

PLE

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

EDICIÓN 19 • MARZO 2026

🏆 *Primera Competencia de Distinciones*

Doctorados Honoris Causa – FEMALPC

✨ *Dinámica 77:*

**Amar sin tocar*

**Caminos distintos,
lealtad intacta*

🕊 *Dinámica 78:*

**Escribir la paz como
elección diaria*

PRIMER
ANIVERSARIO
DE
FEMALPC

UN AÑO DE
LIDERAZGO.

Literatura

Sinopsis del libro *Adara en Villa Encantada* de la escritora Isabel Gómez Rabaza (España).

Entrevista exclusiva

Dr. Dr. H.C. Multidisc. Miguel Leonardo Gamarra Quiroz

Artistas Visuales Internacionales

Yaira De León Drummond (Panamá) – Pintura

Rixo (España) – Escultura

José Ventura Menéndez González (España) – Fotografía

Arte, Literatura, Educación, Paz y Cultura

Sumario		
Editorial.....	4	Entre la respiración y la presencia Donde el vínculo permanece..... 20
		José Aderval Aragón
<u>Dinámica especial</u>		En el centro del corazón
<u>Día del amor y de la amistad</u>	5	Amiga..... 21
Amor platónico		Celina Vales
Amig@.....	6	Haikus de amor
Mayte Vazquez Maldonado		Haikus de amistad..... 22
Buscándote, mi amor		Iván Parro Fernández
Amistad de verdad.....	7	Amor platónico
María Jesús Velasco Gascón		Distancia intacta..... 23
En toda circunstancia		Fernando Saltos Molina
Gracias a los amigos.....	8	Mi callado amor
René Fonseca Borja		Un gran amigo..... 24
Caricias que viajan		Angel Marval
Los caminos.....	9	Eres afortunado, amor
Justo Felix Soris Méndez		Ana, mi amiga..... 25
Con la mirada te abrazo		Rosa María Aguilera Sánchez
Lealtad.....	10	Lejanía
Cándida Rincones		Amistad..... 26
Eres mi sol		Angel Manuel García Álvarez
El vecindario.....	11	Amor más allá del tacto
Francine Agudelo Díaz del Castillo		Amiga por toda la vida..... 27
Esencia en la distancia		Ruby Moreno
El lazo que no quiebra.....	12	Dibujos de Yaira de León Drummond_ 28
Jesús Revatta Saravia		
Sueño de Amor		
Amistad Eterna.....	13	Los poetas malditos..... 30
Virgilio Martínez Gordón		Kasia Dominik
Paso a paso		Que mal rollo ¿No?..... 31
Amigos Leales.....	14	Antonio Gómez Espericueta
Deyanira García		Los libros olvidados..... 32
El susurro invisible que me esconde		Silvestre, Pimienta y Peluche..... 32
¡Estaba en el otro lado del tiempo!.....	15	María Concepción Rodríguez de León
María do Pilar Santos		
Cultivar la esencia		Adara en Villa Encantada..... 33
Espejo del Alma.....	16	Isabel Gómez Rabaza
Mónica Silvia Samaniego		
La caricia del pensamiento		Entrevista a Miguel L. Gamarra Q. 34
Donde la distancia no manda.....	17	Ruby Moreno
Kasia Dominik		
El amor		Esculturas de Rixo..... 37
La amistad.....	18	
Rene Arturo Cruz Mayorga		<u>Dinámica 78</u>
Amor mio		<u>Escribir la paz como elección diaria</u> 39
Una mano fiel.....	19	Olor a esperanza..... 40
Alejandro José Moncada Castillo		Libia Beatriz Carciofetti

Editorial

Con profundo entusiasmo damos la más cálida bienvenida a la Edición 19 de PLE: Poemas y Letras Eternas, un espacio donde la palabra se convierte en puente entre emociones, pensamientos y sueños compartidos. Esta revista continúa consolidándose como un refugio para la sensibilidad literaria, donde cada poema y cada reflexión nacen del corazón de quienes creen en la fuerza transformadora del arte.

En esta edición celebramos la inspiración que surge desde nuestra querida comunidad Dinámicas y Premiaciones de Poesías y Frases Bonitas, donde la poesía se convierte en un lenguaje universal capaz de unir almas a través de los sentimientos más profundos.

Tres ejes temáticos iluminan estas páginas:

Dinámica 77 – Amar sin tocar.

Una invitación a explorar esos amores que viven más allá de la presencia física. Amores que no necesitan manos para sentirse, porque permanecen abrazados en la memoria y en el pensamiento.

Dinámica 77 – Caminos distintos, lealtad intacta.

Un tributo a la amistad verdadera, aquella que no teme a la distancia porque los corazones leales siempre encuentran el camino para permanecer unidos.

Dinámica 78 – Escribir la paz como elección diaria.

Un llamado a reflexionar sobre la paz como una decisión consciente y constante. La paz no es solo un ideal: es una elección diaria que el alma escribe con serenidad en cada acto y en cada palabra.

Asimismo, esta edición destaca un acontecimiento significativo dentro del ámbito cultural y literario: **la Primera Competencia de Distinciones de Doctorados Honoris Causa de la Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura (FEMALPC)**, un espacio que honra la excelencia, el compromiso con la cultura y el aporte al desarrollo artístico y humanista.

Con gran orgullo también presentamos una **entrevista exclusiva al presidente fundador de FEMALPC**, cuya visión y liderazgo han impulsado una comunidad internacional dedicada a promover el arte, la literatura, la educación, la paz y la cultura como pilares fundamentales de la humanidad.

El arte visual y las expresiones creativas también ocupan un lugar especial en esta edición con la participación de destacados artistas internacionales:

Pintora Yaira De León Drummond – Panamá, cuyas obras aportan una mirada estética que dialoga con la poesía, recordándonos que el arte, en cualquiera de sus formas, es un lenguaje que trasciende fronteras.

Escultor Rixo – España, quien desde la escultura comparte una visión artística donde la materia se convierte en emoción y expresión cultural.

Fotógrafo José Ventura Menéndez González – España, cuya lente captura instantes que también narran historias, transformando la imagen en poesía visual.

Además, presentamos la sinopsis del libro de la escritora Isabel Gómez Rabaza (España), titulada **"Adara en Villa Encantada"**, una obra que invita al lector a adentrarse en un universo de imaginación, sensibilidad y encanto narrativo.

Cada página de esta edición ha sido concebida para inspirar, emocionar y recordar que la palabra escrita tiene el poder de construir memoria, sembrar esperanza y mantener viva la esencia de la sensibilidad humana.

Gracias por acompañarnos una vez más en este viaje de letras eternas.

La Dirección

DINÁMICA ESPECIAL

DÍA DEL AMOR Y DE LA AMISTAD

AMAR SIN TOCAR

Amar también
es sentir desde
la distancia

Dinámicas y Premiaciones de Poesías y Frases Bonitas
DINÁMICA ESPECIAL
**DÍA DEL AMOR
Y LA AMISTAD**

Primera participación - POEMA DE AMOR

FORMA DE PRESENTACIÓN DEL POEMA

1 Primera participación - POEMA DE AMOR

Tema: *Amar sin tocar*

- Nombre del autor o autora
- País
- Título del poema

Es obligatorio colocar el flyer oficial y una fotografía suya de perfil.

FECHA Y HORARIO DE LA DINÁMICA

- Inicio: desde este momento.
- Cierre: domingo 15 de febrero, hasta las 11:59 p. m.
- Zona horaria: Panamá

Importante:

- Cada poema deberá tener mínimo 12 versos.
- Utilice tropos literarios y lenguaje figurado.
- Publicaciones fuera de tiempo no serán válidas.

INVITA
La Administración
Dinámicas y Premiaciones de Poesías y Frases Bonitas

Ruby Moreno 🇵🇦 Panamá
Ely Balderas 🇲🇽 México
Ruth Moreira de Méndez 🇪🇨 Ecuador
Raúl Umbo Castillo 🇵🇪 Perú

Cree en el poder del amor y deja que tu corazón brille.

DINÁMICAS Y PREMIACIONES
DE POESÍAS Y FRASES BONITAS

DINÁMICA ESPECIAL
DÍA DEL AMOR Y LA AMISTAD

Segunda participación - POEMA DE AMISTAD

FORMA DE PRESENTACIÓN DEL POEMA

1 Segunda participación - POEMA DE AMISTAD

Tema: *Caminos distintos, lealtad intacta*

- Nombre del autor o autora
- País
- Título del poema

Es obligatorio colocar el flyer oficial correspondiente y una fotografía suya de perfil.

FECHA Y HORARIO DE LA DINÁMICA

- Inicio: desde este momento
- Cierre: domingo 15 de febrero, hasta las 11:59 p.m.
- Zona horaria: PANAMÁ 🇵🇦

Importante:

- Cada poema deberá tener mínimo 12 versos, en el estilo poético que mejor se ajuste al autor o autora.
- Utilice tropos literarios pues la belleza del poema nace del lenguaje figurado.

INVITA La Administración
Dinámicas y Premiaciones
de Poesías y Frases Bonitas

Ruby Moreno 🇵🇦 Panamá
Ely Balderas 🇲🇽 México
Ruth Moreira de Méndez 🇪🇨 Ecuador
Raúl Umbo Castillo 🇵🇪 Perú

Cree en ti mismo!
Lo mejor está por venir.

CAMINOS DISTINTOS,

LEALTAD INTACTA

La distancia

no rompe una

amistad verdadera

Amor platónico

Te amo en la distancia callada del viento
como la luna ama al sol
sin rozar ni un momento
te nombro en silencio,
sagrado y lento
como suave melodía
suspendida en el tiempo.

Sin lazos ni falsas promesas
sólo dos latidos que unen corazones
cruzando fronteras,
desafiando contante
grabado tu recuerdo,
latiendo en mi ser.

Como suave brisa
que besa mi frente
luz etérea que va abriendo camino
amor que no toca pero que se siente,
cual fresco jazmín bello y transparente.

Amor que perdura
en la ausencia con intención
amor que borra las barreras del tiempo
amor que es refugio en las tempestades
oasis de calma en el cruel desierto.

Amig@

Te nombro y el eco me devuelve
al que acompaña caminos distintos
lealtad intactas,
cuando todos no están,
en las verdes de la vida.

La palabra que es transparente
limpia, amorosa, pero firme
sincera, sin doble,
ni doble lenguaje.

No al que te estrecha
con euforia la mano,
se sienta a tu mesa,
pero te come cuando no estás.

El que no se alegra de tus logros,
y le molesta tu felicidad,
aquél que hace una mueca,
cuando de él esperas amistad.

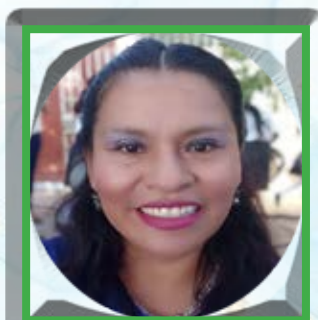
Amigo, palabra enorme,
que exige lealtad,
sinceridad y compromiso,
deseos de querer serlo.

Amig@, no es aquél
que murmura de tí
y por la espalda te apuñala,
con su desdén y veneno.

Bendit@s aquell@s amig@s
que tienen pureza
y amor en su corazón,
Tesoro valioso,
grande aprecio tengo yo.

En éste día del amor y la amistad,
celebro con regocijo en el alma,
la dicha de tenerte como amig@
feliz día del amor y la amistad.

DE



México

Mayte Vazquez Maldonado

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Buscándote, mi amor

Buscaba la manera de encontrarte,
por el cielo perdida entre las nubes,
por la tierra vagando entre los valles,
por el mar ahogándome en sus bucles.

Buscaba la manera de tocarte,
ser lluvia perfumada en tu camino,
la sombra que acompaña tus andares,
o latido enredado en tu destino.

Por ti, sin tú saberlo, fui ceniza
que el viento revolvía a su capricho,
fui lágrimas rodando sin medida,
fui eco enmudecido por tu olvido.

El tiempo rueda y rueda a su manera,
me consume de tristeza y añoranza,
y mi voz suspendida en una estrella,
no te alcanza...no te alcanza.

Amistad de verdad

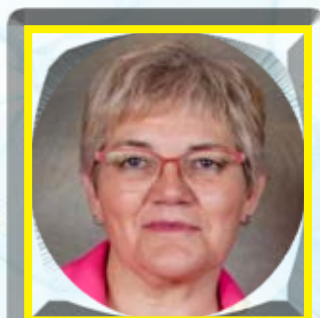
La amistad que es de verdad
no cuestiona ni señala;
permanece junto a ti
en las buenas y en las malas.

Te acompaña en tus inviernos
hace arder toda la escarcha;
con sus manos, mano amiga,
da cobijo a tus mañanas.

No se marcha en tus tormentas,
es un sólido paraguas;
no se asusta por los truenos,
todo en ella fluye calma.

La amistad que es de verdad
tiene limpia la mirada,
tiene abierto el corazón,
es un rayo de esperanza.

DE



España

María Jesús Velasco Gascón

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

En toda circunstancia

El amor es tan complejo,
y puedo decirte con certeza
que no te toco, pero te amo,
como amo el espejo en que te miras.

Mirando como ríes y te jueves,
mi corazón se levanta a escucharte,
a verte cuando bailas y presumes
de tus pasos que ponen ritmo.

Te amo intensamente y no te toco
solo dejo que mi imaginación,
viaje por tus poros y tus ideas,
para tocarte el alma que me atrae.

El amor no solo funciona si te toco,
Sino cuando veo que duermes,
Y te encuentras vulnerable pero libre,
como tu cabellera puesta a su antojo.

Que viva el amor que te profeso,
te amo en todas las circunstancias,
solo cambia la intensidad
cuando te tengo
sé, que mis besos
se riegan por tus poros.

Gracias a los amigos

Es impresionante, porque en la amistad
no existen las fronteras ni distancias,
se mezclan las costumbres y los ritmos,
y el abrazo es igual todo el tiempo.

La amistad esta desprovista de egoísmo,
el ego solo es una palabra sin medidas,
el amor es tan profundo, que el tiempo
no hace mella y te abrazan como siempre.

La amistad es signo de cuidado mutuo,
de consejos porque quieres ser productivo,
es el hombro donde a veces lloramos,
y la comprensión te abraza sin preguntas.

La amistad es la alegría de descubrir
lo que en el camino aparece sin pensarlo,
el apoyo que está presente a toda hora,
la lealtad sin importar
colores ni espacios sociales.

Gracias a los amigos que hicieron verdad,
las dudas que tuvimos en el trayecto,
el corazón tiene grabado las acciones,
de los amigos porque todo era armonía.

DE



Ecuador

René Fonseca Borja

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Caricias que viajan

Salen los sentimientos de amor,
inspirados en los sueños
que tenemos todos los días
y que deseamos hacer realidad,
sin interesar el tiempo y la distancia.

Mensajes se suceden a todo momento,
caricias que viajan provocando erizos,
imágenes y lindas
palabras adornan el viaje,
todo esto va consolidando
un verdadero amor sin tocar.

Laten los corazones en la distancia,
emocionados por las caricias lejanas
y las tiernas señales de acercamiento.

Besos que se abrazan en sus colores,
desde mundos que parecen distantes,
pero que están unidos en la vida.

Se dan la mano de luz,
y así se consolida lo que llamamos:
amar sin tocar.

Los caminos

Estudie todos los caminos de la vida.
En noches que han sido inolvidables
he tomado de la mano la hermosa luna.

Con mucha sabía he absorbido los rayos del sol,
y mis esplendidas manos
siempre han sabido mostrar cortesía.

Mis hombros con firmeza han cargado
las penas y las alegrías de la vida,
sin que claudicara su resistencia.

Cómo todo humano he transitado
caminos empedrados,
pero siempre he mantenido lealtad intacta.

Mi voz ha sabido acariciar la familia,
ha sido tambor que susurro sus cantos
y bailó con sinceridad junto al amigo.

Toda mi vida se ha resumido,
en la estrella que porta mi blanca cabellera.
He sido fiel al hombre que trabaja de sol a sol
y amasa con sus herramientas el tiempo,
hasta que llega el día de recoger la cosecha.

He sabido admirar la caída de la lluvia.
que acaricia al árbol florecido
para que entregue sus frutos.
Mi corazón siempre ha palpitado
por el amor querido.

Amo a la mujer como un ser hermoso,
que vino a la tierra para sonreír
y entregar todas sus energías
a la familia y a la sociedad.

Respeto la inspiración del poeta
que ama y moldea honradamente,
las piezas para crear el verso
que pinta su razón de ser,
por eso digo: aunque he transitado caminos
distantes, he mantenido lealtad latente.

