	A	L	O	R	I	A	S	M	U	C
T	B	A	C	S	L	X	E	B	A	W	M	T	K
A	P	O	R	E	D	K	R	R	N	O	G	Ñ	U
T	W	Y	U	R	L	C	R	O	F	J	R	A	F
Q	S	R	O	T	E	E	G	V	C	U	D	D	O
O	E	T	R	A	U	N	M	I	T	P	A	A	O
T	P	O	N	G	R	F	B	E	I	G	C	I	N
A	B	H	G	E	D	O	D	N	N	A	C	G	I
G	G	A	F	L	R	E	A	E	L	T	A	I	E
R	A	N	T	B	Y	A	B	O	W	U	O	L	R
O	I	R	U	A	C	E	R	T	D	O	D	A	S
F	N	O	R	C	T	R	D	P	A	T	A	L	P

FIN - ETAPA - CALORIAS - TERUEL - CALOR  
CID - REINO - CABLE - GUERRAS - PLATA

#### Soluciones

En la revista del mes siguiente estarán las soluciones a estos pasatiempos. Se recomienda imprimir la página. Soluciones de los pasatiempos de la revista del mes anterior.

O	R	F	I	L	O	S	O	F	O	A	T	A	S
A	R	X	E	C	R	F	O	F	T	D	G	N	C
L	B	E	C	T	L	A	I	C	R	E	M	O	C
T	B	A	N	S	I	X	E	B	E	W	M	T	K
A	P	A	R	I	D	K	R	O	N	O	G	Ñ	U
T	W	Y	R	R	D	C	H	O	F	E	R	A	F
E	S	O	O	R	E	R	G	V	D	U	D	D	O
O	R	T	R	A	E	N	A	I	T	P	A	A	R
P	P	O	N	L	R	N	T	J	I	G	C	I	G
A	B	L	N	O	D	O	D	N	C	U	C	C	D
G	G	I	F	O	R	E	A	E	R	S	A	I	S
R	A	P	T	O	Y	A	B	D	R	U	A	L	R
O	A	R	U	T	C	E	U	T	D	O	D	O	S
F	N	O	R	E	T	R	O	P	J	R	T	P	F

FILOSOFO - POETA - CHOFER - EDITOR -  
PILOTO - BARRENDERO - PORTERO - POLICIA  
JARDINERO - COMERCIAL

#### Sudoku

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 sólo una vez.

5	3	4	6	7	8	9	1	2
6	7	2	1	9	5	3	4	8
1	9	8	3	4	2	5	6	7
8	5	9	7	6	1	4	2	3
4	2	6	8	5	3	7	9	1
7	1	3	9	2	4	8	5	6
9	6	1	5	3	7	2	8	4
2	8	7	4	1	9	6	3	5
3	4	5	2	8	6	1	7	9

	6		1		4		5	
		8	3		5	6		
2								1
8			4		7			6
		6				3		
7			9		1			4
5								2
		7	2		6	9		
	4		5		8		7	

#### Las 7 diferencias

Busca las 7 diferencias que hay



## El Cine

1ª parte publicada en el número del mes de Agosto, 2ª parte publicada en el número del mes de Septiembre. Continúa

### Proyección; Basquiat:

#### Ficha técnica:

Director: Julián Schnabel EEUU-1996,

Actores: Jeffrey Wright, David Bowie, Dennis Hopper, Gary Oldman, Courtney Love, Benicio del Toro, Willem Dafoe, Michael Wincott, Claire Forlani, Parker Posey, Tatum O'Neal, Christopher Walken, Jean-Claude La Marre, Elina Löwensohn, Paul Bartel, Chuck Pfeiffer.

#### Sinopsis:

Nueva York a inicios de los años 80. Tras ser descubierto por Andy Warhol, Basquiat pasa a ser el artista de moda en la capital mundial del arte. Sus exposiciones se convierten en un acontecimiento dentro del mundo artístico neoyorquino. Mientras sus cuadros son adquiridos por importantes museos y coleccionistas privados, él, incapaz de digerir un éxito tan rotundo como rápido, se sumerge cada vez más en el mundo de las drogas. Adicto a la heroína, muere de una sobredosis a los 27 años. Biografía de Jean-Michael Basquiat, un joven artista que súbitamente pasó de pintar grafitis en Brooklyn a ser uno de los personajes más influyentes, polémicos y famosos del arte contemporáneo.

#### Orientaciones Metodológicas:

-Analizar la figura de Andy Warhol como gurú del arte en las últimas décadas del siglo XX.

-Intentar explicar la difícil aceptación de la fama por parte de quienes la adquieren de manera fulgurante y radical, sobre todo si es durante la juventud, caso de Basquiat.

-Indicar los elementos propios de la cultura africana presentes en la pintura de Basquiat.

-Comparar la pintura de Basquiat con la de Keith Haring, el otro gran artista joven del nueva york de los ochenta.

-Contextualizar el arte de Basquiat en el ambiente artístico, cultural y social de la nueva york de los años 80.

-Señalar la relevancia de la relación entre el mercado del arte contemporáneo y la creatividad propia del artista. Reflexionar sobre la mercantilización brutal del arte promovido sobre todo por las galerías, y sobre una supuesta valorización excesiva de ciertos artistas.

#### Escena de revelación:

Caída del caballo, es menospreciada su obra en ejecución, en una galería.

El sabe de sí mismo que es bueno, por ello ante los desprecios se cuestiona porque retira esa obra tras ser calumniado por los demás, a que la retire, con palabras de menosprecio.

Su obra era pintar los techos de la galería de arte.

#### Consejos:

Vivir bien, conocer gente influyente o no del todo, crear un estilo durante el trabajo, hacer vida social para las galerías y no cambiar o poco de estilo, importante saber lo que se hace y moverse en los ambientes adecuados.

#### Cuestión transversal:

Las bandas sonoras que aparecen, de cada músico o grupo conocido.

Basquiat murió en 1988 y la película se hizo en 1996.

En esos años Europa esta amuermada y la meca del arte se traslada a EEUU Nueva York.

Donde están las nuevas potencias económicas así el arte ahora es China y Emiratos Árabes.

### Proyección; Hijos de los Hombres:

#### Ficha técnica:

Director: Alfonso Cuarón Reino Unido 2006.

Interpretes: Clive Owen, Julianne Moore, Michael Caaine, Chewetel Ejiofor, Peter Mulan.

#### Sinopsis:

La noticia del fallecimiento de la persona más joven del planeta causa una tremenda conmoción global en pleno 2027. Todos saben que las mujeres ya no pueden procrear, no se conoce la causa y la humanidad se acerca a su fin. Será entonces cuando un exactivista desencantado es reclutado por una organización radical, para ayudar a una chica embarazada a pasar la frontera hacia un lugar no contaminado, como única esperanza de salvación.

En el camino, ambos visitarán a un viejo y sabio hippie que vive al margen de todo en el campo; también se encontraran con tribus urbanas que pretenden secuestrar a la chica. Ciudades agobiantes, comunidades en guerra, refugiados encarcelados cruelmente, tecnología contra el progreso... son premisas de una película sobre la distopía y el supuesto apocalipsis de nuestro planeta, que ya están muy presentes.

#### Orientaciones Metodológicas:

-Establecer varios conceptos filosóficos relacionados con el sentido de la película como: posmodernidad, globalización, distopía, ciencia ficción, apocalipsis.

-Comentar el gran dilema que se cierne sobre la colectividad humana: mundo caótico, desesperanza, destrucción progresiva, futuro incierto...

-Extrapolar las cuestiones anteriores con aspectos sociales que hoy en día experimentamos: crisis económica, migraciones, terrorismo, cambio climático, mala praxis tecnológica, dirigentes políticos ineptos e incapaces...

-Instar a una reflexión colectiva después del visionado de la película.

-Señalar ciertos aspectos de iconografía religiosa que se nos ofrece; sacrificio de Theo-Cristo (Hijo del hombre), los peces grupo terrorista (pez

simbolismo cristiano antiguo) Kee, joven embarazada- virgen Theo-José.

-Analizar los diversos aspectos formales acordes con el escenario apocalíptico de la película: plano-secuencias, música lúgubre, fotografía sucia y gris, personajes desarraigados, ambientes marginales.

Ahora mismo, los buitres espacio temporales se difuminan. El cambio tecnológico ha sido más en los últimos 25-30 años que en los 5 siglos precedentes.

Hay luchas urbanas, se ven alusiones a la religión cristiana, predomina un ambiente pesimista respecto al futuro de la humanidad, hay un ambiente apocalíptico grisáceo son luchas entre tribus urbanas. Se remarca que estamos en un mundo frágil, aunque con un leve toque de esperanza al final. Se trata de la perversa globalización.

La fotografía es buena reflejando un mundo sucio, caótico.. pero un idealismo representado por un hippie, amigo de Theo el protagonista.

### **Distopia:**

Aventura en un mundo apocalíptico e irracional, con la ley del más fuerte.

### **Proyección: El Pequeño salvaje**

#### **Ficha técnica:**

Director: François truffaut Francia 1969.

Interpretes: François truffaut, Jean-Pierre Cargol.

#### **Sinopsis:**

Un niño aislado en un bosque es hallado fortuitamente por unos cazadores. No conoce la vida en sociedad, parece mudo, anda a cuatro patas y será rechazado y maltratado. Pero es confiado a un joven médico para que lo eduque y lo integre en la comunidad. Basada en hechos reales ocurridos a principios del siglo XIX en Aveyron Francia, la película se centra en los métodos pedagógicos que el médico-profesor aplicó para la rehabilitación del niño, a nivel lingüístico y social.

El docente quiso experimentar con la razón como recurso filosófico para convertir al niño en un ser civilizado. Además, al pedagogo Itard se le ofrecía la oportunidad de emplear el método empírico para investigar la naturaleza humana.