DE



Cuba

Justo Felix Soris Méndez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Con la mirada te abrazo

Con la mirada te abrazo dulcemente,
amar sin tocarte es mi destino,
llevo tu nombre amor en mi mente
como cercanía te siento en mi camino.

Tu presencia es esencial como el amanecer
lleva esperanza
cuando se espera un nuevo día,
estás ahí y siento tu olor
en el alba, reamanecer
a tu lado como tu aurora me gustaría.

Soy el viento que acaricia tu rostro
la brisa que mueve tus cabellos
las olas del mar
que acarician tu cuerpo, nosotros
somos vida y fantasía de amores bellos.

La luz del sol baña tu piel con dulzura
como el calor ardiente porque que te amo.

La lluvia te da frescor y olor con mi ternura
cada vez que te pienso y te llamo.
Sin tocarte eres mío y no lo digo con albedrío
te confieso efímero no es mi amor,
luz del infinito es nuestro amor, confío
que nuestra unión se interna con fulgor.

Gotas de rocío se posan
sobre las hojas sin permiso
yo te conquisto con mis letras
y te robo el corazón,
cascadas caen al río parecen narcisos
blancos y sublimes de aroma con amor,
eres mi razón.

Mis suspiros son besos para tí
como flor de primavera de dulce aroma
florece y renacen en mí,
alma con inspiración de quién te ama.

Lealtad

El nombre de mi amigo es Lealtad
el que comparte alegría y tristeza conmigo,
me da su mano amiga de verdad
confío en su amistad es un verdadero amigo.

Amigo es quien alienta a seguir adelante
ante la adversidad te da esperanzas,
el que te muestra caminos positivos, ante
un día de sosiego y desesperanzas.

Amigo fiel es mi hermano y hermana
que me ama,
me abraza, me abriga, y me da consuelo,
cuando siento soledad dentro de mi alma
conoce mi felicidad y desconsuelo.

Amigo el que comparte y entrega
sin pedir nada a cambio es humildad,
está allí cuando es más fuerte la brega
su amistad es sincera de verdad.

Te equivocas, te corrige, es honestidad
es sincero, no te humilla,
y te trata con humildad,
te habla bonito como hijo y te da claridad
amigo es quien te dice la realidad.

Amigos fieles y leales se cuentan pocos
busquemos el amigo leal,
que te apoye como hermano tampoco
no abusar de la confianza, esto es mal.

Dar las gracias es estar presente
tener empatía es de amigos leales,
en tu vida nunca estaré ausente
seremos fieles a nuestros ideales.

Amistad es para toda la vida es lealtad
consideración, respeto, cariño y unión,
ni las riquezas se comparan
con gestos de acción
lazos sólidos que atan...
ésta es nuestra amistad.

DE



Venezuela

Cándida Rincones

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Eres mi sol

Eres la razón mis suspiros
mis silencios en mi soledad
tu voz es música que canta
en mi corazón que se alegra.

En tu sonrisa, despierta
mi amor estar contigo
cada instante a tu lado
el amor nuestro secreto.

Tu presencia es un faro de luz
el amor una danza divina
tus brazos mi refugio
melodías al viento susurra el eco.

El vecindario

La amistad es también amor
entre los vecinos del barrio
es el silencio interrumpe
se comienzan los diálogos
entre abrazos y sonrisas
sentimos nuestra compañía
como un hilo invisible
siempre estamos cerca
donde nuestro brazo un afecto
es la confianza de mutuo
de perdón con arrepentimiento
somos una familia de peces luminosos
en el vecindario somos colores
la sonrisa es música de alegría
de entrega comprensión y ternura
una danza eterna en el infinito.

DE



Francine Agudelo Díaz del Castillo

POEMAS Y LETRAS ETERNAS



Colombia

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Esencia en la distancia

Te siento cerca en la tibia distancia,
eres el soplo que cruza el cristal.

Llega tu vida con dulce fragancia,
como un suspiro de amor inmortal.

No es necesario el roce de pieles,
para que vibre por ti el corazón.

Bebo en tu ausencia los cálices fieles,
fuego sagrado de pura razón.

Miro tu sombra en la luz de la aurora,
toco tu alma sin manos de sal.

Eres el tiempo que el pecho devora,
paz absoluta, refugio vital.

Puente invisible que tiende el deseo,
hacia el espacio de tu soledad.

En el silencio tus pasos yo creo,
viva esperanza de la eternidad.

Amarte es verso que nunca termina,
puro destello de fe y devoción.

Tu resplandor mi sendero ilumina,
lejos del mundo y de la decepción.

Guardo el tesoro de tu pensamiento,
mientras aguardo el momento de ver.

Eres la vida, mi fiel sentimiento,
luz infinita de todo mi ser.

El lazo que no quiebra

El tiempo nos llevó por rumbos diferentes,
dejando atrás los días de infancia y de sol.

Hoy somos dos orillas de mares impacientes,
buscando cada uno su propio crisol.

Tu senda va hacia el norte,
la mía hacia el olvido,
distancias que se miden
con sombras de ansiedad.

Mas nada de lo nuestro se siente ya perdido,
si habita entre nosotros la luz de la verdad.

Crecimos como ramas de un árbol milenario,
que buscan en el cielo su espacio y su color.

Aunque el destino escriba un verso solitario,
nos une todavía la fuerza del honor.

No importa que los años marchiten el paisaje,
ni que el silencio imponga su ley de soledad.

Llevamos en el alma el mismo viejo equipaje:
un pacto inquebrantable de eterna lealtad.

Si el mundo te golpea
con mano de inclemente,
recuerda que mi mano contigo siempre está.

La fe de un buen amigo no sabe de corriente,
ni importa cuántas leguas el viento cruzará.

Caminos que se apartan,
promesas que se quedan,
estrellas que iluminan la misma oscuridad.

Aunque las vueltas
locas del mundo nos enredan,
seremos para siempre la voz de la amistad.

DE



Perú

Jesús Revatta Saravia

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Sueño de Amor

Siendo humilde campesino
de una muy fragante flor,
quise conquistar su amor
a la sombra de un harino,
y por causas del destino
mis halagos no escuchó,
quedando muy triste yo
me puse a soñar con ella,
y en el sueño la doncella
a mi amor correspondió.

Yo la tuve entre mis brazos
amándola con locura,
y de cariño y ternura
construimos un parnaso,
muy feliz en su regazo
me sentí del mundo el dueño,
besándola con empeño
mi pasión toda le dí,
pero después comprendí
que solamente fue un sueño.
un sueño de fantasía
que me transportó hasta el cielo,
porque me quedó el consuelo
sin tocarla la hice mía.

Amistad Eterna

Tengo un amigo sincero
que me brinda su amistad,
con muchísima humildad
con respeto y con esmero,
por eso decirles quiero
con grandioso frenesí,
que desde que lo conocí
cuando me Agobian las penas,
como la sangre en mis venas
él ha sido para mí.

Es como el sol en la aurora
como el aire al respirar,
su compañía es bienestar
con fragancia de la flora,
su saludo a cada hora
es símbolo de alegría,
y su trato cada día
me habla de su bondad,
porque sé que en su amistad
no existe la hipocresía.

Su amistad es el parnaso
en caídas y victorias,
en los triunfos me da glorias
y me alienta en mis fracasos,
unidos en fuertes lazos
sin mezquindad sin engaños,
escalamos mil peldaños
con propiedad se los digo,
de compartir con mi amigo
ya llevo cincuenta años.

Aunque vive en la ciudad
y yo en el área rural
de una manera cordial
intacta está la amistad,
por ser honesta y sincera
y practicar los valores,
les aseguro señores,
con la mejor actitud,
nuestra amistad es virtud
porque amigo no es cualquiera.

DE



Panamá

Virgilio Martínez Gordón

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Paso a paso

Te siento me sientes en la eternidad,
te amo me amas lo sentimos sin tocar,
este amor nos enseña más allá
nuestra energía,
somos dos seres de luz
que practicando sinergia,
es un amor que ha pasado
por tantas pruebas,
todas, una a una
al final todas las supera,
me sueñas, te sueño, reímos amamos,
somos compañeros desde antes
muy perseverantes.

Amar sin tocarte
es parte de este viaje,
amar sin tocarte,
sentirte y besarte,
en momentos inciertos
nocturnos distantes,
la incógnita desaparece
al sentirte en el pensamiento,
esa luz nos compenetra se revela
en sentimientos.

Yo te siento
mis emociones lo confiesan,
lo sensibilizo día a día
siendo un gran encuentro,
nunca vivido algo tan intenso
tus deseos anhelos yo los siento
hoy más que nunca comprendo
que hay mucho más...
un amor indomable
que vence paso a paso.

Amigos Leales

Por caminos distintos
la vida nos llevo,
por caminos inciertos
de cariño que no se doblega,
sabíamos que adelante
la vida sorprendería,
cantos plegarias
el rojo jilgero cantaría,
las llamadas atenciones,
cariños no faltaron,
la lealtad intacta
se guardo en el corazón,
amigos de por vida
somos muy felices,
profesionales
que a la vida sorprendieron,
en lo laboral
somos fuimos y seremos apoyo total,
somos equipo,
donde toque estar,
compañerismo, humildad, valores
sinceridad, amistad,
hay personas en la vida
que no se pueden olvidar,
son amigos, son familia
que viven en tu vida,
parte importante
que siempre tienen cabida,
muchas personas
por nuestras vida pasarán,
experiencias vivencias
por nuestra vida vivirá,
por ello hay que cuidar
y saber reconocer,
para que duradera sea esa amistad
leal siempre debe ser.

Deyanira García

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

DE



Guatemala

**El susurro invisible
que me esconde**

La distancia no significa nada
cuando el amor trasciende el alma,
se trata de un misterio
que te sorprenderá,
las estrellas brillantes
en la encrucijada.

El amor que siento por ti es infinito,
a los ojos del cielo,
un hecho controvertido,
tiene energía que emana del Universo,
la leal pureza de las flores
de todo el jardín.

Es un amor que no necesita presencia,
que de memoria, nunca se separen,
invadiendo sueños sin pedir permiso.

La rueda del silencio,
que nunca para,
en las líneas del tiempo
pertenecen eternas,
el susurro invisible
que me esconde.

**¡Estaba en el otro lado
del tiempo!**

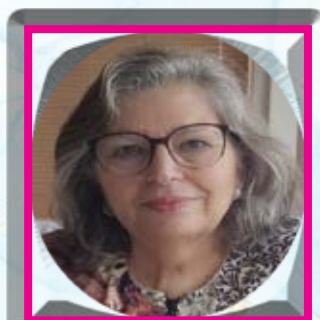
Fue en el otro lado del tiempo,
donde crecí en excelente libertad,
que la fuerza motriz de la amistad,
logré atravesar el largo túnel de viento.

A pesar del tiempo y la distancia,
amigos leales han sido bendiciones,
bendiciones hermanos mayores,
regalos de la infancia lejana.

Ellos envían hoyuelos
iluminados desde lejos,
copos de amor en abundancia,
tablas salvavidas cuando naufraga.

Con anhelo y reticencia,
los abrazos largos
no son perezosos,
pero la plenitud de brillo y elegancia.

DE



Portugal

María do Pilar Santos

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Cultivar la esencia

¡Cultivar la esencia!
nuestra fusión de almas,
es el sol que me despierta
cada mañana,
acariciando mi piel
con tu aroma embriagador.

¡Cultivar la esencia!
tu mirada cautivante,
se visualiza en el cristal
de mi corazón
y el brillo de tus pupilas,
abrazo mi espíritu.

¡Cultivar la esencia!
el eco de tu ser
vive en mi memoria,
siendo la melodía
danzante que acaricia,
mi piel en el recuerdo.

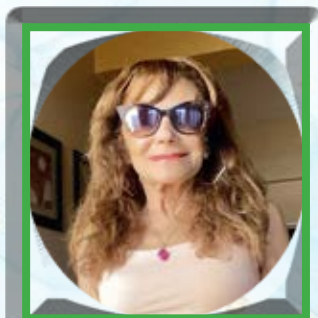
Espejo del Alma

¡Espejo del alma!
amistad, divino tesoro
nuestro lazo es incondicional,
no hay distancia que nos separe,
nuestra complicidad silenciosa
atraviesa mares tempestuosos.

¡Espejo del alma!
amistad, testigo de mi historia
nuestros lazos trascienden
el lenguaje sin palabras,
pues una simple mirada,
hilvana felicidad o tristeza.

¡Espejo del alma!
amistad, abrazo del corazón
es el refugio del alma,
bálsamo ante el dolor
y brisa suave de amor,
ante el arco iris de la vida.

DE



Argentina

Mónica Silvia Samaniego

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

La caricia del pensamiento

Te amo sin tocar, como brisa al pasar,
como luna que aprende a la noche a esperar.
Mi mano es recuerdo que no sabe llegar,
y tu nombre, un susurro difícil de callar.

Eres luz en la mente, incendio sin quemar,
fotografía tibia que no deja de hablar.
Mis latidos te piensan, te saben buscar,
en jardines de tiempo que no puedo pisar.

Te quiero en la ausencia que sabe abrazar,
como el mar a la estrella que no puede tocar.
Soy voz que te nombra para no naufragar,
soy fe suspendida aprendiendo a amar.

Amar sin mis dedos, sin llegar a rozar,
es beber de la lluvia que promete el mar.
Tu recuerdo camina, me sale a encontrar,
y en mis sueños tus pasos se dejan llevar.

Eres verso sin cuerpo, verdad sin lugar,
un latido lejano que insiste en sonar.
No te tengo en los brazos, te tengo en el altar
donde el alma se inclina para no olvidar.

Así te amo despacio, sin pedir, sin tomar,
como ama el silencio lo que no puede hablar.
Porque amar sin tocar también es jurar,
que al pensar tu existencia te vuelvo a crear.

Donde la distancia no manda

Caminos distintos dibujó el temporal,
pero quedó la lealtad como estrella central.
La distancia es un puente firme y leal,
donde cruzan los años sin miedo al final.

No importa el silencio ni el rumbo desigual,
la amistad es un faro constante y vital.
Aunque el mapa nos lleve por rutas sin señal,
tu nombre en mi pecho aprende a brillar.

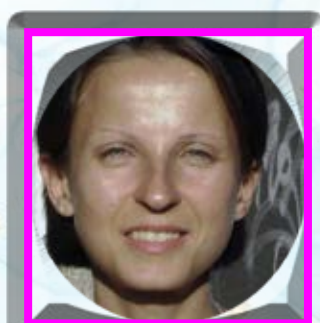
Eres voz que acompaña sin tiempo ni umbral,
compañía que vive sin verse igual.
La memoria es un hilo eterno y leal,
que cose nuestras risas en eco fraternal.

Si la vida nos cambia de puerto y de sal,
queda intacta la promesa esencial.
Amistad es semilla que aprende a brotar,
aun lejos del suelo que la vio germinar.

No caminas conmigo, caminas igual,
en la parte del alma que sabe cuidar.
Somos ríos distintos buscando el mar,
con la misma corriente de verdad.

Que el tiempo no rompa lo que supo amar,
ni la ausencia desate lo que quiso quedar.
Caminos distintos, lealtad sin final,
porque un amigo verdadero
siempre sabe estar.

DE



Polonia

Kasia Dominik

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

El amor

Amor eres cómo el cielo,
sólo te puedo ver
y no te puedo tocar
te puedo querer
pero no te puedo besar.

Vas creciendo como una flor
para el momento de tu entrega
vivo muriendo de amor
porque el momento nunca llega
te miro, te siento
como el viento soberano
y no te puedo acariciar
te escapabas como pájaros
de mis manos
sin poderte alcanzar.

Tus recuerdos me hacen vivir
y tu ausencia me hace llorar
no se si callar o sonreír
cuando no te puedo tocar.

Amor tan tierno y fragante
que me ha regalado Dios
te siento tan cerca y tan distante
por no estar juntos los dos.

La amistad

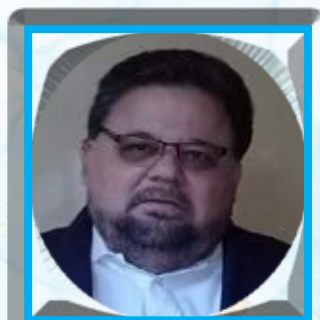
La amistad
es como el agua y la espuma,
que siempre avanzan juntas
en la misma dirección
hasta llegar a la a la orilla del mar.

Es como la gaviota
fiel y majestuosa en su andar
sobrevuela la costa
pero nunca abandona el amar.

Es un destello divino
que avanza con el tiempo
y se va tallando en el camino
sin poderse separar.

Es la mirada de dos mundos
que van dejando sus huellas
y al final pueden subir
hasta las estrellas.