#### **Orientaciones Metodológicas:**

-Exponer el compromiso del doctor Itard en la educabilidad y la ética, como principios imprescindibles de la integración del niño.

- Explicar cómo apuesta por un espíritu científico y experimental, al servicio de la educación.

-Aplicar las similitudes y las enseñanzas de la filosofía de Rosseau: la educación como base para crear al hombre bueno y verdadero; el aprendizaje del niño por sí mismo en la naturaleza.

-Comentar el aislamiento que el niño salvaje ha sufrido y la necesidad de una vida en sociedad de toda persona con algún tipo de carencia

física o mental.

-Al respecto instar a una reflexión colectiva sobre la supuesta libertad en la naturaleza, sin normas ni leyes, fruto de ese aislamiento. Y lo contrario, gracias a la sociedad el hombre es más feliz.

-Comentar el método empírico de Kant: ideas obtenidas a partir de la experiencia por ello, analizar los avances y retrocesos del niño como respuesta a los diferentes estímulos de Itzard y de la señora Guerin.

-Comentar la austeridad formal que truffaut imprime a la película, centrándola casi toda en la cuestión formativa del pequeño salvaje.

-Rousseau: la naturaleza ha hecho al hombre feliz y bueno, pero la sociedad lo deprava y lo hace miserable....

-En la película se plantean cuestiones filosóficas: empezar de cero como ser humano, un niño que estaba abandonado en la selva, mediante la razón.

-Está basada en hechos reales de finales del siglo XVIII principios del XIX en el contexto de la revolución industrial, los viajes o expediciones etc...

-El niño es uno de esos casos de niños abandonados en aquellos siglos, en este caso, en la selva.

-Es importante la figura del profesor: el propio director truffaut.

-El niño no hablaba cuando fue capturado y se va a aplicar una doble vía educativa: la línea de disciplina dura por un lado y la línea de buen trato y la comprensión por otro.

-Habría un interés científico para ver cómo reaccionaba en su proceso para ser integrado en la sociedad. El niño trata de escaparse al bosque en varias ocasiones.

-Era sordo y emitía gruñidos, comía verde y vegetales no carne, aunque atacaba a los animales.

-No hablaba por haber sido degollado de pequeño.

-Los resultados van llegando poco a poco.

-Rousseau vs Hobbes, el hombre nace bueno o malo en origen o en la naturaleza.

-Anónimo: armonía con la naturaleza; animales, agua, plantas, sol. Es una filosofía

### **Proyección: Dersu Uzala**

#### **Ficha técnica:**

Director: Akira Kurosawa URSS 1975.

Intérpretes: Asakadzu Nakai, Yuri Gantoman, Fyodor Dobronravov.

#### **Sinopsis:**

En la profundidad de los bosques de Siberia, el capitán Arseniev y su equipo tienen como misión oficial realizar varias prospecciones geológicas. Pero un territorio tan denso y enorme hace que la misión fracase y quede extraviada en mitad de un clima extremo.

Obligados a recorrer sin rumbo aquella tierra salvaje, al capitán y a sus hombres se les apa-

rece un cazador nómada Dersu Uzala, acostumbrado a lidiar con las inclemencias del tiempo y las hostilidades de la región.

Se establece entre ambos protagonistas una sincera amistad, el capitán queda admirado de la sencilla sabiduría de Dersu. De la película se desprende un mensaje de respeto a la naturaleza, de convivencia en armonía con ella, y por tanto, de reflexión ecológica.

### **Orientaciones Metodológicas:**

-Establecer varios conceptos de pensamiento como base para comprender el sentido de la película: el animismo con la naturaleza, el empirismo de la experiencia, la ecología para la sostenibilidad del planeta.

-Comentar los principales valores morales que encarna Dersu Uzala: humildad, sencillez, paciencia, pureza, amistad, generosidad, ecologismo.

-Explicar en que consiste la sabiduría del cazador que tanto admira el capitán: equilibrio interior, respeto a la naturaleza, el esfuerzo y la voluntad, el trabajo en equipo, la integridad personal.

-Exponer los elementos opuestos a lo que representa Dersu: amenaza a la naturaleza, materialismo, civilización, avaricia, competencia, ciudad inhumana. Establecer un debate sobre las ventajas e inconvenientes de ambos mundos.

-Comentar la importancia que Akira Kurosawa le imprime a los paisajes siberiano: la taiga, la inmensidad de los bosques, la majestuosidad de las montañas, la belleza de ríos y rocas.

-Señalar determinadas frases elocuentes de los diálogos.

Kurosawa: la gente ha olvidado que el hombre es parte de la naturaleza, acaban con ella como buitres. Hay que gritarlo por todos lados. Yo lo hago en mis films.

Capitán: Dersu me fascinaba, tenía un instinto increíblemente desarrollado fruto de su vida en la taiga, y un alma grande y limpia. Se preocupó por alguien sin conocerlo.

Dersu Uzala: aprendo todo cuanto necesito saber y tengo cuanto necesito tener. El fuego, el agua y el viento son gente importante. Si cazo lo tengo todo...

-Una expedición que se pierde en la taiga y buscan a un personaje (es un caradura que sobrevive) peculiar que colabore en su búsqueda.

-Se plantea la cuestión endológica y económica: se trata de nutrirse de la naturaleza pero sin abusar.

-Corriente del descreimiento: abarca aspectos culturales, etc. Se trata de crecer pero de forma ordenada. No se trata de crecer menos pero si producir menos y reciclar más. No se trata de crecer menos pero de forma mesurada.

-Critica al hiperdesarrollismo.

-El cazador se vale de ideas múltiples pero directas y certeras.

-Flashbacks; empezar la narración por el final y recordar.

Dersu Uzala sabia desenvolverse en la natu-

raleza y generoso con el prójimo incluso sin conocerlo: insignificante es el hombre ante la naturaleza.



-Desde el punto de vista plástico y la partida enseña el método más óptimo.

-Mundo ancestral Mongol, es el contexto.

Seguirá en el número del mes de Noviembre.

### **Antonio Jose Caralps Sobrera**

El Ogro.

## **La Tierra**

**C**aminamos todos los días sobre nuestro suelo. Caminamos sin darnos cuenta que es la tierra en la que vivimos, la que nos alimenta y protege.

En esta hermosa tierra el sol nos saluda y nos calienta, nos da vida y ganas de jugar.

Caminamos sobre ella, mientras que da vueltas y más vueltas.

También espera, no mucho de nosotros, solo que no la hagamos sufrir, que respire con nosotros y que ria con nosotros.

Sus árboles reverdecen cada primavera y cada otoño se desvisten para llenar de hojas amarillentas todo el piso.

Cada flor que nace y florece nos entrega de su alegría, para llenar de canciones nuestros corazones.

Ella nos da una hermosa vista ante nuestros ojos, mientras el tiempo transcurre.

La tierra es generosa y amable, confía en nosotros, cree que la abrazaremos cuando llore y le demos esperanzas y paz.

Mientras que ella nos da fe para luchar por el bienestar de sus habitantes.

Tierra ¡oh! La tierra, como una madre que acaricia y cuida de sus hijos, ella también cuida de nosotros.

Caminamos todos los días sobre nuestro suelo argentino.

Caminamos por el mundo, a veces, sin darnos cuenta, que tal vez, sin querer, ensuciamos su lindo rostro al despachar papeles en las veredas y calles.



Mantengamos limpia la tierra para que dure mucho más de lo que dicen por ahí.

Caminemos atreviéndonos a vivir con alegría y felicidad, pensando que esta vez unidos con ella, nadie podrá vencernos porque...Porqué existe algo llamado amor.

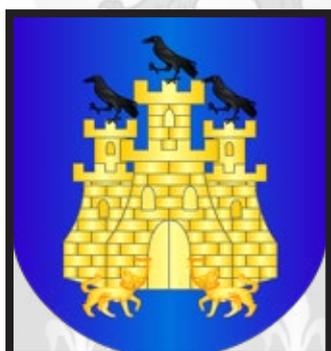
### **Graciela Cecilia Enríquez**

**Heráldica del apellido Alba**ESCUDOS

El escudo de los primeros.



Los de Cataluña.



La casa de Vitoria.

ARMAS

En campo de gules.  
Un águila de plata, picada y membrada de oro.  
Bordura de azul, con ocho estrellas de oro.

En campo de azul.  
Una estrella de oro, de veinte rayos.

En campo de azul.  
Un castillo de oro, de tres torreones, sumados de un cuervo de sable cada uno, y al pie del castillo dos lobos de oro, afrontados, atados uno a cada lado de la puerta.

ACTUALIDAD

En España lo llevan un total de 42.097  
De primer apellido lo llevan 21.443  
De segundo apellido lo llevan 20.833  
De los dos apellidos lo llevan 179

En el mundo hay un total de 181.321

En el país que predomina

México con 67.632

Filipinas con 44.809

Colombia con 17.906

En España esta presente en la provincia de:

Madrid con 2.698

Barcelona con 2.606

Cádiz con 2.226

SIGNIFICADO

El topónimo procede, para unos filólogos, del latín -alba-, "blanca", y para otros de una antigua voz prerromana que significaba "colina o elevación".

COMENTARIO

Originario de Alemania y que lo trajo a España un caballero alemán llamado Mosén Pedro Albaney o Albanés, que, por supresión de las últimas letras de su apellido, dio origen al de Alba.

Dicho caballero vino a España a pelear contra los moros, radicó en Cataluña y asistió a la toma de Villafranca del Penedés, una de las poblaciones que se recuperaron en los primeros tiempos de la Reconquista, como se afirma en la "Historia de los Condes de Barcelona".

En Villafranca del Penedés hizo casa el referido guerrero alemán y allí quedó heredado. Algunos de sus descendientes, usando el apellido Alba, pasaron después a Alcolea de Cinca, en la provincia de Huesca, extendiéndose por las localidades de la ribera del Cinca, en Aragón.

Una rama de éstos se establecieron en las villas de Los Arcos y Cascante, en Navarra, y de esta última pasó a la ciudad de Vitoria en 1520, fundando en esta población nueva casa solar de mucho lustre, cuyas líneas pasaron a Vizcaya, Castilla, Andalucía

y Extremadura, difundiendo así el apellido.

Otros genealogistas afirman que el origen del linaje Alba arranca de Asturias, de la fortaleza o castillo de Alba de Quirós, que en tiempos de Don Alfonso VII poseía Gonzalo Peláez de Asturias, de quien hace memoria Fray Prudencio de Sandoval en la "Crónica de Alfonso VII", y que de Asturias procedían los que fundaron la casa solar de Vitoria. Otros autores, finalmente, dicen que es casa originaria española y que su solar radicó en Castilla la Vieja. De estas tres versiones, la que parece tener más crédito entre los tratadistas que hemos consultado es la que hace dimanar el origen del apellido Alba, del caballero alemán Mosén Pedro Albaney, ese origen el hecho de que hubo algunos del linaje Alba que usaron por armas las mismas que traía el citado caballero germano. Apellido muy antiguo, que su casa solar de la ciudad de Vitoria fue muy noble y principal, y que de ella proceden la mayor parte de las líneas que difundieron el apellido en Vizcaya, Castilla y Andalucía.

## Conceptos heráldicos

### Armado

Hombre o de alguna de sus partes (mano, brazo, etc.) cubierto por armadura o arnés. Se usa también respecto de los animales cuyas garras o uñas están tintadas de esmalte diferente al del cuerpo.

### Brochante

Pieza o mueble que está encima de otra.

### Casco

Pieza que imita el casco de la armadura y sirve para timbrar o adornar el exterior del escudo.

### Empinado

Figura de un caballo alzado sobre sus patas traseras.

### Escusón

Pieza con la forma de un escudo de pequeño tamaño, con la misma forma que el principal.

### Fuso

Pieza romboidal similar a un losange, pero más larga y estrecha.

### Isla

Figura que se representa por una montaña circundada de ondas de azul y plata.

### Jironado

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

### Linguado

Mueble heráldico con forma de animal cuya lengua está representada con un esmalte o metal diferente al conjunto.

### Mueble

Cada una de las pequeñas piezas, como lises o anillos, que contiene el escudo.

### Ondas

Líneas onduladas.

### Sinople

Nombre heráldico del color verde. En dibujo lineal, se representa por medio de líneas oblicuas del ángulo superior diestro al inferior siniestro.

## Humor

Entra un médico en una sala llena de locos y se encuentra con que cuatro locos están jugando a las cartas mientras que otro más está encima de un armario. El médico le mira extrañado y al final le pregunta a los locos que están jugando a las cartas:

- ¿Y ese de ahí qué está haciendo?
- Es un loco -responde uno - Se cree que es una lámpara!
- ¿Ah, sí? - Dice el médico - ¡Baja inmediatamente de ahí!
- Oiga, ¡¿¿pero qué hace??!! ¡¿Qué sin luz no podemos jugar!!

Llega un inspector al manicomio para hacer una revisión y hay un loco en la habitación imitando a una moto. "BRRRRROMM". El inspector le dice al director del manicomio:

- Por favor, dígame que se calle.
- ¿Por qué? ¿Le molesta el ruido que hace?
- No. ¡Me molesta el humo!!

Va un loco por la calle caminando muy aprisa, y se encuentra con otro loco y éste le pregunta: ¿Para dónde vas? No lo sé, pero apúrate porque vamos a llegar tarde.

Llama un loco a la puerta de otro loco.  
-No estoy, contesta el loco.  
-A pues menos mal que no he venido.

Un hombre llama por teléfono a un manicomio y pregunta:

- ¿Quién hay en la habitación 24?
- A lo que le responden:
- Nadie señor.
- ¡Bien! ¡He conseguido escaparme!

¿A qué te dedicas?, Le preguntan a un hombre en una agencia de empleos.

El hombre responde: a matar dragones.

Y de forma exclamativa le dicen: ¡pero los dragones no existen!

El hombre responde de manera interrogativa:

¿Ustedes han visto alguno?

El que le está entrevistando de inmediato responde: no señor, claro que no.

Y el hombre, orgulloso, replica: pues eso, porque yo los maté a todos.

Un hombre todo borracho llega a alcoholicos anónimos y allá le preguntan:

¿Vino sólo?

El borracho saca la copa y dice:

¡No!, Mejor con hielo.

¿Qué le dice un techo a otro?

Techo de menos.

¿Qué le dice un espagueti a otro?

¡El cuerpo me pide salsa!

## Ellos: Una historia de encuentro

### El Ser de Ella

Tiene el saber del encanto  
que desliza, osada,  
con esa soltura y gracia que la diferencia.

#### Él

Llegó por fin a la cabaña, se quitó el abrigo y cuando se acercó a Ella, pudo dar cuenta lo mucho que extrañaba. Le pasó suavemente el brazo por encima del hombro, la acercó hacia Él, y al finalizar el largo beso, permanecieron abrazados.

Le cuenta que, últimamente, al caminar por las afueras de la cabaña, le pasan cosas nuevas.

Seguramente es algo parecido a la linda imagen que usa Ella, "desde ese día de otoño en que volvió a nacer".

Se sorprende viendo algo, un paisaje otoñal o algún detalle, como unas hojas de color amarillo anaranjado desparramado en el suelo formando una figura, y de inmediato piensa en Ella.

Los días de lluvia se pregunta dónde estará, qué estará haciendo. Le gusta sentir eso. No es que antes no la recordara, pero es cierto que era más esporádicamente. En ese estado de complicidad que ahora comparten, podría ser una interlocutora de casi todo lo que va sucediendo allá afuera.

Él también por momentos siente algo parecido a lo que Ella le dijo: como una cierta incomodidad. Tiene proyectos (muchos), hace cosas (muchas) pero al caminar percibe cierta molestia en el zapato.

Está entusiasmado con un deporte acuático que comenzó no hace mucho. Le lleva entrenamiento pero como siempre ha corrido y se ha mantenido en buen estado físico, le es menos costoso aprender la técnica y sus deslizamientos, teniendo en cuenta que se trata de un deporte extremo. Al ponerse en juego cierta destreza de impacto en cada movimiento, el compromiso con el ritmo cardíaco, resulta ser un dato más que importante para practicarlo.

También le comenta que está por escribir un libro sobre cuestiones vinculadas a su profesión, buscando plasmar su vasta experiencia en la clínica junto trabajos de investigación, y una comprometida trayectoria de años. Pero la verdad, fuera de esos proyectos que lo entusiasman, el cielo casi siempre está un poco gris.

Si bien sigue haciendo todo lo que habitualmente hace, le dan ganas de ir a la cabaña, y el cielo de otoño puede estar gris de verdad, pero es un gris diferente que embellece el paisaje.

Reconoce que Ella tiene razón y hace bien en no pensar cuando llega a la cabaña. Pero a Él el tema de los encuentros y del azar le interesa desde siempre.

Fue sobre lo primero que escribió allá por su adolescencia, leyendo ahora a un autor, Paul

Auster, que en varias de sus novelas habla de esos mismos temas de una forma que admira, siendo un contenido que si bien no le obsesiona, por momentos le divierte.

Será por eso que le gusta tanto el comienzo del libro: "Rayuela", de Cortázar.

Por esas cuestiones mágicas que tiene la cabaña, el libro estaba sobre la mesa. Lo tomó y le leyó: "¿Encontraría a la Maga? Tantas veces me había bastado asomarme, viniendo por la rue de Seine, al arco que da al Quai de Conti, y apenas la luz de ceniza y olivo que flota sobre el río me dejaba distinguir las formas, ya su silueta delgada se inscribía en el Pont des Arts, a veces andando de un lado a otro, a veces detenida en el pretil de hierro, inclinada sobre el agua.

Y era tan natural cruzar la calle, subir los peldaños del puente, entrar en su delgada cintura y acercarme a la Maga que sonreía sin sorpresa, convencida como yo de que un encuentro casual era lo menos casual en nuestras vidas, y que la gente que se da citas precisas es la misma que necesita papel rayado para escribirse o que aprieta desde abajo el tubo del dentífrico.

(...) Ahora la Maga no estaba en mi camino, y aunque conocíamos nuestros domicilios, cada hueco de nuestras dos habitaciones de falsos estudiantes en París (...) aun así no nos buscaríamos en nuestras casas. Preferíamos encontrarnos en el puente, en la terraza de un café, en un cine-club o agachados junto a un gato en cualquier patio del barrio latino.

Andábamos sin buscarnos pero sabiendo que andábamos para encontrarnos."

Le interesa saber sobre su mundo literario o artístico.

No conocía los libros ni los autores que le mencionó la vez pasada, y le agrada aprender de Ella eso que es nuevo para Él.

Hace unos días le sucedió que iba caminando y recordó -quizás por algunos diálogos que tuvieron el último tiempo- la película "Perdidos en Tokio o Lost in Translation", y le pareció divertida la idea de ponerse un día de acuerdo y mirar una juntos (cada uno por su lado), con el tiempo que disponga, para después conversar sobre eso... o cosas así.

Le gusta leerla, que ya es casi lo mismo que escucharla y le produce, cada vez, sensaciones para las que no tiene palabras adecuadas. Las palabras son torpes para decir que le late el corazón fuerte o que siente un calor que lo recorre, pero es más que calor, en fin, algo mágico.