RE



Rene Arturo Cruz Mayorga

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Amor mio

Como fue creciendo
entre el abrigo del tiempo
este subliminal y sutil sentimiento
de un gran amor,
que crece cada día
con sus detalles y motivos
es la luz que ilumina
este amor mio.

Sacudir el alma tejiendo sueños
dejando volar las esperanzas
en la Vorágine de mis empeños
las emociones su cúspide alcanzan
así sumando momentos
en la plenitud de años amando
donde anidaron feliz los tiempos
así divinos su amor despertando
amor mio que alegraste mi vida.

Entre la hidalguía de sentimientos
entre el fulgor de esencia de fantasía
abrigando en mi pecho ese
inmenso de hacerte mía
amor dame tu ternura
auroras del alma tomen su brillo
a mis ojos desnudas tu hermosura
entre el frenesí del amor mio.

Una mano fiel

Con esos misterios de cupido
penetro mi sentimiento especial
en mi corazón una amiga,
con el sentir sublime de amistad.

Una mano sincera y limpia
una compañía que de fuerzas
es como un hermoso cirio encendido
que hace feliz el nacer del día
con amor real y compartir intensos.

Es la mano cordial de un amigo
el filtro a mi compañía con la confianza
de la emoción que vivo
en las manos cariñosas
y francas de una verdadera amistad
poder en un abrazo sentir aliento
poder en una palabra encontrar
consuelo, poder vivir la sonrisa
de un sentimiento de amar lo
bello de una amistad.

DE



Nicaragua

Alejandro José Moncada Castillo

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Entre la respiración y la presencia

Hay amores que viven en la brecha,
donde el gesto no alcanza,
pero el alma tira lentamente.

Te siento en el silencio que respira,
desde la distancia aprende tu nombre,
como alguien que abraza
con el pensamiento
y hace calor sin piel.

No te voy a tocar y aún así.
Hay una reunión entera en marcha:
miradas que no puedes ver,
pero se reconocen a sí mismos.

Es una caricia colgando en el aire,
firme como una promesa susurrada,
donde querer no necesita manos
ser infinito.

Donde el vínculo permanece

Seguimos caminos que no se cruzan,
cada paso aprendiendo
un cielo diferente,
pero hay un hilo silencioso
que nos sostiene,
promesa que no conoce distancia.

El tiempo redibuja
mapas y voluntades
abre puertas
en direcciones improbables,
y aún así, en el camino,
llevamos los nombres
de los otros en refugio.

No es la presencia
constante lo que nos define,
sino una certeza firme que no falla:
somos un puerto
guardado en la memoria,
alianza que el mundo
no se dispersará.

Así, aunque la vida nos separe,
permanecer enteros lo que nos une
serena lealtad,
luz que no se apaga.

DE



Brasil

José Aderval Aragón

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

En el centro del corazón

En el centro del corazón te guardo,
vienen pensamientos de un tiempo
encantado, como caudal que jamás
se evapora, tu esencia dejante anclada.

Caminos trazamos con sueños realizados
recordando cada risa y cada mirada,
la historia de amor que forjamos, ahora
sin ti, los días se sienten vacíos.

Acariciando nuestro amor sin tocar
a través de los recuerdos en la memoria
que se mantienen con vida porque tu,
eres lo más bonito que universo regalo.

En cada latido, en cada canción,
te llevo guardo en el corazón
y en el alma, porque lo que toca
el alma jamás se olvida y tu mi amor
serás por siempre recordado.

Amiga

Nuestra amistad creció bajo el cielo
de un lindo despertar las risas
y la complicidad nos une,
qué haría sin ti amiga? si eres
el respaldo de mi vida .

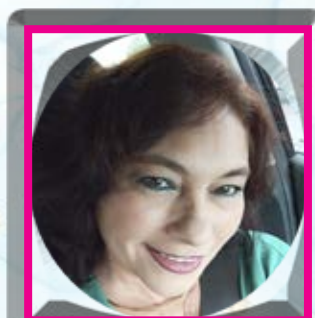
El fervor continuo que guía mis pasos
nos circunda el candor, cuando hay
nostalgia siempre estás a mi lado,
encontrando un fuerte abrazo.

Secretos del corazón los compartimos
nos damos consejo y nuestra amistad
se fortalece en una hermandad,
disfrutamos pero también lloramos.

Coleccionamos recuerdos a través
del tiempo que atesoramos, para
recordar en momentos difíciles,
tu y yo con la mano extendida
si es requerida.

Amigas del alma, de conexión eterna,
unidas por la fuerza del corazón que
aun en caminos distintos,
nuestra lealtad
esta intacta y en la distancia
se que estas ahí.

DE



México

Celina Vales

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Haikus de amor

Todo con amor
es mucho más bonito
y muy especial.

Qué tendrá el amor
para necesitarlo
todos los días.

Si falta el amor
no seremos los mismos.
El alma llora.

Vivir sin amor
es la mayor tristeza
de nuestras vidas.

Amor sincero,
amor correspondido,
amor eterno.

Haikus de amistad

Nuestros amigos
se parecen a versos,
buscan poesía.

Cuando la amistad
nos pide estar con ella
digamos que sí.

Un buen amigo
raramente hoy se ve
en las ciudades.

Es el amigo
parte de nuestra vida
y nuestros sueños.

Decir amigo
es compartir las cargas
que trae la vida.

RIE



España

Iván Parro Fernández

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Amor platónico

Te amo sin tocarte, en fuego detenido,
cautivo de un fulgor que no osa arder,
soy siervo de tu luz, callado y rendido,
bello es tu hechizo, cruel es no creer.

Mi amor es una flor sin tierra ni abrigo,
que crece en el aire, sin voz ni color,
late encadenado a tu nombre prohibido,
con temor al abismo, y del rechazo atroz.

Guardo mi anhelo como templo sellado,
donde reza el deseo sin nunca llegar,
soy preso del sueño que vive callado,
amarte en silencio es mi forma de amar.

Tus ojos: astros que no he de alcanzar,
mi esperanza se arrodilla sin pedir perdón,
esclavo del miedo que no deja hablar,
porque mi lengua muda, no tiene valor.

Amar sin tocarte es mi rito más puro,
como amar a un dios que no mira al mortal,
mi voz se hace sombra detrás del muro,
por miedo a perderte sin antes ganar.

Así se hace eterno el amor no vivido,
platónico templo de eterna prisión,
te amo en cadenas, dulce y herido,
libre en el alma, cautivo el corazón.

Distancia intacta

Late mi fe cuando cambia nuestro camino,
guarda su luz en promesa de leal verdad;
no hiere al alma la sombra del destino,
si el pacto vive sellado en intacta lealtad.

Cruzan los años sin romper el vínculo,
crece en silencio la voz del bello querer;
somos dos fuegos burlando el intervalo,
fieles al pulso profundo, en un solo ser.

La ausencia escribe con su lento lenguaje,
marcando en la piel la distancia en dolor;
mas no clausura desde su antiguo paraje,
cuando es eterno el latido de amor.

Tiende la noche velos en rito del olvido,
midiendo los pasos del tiempo más cruel;
pero el recuerdo jamás se da por vencido,
vela encendida del lazo verdadero y fiel.

Amor y amigo comparten la misma suerte,
beben del mismo caudal, pócima de igual luz;
ni aun si el mundo dialoga con la muerte,
no quebrará lo unido, ni la recta de la cruz.

Así, aunque el rumbo se torne tan distante,
vivirá invencible la misma y única razón;
dos corazones en pacto siempre constante,
no los separa jamás la distancia en unión.

DE



Ecuador

Fernando Saltos Molina

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Mi callado amor

No me canso de mirarte
en mí ha nacido este amor
no lo expreso por temor
callo, cuando quiero hablarte.

Mi pecho se desespera
es agónico vivir
sin podértelo decir
mi corazón se acelera.

Me conformo con mirarte
pensar en ti me desvela
mi alma se me desconsuela
porque no puedo tocarte.

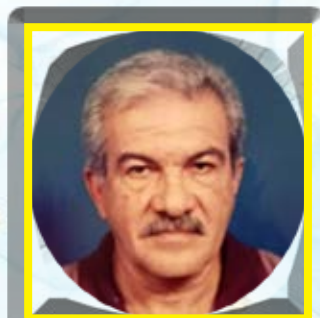
Un gran amigo

Entre los seres humanos
has sido tú, amigo mío
el que llenó el gran vacío
que dejaron mis hermanos.

Llegaste en aquel momento
cuando menos lo esperaba
cuando a mi alma taladraba
el dolor y el sufrimiento.

Un abrazo en la distancia
te brindo, mi gran amigo
siempre tuviste conmigo
tu lealtad y constancia

DE



Venezuela

Angel Marval

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Eres afortunado, amor

Eres afortunado, amor.
Mi gran sueño es amarte,
que me ames a tu manera,
con tus potencialidades,
recibir tu invitación con sensualidad,
descubrir tus lujurias escondidas,
que me hagas el amor,
en la desnudez de la libertad,
y yo mirarte con el alma,
sin pena hacer lo que deseemos,
disfrutar de tus sabores,
conocer tus olores
bailar en tu erotismo,
sentir tu cuerpo en mi cuerpo,
sin importar la flacidez,
flacidez divina,
porque me regalaste tus mares,
esos que me hacen feliz,
y atrevidamente sensual,
al pedir que me vuelvas a amar.

Sé, un día voy a convertir
mi sueño de amor,
en la más linda realidad,
me acurruco en tus palabras,
tus palabras de fuego,
te amo sin tocarte.

Ana, mi amiga

Ana es mi amiga,
hemos vivido naufragios y fiestas,
ella me acompaña en la distancia,
es mi hermana protectora,
su fidelidad toca el cielo.

Yo, su hermana, soy presencia viva,
en mi vida llevo tatuada,
historias sin fin,
bosques verdes,
tierras desérticas,
montañas heladas,
en todas las imágenes resplandeces,
las acciones teñidas de luciérnagas,
en abrazos virtuales,
en presencia necesaria
como píldora divina,
en los mensajes de vida,
está tu crecimiento humano,
tu hombro eterno
escucha mis dolores.

Eres piedra preciosa,
tu luz nace del alma,
deseo puedas con tus ojos restaurados
mirar a tu familia,
acá estoy yo,
si necesitas una guía,
tú y yo somos invencibles,
tú y yo somos amigas eternas.

DE



Cuba

Rosa María Aguilera Sánchez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Lejanía

Te envié un poema de amor
aunque de mí estés muy lejos,
para decirte cuanto te amo
expresarte mis sentimientos
aunque estemos tan lejos
yo te llevo en el corazón.

Tu eres mi refugio,
el amor que te tengo
es y será eterno
porque tu lo eres todo
mi único y gran amor
eres una gran ilusión.

Eres mi razón de existir
contigo quiero vivir
aunque estemos lejos
cierro los ojos y sueño
que estas a mi lado
y que nos amamos
con lujuria y pasión
en nuestro encuentros.

Que la distancia no nos separe
la excusa perfecta siendo
para unirnos siempre
con nuestro gran amor
atados por lazos invisibles
duraderos en el tiempo.

Amistad

Nuestra amistad
es leal y autentica
en la distancia surgida
en el tiempo mantenida.

De repente surgió
ha pasado tiempo
resistente en el tiempo
aunque estemos lejos.

El destino nos unió
amistad duradera
lo damos todo
tu y yo en la distancia
para siempre amigos
unidos por la lealtad.

Lealtad intacta
muy compacta
sin importar la distancia
que a los dos nos separa
como dos imanes
mutuamente se atraen.

Amistad sin condiciones
la que tú y yo tenemos
que de la nada surgió
en el tiempo afianzándose.

Caminos distintos
por la poesía unidos
caminando separados
con un gran compromiso
atados con un lazo
invisible y continuo.

DE



España

Angel Manuel García Álvarez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Amor más allá del tacto

Amarte significa habitar un instante eterno,
soñar con tu esencia suspendida en mis noches,
sentir tu presencia como brisa que me envuelve,
tu espíritu derramándose suave
en mis pensamientos.

No precisa rozar tu piel para cuidarte,
ni contacto alguno para resguardar tu ser,
amar sin tocar: arte que pocos comprenden,
claridades secretas que al silencio encienden.

Te envió mi fuerza por senderos de luz,
mi corazón paciente por tu regreso espera,
permanecer contigo aunque el destino nos separe,
lazo invencible que ni el tiempo quebranta.

Amar sin tocar: sostener tu esencia,
vivir en calma, plenitud y misterio,
amor que desafía todo límite posible,
más allá de lo evidente, más allá de lo esperado.

Amiga por toda la vida

Amiga querida,
desde los días de juventud temprana
hasta la madurez
que hoy nuestras huellas alcanza,
no han sido pocos años
los que el tiempo desgrana,
y aun así nuestra amistad
permanece firme en esperanza.
Me escuchas, me comprendes,
aconsejas con verdad,
y sabes detener mis pasos
cuando el rumbo no es seguro;
así, entre palabras francas
y gestos de lealtad,
hemos sostenido juntas cada desafío futuro.

Reímos compartiendo
la esperanza de los días,
también lloramos cuando
la vida golpeó de frente;
fuimos madres,
vimos crecer nuestras alegrías,
y nos dimos el hombro
cuando dolía el presente.

Caídas de amor, despedidas,
noches de incertidumbre,
todo lo atravesamos tomadas de la mano;
porque la amistad forjada en la costumbre
permanece firme al constante
paso de los años.

Caminos distintos podrá marcarnos el destino,
pero inseparables
seguirá latiendo nuestra historia;
amigas por la vida,
más allá de cualquier camino,
tú y yo, lealtad intacta escrita en la memoria.

DE



Panamá

Ruby Moreno

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Dibujos de Yaira de León Drummond





Yaira de León Drummond



Panamá

Los poetas malditos

Los poetas malditos no nacen para encajar. Llegan al mundo con una herida abierta en el pecho y una palabra temblando en la lengua. No buscan la aprobación ni el aplauso; escriben porque callar les sería mortal.

Se les llama malditos no por elección, sino porque su manera de sentir incomoda, desarma, rompe las formas establecidas y revela verdades que muchos prefieren no mirar.

Son poetas que viven en los márgenes, no solo de la literatura, sino de la sociedad misma.

Caminan entre la luz y la sombra, habitando territorios donde la belleza se mezcla con el dolor, donde el amor convive con la ruina, y donde la lucidez suele pagarse con soledad.

Su maldición no es sobrenatural: es humana. Es la condena de ver más, de sentir más, de no poder cerrar los ojos ante la injusticia, la hipocresía o el vacío existencial.

Se les llama malditos porque no respetan las normas del buen gusto ni de la moral cómoda. Porque escriben sobre lo prohibido, lo oscuro, lo que duele.

Porque se atreven a nombrar el deseo, la locura, la muerte, la adicción, el fracaso, el desencanto. Su poesía no adorna la realidad: la desnuda. Y en ese acto de desnudez, muchos se sienten amenazados.

Los poetas malditos suelen pagar un precio alto por su fidelidad a la verdad interior. Viven incomprendidos, rechazados, a veces ridiculizados o silenciados. Algunos mueren jóvenes, otros envejecen cargando cicatrices invisibles.

Muchos escriben desde la pobreza, el exilio, la enfermedad o la marginalidad. Pero incluso cuando todo les es arrebatado, conservan la palabra como último refugio y como arma.

Su poesía no busca consolar fácilmente. No promete finales felices ni redenciones simples. Transmite el temblor de existir, la fragilidad del ser humano frente al tiempo, el amor que salva y destruye, la angustia de no pertenecer.

En sus versos hay gritos ahogados, oraciones sin dios, preguntas sin respuesta. Pero también hay una belleza feroz, una intensidad que quema, una honestidad que ilumina incluso en la noche más densa.

Los poetas malditos enseñan que la poesía no es un lujo, sino una necesidad vital. Que escribir es una forma de resistencia. Que nombrar el dolor es el primer paso para no sucumbir a él.

Su voz representa a quienes no tienen voz, a los excluidos, a los rotos, a los que viven al borde del abismo emocional. A través de sus palabras, el sufrimiento individual se transforma en experiencia colectiva.

En la historia de la literatura, los poetas malditos cumplen un papel esencial: empujan los límites del lenguaje y del pensamiento. Rompen estructuras, inventan nuevas formas, abren caminos que otros recorrerán después.

Sin ellos, la poesía sería más cómoda, más

correcta, pero también más vacía. Son ellos quienes recuerdan que la poesía nació del canto ritual, del dolor compartido, del asombro y del miedo ante la existencia.

Aunque a menudo son rechazados en su tiempo, su obra sobrevive. Lo que fue incomprendido se vuelve necesario. Lo que fue escándalo se convierte en legado. Porque la verdad, aunque duela, termina encontrando su lugar. Los poetas malditos escriben para el futuro, para lectores que aún no saben que los necesitan.