De repente, notó que Ella tenía la cabeza apoyada sobre su hombro y le acarició el cabello.

Mientras sonaba un tema de Sam Myers - I got the Blues, le comenta que a para Él la música se asociaba a determinados momentos o estados de ánimo, prefiriendo escuchar esto o aquello según las circunstancias.

Hace poco se sorprendió cuando Ella escuchaba, un día de lluvia, algo de soft jazz, siendo justo lo que tenía en su lista de reproducción, unos días antes.

Era de noche y los dos tenían esa tibia sensación de andar sin horario, sin tiempo ni apuro para nada.

Había muy poca luz en la cabaña. Se dio vuelta para mirarla y al acercarse sintió el aroma a chocolate de una barrita que había terminado de comer. Le susurró algo al oído que la hizo sonrojar, mientras la llevaba de la mano hacia la alfombra bien mullida.

Ella se sonreía abrazada a un peludo almohadón, girando de un lado al otro, percibiendo lo suave de la textura. Él jugaba y se divertía a tocarle el cabello. En un momento -haciéndose como el distraído- desliza la mano debajo de su remera y le desabrocha, con picardía, el corpiño, quedando al lado, bien cerca.

Lentamente comienza a acariciar su espalda, rozando apenas con la punta de sus dedos, dejando en la piel una linda sensación de escalofrío, sintiendo cómo su cuerpo se estremecía.

De fondo, sonaba una música de jazz romántico, dando un clima de sensualidad y también de erotismo. La miró con deseo, mientras le levantaba aún más la remera para besar y bordear con la lengua a orillas de su ombligo. Ella lo siente en cada movimiento, expectante a más caricias, más besos.

Sabe abordarla, percibe su calor que lleva a seguir recorriéndola. Le gustan sus manos, sus ojos, su boca, lo que provoca cuando la mira y descubre esos pequeños rincones de mayor placer. Lo desea, quiere apresurar el ritmo, lo busca y excitada toca su erección entre sus piernas, le desabrocha el pantalón, se libera rápido del suyo, lo besa con ganas mientras los latidos se aceleran. Él se incorpora, se despojan rápido de esas prendas y la penetra, invadiéndola para que lo sienta fuerte y cada vez más fuerte. Se mueven, se ondulan, se funden -una y otra vez- con cada embestida, midiendo a través de sus gemidos la intensidad del goce.

La noche fría se derrite en el calor que fluye y avanza en Ellos, disfrutando de ese amor que eleva al cielo y un poco más, hasta terminar perdidos, respirando agitados sobre esa inmensa humedad de sus cuerpos, muertos y acabados.

Se despertó temprano, vio que Ella aún dormía, tenía todavía un brazo apoyado sobre su pecho. Con mucho cuidado se soltó de su abrazo y se levantó sin despertarla.

La fase de la seducción le resultaba fascinante. Sin dejar de mirarla, la tapó y despacio la besó, tomó su celular y salió a caminar para escuchar algo de música.

Se puso los auriculares y eligió un tema de Cerati:

Déjame vivir este sueño,  
el mejor que he tenido.

Una flor, una flor,  
otra flor.

Un maestro,  
una causa, un efecto.

¿Quién sabrá el valor de tus deseos?

¿Quién sabrá?

Gira el sol, gira el mundo,  
gira Dios.

Energía misteriosa,  
resplandor.

Al soltar mi cuerpo en remolinos,  
resplandor.

Otra flor.

Paraíso,  
zona pura, perfección.

Florecer mirándote a los ojos,  
perfección.

Florecer mirándote a los ojos,  
perfección.

Florecer los dos,  
florecer.

Florecer los dos,  
florecer.

Florecer.



**Lorena Deluca**

De su libro "Ellos - Una historia de encuentro."

Le preguntará qué perfume le gusta o acostumbra a usar, así algún día, como de una escapada a alguna perfumería, conoce también su fragancia.

## El árbol que sonreía

Un hombre aún joven de unos cuarenta años, colmado por sus experiencias caminaba pensando. Había salido callado del pequeño departamento que habitaba en calle 3, barrio 4 de la sección número seis.

Desde la puerta del edificio anduvo media cuadra hacia la mano derecha y llegó a la avenida más cercana y caminó siete cuadras. No sabía a dónde iría.

En la esquina donde se detuvo observó quieto un pequeño y apacible parque que había visto ininterrumpidamente día a día por tres meses. El espacio tenía por mayor característica estar cuidado y verse olvidado.

Sentado en la banca que encontró sola y limpia vio un árbol, acaso el más fuerte. Desde el lugar donde estaba sentado observó que el árbol, lleno de viejas líneas que dibujaban una viva sonrisa discreta alardeaba un agujero natural. Con precisión en donde el rostro sonriente terminaba de arrugar su frente para formar la sonrisa comenzaba el agujero.

Un sueño anterior al de la noche última se lo había mostrado cuando quedó dormido agotado en su soledad. Casi meditando, recordó el agujero.

Sus pensamientos especialmente profundos guiaron el sueño. La soledad lo empujaba brindándole tiempo.

Despierto y sentado frente al árbol recordé lo sucedió en el sueño, aquello que encontró adentro del agujero del coloso natural. Siguiendo su visión, ya muy despierto, retiró de adentro las dos hojas dobladas casi idénticas a las del sueño.

La conciencia y la luz lo animaron a leer. Los papeles eran simples hojas blancas, la historia tal vez real; la extensión la que sigue: "Llegué a esta sección de Abax hace seis meses, vine desde la segunda sección porque me dijeron que, en esta, la cuarta, la vida asomaba con mejores posibilidades de bienestar.

Leí y vi en distintos medios que las condiciones aquí eran apropiadas para que mi vida tomara en rumbo superior que persigo.

Desde un ángulo alto y previsto de una visión amplia, no me equivoqué. Someramente diré que la situación formada por condiciones como seguridad, remuneraciones, servicios y otros, se me asoman muy apropiadas en esta sección.

Es cierto que los seres rectangulares abundan, los cuadrados, aunque correctos, aparecen con asiduidad; y los pocos redondos amables que son siempre algo más cálidos suelen ser más sonrientes en sus miradas y actos.

Sin embargo, los escasísimos no definidos por ninguna forma geométrica son asombrosos por su autenticidad y sensibilidad.

De estos, casi únicos en cuanto número se puede decir que brillan por sus características verdaderamente únicas.

Un día de hace pocos meses y de muchas noches de recuerdos generadas, una chica sin forma geométrica, hermosa y exactamente distinta a cada uno de los otros me llevó a una montaña. Desde la montaña vimos la ciudad, el cielo callado encendía su voz eventualmente con un avión lejano. Esa noche, luego de observar la ciudad, nos dimos un beso y apoyó su cabeza en mi hombro izquierdo.

Casi pude tocar el aire suave y ahí sentados juntos en una roca grande la paz nos abrigó combatiendo el invierno. En la noche de la ciudad, desde la montaña pude distinguir colores que antes me esquivaban. Vi luces esparcidas en algunas calles, algunas juntas, otras alejadas pululaban escasas; aunque bellas.

Dejamos la roca y la montaña gentiles. Sentados en su auto ella condujo. Esa noche me llevó a un nivel distinto dentro de la sección número seis. Pasamos por un arco. El día apareció, no me atreví a preguntar, sólo decidí sentir.

No abandoné la racionalidad, sólo permití que los sentimientos tuvieran lugar en el sistema del pensamiento. Desde ese día conocí una serie de emociones que creí inexistentes para mí.

Fuimos a lugares llenos de árboles, lagunas y rocas que depositaban aguas agradables dibujando imágenes reconfortantes. Reímos con simpleza o con profundidad, nos llamamos alegres o a veces más quietos; juntos mirándonos para disfrutar de ese sentimiento en un universo eterno que un día decidimos llamar amor.

Trabajé con más ganas, incluso toleré me-

yor las malas formas del supervisor de la fábrica.

Estudí con esperanza. Vivir en ese lugar de luz me permitió conocer mis más amables respiraciones para andar con más vitalidad.

Este nivel dentro de la sección me ayudó a generar una fuerza que creí escondida o desaparecida desde alguna lejana niñez casi no recordada.

Felicidad, creo que es eso lo que encuentro en mi memoria.

Sin embargo, no siempre el camino puede tener los colores que se requieren. Ella tenía inconvenientes personales cuando salía del nivel hermoso donde estábamos juntos.

Cierto es que estas dificultades no eran leves. A pesar de eso cuando regresábamos al lugar virtuoso el encanto estaba intacto".

El hombre arrugó un poco el papel que leía debido a la tensión de su mano derecha. Veía venir un cambio. La posterior hoja que leyó tenía pocas líneas y fue escrita por una letra menos prolija.

Parecía escrita en la oscuridad. La separación entre líneas era inconstante, además estas parecían caer y levantarse sin un patrón.

Esta vez intentó no arrugar el papel, este se encontraba un poco manchado. El hombre respiró y pareció hinchar el pecho casi al mismo grosor del gran árbol. Decidió leer lo siguiente: "Un buen día estaba yo en ese hermoso lugar dentro de esa sección, la felicidad transcurría con aire suave. La podía respirar y también afloraba de mí. Parecía ser yo parte de ese lugar. Al día siguiente no pude verla, ella no podía verme.

Pasaron unos días sin encontrarnos. Recibí un mensaje de voz donde me anunciaba que estaba yo expulsado de ese maravilloso mundo. Recién mis oídos terminaban de escuchar y me vi afuera.

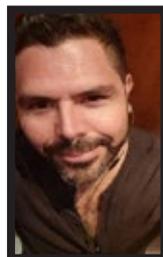
En un instante que no pude notar estaba yo alejado de la belleza. Intenté unos pasos para ir a mi pequeño departamento.

No recuerdo la ruta que tomé, privado de todo aquello que brilló seguí la inercia del camino. Al ingresar a mi espacio pequeño noté que la luz apenas funcionaba y mis pocos pasos me llevaron a la pared donde terminaba.

Desde ese día mis noches extienden su oscuridad a las mañanas y tardes, las luces de las calles que camino no funcionan y mis pasos se alargan en calles circulares como buscando algo que no encuentro.

Quiero que las formas desaparezcan convirtiéndose en esa sola visión que no he podido hallar nuevamente, desde ese día que fui expulsado de aquel hermoso lugar".

El hombre guardó los papeles en su morral negro, lo puso de lado y caminó. No pudo encontrar más la calle donde vive. Desde ese día da vueltas por las cuadras alrededor del pequeño parque. Algunos días agotado por las caminatas deposita su cuerpo en la banca frente al árbol que ha perdido la sonrisa y agrisado sus fibras.



**Gabriel Aranís**

## Café Premium

Ölên Reinho llevaba días esperando que el conserje del edificio departamental le notificara que había un hombre preguntando por ella con un pequeño paquete en la mano, pero eso jamás pasaba. El último día, inclusive, le oró a todos los dioses del panteón maérsico para que se le fuera entregada la encomienda especial enviada desde su amada tierra dévica de Skuj Sentre; sin embargo, cayó la tarde y sus plegarias resultaron inútiles. Ölên estaba desesperada.

¿Qué era lo que esperaba con tanto deseo? Una lata de café, pero no de café corriente, sino de café premium tostado, molido y envasado en el Estado wuudanés de Dew, de donde tuvo que escapar en 1986 para no ser «ajusticiada» por alegatos infundados que la señalaban como miembro del Ejército Independentista Dévico-vaderiano (D.N.D.). Desde que sus tías le prometieron el envío, Ölên contaba los días para recibirlo, ya que, además de sus ganas de saborearlo después de tanto tiempo, lo había promocionado para la cena de carácter especial que tendría esa misma noche con su novio, un apuesto catalán que también era su compañero en la universidad, y sus padres, a quienes recién estaba conociendo.

Como ya solo faltaba una hora para el compromiso, nuestra protagonista de veinte años no tuvo de otra que arreglárselas como pudiera, así que bajó cuatro pisos rumbo a la tienda más cercana y compró el frasco de café más caro, el cual, irónicamente no figuraba ni por asomo en el top cinco de las marcas de café más caras en toda España. No había tiempo para investigar y comparar precios en otros lugares.

Cuando estuvo de regreso a su departamento, a paso ligero se dirigió hacia la cocina y tomó del repostero la lata vacía del café premium wuudanés que por suerte había conservado en buenas condiciones desde su llegada al país ibérico. Vacío todo el frasco de café corriente en el pequeño cilindro de etiqueta dorada y, acto seguido, se deshizo de toda evidencia que pudiera estropear su ardid. Respiró aliviada al concluir.

Quince minutos más tarde, el conserje avisó a Ölên que su novio y sus padres habían arribado al edificio. Ella permitió su ingreso y a los pocos minutos ya los tenía presionando el timbre.

Vestida y arreglada con la elegancia que ameritaba la noche, les abrió la puerta blanca y saludó a cada uno con calidez. Los señores Rodríguez aún no se acostumbraban a no saludar con beso a una wuudanesa que recién les estaba conociendo.

Ya en el sofá de la pequeña sala, desarrollaron una entretenida conversación en base a cómo la vida le iba tratando a cada uno y curiosas anécdotas acaecidas en la última semana. Todo fluía con naturalidad. Antes de dar inicio a la cena, Ölên se dirigió a la cocina y Leonardo, su novio, la siguió a los pocos segundos.

—¿Sucede algo, mi amor? —Preguntó él desde el marco de la puerta.

—No, Dartty, ¿por qué? —Contestó ella sin

volverse, atenta a la revisión a la comida que no hacía mucho que ya estaba lista.

—Te conozco, mi vida; te veo nerviosa desde que llegamos. No te cortes; solo es cuestión de tiempo para que te ganes su confianza —mencionó Leonardo con voz tranquilizante y apoyando sus manos sobre los hombros de su novia.

—Al togda iz nâ dën. Al werdadë togda iz whut Ë kumä nâ te dakar al toffi i üd Ë jabä te äs augo batt ochin —explicó Ölên angustiada.

—¿Cómo dijiste, mi amor? Sabes que aún no entiendo wuudanés —inquirió él confundido, entonces nuestra protagonista se volvió por fin y con un tono diferente le dijo:

—Nada, dartty, solo dije que tienes razón y que debo relajarme y mostrar seguridad ante tus padres.

—Así es, cariño, pero ahora ven aquí. —Leonardo la abrazó y besó su frente.

Posteriormente, todos se reunieron en la mesa y poco a poco los platos y las copas fueron llegando. A los señores Rodríguez no les cuadraba muy bien el hecho de que su hijo tuviera que ayudar a su novia en esa actividad, pero era porque no entendían que Ölên, como toda mujer wuudanesa, nunca fue criada para convertirse en la sirvienta del marido.

—Si no es mucha molestia, antes de brindar me gustaría que tomáramos café. Desde nuestro primer encuentro has hablado tan bien del café premium wuudanés, que he contado los días para probarlo. A mi esposo y a mí nos encanta el café —propuso la señora de sesenta años al ver a nuestra protagonista con una botella de Wirog en la mano.

—Sí, pero yo soy quien tiene un paladar especial para las degustaciones —agregó el señor con una pizca de vanidad. Ölên comenzó a sudar frío por sus palabras.

—Mi mamá tiene razón, mi amor. Yo también me muero por probar el mejor café de tu país.

Creo que así no podremos esperar hasta después del brindis —comentó Leonardo con una sonrisa.

—Bueno, ya que todos los aclaman, iré a preparar el café —La joven de veinte años luchaba para no hacer evidente su nerviosismo.

Al cabo de media hora, Ölên retornó a la mesa con una bandeja que llevaba encima cuatro tazas humeantes, las cuales fueron repartidas con parsimonia para luego ser endulzadas al gusto y sometidas al primer sorbo. Los tres españoles arrugaron la frente cuando el café tocó su paladar y eso hizo palidecer a la anfitriona.

—¡Ostia! ¿Pero esto qué es? Es una delicia esto —pronunció el padre complacido.

—Soy amante del café desde los quince años, pero nunca había probado algo tan rico como esto. ¡Cuántos años desperdiciados! —Comentó la madre emocionada.

—Venga que los wuudaneses sí saben de café —añadió Leonardo con satisfacción—. ¿En Wuudán se cultiva café o lo importan?

—Me alegra enormemente que el café premium wuudanés les sepa tan delicioso —dijo nues-

tra protagonista luego de sentir que el alma le volvió al cuerpo. El engaño había pasado desapercibido —. En Wuudán la tierra no es buena para el café, por eso se importa la materia prima desde Perú o Colombia.

Tanta fue la fascinación de la familia Rodríguez por el café premium que prefirieron repetir en lugar de dar inicio al brindis. Ölen no podía estar más contenta, pero también no era indiferente a la pena que daba hincones a su corazón; su intención nunca fue timar a su novio ni a sus padres, la culpa era del hombre del correo o de sus tías que olvidaron lo que prometieron o del maldito dictador cristiano que había debilitado a la industria wuudanesa.

Cuando la suerte parecía mostrarle su mejor cara a la joven de veinte años, alguien empezó a tocar el timbre con insistencia mientras ella servía por fin el Wirog.

—No te preocupes, mi vida, yo voy —se ofreció Leonardo caminando en dirección a la puerta principal.

—Hola, tío, ¿qué ocurre?

—¿Se encuentra la señorita Ölen? Sucede que en la mañana llegó un pequeño paquete para ella, el cual dice «Café premium wuudanes», pero olvidé entregárselo hasta que lo vi mientras recogía mis cosas —mencionó el conserje avergonzado por su falta.

Al instante, Ölen Reinho perdió el color del rostro y sus queridos visitantes voltearon a verla invadidos por la confusión, con ganas de recibir una buena explicación.



**Ariel Dom Trus**

## Shakshuka

Sergio salía como de costumbre de su casa en Móstoles a las seis de la mañana, pues a esa hora evitaba coger mucho tráfico en la carretera de Extremadura, para luego coger la M-40 y desviarse por la antigua carretera de Andalucía, hasta llegar a la glorieta de Cádiz, y de ahí a la glorieta de Legazpi, para así poder llegar a su trabajo que estaba en la calle teniente coronel Noreña. Aparcó el vehículo como de costumbre en la puerta del almacén donde trabajaba, pues ahí no molestaba a nadie. Almacén de féretros o también como vulgarmente se les llama cajas de muerto, Sergio era funerario.

—¡Hola Miguelón, buenos días! -le dijo Sergio al entrar Miguel Ángel- ¿hay mucho curro hoy?

—No, está la cosa paradilla, ¿tomamos café?

Le contestó Miguelón.

—¡Vale!, dijo Sergio, pagas tú, que para eso eres el encargado y ganas más. Aprovecha que estamos solos, que luego vienen los gorriones estos y posiblemente no pagues ni el mío.

—No, hoy de momento no viene ninguno por

aquí, les tengo ocupados: Fernando está en hospital de La Paz y la Sole está de viaje, o sea que hasta esta tarde no viene; Velasco se ha cogido unos días de vacaciones y José Daniel está en la Renault arreglando el embrague del Clío. Así que de momento estamos tranquilos, luego a la una o así, si no llama nadie, te vas al juzgado a recoger las partidas literales que deberíamos haberlas recogido ayer.