No son héroes ni mártires por elección. Son seres humanos vulnerables que transforman su herida en lenguaje. Y en ese gesto, profundamente humano, salvan algo más que a sí mismos. Salvan la poesía de la superficialidad. Salvan la palabra de la mentira. Salvan la posibilidad de decir lo indecible.

Por eso, aunque se les llame malditos, en realidad son necesarios. Son la conciencia incómoda de la poesía. La sombra que permite ver la luz. El eco que permanece cuando el ruido del mundo se apaga. Y mientras exista alguien capaz de escribir desde la verdad, desde la herida y desde el amor imperfecto por la vida, los poetas malditos seguirán cantando —aunque sea desde el silencio.

Además, los poetas malditos no solo transforman su dolor en palabras, sino que también cuestionan profundamente el sentido mismo de la existencia y del arte. Su escritura actúa como un espejo incómodo en el que la sociedad se ve reflejada sin adornos ni máscaras.

A través de su voz, se desenmascaran las convenciones, se desafían los valores impuestos y se revela la fragilidad de aquello que muchos consideran estable o verdadero.

Estos poetas no buscan pertenecer a corrientes ni obedecer reglas literarias; su obra nace de una necesidad visceral, casi inevitable. En muchos casos, su lenguaje es fragmentado, intenso, cargado de símbolos y emociones extremas, porque así es también su forma de experimentar el mundo. No escriben para agradar, sino para expresar una verdad interna que, aunque incómoda, resulta imprescindible.

Su legado, a menudo incomprendido en su tiempo, adquiere con los años una fuerza renovada. Las generaciones futuras encuentran en sus versos una autenticidad que trasciende épocas y contextos. Así, los poetas malditos no solo rompen con su presente, sino que construyen un puente hacia el futuro, recordándonos que la poesía más valiosa es aquella que se atreve a decir lo que otros callan.



Kasia Dominik



Polonia

Que mal rollo ¿No?

Eugenio, al que todos llamábamos "el Kiwi", tenía un padecimiento: padecía de "catalepsia selectiva con tendencia al ronquido muy silencioso". De vez en cuando se quedaba como un palo (tieso todo él) y su pulso se marchaba de vacaciones a Groenlandia —que ahora esta de moda—; o sea, que se quedaba helado y alelado y tonto del to también. Los médicos, que andaban siempre con prisas, lo daban por finiquitado; palmas y asunto zanjado.

Hace dos años, el trece de junio de dos mil veinticuatro —día de mi cumpleaños, por eso no se me olvidará—, fue el último episodio que le dio tras una siesta profunda después de un atracón de fabada y vino. Su familia cometió el error de no pincharle con un tenedor en los pies para comprobar su estado, pues como todos sabemos eso es lo habitual. Así que, entre llantos, sándwiches, cafés, cervezas y flores, el Kiwi terminó a dos metros bajo tierra y suponemos que feliz, pues era su ilusión que cuando muriera se lo comieran los gusanos. Como él decía: «Tantas putadas les he hecho yo cuando voy a pescar, que justo es que ahora ellos me coman felices y contentos».

Cuando despertó el Kiwi, no gritó, miró hacia un lado y hacia el otro y vio que no estaba solo y comprendió que no debía de gritar porque es de mala educación despertar a los vecinos, aunque realmente lo que le impidió gritar era el terrible olor que allí había y le daba no se que abrir ni tan siquiera la boca.

—¿Eres el nuevo? —le preguntó una voz crujiente a la derecha, pues que sepas que los nuevos es costumbre de que paguen la primera cena cuando llegan.

Resulta que una parte del cementerio de La Almudena (a los bajos me refiero, de momento nos olvidaremos de la superficie), era en realidad un club social para catalépticos mal diagnosticados, pero eso solo era en una parte, el resto del cementerio era un batiburrillo. El Kiwi descubrió que en los fondos de dicho cementerio había un complejo de apartamentos turísticos tipo loft, pero que eran muy completitos, cocina, cuarto de baño, todo junto, sin tabiques ni nada, pero muy apaños, que el Kiwi se decía a sí mismo, claro, así luego nadie quiere volver allí arriba.

Todo esto conectados por túneles que los gusanos mantenían limpios a cambio de algo de comida. El Kiwi se adaptó casi de maravilla (le faltaba su fabada y su vino), porque dos calles más abajo dormían unos amigos suyos: un tal tontín que así le llamaban (vaya usted a saber por qué, muy listo no debía de ser), y Fanegas Junior, (Fanegas es una expresión coloquial española que dice que la persona esta gorda u obesa, o sea sobrepeso notable) Estos dos estaban allí por un atracón de gachas y zarajos.

Allí pasaron los días y los meses haciendo lo normal en esos casos, jugar a las cartas, al bingo, noches de karaoke donde el Kiwi mostraba sus dotes de cantautor de tangos: que es un soplo la vida,

que veinte años no es nada, que febril la mirada...

Efectivamente, veinte años no es nada cuando tienes la temperatura corporal de un lagarto en invierno. Sin embargo, el progreso decidió llamar a la puerta de este gran club social. Arriba, en la superficie, el ayuntamiento decidió que el cementerio era el lugar ideal para construir unos apartamentos de lujo: sitio tranquilo y con vistas a un hermoso vergel...o a lo que quedara del camposanto, claro, el cementerio estaba en un sitio céntrico, buena comunicación, vamos, la milla de oro madrileña, oportunidad clara para hacer negocio y los muertos, pues muertos están.

Un día, de repente, una pala de acero de dimensiones gigantescas rompió el túnel principal y todos catalépticos mal diagnosticados corriendo por los pasillos de dicho club. La luz entraba a raudales. El Kiwi, tontín y Fanegas Junior se pusieron a gritar:

—¡Eh! ¡Que hay gente aquí abajo!

En la superficie, Félix, un obrero que solo quería que diera la hora para irse a comer su bocadillo de tortilla, se asomó al foso abierto por la maquina excavadora y lo que vio le heló la sangre, el bocadillo de tortilla salto por los aires: salían tres tíos con barba larga y blanca, cubiertos de musgo y rodeados de mariposas nocturnas.

—¡Buenos días! —saludaron los tres amigos al obrero—. Oiga, ¿ha bajado ya el precio de los pisos y de la gasolina o nos bajamos un ratito más? Félix batió el récord mundial de triple salto. Sus compañeros no tardaron en seguirle, dejando atrás palas, cascos y excavadoras como si hubiesen visto al mismo diablo.

El Tontín, el Fanegas Junior y el Kiwi salieron con alguna dificultad del agujero y, mirando a su alrededor, vieron coches y patinetes eléctricos silenciosos; todo el mundo hablaba solo con unas cosas raras en las orejas. —Pues qué queréis que os diga, chicos —dijo Fanegas Junior, rascándose una oreja donde vivía una familia de grillos, creo que la humanidad ha empeorado bastante el sentido del humor. Míralos como corren. ¡Eh, vosotros! ¡Os dejáis el bocata! ¡No corráis, que solo queremos saber si estos apartamentos van a tener piscina!

Y así, el Kiwi, Fanegas junior y Tontín volvieron a la superficie. No para asustar, aunque hubo alguien que no lo entendió bien y se asustó.

En cuanto arreglaron unos asuntos pendientes con la familia y celebraron una comida a base de fabada, gachas y zarajos se dispusieron a reclamar el cobro del atraso de las pensiones con sus correspondientes subidas y de paso a enseñarnos a todos que la muerte es solo un malentendido de una cierta larga duración. ¡Puñetero malentendido!



Antonio Gómez Espericueta



España

Los libros olvidados

Hoy sacudí mi librero, en una caja olvidada estaba el libro de García Márquez "Cien años de Soledad" que por alguna razón no termine de leer, y así desempolvando las cosas de la caja encontré otros libros que tuvieron la misma suerte que el de García Márquez.

Sentí que se me estrujaba el corazón, cuando en su momento los adquirí, sentía una gran emoción que me hacía querer leerlos, al verlos! me parecía que me miraban con sus letras, moviendo la cabeza de un lado para otro, haciéndome guiños de nostalgia por haberlos olvidado.

Cuántos caminos hubiésemos recorrido juntos, en sus bellas lecturas, y me hubiese sumergido en fantásticas historias, no es que quiera agradecerles por retomar su lectura que al encontrarlos ,es tan fantástico contemplarlos, que se me vuelven irresistibles, en su lectura.

Es un imán que me atrae, me hace inmiscuirme en la magia de sus letras, la fascinación de los escritores al plasmar cada palabra al decorarla con misterio y fantasía, que al leerlos se descubren universos nuevos, cargados de historias, sin tener comparación.

Mis libros olvidados son portales que se abren a misteriosas aventuras donde puedo volar con libertad, cruzar mares, océanos o partir al universo hacia mundos desconocidos, donde la ficción se vuelve en mi mente realidad.

Los libros de poemas de Octavio Paz, me sumergen en mares de emociones encontradas y el libro de Juan Rulfo del Llano en Llamas me hace sentir la nostalgia de los pueblos de antaño, inmiscuirme en las historias magistralmente contadas, es tener un tesoro, mis libros olvidados, al desempolvar cada uno de ellos, es volverlos a ver, nuevamente sonreír, como si me dijeran "anda recorramos nuevamente juntos las historias ya contadas" "sube a las nubes y vuela libre por el viento, en globo aerostático, o en unicornio de colores, cabalga por mundos fantásticos, de aventura irresistibles" "No nos olvides en esa caja, antes que nuestras páginas se marchiten, o acaben desprendiéndose y se vuelvan polvo en la oscuridad del silencio".



México

Silvestre, Pimienta y Peluche

Primero fue mi gato Silvestre, a quien le gustaban las cosquillitas en la pancita, recostado junto a mi, patas arriba,dejaba que le hiciera cosquillitas en la pancita, luego de un rato se iba despacio y de un salto llegaba al tejado buscando el sol.

Un día desapareció para siempre primero pensé que se había enamorado de alguna gata de algún vecino, en vano lo llame por las tardes para que viniera a comer lo llamé tantas veces pero el solo desapareció.

Nunca se enteró que lo espere noches y días con gran desesperación, amaba tanto sus guiños, su nariz rosada asomando entre los bigotes blancos, sus grandes ojos verde azules, su pelaje negro con manchas blancas y sus fuertes patas como botas de Santa Claus.

¡Cómo lo extrañe!, ¡pero ya nunca volvió!

Ah pero mi perra Paloma dió a luz a unos bellos cachorritos, Pimienta y Peluche, Paloma una perrita de pelaje color de perla muy cariñosa.

Pimienta es una cachorrita traviesa y juguetona de pelaje negro y manchas café, cuando la regaño porque arranca las hojas de las plantas, se tira patas arriba, piensa que juego con ella y como me da tanta ternura le hago cosquillitas en la pancita, la muy ladina me enternece y me ha robado el corazón, al igual que Peluche, llamado así porque todo el es un Peluche, e igual que Pimienta lo regaño por cortar las hojas de las plantas y se tira patas arriba piensa que juego con el y ansioso espera las cosquillitas en la pancita, ¡es una ternura!

Los amo tanto a los dos, parecen bebés dándose a querer...

Su amor es tan real, puro y sincero.

Solo me queda hacerles cosquillitas en la pancita y amarlos con todo el corazón.



María Concepción Rodríguez de León

Adara en Villa Encantada



Isabel Gómez Rabaza



España



Adara deja la gran ciudad para comenzar una nueva vida en Villa Encantada. Lo que parece un simple cambio de domicilio pronto se convierte en una aventura inesperada. En el pueblo conoce a tres niños tan brillantes y especiales como ella. Juntos fundan El Club Esmeralda. Cada uno posee un anillo con una esmeralda que potencia su don único. Ese poder les permite ver una luz en el interior de las personas. La luz cambia de color según sus intenciones y emociones. Gracias a esta habilidad, pueden descubrir verdades ocultas. Pronto comprenden que su talento no es casualidad. Hay misterios en Villa Encantada que necesitan ser resueltos. La amistad, la lealtad y la empatía serán sus mayores fortalezas. Cada reto pondrá a prueba su inteligencia y su unión. La historia combina misterio, aventura y valores. Es una invitación a descubrir que todos tenemos algo extraordinario dentro. Una novela que celebra el talento infantil y el poder de creer en uno mismo.

Compra el libro aquí: <https://amzn.eu/d/gCchvJa>

Entrevista Exclusiva

Dr. Dr. H.C. Multidisc. Miguel Leonardo Gamarra Quiroz

Presidente Fundador de la Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura. FEMALPC.

- Profesional peruano, asesor universitario.
- Escritor, poeta, declamador, orador, conciliador extrajudicial e investigador científico.
- Activista social comprometido con la justicia, la igualdad y la paz.
- Embajador Internacional para la Paz, la Justicia, el Arte y la Cultura ante la ONU.
- Embajador para la Paz de la Federación Universal de la Paz (UPF Perú).
- Doctor de Doctores Honoris Causa (Colegio de Investigación y Enseñanza del Perú).
- Artista Nacional en Rentoca, Perú, y Artista Internacional por UN-IFAL.
- Mensajero de la Paz de la Organización Mundial de Derechos Humanos.
- Reconocido por la Presidencia del Congreso de la República del Perú (2024).
- Presidente Fundador de la Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura (FEMALPC).



Para comenzar, quisiéramos conocer al ser humano detrás de la institución: ¿de dónde es originario y en qué lugar reside actualmente?

Soy del Perú, natural de la ciudad de Ferreñafe, una tierra con profundas raíces culturales y una identidad histórica muy valiosa dentro de nuestro país. Actualmente resido en la capital, Lima, donde me encuentro viviendo por motivos de salud de mi menor hija, Lea.

A pesar de ello, continúo desarrollando con mucho compromiso mi labor institucional, trabajando diariamente en la coordinación de proyectos culturales, literarios y educativos con representantes y aliados de distintos países del mundo.

Su trayectoria refleja una sólida preparación. ¿Cuál ha sido su formación académica y qué áreas del conocimiento han influido en su camino dentro de las artes, la educación y la cultura?

Mi formación ha estado vinculada a diversas áreas del conocimiento, especialmente aquellas relacionadas con las ciencias jurídicas, las humanidades, la educación y la gestión cultural. A lo largo de los años he complementado mi preparación académica con estudios, investigaciones y experiencias internacionales que me han permitido comprender la importancia del arte, la literatura y la educación como herramientas de transformación social.

Estas disciplinas no solo enriquecen el conocimiento humano, sino que también construyen puentes de diálogo, paz y cooperación entre los pueblos.

Trayectoria y Visión del Presidente Fundador La Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura (FEMALPC) es hoy una organización de alcance internacional. ¿Cómo nació la idea de crear esta federación y qué visión lo inspiró a fundarla?

La idea de crear la FEMALPC nació de una profunda reflexión sobre la necesidad de contar con un espacio verdaderamente internacional donde el arte, la literatura, la educación y la cultura pudieran integrarse como motores de desarrollo humano y de construcción de paz. Durante años observé que existían grandes talentos en diferentes países, pero muchas veces carecían de una plataforma que los conectara y les permitiera proyectar su trabajo a nivel global.

Fue así que el 15 de marzo de 2025 fundé la Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura – FEMALPC, con la visión de crear una red internacional de cooperación cultural, académica y humanista que promueva el talento, el conocimiento, el diálogo intercultural y los valores de paz entre las naciones.

La expansión de la FEMALPC ha sido notable. ¿Cuántas sedes conforman actualmente la federación y en qué países tiene presencia?

En un periodo relativamente corto, la federación ha logrado una expansión significativa gracias al

compromiso de sus miembros. Actualmente la FEMALPC cuenta con más de 25 sedes internacionales y alianzas culturales con alrededor de 170 instituciones y organizaciones en distintos países de América, Europa y otras regiones.

Esta red internacional continúa creciendo, integrando a escritores, artistas, académicos, educadores y gestores culturales que comparten nuestra visión de fortalecer la cultura y el conocimiento como pilares del desarrollo global.

Toda organización internacional se sostiene sobre principios claros. ¿Cuáles son las normas o lineamientos fundamentales que rigen el funcionamiento de la FEMALPC?

La FEMALPC se rige por principios fundamentales que orientan su labor institucional. Entre ellos destacan:

- La promoción de la paz y la cultura universal.
- El respeto a la diversidad cultural y al diálogo intercultural.
- La meritocracia en los reconocimientos académicos y culturales.
- La cooperación internacional entre instituciones y creadores.
- La ética, la transparencia y el compromiso con el desarrollo humano.

Estos lineamientos permiten que nuestra federación mantenga un trabajo serio, responsable y coherente con su misión internacional.

¿Cómo se inició usted en el arte, la cultura o el ámbito académico?

Mi inicio no fue casual, fue una convicción interior. Desde muy joven comprendí que el arte no es solo expresión estética, sino una herramienta de transformación social. La cultura y la formación académica se convirtieron en mi camino natural, porque entendí que educar es sembrar futuro y que la cultura dignifica al ser humano.

¿Hubo algún momento que marcara el despertar de su vocación?

Sí. Hubo experiencias donde vi talento sin oportunidades, líderes sin plataformas y jóvenes con sueños sin guía. Ese contraste despertó en mí la responsabilidad de crear espacios formativos con estructura, ética y visión internacional.

¿Qué necesidades observó en el entorno cultural o educativo?

Observé dispersión, falta de articulación institucional y ausencia de reconocimiento meritocrático serio. Había grandes artistas, académicos y gestores culturales, pero sin una federación que los integrara, acreditara y proyectara globalmente.

¿Qué aprendizajes fueron fundamentales para construir la visión institucional?

Aprendí que una institución no puede sostenerse solo en entusiasmo; necesita estructura, normativa clara, alianzas estratégicas y principios inquebrantables. También comprendí que el lide-

razgo debe ser firme, pero profundamente humano.

¿Qué valores personales influyeron directamente en la federación?

Disciplina, mérito, ética, servicio, lealtad institucional y visión global. Estos valores no solo inspiran la filosofía de la federación, sino que estructuran su funcionamiento.

Cuando soñó con esta organización, ¿imaginó el impacto actual?

Soñé en grande, pero el impacto logrado ha superado incluso mis proyecciones iniciales. Ver sedes, alianzas y reconocimiento internacional es la confirmación de que cuando el propósito es genuino, el crecimiento es inevitable.

Sobre el aniversario y la misión institucional Logros más trascendentales

La consolidación de nuestras sedes internacionales, la articulación con instituciones académicas y culturales, y el fortalecimiento del sistema de reconocimientos meritocráticos, entre ellos el Doctor Honoris Causa otorgado con rigurosidad académica.

Evolución de la misión y visión

Nuestra misión se ha fortalecido: hoy no solo promovemos cultura y formación, sino que impulsamos liderazgo global con impacto social. La visión evolucionó hacia una estructura federativa internacional con proyección diplomática cultural.

Impacto en la formación de miembros

Hemos generado espacios de capacitación, reconocimiento y proyección internacional. Nuestros miembros no solo reciben títulos honoríficos; se integran a una red activa de liderazgo cultural y académico.

¿Qué nos diferencia?

Nos diferencia la meritocracia real, la estructura organizativa sólida, la proyección internacional y la articulación entre cultura, academia y liderazgo social. No somos un club simbólico; somos una federación con normativa, evaluación y visión estratégica.

Sobre crecimiento y proyección Mayores desafíos superados

La formalización estructural, el fortalecimiento jurídico y la consolidación de alianzas internacionales. Todo crecimiento verdadero enfrenta resistencia; nosotros la transformamos en fortalecimiento institucional.

Proyectos estratégicos actuales

Expansión de nuevas sedes internacionales, fortalecimiento del consejo académico, digitalización institucional y desarrollo de programas formativos de alto nivel.

Visión a cinco y diez años

Visualizo a la federación posicionada como referente internacional en liderazgo cultural y académico, con mayor presencia continental y alianzas multilaterales.

Papel de las sedes y aliados

Son el pilar territorial de la federación. Sin sedes activas y aliados estratégicos, no hay expansión sostenible. Ellos representan nuestra presencia viva en cada país.

Mensaje a quienes desean integrarse

Les digo que esta federación es para quienes creen en el mérito, el servicio y la excelencia.

Aquí no se improvisa; se construye con compromiso.

Sobre liderazgo y fundación

¿Quiénes iniciaron este proyecto?

Este proyecto nació con un pequeño equipo visionario que creyó en la posibilidad de una federación internacional sólida. Fueron líderes comprometidos con la cultura, la formación y el trabajo institucional disciplinado.

Momento decisivo en la consolidación

El punto decisivo fue la formalización de nuestras primeras alianzas internacionales y la consolidación de nuestras primeras sedes oficiales. Ahí entendimos que el sueño se convertía en estructura real.

Valores innegociables

Ética, meritocracia, respeto institucional, lealtad a la misión y disciplina organizativa.

¿Cómo define su liderazgo?

Un liderazgo estratégico, estructurado y profundamente humanista. Liderar no es imponer; es construir visión colectiva con dirección clara.

Pregunta de cierre

En este aniversario, ¿qué mensaje desea compartir?

A todos nuestros miembros, aliados, directivos y colaboradores: gracias por crear, por trabajar y por sostener esta visión. La historia de la federación no es la historia de una persona, sino de una comunidad comprometida con la cultura, la formación y el liderazgo con propósito.

Este aniversario no es solo celebración; es reafirmación de compromiso. Seguiremos creciendo, fortaleciendo nuestras sedes y elevando el estándar institucional.

Porque cuando la cultura se organiza con visión, se convierte en legado.

Recuerden, FEMALPC más que una familia, somos el presente que transforma y el futuro que creamos juntos.

Ruby Moreno

Esculturas de Rixo



Mujer campesina



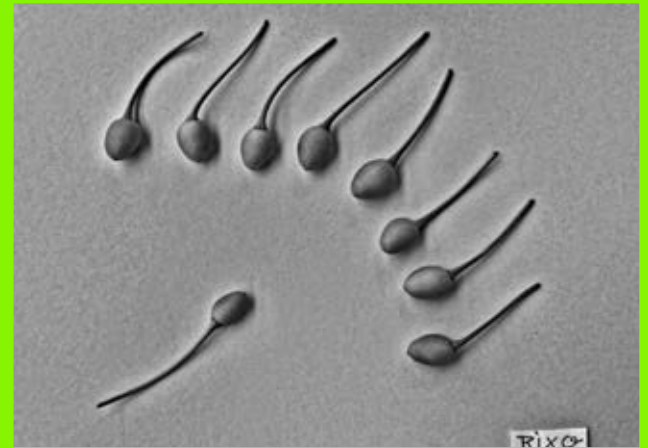
Fuego, fuego



Cansado de autosuficiencia



El caracol



Depredadores acosando a su presa



La danza nupcial de las cigüeñas



El cartero de Ozero



Recolección de la castaña



Instinto de supervivencia



El lapicero del carpintero



El bosque



Cuerpo sin alma



Templario en posición de guardia



El frejolpez de tierra seca



Pájaro hoja, pió pió



Rixo



España

DINÁMICA 78

ESCRIBIR LA PAZ COMO ELECCIÓN DIARIA

El espacio Dinámicas y Premiaciones de Poesías y Frases Bonitas invita

VIERNES DE NOSTALGIA

— DINÁMICA 78 —

“Escribir la paz como elección diaria”

 Inicio: Lunes 23 hasta el sábado 28 de febrero de 2026

 Hora de cierre: 11:59 p.m. (hora Panamá)

 **Requisitos de participación**

- Extensión mínima: 14 versos, máxima: 30 versos
- Uso obligatorio de tropos literarios
- Publicar dentro del horario establecido.

 **Formato de publicación**

- Viernes de Nostalgia
- Dinámica 78
- Tema: *Escribir la paz como elección diaria*
- Autor
- País
- Título del poema
- Colocar el flyer oficial de la dinámica y su fotografía

Que cada palabra sea un acto de paz.

Invita:
Fundadora: Ruby Moreno

Administradores:
• Ruth Moreira de Méndez
• Ely Balderas
• Raúl Umbo Castillo



**La paz no se espera:
se elige cada día y se escribe
con los actos del corazón**

Olor a esperanza

Puedo sentir el olor de la esperanza
que se llega en puntillas y me abraza.

Es la luz de un futuro que amanece,
pero quema como el fuego de una brasa,
Intactos quedan en mi mente los recuerdos,
de una juventud feliz y eso me alcanza,
para esperar que vengan días de bonanza.

Primaveras de colores intensos, y de otoños,
que sus hojas me llueven por la espalda.

De inviernos con soles que calientan
cuando inhalo y sujetan cual bufanda.

El verano me salpica con la espuma
de un mar abrumador con sal que atrapa.

Es la vida que me renueva la piel y la esperanza.
De ver que el hombre no es tan malo
y tiene brillo en la mirada.

Yo doy gracias a DIOS por estar viva
y tener aún intacta la confianza.
De que un día la paz será posible;
porque caerá de nuestro corazón la vil coraza.

DE



Argentina

Libia Beatriz Carciofetti

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Emblema

Somos una carta abierta
en la que llevamos escritas
palabras como la paz
entre la libertad de ellas
somos rayos de sol radiante
vistos por todos los que nos rodean
donde somos un bello reflejo
de nuestro comportamiento diaria
espejo público de la mirada de todos
para así ser mensajeros de la paz
cuando el cambio comienza
dentro de nosotros mismos
dejando de lado el silencio
cómo una disculpa del dolor ajeno
donde esperan la empatía
cómo una muestra de solidaridad
para así poder cambiar la mentalidad
y la opinión de aquellos
segadora por el egoísmo
la paz cómo elección diaria
que difícil lección de aprender
y mucho más de llevar a la práctica
si por un momento todos
nos unimos en una sola voz
por una misma causa
para así llamar la atención
del poder de los que nos gobiernan
somos el pueblo
los que haríamos cumplir
este bello derecho fundamental
para todos los que habitamos

esta hermosa y encantadora tierra
una sola bandera muy en alto
un solo himno en voz muy alta
defendamos con sabiduría
no con las armas
este mandato divino
porque jamás dejaremos de luchar
por la paz para este mundo.

DE



Colombia

Luis Alfonso Ramos Enriquez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

El poder de la paz

La paz no es un sueño lejano,
es elección de cada instante,
es el pan que se da al hermano,
es el eco fiel y constante.

La paz es lo que necesitas,
la paz es lo que necesito,
una fuerza que nos resucita,
un lazo fuerte, pequeño y bendito.

La paz es la diaria semilla
que en el alma se debe sembrar,
una luz que siempre brilla
y nos invita a caminar.

La paz significa respeto,
es tolerancia y saber callar,
es tender un puente, un viaducto,
y aprender a perdonar.

No es un manto de teorías,
ni promesas de un cuento vano;
es el fruto de nuestros días,
es la obra de nuestra mano.

La paz es la voz sincera,
la ausencia de disfraz en la palabra,
la acción humilde y verdadera
que de nuestra conciencia se labra.

Cuando escuchas con empatía
al que piensa de otra manera,
la paz nos guía, nos ansía,
y nos vuelve una sola bandera.

Convivencia es el espejo
donde se mira el amor,
un caminar parejo
con derechos y deber en flor.

DE



Cuba

Azael Díaz Hernández

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Lumbre en la oscuridad

Día de infinita paz, el viento
lleva el polen calmando el
sosiego de una turbulencia
entre flores, divina claridad
que rompe cadenas de libertad,
tejiendo en el alma latidos de
un efímero tiempo dando lumbre
al torbellino gris.

Escribamos el dulce cántico
que alumbra la razón de una
memoria con reflejo de dignidad,
llevando en cada cadena
el derecho de una paz convirtiendo
los días en un regazo de amor,
dádiva que pinta las paredes del
alma con colores de pureza.

Viento eleva grito de esperanza,
recoge la voz que pregonar la
paz en el caminar diario de aquellos
poetas que escriben saboreando
el clamor diario de una calma, elevando
semblanzas de armonioso amor,
superando los días donde se cosecha
romance de acertada elección.

DE



Ecuador

Ruth Moreira de Méndez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Alas

Hay paz, estoy segura,
en el lago recóndito del verso,
en el corazón que llora en silencio,
en el grito amargo del desespero,
en la mirada ingenua del miedo.

La Paz busca en el recóndito mapa,
en la sangre que aflora en el suelo,
en esa flor única del desierto
que crece peinando la ortiga del viento.

Es ingrato creer que vende y compra,
tal vez llegue el susurro que negocia,
caiga la máscara del interés, vea
el ojo cálido y sabio de la prudencia.

Quiero creer en el hombre bueno,
la piel libre lima asperezas,
ser social que ofrece la mano,
crecen alas que, benditas, vuelan.

DE



España

Claudia Ballester Grifo

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Paz en asonancia de armonía

Asonancia pacífica belleza de estribillo
resonancia de tranquilidad se determina
la compasión en armonía ha sido pretendida
la animación resuena como dentro de la fuente
viaje entrelazado de persistencia
umbral de mortalidad más allá de lo sostenido
la luz de la paz en cascada estará cubierta
esencia de lenguaje, paz forordain.

El resplandor de versos ha estado en peregrinación
notas de paz volando, revelan homenaje
a los corazones anhelando, buscando expresase
avistamiento profundo del cielo norte en el escenario
perfeccionando el camino de la creación de personaje
espejo reflejo tranquilo como imagen después
paz sin tinieblas, luz ha sido imagen
más allá de la luz, más allá de los sueños effleurage.

DE



Filipinas

Joel Aparecio Bernasor

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Por la paz del mundo

Te escribo, te pienso, te anhelo, te vivo
como una elección diaria, como un latido constante
como el aire que respiro, como el agua que bebo
así te necesito, diario, en cada instante.

Voy sembrando esperanza, en tierra fértil
en corazones, mentes, y en tu esencia
semillero de emociones, que hace conciencia
y en lo cotidiano, me sostengo en tu atril
letra a letra, verso a verso con pasiones
sembremos paz en nuestros corazones
en cada estrella de nuestro universo
hacia un mundo donde la paz sea el rumbo
paz, te anhelo, te vivo, te siento en cada latido
en cada corazón, en cada hermano
como tu casa, te guardamos como nido
juntos oremos, tendamos la mano
por la paz del mundo, como único sentido.

DE



México

Caritino Maldonado Guzmán

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Paz, en mi universo

Veo el lienzo de mi alma,
brillante como el ornato
que alumbra cada amanecer.

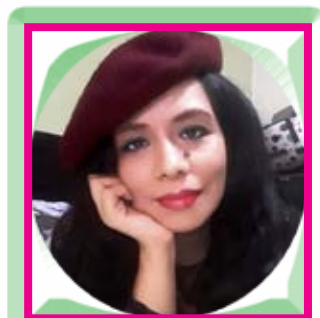
Camino cerca a mí memoria
un río de cristal se aproxima,
un respiro profundo cae sobre
el lecho de mis mañanas.

Ha nacido las epistolos de mi
vida, un mar de calma entre
mis orillas, florece lo que toca
todo mí ser, elevó mis oraciones
y me regocijo en la divinidad.

Míl historias a tropel del tiempo,
un blanco vuelo avanza en el
candil del viejo pensamiento,
me abraza la dorada esencia del amor.

Paz en mí universo, mis fuentes
se hicieron invencibles, una nota
del cálido viento entre mis mejillas
que ha secado la luna, mis sonrisas
son verdaderas, como la felicidad
que habita en toda mi alma.

DE



Perú

Yuly Gómez Vilchez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Un requisito

La paz es un requisito
para vivir en la tierra
no quiero vivir en guerras
en este mundo bendito
hoy le pedí a San Benito
y a los angeles en el cielo
que protejan este suelo
y lo mantengan bonito
que brille cuál lucerito
y que la paz sea su suerte
para que jamás la muerte
nos traslade al infinito
dejando este paraíso
sin paz y sin armonía
y siga la tiranía
de los seres enfermizos
viva la paz pido a gritos
y humildad en el ser humano
que todos seamos hermanos
fueron los deseos de Cristo
ante Dios pido permiso
para mantener la paz
no debe existir maldad
para aquel que maldad hizo.

DE



Venezuela

Nemesio Galindo

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Bajo el mismo azul

Que la paz nos habite por dentro
y desde el alma abrace al universo.
Amemos la paz como se ama la lluvia
cuando besa la sed antigua de la tierra.

Que florezca en cada esquina del mundo
como un árbol sin fronteras ni banderas.
Que la paz sea trigo compartido,
pan tibio en las manos del hambriento.

Que cruce mares sin pedir permiso
y abrace idiomas, credos y silencios.
Que desarme al odio con ternura,
que apague la furia con su aliento.
Que cure cicatrices invisibles
y siembre esperanza en los desiertos.

Que ningún niño aprenda la guerra,
que ningún cielo retumbe en miedo.
Que el color de la piel sea canto
y no motivo de destierro.

Que la tierra respire tranquila,
sin humo gris cubriendo su pecho.
Que el agua corra limpia y libre
como un pacto eterno y sincero.

Amar la paz es cuidar la vida,
es mirarnos sin recelo.
Es entender que somos uno
bajo el mismo azul del cielo.

DE



Cuba

Eneida Herrera Rodríguez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

El susurro que se clama en el silencio

La paz es un derecho pero nadie lo quiere entender,
un sueño y un anhelo, que brota a flor de piel,
un susurro que se clama en el silencio,
que los niños no sean tocados por la guerra,
ni sus risas sean silenciadas por la violencia.