Vamos que me apetece un cafetito solo con un trocito de tarta de queso, que cuidado que les sale buena a estos de El Faro de Luarca cómo se nota que son asturianos!

—Sí, sí, está muy rica- contestó Sergio.

Miguel Ángel y Sergio se dirigieron al bar de El Faro de Luarca que así se llamaba.

—Hola chicos, buenos días - les dijo Sergio a los chavales del bar-, ¿Qué tal estáis?

—Pues peor que vosotros, que vosotros sí que vivís bien - les contesto Rafa -, que era el dueño del bar.

—Ya te lo diré luego cuando suene el teléfono y tengamos que salir corriendo -le contestó Miguel Ángel-

—¿Pongo lo de siempre? - Les preguntó el camarero.

—Sí, para no variar - le contestó Sergio.

Miguel Ángel y Sergio se sentaron en una mesa y empezaron a desayunar, estuvieron hablando de que se estaban quedando sin cajas y de la posibilidad de que Miguel Ángel pidiera por lo menos un par de camiones si no tenía mucho lío. Además, comentaron que debían ver cómo andaban de sudarios para encargarse que les trajeran alguno, de lo demás parece que estaban más o menos servidos.

—Ahora que veo a ese hombre comer esa tapita de pisto - Sergio le decía a Miguel Ángel - ayer me dieron una receta por la mañana, y me he acordado de que a ti te gustan mucho los huevos.

Te diré que estaba divina, vamos, que estaba de huevos.

—Nunca mejor dicho - le contestó Miguel Ángel -, a ver cuenta, cuenta, que para un día que libras te tienen de cocinilla.

—Hombre es lo normal, si mi chica trabaja no me queda más remedio que ocuparme de ciertas cosillas -dijo Sergio.

—Si, ya lo sé, es lo lógico, aunque a nuestra generación nos cueste más hacerlo, venimos de una cultura rancia y obsoleta, la educación que hemos recibido nada tiene que ver con los tiempos actuales, afortunadamente. A ver suelta ya la receta -le dijo Miguel.

—Cuando te pones filósofo no hay quien te aguante tío, aunque tengas razón, No me cortes más que luego se me olvida lo que te voy a decir, el plato se llama Shakshuka.

—¿Cómooo?, Le contestaba Miguel Ángel, con los ojos de par en par abiertos.

—Shakshuka, es un plato que creo que es de Israel y está para chuparse los dedos, coge papel, bolígrafo y apunta, le dijo Sergio.

—No, yo no cojo nada, dime lo que lleva,

cómo se hace y un día me invitas a comer a tu casa, pero cuando no esté tu mujer que yo creo que me tiene manía- se reía Miguel Ángel.

-Estate atento, le dijo Sergio, que no te repito las cosas dos veces. En una cazuela o una sartén grande añades aceite de oliva virgen lo calientas a fuego medio, tuestas semillas de comino durante 1 minuto, lavas muy bien los pimientos rojos y los cortas en tiras de 1 cm. de ancho, los añades a la cazuela y salteas durante 5 minutos a fuego medio, pelas las cebollas y los dientes de ajo, cortas las cebollas en juliana y los dientes de ajo en trocitos pequeños y lo echas en la cazuela con los pimientos y sofreímos a fuego fuerte entre 5 y 10 minutos, hasta que la mezcla tenga color, agregas el azúcar y todas las hierbas (perejil, laurel y tomillo). Sigues sofriendo a fuego bajo durante 5 minutos hasta que se junten los sabores, lavas los tomates y los cortas en dados de 2 cm aproximadamente, los añades a la cazuela con un par de cayenas, azafrán, una pizca de sal y pimienta recién molida. Bajas el fuego y sigues sofriendo unos 10-15 minutos. Dependiendo de cómo sean los tomates a lo mejor es necesario añadirle agua a la cocción, pero si están maduros no hará falta, quedarán perfectos. El aspecto que debe tener es similar al del pisto, en el caso de no tener jugo o tener poco sólo entonces le añades el agua y lo corriges de sal, pones los huevos en el centro de todo este embrollo, los tapas, apagas el fuego y los dejas que con su propio calor se terminen de hacer, los adornas con un poquito de perejil y están que te chupas los dedos y si le echas un poquito de cilantro ya ni te cuento.

Cuando Sergio terminó de pasarle la receta a Miguel Ángel ya estaban los dos sentados en la oficina y el teléfono empezó a sonar a toda pastilla, Miguel Ángel cogió el teléfono

-¿Si dígame?, sí, sí, enseguida mando a un agente, te mando a Sergio, en media hora lo tienes allí, hasta luego Pascual, gracias.

Sergio vete rápido al Anatómico Forense, te mando los datos del fallecido por fax, cuando llegues se los pides a Pascual el celador, ya le conoces, esta con la familia, no les hagas esperar, date prisa.

-Voy, cuando vaya sabiendo algo te llamo-, le contestó Sergio saliendo rápidamente de la oficina.

Sergio llegó al Anatómico, Pascual le dio la documentación, la familia estaba deshecha, el hijo pequeño de la familia le había cogido la moto al hermano mayor sin que nadie lo supiera, a la familia les informaron que su hijo había tenido un accidente con la moto y claro, todos se creyeron que fue el hijo mayor quien había lo había tenido, cuando la madre entro a reconocer el cadáver creyendo que era su hijo mayor quien había tenido el accidente y vio que era su otro hijo no pudo resistir el impacto emocional y cayó bruscamente al suelo, todos los allí presentes se quedaron inmovilizados sin saber que hacer, Sergio rápidamente al ver que la señora no tenía pulso se puso desesperadamente a darle golpes en el pecho y a moverla hasta que

la señora despertó sin saber a dónde estaba, con la ayuda de dos celadores Sergio consiguió sentarla en un banco, se fue a la máquina de refrescos, le acercó a la señora una lata de cola, desorientada todavía, la señora se la fue bebiendo lentamente, Sergio recogió todos los datos necesarios que le fue facilitando un tío del chaval fallecido para iniciar toda la tramitación pertinente y salió de allí sin hacer ruido, en silencio, pensando en esa madre, todo había ocurrido tan deprisa, que era como si hubiera sido solo un juego de la imaginación.

Sergio cogió el teléfono y se dispuso a llamar a Miguel Ángel:

-Miguel Ángel, tengo toda la documentación, fotocopias del D.N.I., todo, me paso por el juzgado y te llevo toda la tramitación hecha, a ver si es posible que esta familia pueda terminar cuanto antes con todo esto, yo creo que el entierro



puede ser esta misma tarde a las seis y media. Por cierto, si esta tarde terminamos pronto te invito a cenar en mi casa, te hago yo el Shakshuka que no estoy muy seguro de que a ti te salga bien.

¿Y tu mujer?, Le preguntó Miguel Ángel.

También la invito.

**Antonio Gómez Espericueta**

## ***La leyenda de Aka Manto***

**E**n Japón existe una Leyenda Urbana sobre los servicios públicos de mujeres, por la cual, se dice, que las mujeres allí, evitan utilizar al último baño, para evitar ser atacadas por una entidad malvada.

Hace mucho tiempo, había una mujer llamada Aka Manto, un día tuvo la mala suerte de ser acosada hasta la muerte.

Cuando su alma llegó al otro mundo pidió permiso para volver a la tierra y poder vengarse de todas las mujeres en el momento donde más vulnerables y solas se encuentren, en el último retrete de los baños, allí es donde aparece.

Desde entonces, cuando una chica se mete en dicho baño, de repente, escucha una voz que le pregunta si quiere papel rojo o azul, en caso de elegir azul, entonces Aka Manto la estrangulará hasta morir, en caso de escoger rojo, entonces la decapitará y habrá todo un charco de sangre, si eligiera cualquier otro color para salvarse de la venganza, entonces saldrían desde adentro del retrete unas manos que la arrastrarían hasta el infierno, pero si no elige ningún color, el espíritu de Aka Manto se irá a buscar a otra presa.

También se dice que a veces pregunta si se pondrán un chaleco rojo, en caso de que le responden de manera positiva, lo que haría Aka Manto es quitarles toda la piel de la espalda y dejarla en

carne viva.

Son horrendas en verdad todas las cosas que esta chica con la cara cubierta con una máscara hace para poder vengarse de todas las mujeres, pero siempre aparece en el último de los retretes por lo cual en ningún otro podrá aparecer, ahora entenderán porque las mujeres van en grupo al baño y ninguna quiere ir al último.

Aunque tampoco se sabe el porque su venganza la dirige contra las mujeres y no contra quien/es le hicieron el daño.

## La Virgen del Puy

Se cuenta que, en el año 1085 durante una noche repleta de estrellas, unos pastores con sus ovejas que hacían vida al pie del Monte Puy vieron caer algunas estrellas en la cima del monte.

Se dirigieron al lugar para ver de cerca el sorprendente fenómeno del que habían sido testigos. Al acercarse al lugar pudieron observar una cueva, en la cual se adentraron y donde apreciaron una figura con la forma de una virgen.

Los Pastores de Estella sorprendidos por su hallazgo fueron avisar al sacerdote de su parroquia para que testificara este milagroso descubrimiento.

Una comitiva conformada por parroquianos y algunos pastores acompañados por el sacerdote fueron hasta el lugar del hallazgo, donde se deslumbraron con la figura de la virgen.

Buscaron mover la piedra donde reposaba la imagen, pero de ninguna manera lograron hacer que la roca se moviera ni un centímetro. Al no poder lograr mover la piedra para llevarla a la parroquia comenzó a correrse la voz de la Virgen del Puy y la milagrosa piedra donde se encontraba.

Al poco tiempo se construyó un santuario para su protección.