Que sus ojos no vean la destrucción
y el dolor que sus hermanos atraviesan,
que sus corazones no se llenen de miedo, temor y rencor,
que sus sueños no sean interrumpidos por el ruido de las armas,
que su infancia no sea robada por la locura de la guerra,
si no que su risa se escuche a los cuatro vientos.

Que la paz sea su herencia, su derecho y su voz,
que la esperanza sea su guía, su refugio y su luz,
que la inocencia sea su escudo, su protección y su paz,
que la niñez sea un tiempo de amor, de juego y de paz,
y la pregunta es, Por qué ellos tienen que llorar?.

Clamo con el corazón en las manos,
que los niños no sean soldados, no sean víctimas,
que no sean obligados a crecer demasiado rápido,
que no sean privados de su infancia, de su sonrisa y su juego,
que sean protegidos, amados y cuidados, como debe ser.

Ni los niños, ni ninguna persona
deben ser sometidos a la guerrera,
si a través del diálogo
podemos solucionar cualquier conflicto y ser amigos,
pongamos todos un granito de arena,
para consolidar la paz.

DE



Colombia

Mareyde Cecilia García Martínez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

La vida

La paz interior de uno mismo
es una gran sensación
te eleva el espíritu y el interior
es saludable y muy necesario.

Es como en las alturas volar
sentirse en el aire flotar
viendo la vida pasar en armonía
consiguiendo el necesario bienestar.

La paz interior es magia
que todo lo transforma
en un mundo sin igual
lleno de paz y armonía.

Que mundo hemos creado
nos exige un sacrificio diario
viviendo la vida al minuto
cautivos siempre del reloj.

Sin tiempo para nosotros
sin apenas poder respirar,
una vida de locos
llevamos todas las personas.

De vez en cuando
hay que poner freno
nuestra vida mirando
para poner la paz interior.

Reflexionando sobre la vida
preguntándonos a nosotros
¿realmente merece la pena
esta vida de infarto que llevamos?.

DE



España

Angel Manuel García Álvarez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Mi paz

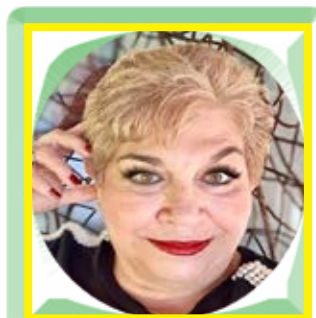
Yo elijo La Paz del alma
cada vez que me levanto,
así conozco la calma
y con entusiasmo canto.

La elijo cuando hace ruido
que aprisiona el pensamiento,
pues no soporto el sonido
que interrumpe mi momento.

Siempre pienso en el mañana,
con los rayos luminosos,
mirar desde la ventana
esos cielos majestuosos.

El silencio yo conservo
sin herir los sentimientos,
las palabras me reservo
buscando paz en los vientos.

DE



México

María de Jesús Ríos

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

La paz que decidí vivir

Ahora tomaré la decisión de vivir en paz,
de sembrar sus raíces y crecer en luz,
porque no importa cuán mal se ponga la vida,
cuán duro sea mi destino, ni lo que suceda,
llevaré mi voz con el dolor en mi boca,
hablaré al sufrimiento y dejaré atrás su sombra transitoria,
aunque el tiempo continúe implacable en su avance.
La paz no es un objeto, ni viene envuelta en papel de regalo;
no trae sellos ni palomas anunciando su llegada;
no viene intacta, como una flor eterna y perfecta,
se forma paso a paso pero lentamente,
cuando el perdón tiene lugar con el alma en la mano.
Como alguien que abre una puerta al día con claridad,
aprendo a desatar viejas iras de mis propios huesos,
dejar que el perdón respire libremente
y gobierne sobre la piel
que una vez tuvo todo para sufrir sobre ella.
Intento escribir al borde de mi humanidad,
con tinta hecha de fe, resiliencia, coraje
y humanidad latiendo allí entre mis palabras,
con mis heridas y con las antiguas turbulencias
convertidas en luz cada vez.
Mientras el mundo grita miedo, elijo la esperanza:
ser el refugio para el alma cansada,
para aquellos que necesitan apoyo y consuelo,
para mujeres, niños, hombres y ancianos
unidos en el amor a la humanidad.
Porque la paz comienza con las pequeñas cosas:
hacer el bien sin buscar aplausos en cada acto humilde
que honra la vida en una victoria triunfante y levantarse de ella.
Y esta es mi paz mientras me deslizo por las horas,
y el amor como testigo fiel del viaje;
y la armonía con mi mundo
mientras finalmente abrazo la paz al elegir encarnarla en mi vida.
"Elegí la paz como camino y la poesía como voz."

Ruby Moreno

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

DE

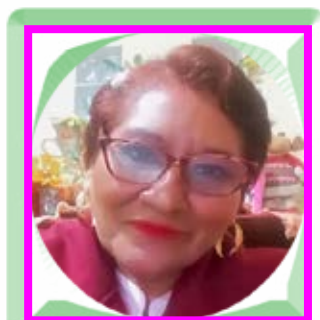


Panamá

Manifiesto de paz

Elijo la paz como mi verdad,
sin tinte de hipocresía.
Elijo la paz como decisión diaria,
no como consigna vacía,
sino como camino de vida,
como fuente de equidad,
como el faro que me guía.
Elijo la paz como ley y como doctrina,
porque quiero ver silenciada la inquina.
Elijo la paz en mis palabras,
para no herir con la lengua
ni sembrar encono donde
puede crecer la flor de la armonía.
Elijo la paz en mis versos,
para cantar la dignidad de los pueblos,
la ternura de los niños,
y honrar la memoria de quienes soñaron
un mundo más justo y humano.
Rechazo la guerra hambreadora que destruye hogares,
la violencia que oscurece la razón
y lanza el veneno de la discordia
entre los habitantes del planeta.
Proclamo la paz como norma y como bandera,
como baluarte del espíritu humano,
como grata compañera
en la ciudad fraterna de los seres humanos.
Porque donde habita la paz,
la vida florece,
la justicia respira,
los hombres se reconocen como hermanos
y la felicidad sonrío en girasoles nuevos.

DE



Perú

Edith Elvira Colqui Rojas

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

El pan de cada aurora

Me levanto y decido que mi lengua no sea espada,
que el filo de los juicios se oxide en el olvido,
porque la paz no es un viento que llega sin llamada,
es un árbol robusto que en el pecho hemos nutrido.

Hoy elijo que mi voz sea una caricia de seda,
un bálsamo que saca las espinas del camino;
prefiero ser el agua que en la herida se queda,
lavando las cenizas de un ayer tan repentino.

Es una guerra mansa contra el odio y su rugido,
un combate de flores frente al muro del rencor;
es ver cómo el perdón, cual gigante renacido,
abraza las montañas con un manto de esplendor.

No espero que el destino me regale su sonrisa,
yo fabrico la calma con mis manos de alfarera;
soy el fuego que entibia, no la llama que se eriza,
soy la orilla constante que al cansado siempre espera.

Escribo la concordia como quien siembra el trigo,
con la fe de que el hambre de justicia se termine;
que no existan distancias entre el extraño y el amigo,
mientras el sol del alma los errores ilumine.

Es mi elección diaria, mi bautismo, mi sustento,
beber de la armonía aunque el trueno esté presente;
ser un puerto seguro en la furia del momento
y llevar la bandera de la vida ante la gente.

DE



Venezuela

Rosita Blanca Piñero Fernández

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Elijo la paz

Vivir en paz, es el anhelo de todos,
como las aves en su vuelo
que despiertan los esteros
Sueños de un hombre con
alegría, cuando todo
era una algarabía.

El coraje de la paz, lo llevamos
muy adentro,
buscando lo mejor siempre,
en el momento presente.

Empieza por ti no importa
la ocasión, es la fuerza
llevas en tu interior
empatía demuestras
en cada situación
escribir la Paz como elección
diaria, es el anhelo del hombre,
frente a mundo disconforme.

Donde nada vale y se compra
la honra, se sigue adelante
en esta vida errante
elijo mi paz la busco en mi interior,
la disfruto como aquella canción
comienzo de nuevo, sin ningún
problema respiro suspiro y
vuelvo de nuevo.

DE



Venezuela

Adalee Moreno Montenegro

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Florece la paz del día

La paz bendita amanece en mi aurora,
dulce canto de armonía en mi día,
me hechiza el eco del ave cantora,
que entona sonatas de mi fantasía.

La paz me abraza en mi soledad callada,
la elijo y me lleva a la hermosa tranquilidad,
sueños de tu cara adornan mi morada,
y siento que me embriaga la felicidad.

La paz inunda mi alma en libertad,
solo la habita la brisa del viento,
cuando me trae tu canto en la inmensidad,
y me abraza con tu sentimiento.

No diré que la paz la necesito,
para vivir con dulzor, luz y ensueño,
mi corazón late de lamento si me agito,
él sabe que solo tú eres su dueño.

Elijo la paz conmigo en mi silencio atronador,
si me perturba el ruido me alejo,
en paz puedo dar la pasión de mi amor,
y si me amas como un diamante me reflejo.

PE



España

Isabel Hernández

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

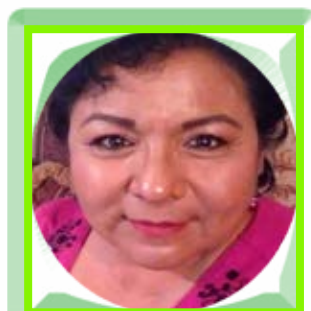
Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Viva la paz en nuestro corazón

Escribir la paz
cómo elección diaria,
que el amor se convierta
en armonía,
que la alegría sea nuestra sintonía,
qué reine la paz en nuestras casa,
que el respeto así a los padres nunca deje de ser,
que la bondad
y la hermandad viva
siempre en nuestros pueblos,
que nos apoyemos unos a otros,
unidos con humildad y sencillez,
eso es lo que hace grande
al ser humano,
que la paz llegué a las Naciones,
cuidemos de nuestros niños con amor,
y a los adultos mayores con dulzor,
paz en la tierra a los hombres de buena voluntad.

DE



México

Ely Balderas

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Abrazando a la vida

En la vida, nada me complace más,
Que sentirme totalmente relajado,
Si algún hecho me tuviera angustiado,
lo eludo y decido convivir en paz;
amanezco, abrazando a la vida,
con un viento que acaricia mi piel,
todo endulzo con cucharadas de miel,
pues permiten curar viejas heridas.

La quietud de la mañana me seduce,
el trinar de las aves me enamora,
mientras al sol lo precede la aurora,
en un día que tranquilo y calmo luce.

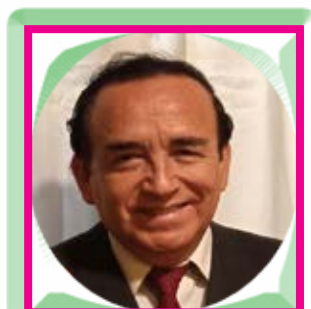
Cómo el prado que con su verde manto,
cuál alfombra bordada con bellas flores,
cada una con exquisitos colores,
que incrementa su calidez y su encanto.

Luego llega el silencio de la noche,
la luna surge como un faro de luz,
a lo lejos ruge el motor de un autobús,
más la calma pudo más que algún reproche.

La armonía con la naturaleza es mi decisión,
respetando el equilibrio de las cosas,
la paz y la vida siempre es valiosa,
el vivir siempre en paz es mi elección.

Abrazo a la vida y no me canso,
la paz y la vida , un gran tesoro,
tenerlas es más preciada que el oro,
sólo trata de encontrar un buen remanso.

DE



Perú

Luis Alberto Sifuentes Salas

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Elijo la paz y no el estrés

Elijo la paz... no el estrés,
la alegría... no la tristeza,
disfrutaré hoy la belleza
sin pensar en el después
¿que va a pasar en un mes?
no tengo total certeza
¿por qué caer en la torpeza
y estar viviendo al revés?
voy a ser feliz ahora
solo este tiempo presente
viviendo muy plenamente
y en forma motivadora
¿para qué adelantar horas
y aturdirme así la mente
de una forma aterradora
si eso no es inteligente?
¿voy a matarme yo mismo
viendo muy mal mi futuro
pensando sin optimismo
y golpeándome tan duro?
si aún nada es seguro
¿por qué infligirme tormento?
disfrutaré el aire puro
y renunciaré al tormento.

DE



Venezuela

Alexander José Villarroel Salazar

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Cuna de la paz

Aprender a vivir en paz como uso rutinario, que empiece en el hogar, y sea una asignatura escolar que aleja el odio, la maldad y abuso.

Con modales y buena ortografía el respeto y la comunicación forman alianza en el día a día y se crea una buena formación.

Así, todo empieza dentro del ser, cuando el amor es tu prioridad.

Se abren umbrales de un amanecer vibrante, de un color de humanidad.

La paz abre un camino universal, y cuando aras valores con pasión, creas ese nuevo mundo ideal que nace dentro de tu corazón.

DE



España

Casi Medina Madueño

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Fotos de José Ventura Menéndez González



Desde el Cuerno de la Mora
atardecer sobre valle de Laciana



Eras del Montigreiro nevadas



Pozo María Caboalles



Cima del Montigreiro



Macizo de las Ubiñas
desde el Campo



Atardecer sobre valle de Laciana
Pico el Miro de Tejedo



Muxiven Lumajo



Los Castillines
Macizo de Ubiña



Laguna de Sulvayu
Piedrafita de Babia



Cascada de Lumajo



Macizo de Ubiña



Animales pastando
fondo pico Chimbreras



Atardecer de Babia
Al fondo El Cuetonidio



José Ventura
Menéndez González



España



Camino al pico Chimbreras

FEMALPC

Primera Competencia Mundial de Doctorados Honoris Causa

OFFICIAL INVITATION

The World Federation of Arts, Literature, Education, Peace, and Culture (FEMALPC) is honored to extend a distinguished invitation to writers, poets, artists, cultural managers from around the world, and anyone who wishes to participate in the:

FIRST WORLD COMPETITION FOR HONORARY DOCTORATE DEGREES

The Categories are:

- ◆ In Culture: with an emphasis on Historical Work
- ◆ In Peace, with an emphasis on Youth Leadership
- ◆ In Peace
- ◆ In Humanities, with an emphasis on Community Work
- ◆ In Human Rights
- ◆ In Literature: with an emphasis on Poetry
- ◆ In Literature: with an emphasis on Narrative
- ◆ In Literature: with an emphasis on Literary Research
- ◆ In Scientific Research
- ◆ In Visual Arts, with an emphasis on Painting
- ◆ In Fine Arts, with an emphasis on Dance
- ◆ In Fine Arts, with an emphasis on Singing
- ◆ In Fine Arts, with an emphasis on Performing Arts

Competition Period:
February 1 to 28, 2026

You are cordially invited to be part of this historic event.
Because honor is not given: it is earned through work, integrity, and perseverance.

INVITACIÓN OFICIAL

La Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura (FEMALPC) se honra en extender una distinguida invitación a escritores, poetas, artistas, gestores culturales del mundo, y todo el que desee participar en la:

PRIMERA COMPETENCIA MUNDIAL DE DISTINCIONES DE DOCTORADOS HONORIS CAUSA

Las Categorías son:

- ◆ En Cultura: con énfasis en Trabajo Histórico
- ◆ En la Paz, con énfasis en Liderazgo Juvenil
- ◆ En la Paz
- ◆ En Humanidades, con énfasis en Trabajo Comunitario
- ◆ En Derechos Humanos
- ◆ En Literatura: con énfasis en Poesía
- ◆ En Literatura: con énfasis en Narrativa
- ◆ En Literatura: con énfasis en Investigación Literaria
- ◆ En Investigación Científica
- ◆ En Artes Plásticas, con énfasis en Pintura
- ◆ En Bellas Artes, con énfasis en Danzas
- ◆ En Bellas Artes, con énfasis en Canto
- ◆ En Bellas Artes, con énfasis en Artes Escénicas

Periodo de la competencia:
Del 1 al 28 de febrero de 2026

Sean cordialmente bienvenidos a formar parte de este acontecimiento histórico.
Porque el honor no se concede: se conquista con obra, coherencia y perseverancia.



El trigo de los relámpagos

El orbe es un naufragio de ceniza
donde el silencio muerde la esperanza
bajo la sombra que el dolor graniza
pierde el destino su antigua confianza.

La estrofa es un relámpago de trigo
que al hambre de los hombres alimenta
si el mundo se convierte en enemigo
solo la poesía calma la tormenta.

Un verso es el escudo de diamante
que muerde el lodo de la guerra oscura
es una rosa brava y vigilante
que ante el invierno ofrece su armadura.

La pluma es un cincel sobre el olvido
que busca el manantial en la sequía
si el tiempo por el odio es sacudido
se planta el árbol de la poesía.

El canto es un galope de luceros
que cruza el muro de la noche umbría
cuando se apagan todos los jilgueros
la rima enciende el alma todavía.

La idea es un volcán de nieve pura
que baña el pecho de la tierra herida
si el miedo nos impone su clausura
el verso es la ventana de la vida.

Jamás podrá borrarse la luz escrita
en este altar de tinta y de memoria
la voz de la palabra no se quita
grita al universo su gran victoria.

RE



Venezuela

Maricela Durán Lugo

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Vigilia de poesía

Cuando todo cruje,
como hueso añoso al morir el día,
la poesía nace.
Descose su germen de cielo,
se arrodilla sobre un suelo que tiembla,
se retuerce entre escombros
y grita.

Aprende a decir "nosotros"
aun con su voz llena de polvo,
que no se ahueca.

Cada trance
respira hondo en la fisura del pecho,
sin calendario,
firmando decretos de horror sobre la piel.

Allí, la poesía
aguza el oído en silencio,
desangra a estocadas
y traduce el pavor
en lengua que late.

La noche camina descalza por las calles:
en sus pasos, hambre y frío,
ojos gastados
de tanto mirar y no ver
crepúsculo alguno.

Y la poesía la rastrea,
la increpa de frente,
le arranca la máscara de sable
a fuerza de insistir,
porque su blandura
es un altar de quimera y coraje.

DE



Paraguay

Felicita Arenas Valenzuela

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

La poesía es resiliencia

Versos desnudos vuelan libres
han abandonado la dorada jaula,
cesan momentos perturbadores
al romper sus trajes opresores.

La poesía se ha recuperado,
a la perturbación ha vencido
y la verdad es su estandarte
ha superado tiempos adversos.

Quisieron vestirla de mentiras
y sus alas cortaron por miedo,
rompió sus oscuras vestiduras
y sus alas crecieron de nuevo.

Vuela libre y vestida de verdad
gritando consignas de amor,
florece la esperanza en el alma
y su voz murmura versos de paz.

Ya no está sometida al secreto,
sus sentimientos son revelados,
ya venció al miedo y a la mentira
perfumada de resiliencia brilla.



RE



Colombia

Isbelia Sarmiento Morales

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

The birth of poetry
El nacimiento de la poesía

Something stirs within the night—
bitter, plaintive.

It rises from a heart on fire,
burning with fever.

From sweat-damp fingers,
from eyes caught in a storm.

Stolen glances
at the edge of a blank page,
in the margin, in the dream.

A secret labour hidden in a drawer,
beneath piles of notes,
faded notebooks—
comfort on starless nights.

Something wondrous
is happening tonight.

And though I hesitate
to say it aloud,
on this night, poetry is born.

Algo se agita en la noche,
amargo, quejumbroso.

Surge de un corazón en llamas,
ardiente de fiebre.

De dedos húmedos de sudor,
de ojos atrapados en la tormenta.

Miradas robadas
al borde de una página en blanco,
en el margen, en el sueño.

Una labor secreta escondida
en un cajón,
bajo montones de notas,
cuadernos descoloridos:
consuelo en noches sin estrellas.

Algo maravilloso está sucediendo
esta noche.

Y aunque dudo en decirlo en voz alta,
en esta noche nace la poesía.

DE



Grecia

Anna Mavroidi

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

El lenguaje de lo cotidiano

I

Gotas de pesares caen sobre los días
golpeando con su resonancia,
la memoria.

Un mutismo colectivo esclaviza las calles
zurciendo la lengua de sus hijos
con hilos roídos e invisibles.

II

La cotidianidad tiene voz:
habla de la ausencia.
De los espejismos habituales
en un mundo que no se detiene.

De la ignorancia, que arrogante se pasea
y se mofa con descaro
de la hambruna y del dolor.

De los monstruos que desde casa acechan
arrancando los sueños de niñas y mujeres
y se esconden, entre la pulcra sociedad
—escoria de raza.

III

Del instinto que preside y no escucha.

¿Qué nos está sucediendo?

¿Qué motiva este reino de
inconsciencia?

¿Acaso somos una especie destinada a la
autodestrucción?

¿Hay alguna manera de detener tal barbarie?

¿Es posible una medicina?

¿Dónde están los ojos?

¿Dónde está la voz de la poesía?

¿Dónde la sabiduría, que no entendemos hoy?

*"La misión del poeta
no es salvar al hombre
sino salvar al mundo: nombrarlo".
Octavio Paz*

HE



México

Jenny Villarreal Casarrubias

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

De alma libre y fugaz

Bebí del néctar más amargo,
en aires de melancolía.
Cuando la traición tocó a mi puerta,
fuente de abrojos y pértiga lagrimal,
caudal en lluvia a la luz de mis ojos.

Probé el sabor de la nostalgia,
salobre al borde de una lágrima;
gris e insípida luz de luna
agrietando suelos en la madrugada.
Liban las quimeras,
azul de cielo sin palabras.

Sumergí el ser de mis pesadas cruces
en dolor, soledad y desamor;
caprichos que un día la vida desordenó,
dejándome apenas el eco
en triste fango de alucinación.

Para luego articular sueños de ilusión,
sonreírle a la vida,
restaurar cada partícula de sombra
y encender la luz que mitiga desilusiones.
Crear, creer que soy
una entre mil razones.

Salir erguida desde los escombros,
susurrar el día a día,
descalza ante la lluvia de la fantasía,
a sorbos de café y lectura del camino
hacia el siguiente paso a recorrer.

Donde crece la ilusión de ser,
cultivando esperanzas peldaño a peldaño,
con espíritu fiel.
Amor y paz de alma libre y fugaz
para un atardecer de acuerdos felices:
la poesía en tiempo de crisis.

DE



Ecuador

Zobeida Elizabeth García Villamar

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

**La poesía en los tiempos de luz y oscuridad,
de incertidumbre y esperanza**

I

¿Está en crisis la poesía?

¡No!

La poesía asume la crisis como suya.

¡La sociedad humana está enferma!

infestada moralmente;

empeora y solloza.

II

Como un temible cáncer moral

que ataca las raíces de la conciencia,

cuál sociedad desarticulada

sin brújula ética,

alienta su propio suicidio

axiológico sin inmutarse.

III

Sus muertos

aún respiran y caminan,

rodeados de una atmósfera

gris y siniestra.

La corrupción

sea enquistado en la sociedad

y en el poder del estado

en sus más altas esferas.

IV

Cuando la deshumanización se diseminó

y el mercantilismo los desarmó,

sus valores destruidos sin esperanza,

¡El amor del mundo se enfrió!

V

La luz en el abismo

parpadea en el caos,

cargando la soledad

de sus propios huesos,

marchan millones de puños levantados,

en las calles protestando,

reclamando, rogando.

VI

¡Con la impotencia de revertir

la vida contra la muerte!

La sociedad humana más

que una crisis tangible

es moral y anula su lucha.

VII

¡Con sus gritos de dolor!

¡Sus intestinos crujientes!

Con sus minutos estrangulados

y sus sueños truncados! ¡Arremeten!

VIII

¿Por qué el placer

se convierte en dolor?

¿Por qué el hombre

muchas veces se rinde?

Su historia inconclusa.

¡Ay, su mundo hecho pedazos!

¡He aquí la poesía y el hombre!

IX

¡He aquí, cuando un relámpago de luz

cruza el horizonte!

La poesía interpela la conciencia

sobre la existencia

y la condición del hombre.

X

Es la crisis axiológica

que nos arrebató los valores,

dejándonos impregnado

de profundas heridas sociales.

XI

No estamos solos

en esta desolada aldea global,

¡La poesía es luz en medio

de una ciénaga sombría y real,

llena el vacío con sus versos

de consuelo auroral.

XII

Cuando todas las puertas se cierran,

la poesía es la llave mágica,

deseada y existencial;

Ya no cuestiona, abraza,

consuela, besa con dignidad.

que se abre pasos

hacia la paz y la fraternidad,

¡Hacia la vida!

¡Camino hacia la inmortalidad!.

DE



Jorge Alberto Espinoza Quezada

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**



Perú

Luz en el abismo

En el hondo silencio de la crisis profunda,
el tiempo se detiene entre grises sombras,
y la vida incierta teje con hilos de nostalgia,
y la fe se quiebra en el umbral de la duda.

Y en la crisis oscura la sombra se cierne;
la poesía emerge como un grito de libertad,
como el eco de esperanza en la tempestad,
como un suave susurró que clama piedad.

En el silencio, donde la crisis se desborda,
la palabra poética es jardín de lluvia y sol,
donde florecen los sueños de gloria y vida,
y es sendero hacia la resiliencia y control.

La poesía no solo nombra la crisis y dolor,
sino que la cuestiona con furia y pasión;
es grito que rompe el silencio y opresión.
es el llamado a la acción y transformación.

En tiempo de crisis, la poesía es el abrigo,
donde el alma encuentra su casa, su nido,
es el faro que ilumina el camino incierto;
y nos dice que no estamos solos, es cierto.

Poesía es canto de fe y esperanza clara,
para un mundo más justo que ampara.
Es bello amanecer, es día, es sol radiante,
y en el alma resuena su voz constante.

La poesía es verbo que late late y crece,
es la acción pura que construye y fluye;
resuena en el silencio de los que esperan,
y en el corazón de los que se atreven a ser.

FE



Colombia

Haminton Morales Cano

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

El espectro de la resiliencia

En el centro de un cuarto blanco solitario
donde el silencio es un lienzo de lo cierto,
la mente se rinde en un invierno pacífico
en la busca de un alivio de la depresión.

El blanco es la causa de una perdición
la pausa necesaria de viejas heridas,
limpiando los restos de una era desolada
para dar paso a una nueva logoterapia.
De pronto el destello de azul me visita
serenidad mística que calma el murmullo,
la crisis se amansa entre las tormentas
solo el pensamiento tiene su sanación.

Brotan los tallos de una esperanza verde,
la cura de una venganza fantasiosa,
crecimiento interno que el alma encuentra
cuando el equilibrio se vuelve en una guía.

Un amarillo solar baña los muros
despierta los instintos de la alegría,
se disipa el miedo y existe la visión
la primavera se hace una realidad.

Culmina el proceso de una rosa cálida
la autocompasión que florece del suceso,
ya no hay más vacío dentro de la mente
porque llego el hospital de las alegrías.



RE



México

Jorge Luis Contreras Carlon

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Sentencia contra el mundo

I

Destinos marchitos,
predeterminados
antes de una nueva vida.

Ojos que se apagaron
demasiado pronto,
como velas a la intemperie
en la noche más oscura y fría.

Perversos sin elección,
lugares polvorientos
donde alguna vez anidó el amor.

Hay quienes terminan buscando
entre el fango y la sombra
algo de consuelo,
abrigo y compasión,
pues no todos los hombres
tienen la posibilidad
de redención y confesión.

No todos los malos son malos,
y no todos los buenos, buenos.
Tantos corazones afligidos,
heridos y agrietados,
paralizados en el tiempo,
cuyas memorias gritan
incontenibles e inconmensurables
infiernos, agonías.
La decadencia en todos lados,
la injusticia igual,
sin importar dónde
o quién sea.

II

El caos avanza
como una gran mancha negra
que irrumpe, impacta
y se erige con fuerza;
y como plaga, la desidia se enraíza
y se perpetúa
entre torcidos secretos
y pieles ovejeras
de quienes proclaman
solo amor, justicia,
una utopía dulce y mentirosa.

HE



Perú

Ernesto Suito Sánchez

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Quería un varón

"Es una niña", pronunció el doctor,
y se quebró en mi pecho la ilusión mayor.

Soñaba con un hijo que alzara mi estirpe,
un varón fuerte, herencia que inspire.

Mas la vida, sabia, cambió mi destino,
me entregó hijas, ternura y camino.

Al principio, silencio, un leve pesar,
más pronto sus ojos me hicieron soñar.

Sus manos pequeñas, su voz melodiosa,
llenaron mi mundo de gracia preciosa.

Trenzar sus cabellos, escuchar su canción,
fue mi nueva escuela, mi revelación.

Yo quería un varón, figura esperada,
pero ellas llegaron, mi senda colmada.

Con dulzura invencible me conquistaron,
con amor infinito me transformaron.

Hoy sé que no fue azar ni frontera,
fue la vida mostrando su verdad sincera:
que el amor no tiene género ni condición,
y mis hijas son mi más noble bendición.

RE



Perú

Miguel Leonardo Gamarra Quiroz

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Arquitectas de paz en tiempos de ruptura

Nadie anunció el quiebre.

No hubo sirenas ni discursos. Solo un día el dinero empezó a rendir menos, los turnos se redujeron y las conversaciones en las casas se volvieron cortas, medidas, como si cada palabra tuviera costo.

La ciudad no estaba en guerra. Pero algo había cedido por dentro. Y cuando lo invisible se desplaza, la vida cotidiana pierde firmeza.

El emprendimiento de Elena había nacido años atrás, cuando aún parecía razonable planificar. Un taller textil sencillo. Nueve mujeres. Máquinas que latían con regularidad en el fondo del galpón.

Un emprendimiento es una decisión sostenida: ordenar recursos inciertos para producir valor. En contextos atravesados por conflicto, esa decisión deja de ser proyecto de crecimiento. Se convierte en mecanismo de supervivencia y, a veces, en el único espacio donde la autonomía aún respira.

El banco rechazó el crédito sin explicaciones. El proveedor exigió pago anticipado. Dos clientas cancelaron pedidos. Marta preguntó si debían cerrar antes de que la pérdida fuera mayor.

Elena no respondió enseguida.

Esa noche volvió sola al taller. Encendió una luz. Se sentó frente a una máquina inmóvil y apoyó las manos sobre la mesa, como si buscara temperatura.

Pensó en reducir daños. Pensó en proteger lo poco que quedaba. Pensó en su hijo, que comenzaba a percibir que el silencio en casa no era normal.

Y pensó en las otras ocho.

En alquileres. En uniformes escolares. En discusiones que escalan cuando el ingreso desaparece.

La pérdida de autonomía económica no es una cifra. Es una alteración íntima: cambia la postura del cuerpo, el tono de la voz, la posibilidad de decidir sin pedir permiso.

Al día siguiente reunió al equipo.

—No sé cuánto podremos sostener esto —dijo—. Pero si cerramos, cada una enfrentará sola lo que venga. Si seguimos, al menos no estaremos aisladas.

El silencio no fue de miedo. Fue de responsabilidad compartida.

DE



Argentina

Graciela de Oto

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Una nueva era

El Olimpo estaba de nuevo en crisis. Era imperativo, declararon, que la alegría volviera a sembrarse en la Tierra. Después de todo, desde Schiller, con su famosa oda, y Beethoven, con el último movimiento de su Novena Sinfonía, no se había proclamado este sentimiento.

Sin embargo, las agonías humanas, ya fueran ruidosas o apagadas, elevándose día a día hasta las fronteras más altas, reverberaban allí como hierro incandescente e imploraban a los dioses que tomaran posición. Por lo tanto, las sugerencias para el siguiente ataque se multiplicaron, dado el entusiasmo que contagiaba a todos.

Ocurrió que toda esta exaltación obstaculizó, en lugar de ayudar, la elección de la propuesta más adecuada a las necesidades del momento, y esta falta de unidad ya se escuchaba en el reino de Hades.

Ahora, el dios del inframundo no dudó en burlarse de su augusto hermano, comentarios que desprestigiaban su gloriosa reputación. Por lo tanto, Zeus decidió restablecer el orden.

Así, las propuestas, que previamente se habían solapado, debían presentarse al todopoderoso para que eligiera, lo que, cabe mencionar, implicaba cierto privilegio para la parte femenina del Olimpo.

A pesar de esta reserva, las inevitables discusiones que siguieron tuvieron que ser gestionadas por él, y encontraron menos en las concesiones que en las imposiciones los límites que traen la paz.

Es interesante mencionar que tanto estas deliberaciones, por acaloradas, como las reprimendas que las silenciaron, por imperiosas, fueron como verdaderos truenos que a menudo cruzaban el portal de nubes —la entrada al Monte Olimpo, custodiada por las diosas de las Estaciones— y terminaban tronando en el Parnaso, lo que dejó a Virgilio y Hesíodo con los pelos de punta, los pocos que aún les quedaban. Por supuesto, cada deidad afirmaba que sus atributos eran los más adecuados para sembrar la alegría —excepto Melpómene, la Musa de la Tragedia, por razones obvias—, lo que, en principio, dificultaba la búsqueda en el mundo de tantas deidades como instrumentos para su propagación. Y como no se llegó a un consenso, le correspondió a Grace Aglae, la brillante, poner fin a estas idas y venidas con un toque de brillante simplicidad:

— ¡Deidades! ¡Repitamos la receta, centrémonos en todas las artes!