A los años se construyó la localidad de Estella, su nombre que proviene de la palabra Estrella en latín. Es una de las localidades más frecuentadas y retratadas en la ruta de los peregrinos que realizan el camino francés.

La creación de este pueblo fue idea del rey navarro Sancho Ramírez para protección tanto de la basílica como de los peregrinos que hacían vida en el Camino de Santiago.

Este hermoso paraje se encuentra en las rutas finales del Camino Francés.

La vista del lugar entre el Puente de la Reina y Estella es tan hermosa como sorprendente, y se convierte en una de las paradas obligatorias para los peregrinos que recorren las rutas jacobeanas hacia Compostela.

## El Sufí

**H**abía un sufí que acompañaba a un ejército en guerra. Cuando llegó el momento del combate, los jinetes partieron como flechas, pero el sufí permaneció en su tienda.

Pues las almas densas permanecen en tierra mientras que las almas ardientes se elevan hasta el cielo.

Los soldados volvieron victoriosos, en posesión de un inmenso botín. En el momento del reparto, quisieron que participara el sufí, pero él se negó alegando su tristeza por no haber asistido al combate.

Como nada lograba calmar su pesar, los soldados le dijeron:

«Hemos traído una gran cantidad de prisioneros. ¡No tienes más que matar a uno de ellos y, de este modo, habrás participado en el combate!».

Esta solución devolvió la alegría al sufí y, apoderándose de uno de los prisioneros, lo condujo detrás de su tienda, para haber suprimido al menos a un enemigo.

Transcurrió un largo rato y los soldados acabaron por preguntarse la razón de este insólito retraso.

Uno de ellos, por curiosidad, fue a buscar noticias. Pues bien, detrás de la tienda, descubrió al prisionero con las manos atadas. Había mordido al sufí en el cuello y éste, con la cara ensangrentada, yacía en tierra vencido.

Lo mismo sucede contigo. Ante tu ego, que tiene, sin embargo, las manos atadas, te desvaneces como el sufí. Sientes vértigo desde lo alto de una pequeña colina, pero miles de montañas te esperan.

Los soldados mataron inmediatamente al prisionero y lavaron el rostro del sufí con agua de rosas para calmar su dolor. Cuando recobró el conocimiento, le preguntaron:

«¿Es posible ser tan débil? ¿Cómo has podido dejarte vencer por un hombre que tenía las manos atadas?».

El sufí respondió:

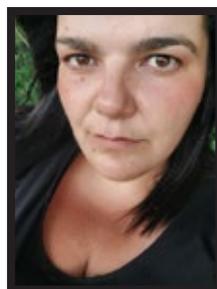
«En el momento en que me disponía a cortarle la cabeza, me lanzó una extraña mirada y perdí el conocimiento. De su mirada surgió un ejército para atacarme. ¡Eso es lo único que recuerdo!».

Los soldados replicaron:

«Es inútil participar en la guerra cuando se tiene semejante valor. ¡Un prisionero maniatado ha podido más que tu paciencia! ¡El ruido de una espada que corta una cabeza no es el ruido de una paleta para lavar la ropa! Tú no estás familiarizado con el combate de los hombres. ¿Cómo podrías pretender nadar en un océano de sangre?».

Muchas cabezas sin cuerpo ruedan por tierra, porque no se trata de una invitación a sentarse a la mesa. No te remangues como si se tratase de tomar una escudilla de sopa. ¡Esto es un asunto de hombres y no de timoratos!».

¿Cómo podría la razón que se asusta de un ratón desenvainar la espada ante el enemigo? Un combate semejante no está hecho para los que van buscando refugio de ilusión en ilusión.



**Covadonga Álvarez Cuesta**

## El Bar de Angel

### Otoño

- ¡Buenos días, Luis!, ¿Tomando los últimos rayos de sol del verano?.

- ¡Hola Angel!. ¡Ya ves!, esperando la llegada del otoño.

- Pero si a ti te llegó el otoño hace unos cuantos años.

- Y por desgracia se quedó conmigo, pero ten cuidado que a ti también te va a alcanzar.

- Espero que me alcance porque si no mal iríamos.

- ¡Sí!, al cementerio, Angel.

- Hablando de cementerios, ¿Que me comentas de la muerte de la reina de Inglaterra?, Luis.

- No te digo nada por que no quiero ni enfadarme ni ofender a nadie y aunque yo, como todos, necesito del contacto con mis semejantes, la mayoría de las veces me enfado cuando me pongo a pensar en el trasfondo de la noticia, del suceso o como lo quieras llamar.

- Pues no te enfades que es malo para la salud.

- Si tampoco se puede decir enfado Angel, es que veo como están dando cobertura aquí, en España y en toda Europa, a una señora que ha tenido, algunas veces, unas posturas tan poco ejemplares o humanas, como cuando murió Lady Di o cuando ha habido los escándalos en su casa real como el de los futuros reyes, el del Andrés, las juergas del Harry incluso con simbología nazi...

- ¿Conociéndote me parece que vas por la comparación en el tratamiento por la prensa y la televisión de la casa real inglesa y la española?.

- Si Angel, el otro día leí, mejor dicho oí, que esta señora, que en paz descanse, no ha ido a ningún funeral de ninguna casa real europea durante. ¡Bueno! no se si dijeron alguno, pero en 70 años más le valió y aquí en Europa han perdido el culo por ir a la "fiesta". Europa parece parte de la Commonwealth.

- Es una demostración de respeto Luis.

- O de sumisión al Imperio, Angel. Pero bueno, no voy por ahí, es que me hago la pregunta de que pasará cuando la pringue nuestro "emérito", si habrá tanto pésame y se le sacará algún beneficio.

- Es la primera vez que oigo que un entierro sea una transacción comercial.

- Es que esto no es cuestión de oírlo si no de verlo y me parece que se ve muy claro, Angelito, seguro que cuando pase aquí, se llenarán los periódicos y las televisiones de controversias, de que si cuesta tanto, de que lo pagamos entre todos, de que se lo merecía, de que si no, y en vez de quedarnos en paz, volveremos a tener algo por lo que discutir sin sacar ningún beneficio, ni moral ni económico.

- No te preocupes Luis, a lo peor ni lo vemos.

- ¡Hombre!. Eso si que sería malo del todo.

- Te lo digo por lo del Putin y la amenaza de usar armas nucleares.

- Ya lo leí, no creo que llegue la sangre al río, pero creo que ya te he dicho lo que pienso de esta guerra y la situación es muy parecida a las razones que dio cuando la empezó.

- ¿Crees que estamos igual que hace 6 meses, Luis?

- Básicamente si. Según Putin, empezó la guerra por la expansión de la OTAN cerca de sus fronteras; luego por la liberación del Dombás y como no lo ha conseguido puede que como le siguen tocando los cataplines y se sienta acorralado haga alguna tontería como fue empezar esta guerra.

- Esperemos que no lo haga, Luis.

- Es que todavía no leo que se esté hablando de paz y lo único que se diferencia las posición de unos y de otros es en que los que pensaban que iban a ganar la guerra de corrido, literal y prácticamente, se les ha venido el mundo encima y los que pensábamos que iban a ser masacrados se han convertido en posibles ganadores; cosa que no veo, porque para mi, cada día que pasa y muere alguien, perdemos todos.

- A ver si no pasa de este mes.

- No tengo muchas esperanzas, Angel. Mientras los americanos no quieran que se acabe, esto no se acaba y me parece que para ellos, que llevan los últimos 80 años de guerras, se sienten cómodos en esta situación.

- ¡Como van a estar cómodos con la guerra!. Dices unas barbaridades, Luis.

- Yo te digo lo que veo y mis conclusiones las saco de esto y de lo que he vivido anteriormente y si quieres oírme te doy mis razones y en que las baso.

- Te oigo, a ver ese razonamiento.

- Desde la segunda guerra mundial los americanos se nombraron guardianes de los valores del mundo occidental y en esa defensa consiguieron réditos económicos muy importantes y mantuvieron su seguridad exportando o manteniendo los focos de los conflictos lejos de sus fronteras y de Europa. A la opinión pública se le han vendido estas guerras como de liberación y que si se metían en ellas era por nuestra seguridad. Siento mucha admiración por los americanos por muchas cosas pero otras me dan arcadas, Angel.

- ¡Bueno! ¡vale!, pero porqué dices que están cómodos.

- Una de las razones por la que admiraba a los americanos era por que aunque estaba en contra de muchas de sus guerras, enviaban a su gente y ellos se lo guisaban, comían y morían; quizás por unos ideales. Creo que se han dado cuenta que en los siglo XX y XXI las guerras no se ganan, léase Corea, Vietnam, Irán, Siria, Afganistán. En estas guerras han muerto muchos jóvenes americanos y sus ciudadanos no aguantan más por que se les ha vendido que encima que nos defienden y mueren por nosotros, no se lo agradecemos.

- ¡Que si, pesado!, pero no me dices porqué están cómodos.

- Pues por que es su guerra ideal, Angel; lejos de sus fronteras, peleándose con su mayor

enemigo y sin posibilidades de perder, ya que están pero no están. Vendiendo y probando armamento a tope y si los rusos pierden la guerra, la habrán ganado ellos sin perder ningún soldado.

- Haciendo un analogía contigo, es igual que cuando juega tu Madrid, si gana "hemos ganado" y si pierde "han perdido" ¿Algo así quieres decir, Luis?

- Más o menos, pero sí; que el Madrid juegue y yo, cómodamente en el sillón con mi cerveza, ganando los partidos.

- A propósito de fútbol, ¿que te parece la que se armó con el Vinicius?

- ¿De qué me hablas, Angel, de los bailecitos o de los cánticos racistas?

- De todo, quiero saber lo que opinas.