HE



Brasil

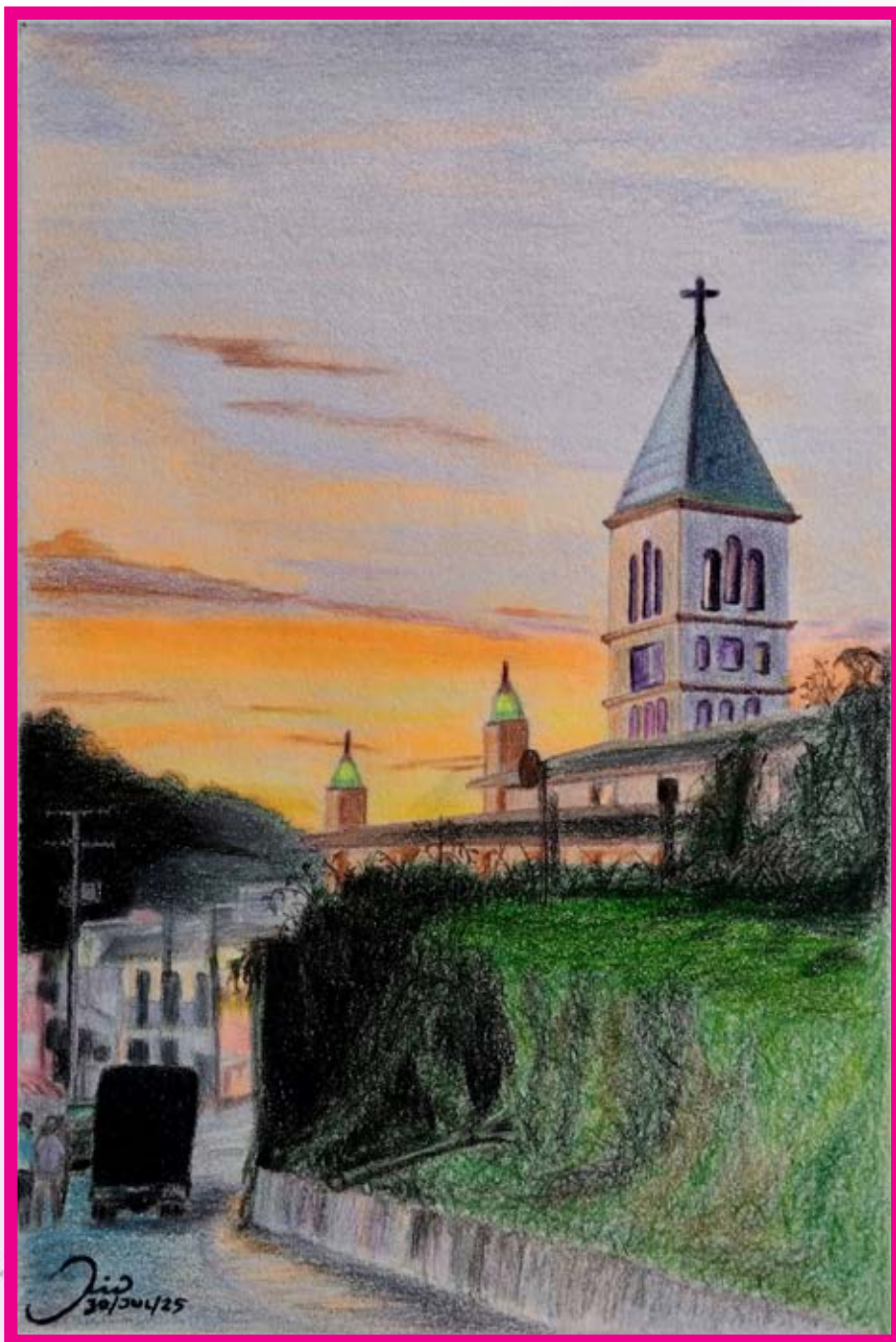
José Luiz Días Campos Junior

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Mi sierra



Técnica utilizada:
Lápices de Colores.
-Dimensiones de la obra: 22x30 cm.
-Año de realización: 2025.

Descripción conceptual de la obra:

Mi sierra; Una obra con identidad cultural y representativa de un lugar único dentro de mi municipio Quipile - Cundinamarca, una pequeña inspección llamada la Sierra, donde me crié como campesino, y tengo parte de mi historia llena de gente del campo, alegre, humilde y trabajadora (Inspirada en fotografía). Me emocionó ver tan bello atardecer nunca antes allí que me transmitió paz y tranquilidad a través del cielo de color rojizo sobre lo alto de la montaña y su iglesia tan única. Desde mi perspectiva, siento especial atracción por los lugares con formas únicas, la expresividad en las personas y animales.

RE



Colombia

Jairo Arévalo Ramírez
POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Unidos, cuidamos la obra de Dios



Técnica utilizada:
Pintura Acrílica
Dimensiones de la obra:
17 pulgadas de alto por
12 pulgadas de ancho
Año de realización:
2026

Descripción conceptual de la obra:

La obra, nos muestra la necesidad de ponernos de acuerdo, sin importar la raza que tengas, el idioma, credo religioso o estatus social, no podemos mejorar el cuidado de lo que Dios creó para nosotros, el planeta, si no hay acuerdos entre las personas. También se visualiza una parte de los problemas por los que debemos empezar para realizar el cambio de manera positiva.

RE



Panamá

Yaira de León

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

La Mujer Bagdadí



Técnica utilizada:
Arte gráfico
Dimensiones de la obra:
210 x 297 mm
Año de realización:
2025

Conceptual Description:

Esta obra representa a la mujer bagdadí como un símbolo histórico y cultural de identidad, dignidad y continuidad. A través del arte gráfico, refleja el papel de la mujer en la preservación del patrimonio y la memoria colectiva, destacando la relación entre tradición y modernidad. La obra afirma el arte como una herramienta eficaz para la transformación cultural y social positiva.

REVISTA



Irak

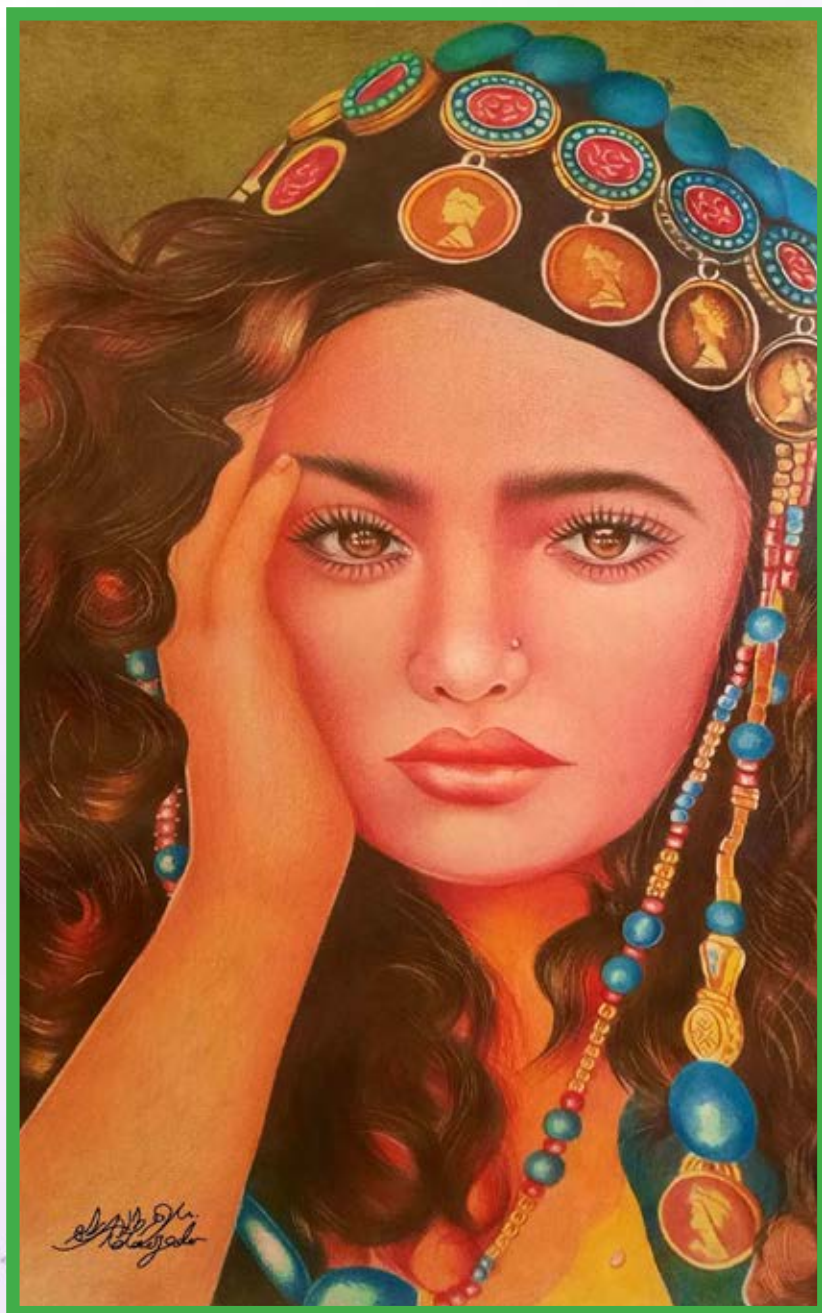
Mohamad Maher Salih Alnaqeeb

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

¡PLS “Paz”, “Amor”, “Seguridad”!



Técnica utilizada:
Lápices de colores Polychromos
Dimensiones de la obra:
24 cm x 40 cm
Año de finalización:
2026

Descripción conceptual de la obra:

La artista, en su arte folclórico hiperrealista, representa a una joven pensando en el futuro. La joven busca la paz, el amor y la seguridad en la vida.

Los colores más armoniosos que se aprecian en la joyería decorativa de este retrato folclórico son el azul turquesa, el amarillo dorado y el rojo rubí. En esta obra, la artista representa los colores primarios azul, amarillo y rojo en sus joyas, afirmando que la verdadera paz de la vida se origina en estos tres colores. La hilera de turquesas ovaladas en la parte superior del sombrero de la joven simboliza la paz. Debajo, una hilera de rubíes,

RE



Irán

Mehrangiz Talaiezhadeh
POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA

Sólo con la paz y la esperanza el hombre se salvará



Técnica utilizada:
-Dibujo, pintura, acrílico y tinta china.
-Dimensiones de la obra:
35 cms.x 39 cms.
Año de realización:
23 de febrero 2026.

Descripción conceptual de la obra.

El hombre encontrará la salvación no en soledad, podrá salir de su negritud auxiliado por la paz y la esperanza, qué lo rescatan del dolor, abandono y muerte.

Cumplido por razones técnicas en otro lugar.

RE



Argentina

Gladys Semillan Villanueva

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

Autores y países

A. José Moncada Castillo - Nicaragua	Jorge Alberto Espinoza Quezada - Perú
A. José Villarroel Salazar - Venezuela	Jorge Luis Contreras Carlon - México
Adalee Moreno Montenegro - Venezuela	José Aderval Aragón - Brasil
Angel Manuel García Álvarez - España	José Luiz Días Campos Junior - Brasil
Angel Marval - Venezuela	José V. Menéndez González -España
Anna Mavroidi - Grecia	Justo Felix Soris Méndez - Cuba
Antonio Gómez Espericueta - España	Kasia Dominik - Polonia
Azael Díaz Hernández - Cuba	Libia Beatriz Carciofetti - Argentina
Cándida Rincones - Venezuela	Luis Alberto Sifuentes Salas - Perú
Caritino Maldonado Guzmán - México	Luis Alfonso Ramos Enriquez - Colombia
Casi Medina Madueño - España	Mª Concepción Rodríguez de L. - México
Celina Vales - México	Mareyde Cecilia García M. - Colombia
Claudia Ballester Grifo - España	María de Jesús Ríos - México
Deyanira García - Guatemala	María do Pilar Santos - Portugal
Edith Elvira Colqui Rojas - Perú	María Jesús Velasco Gascón - España
Ely Balderas - México	Maricela Durán Lugo - Venezuela
Eneida Herrera Rodríguez - Cuba	Mayte Vázquez Maldonado - México
Ernesto Suito Sánchez - Perú	Mehrangiz Talaiezadeh - Irán
Felicita Arenas Valenzuela - Paraguay	Miguel Leonardo Gamarra Quiroz - Perú
Fernando Saltos Molina - Ecuador	Mohamad Maher Salih Alnaqeeb - Irak
Francine A. Díaz del Castillo- Colombia	Mónica Silvia Samaniego - Argentina
Gladys Semillan Villanueva - Argentina	Nemesio Galindo - Venezuela
Graciela de Oto - Argentina	Rene Arturo Cruz Mayorga -El Salvador
Haminton Morales Cano - Colombia	René Fonseca Borja - Ecuador
Isabel Gómez Rabaza - España	Rixo - España
Isabel Hernández - España	Rosa María Aguilera Sánchez - Cuba
Isbelia Sarmiento Morales - Colombia	Rosita B. Piñero Fernández - Venezuela
Iván Parro Fernández - España	Ruby Moreno - Panamá
Jairo Arévalo Ramírez - Colombia	Ruth Moreira de Méndez -Ecuador
Jenny Villarreal Casarrubias - México	Virgilio Martínez Gordón - Panamá
Jesús Revatta Saravia - Perú	Yaira de León Drummond - Panamá
Joel Aparecio Bernasor - Filipinas	Yuly Gómez Vilchez - Perú
	Zobeida E. García Villamar - Ecuador

Agradecimiento

Gracias por ser parte de este sueño literario.

Expresamos nuestro más sincero agradecimiento a todos los escritores, poetas, artistas y colaboradores que han hecho posible esta **Edición 19 de PLE: Poemas y Letras Eternas**.

Cada obra compartida representa un fragmento del alma de su autor o autora. Sus palabras no solo enriquecen estas páginas, sino que también fortalecen una comunidad que cree firmemente en el valor del arte, la cultura y la expresión literaria como caminos de encuentro y crecimiento.

Agradecemos especialmente a quienes participaron en las dinámicas que dieron vida a esta edición: **Amar sin tocar, Caminos distintos, lealtad intacta y Escribir la paz como elección diaria**, temas que invitan a reflexionar sobre el amor, la amistad y la paz como pilares esenciales de la experiencia humana.

Extendemos también nuestro reconocimiento a la **Federación Mundial de las Artes, la Literatura, la Educación, la Paz y la Cultura (FEMALPC)** por su valiosa presencia en esta edición, así como por la realización de la Primera Competencia de Distinciones de Doctorados Honoris Causa, un evento que exalta el mérito, la trayectoria y el compromiso con el arte y la cultura.

De igual manera, expresamos nuestro agradecimiento a los artistas que enriquecen esta publicación con su talento y sensibilidad creativa:

-**Yaira De León Drummond** (Panamá) por su valiosa contribución pictórica.

-**Rixo** (España) por su destacada participación en el arte escultórico.

-**José Ventura Menéndez González** (España) por compartir su mirada artística a través de la fotografía.

-**Isabel Gómez Rabaza** (España) por la presentación de la sinopsis de su obra "**Adara en Villa Encantada**", aportando también el encanto de la narrativa a esta edición.

Queremos recordar a todos los participantes que PLE es un espacio abierto a las voces del mundo. Si en esta ocasión tu obra no fue seleccionada, no significa que tu talento no sea valioso.

Cada edición busca equilibrio entre inclusión, calidad literaria y participación internacional, y siempre habrá nuevas oportunidades para compartir tu arte en futuras publicaciones.

Gracias por creer en la poesía, por confiar en este proyecto y por caminar junto a nosotros en esta hermosa travesía de palabras que buscan permanecer en el tiempo.

Con gratitud y admiración,

Equipo editorial de PLE: Poemas y Letras Eternas

Equipo de creadores y directores

Directora

Ruby Edith Moreno Soriano

Director/Editor

Angel M. García Álvarez

Colaboradores

Ely Balderas

Ruth Moreira Méndez

Corrección y portadas

Ruby Moreno

Diseño Web

Angel M. García Álvarez

Revista Cultural editada On-line.

Sede Oficial Colón, **República de Panamá**

Numero 19, Marzo 2026

Todos los derechos reservados.

Los autores se hacen responsables de sus publicaciones.

PLE

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 19

**REVISTA INTERNACIONAL DE
POESÍAS Y FRASES BONITAS
PANAMÁ / ESPAÑA**