- Pues de los bailecitos te diré que todo lo han armado los pseudoperiodistas deportivos que no saben como rellenar los programas de radio y televisión y si además juntamos a estos las redes sociales en la que opinamos todos, pues la hemos fastidiado.

- Es que la gente tiene derecho a opinar, Luis.

- Si, pero con honestidad; no puede ser que el de tu equipo se ponga a bailar y lo celebres y si lo hace el del otro le empieces a tirar piedras.

- Eso lo teníais que haber pensado los madrilitas cuando os metíais con el Neymar del Barcelona y le poníais a caer de un burro.

- No te equivoques, Angel. Aunque algunos, por no decir muchos madrilitas le criticaban, la mayoría era porque cada vez que le hacían una entrada, exageraba con las vueltas que daba, cosa que Vinicius no hace, aunque alguna vez se tire y haga teatro, pero lo normal en el fútbol. Lo que no es normal es que acabe los partidos con más faltas en contra que a favor.

- Hablar de fútbol es una tontería porque nunca nos vamos a poner de acuerdo pero de los cánticos racistas seguro que sí.

- No lo sé, Angel. Todos tenemos nuestra opinión que es lo único que nos queda y menos mal que nos la podemos dar entre nosotros y aunque no estemos completamente de acuerdo tomamos en consideración los argumentos, ideas o reflexiones que al otro, quizás, no las haya pensado. Pues de los cánticos racistas me parece que dentro del fútbol no es para tanto, por que somos muy tontos y si un idiota le da por cantar "la macarena", todo el mundo hace lo mismo. Quizás tenga esta opinión porque no soy yo el que los recibo, pero todos sabemos que el futbol y los insultos van de la mano.

- Pero no se puede ofender a una persona llamándola "mono" o haciendo gestos despectivos.

- Que tienes toda la razón, Angel, pero para que veas lo tontos que somos que nos ponemos a insultar a una persona por el color de su piel y tenemos en nuestro equipo a unos cuantos del mismo color. Para mi y siendo reiterativo la culpa la tienen los medios informativos que contaminan las masas.

- ¿Que quieres, que vuelva la censura?

- Este es otro de los tópicos que con el paso del tiempo se me ha caído por completo, el de la "libertad de prensa". La prensa debe estar regida por un reglamento y con unas normas como todo en la sociedad y sobre todo cuando es evidente que el trato de una información hace daño a esta. Así que sí, si no censura, normas que impliquen hacer un auto-examen de lo que se publica.

- ¡Luis!, otras veces me dices que si tanta ley, que si tanta norma. ¿Y me vienes con esto?.

- Coges de lo que te digo lo que te interesa, ¡Angelito!. Es verdad que estoy en contra de leyes y normas que para lo único que sirven es para tener problemas sociales y administrativos y en las que nunca nos pondremos de acuerdo como podrían ser la del "divorcio", la del "aborto", objeción de conciencia, etc. de las que estoy a favor pero no obligaría a un sacerdote a disolver un matrimonio, ni a un médico a hacer un aborto. Que cada uno haga lo que le parezca y sienta. Pero luego tiene que haber unos matices de los que se deben hacer cargo los individuos, en este caso los periodistas. Un divorciado no debía de querer que la sociedad pague su error completamente, por ejemplo pidiendo una vivienda pública cuando no hay para todos; pues los periodistas igual, creo que dejaron hace años su código deontológico en la Universidad y por eso deben tener responsabilidades con lo que dicen y ser controlados.

- ¡Vamos!, cállate un poco y deja de tomar el sol. Pasa, que te voy a invitar a un café y te voy a dar una noticia de la que no voy a pedirte tu opinión porque la decisión ya está tomada.

- Deja de ponerte trascendente y dime de que se trata, Angel.

- Cierro "el Bar".

- ¡Tío, me dejas helado! ¿Tal mal te va?

- No es que me vaya mal pero llega un momento en la vida que como tu dices, hay que hacer la verdadera contabilidad de ganancias y pérdidas reales. Económicamente estoy a la par, pero si piensas la cantidad de horas que pierdo en vivir, disfrutando de mi mujer, de mis hijos, de mis nietos e incluso de mis amigos, he llegado a la conclusión que no me merece la pena.

- Tu verás lo que haces. Sabes que para mí "el Bar" eres tú y te echaré de menos. ¿Pero tan cansado estás, Angel?.

- Si Luis, la gente no se da cuenta de lo que implica tener una responsabilidad de mantener una empresa de hostelería en la que tu eres jefe, cocinero, camarero, administrador y encargado de la limpieza, ¡vamos! que hago de todo y luego, excepto la satisfacción del trabajo bien hecho, no tengo otra. Y son muchas horas, Luis.

- Pues nada chaval, por una parte me alegro por ti y por mi cuerpo que ahora podrá hacer régimen.

- No te preocupes que otro vendrá y malo me hará.

- Has dado la vuelta al refrán; tú, el mejor.

- ¡Gracias, Luisete! Nos vemos.

- A ti, hermano.

**L. M. G.**

## El libro del mes de Esta Tierra

### Poemas para Gloria

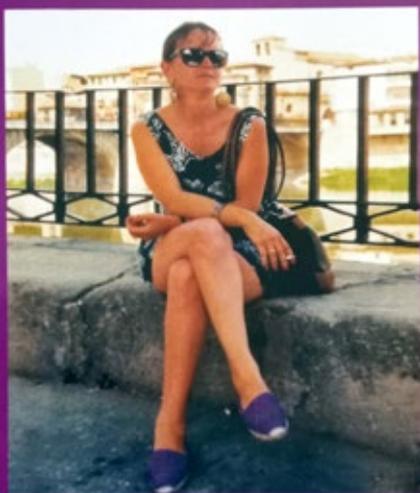


Manuel García Estadella

Me llamo Manuel García Estadella. Nací el 27 de mayo de 1950 en Hospitalet de Llobregat, Barcelona. Mi padre era de Asturias, de San Martín de Luiña, concejo de Cudillero, y mi madre de Hospitalet. Empecé a escribir poemas y a publicar/autopublicar libros de poemas en 2015, a raíz de un suceso muy grave en nuestra familia. He publicado/autopublicado diecisiete libros de poemas: Gloria, Recordando a Gloria, Cuarenta Sueños, Alborada de Asturias, Vaqueiros de Alzada, La Concha de Artedo, Ismael, Asturias, Valles Mares y Vaguadas de Asturias, Soñaré contigo, La soledad tan sola, Víctor, Martí, Poemas para Eloy, Poemas per a Pau, Poemas para Gloria y Poemas para una Asturias vacía.

Los dos últimos, el dieciséis, "Poemas para Gloria", está dedicado a mi mujer, y el diecisiete, "Poemas para una Asturias vacía", va dedicado a esta Asturias que se nos muere lentamente de inanición sin que nadie haga nada por evitarlo. Se lo dedico a todos los asturianos que nacieron, crecieron y vivieron en Asturias, y a todos los que se fueron de su tierra, sobre todo a mi padre que tampoco pudo morir en Asturias y vivió en la eterna añoranza de volver a su aldea.

## Poemas para Gloria



Manuel García Estadella



Sonrisa de niña,  
rosa que engalana  
con sus ojos dulces  
toda la mañana.  
Xana de esa Asturias,  
reina soberana  
de Argatón, la tierra  
que te robó el alma.  
San Martín de Luiña,  
cuna y esmeralda,  
rosas y claveles  
brillan en tu cara.  
Mujer, la alegría  
que llena la casa  
de caricias, besos  
de sueños del alba.

Es un libro dedicado a mi mujer.  
Llevamos casados cuarenta y siete años.  
Es un compendio de poemas en los que intento  
expresar todo el amor que siento por ella.  
Se casó conmigo muy joven, dieciocho años, nos  
fuimos a vivir a Hospitalet de Llobregat en Barcelo-  
na durante cuarenta y tres años y estamos vivien-  
do en San Martín de Luiña, en Asturias, desde hace  
cuatro años y medio.  
Todo esto lo expreso a través de la poesía.  
Pedidos en el correo

**manuelgarest@hotmail.com**

## 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](http://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

## BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

Deseo suscribirme a la revista **ESTA TIERRA** a partir del número \_\_\_\_\_ de año \_\_\_\_\_ por períodos automáticamente renovables de un año (12 números).

Ingreso en la cuenta **ES46 3080 0001 8721 8512 3516** a nombre de la **ASOCIACIÓN CULTURAL DE CINE Y LITERATURA DE SAN AGUSTÍN** de la cantidad de **15,00 Euros**.

Nombre \_\_\_\_\_ Apellidos \_\_\_\_\_  
 Domicilio \_\_\_\_\_ Código Postal \_\_\_\_\_  
 Localidad \_\_\_\_\_ País \_\_\_\_\_  
 Correo electrónico \_\_\_\_\_

Teléfono de contacto **34 656 72 54 92**. E-mail: **paraestatierra@gmail.com**

## **Esta Tierra**

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

FUNDADOR Y DIRECTOR

**Antonio Jose Caralps Sobrera**

MAQUETACIÓN Y EDICIÓN

**Angel Manuel García Álvarez**

REDACTORES

**Doris M. Peña Sepulveda**

**Gabriel Barrella Rosa**

**Xavi Guimerá**

**Bárbara de la C. Olivera Más**

CORRECTORES

**Julián Alberto Guillén López**

FOTÓGRAFOS

**Henk Scheurs**

**Ana Pobo Castañer**

DEPOSITO LEGAL

**Te-57-2011**

NOS PUEDES SEGUIR EN

**Facebook: Esta Tierra**

REDACCIÓN Y CONTACTO

E-mail: **[paraestatierra@gmail.com](mailto:paraestatierra@gmail.com)**

Teléfono: **34 656 72 54 92.**

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**

**Esta Tierra**

