

PLE

POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Edición

24

Agosto
2026

DINÁMICAS

Dinámica 87 – Mi luz abraza mi sombra

«Todo quien abraza su
sombra descubre la
grandeza de su luz.» ✨

Dinámica 88 – El beso del último aliento

«Hay besos que se
despiden, pero jamás
se olvidan.» 💕

ARTISTAS INTERNACIONALES



- El arte del soplado
de Eduardo Maciel,
figuras de vidrio,
España 🇪🇸



- Fotos Urbanas
de Nuria Bazán Vega,
España 🇪🇸



- Pinturas
de Alfredo Pimentel,
Ecuador 🇪🇨



- Sinopsis del libro
“Hablando en femenino.
Mujer y lenguaje”
de Margarita Álvarez
Rodríguez, España. 🇪🇸



Dra. H.c
**Claudia
Ballester Grifo** 🇪🇸

La poesía ilumina el alma, el arte transforma el mundo
y las letras eternizan lo que el corazón siente.



Sumario

Editorial 4

Dinámica 87 Mi luz abraza mi sombra

..... 5

Levántate 6

Dolores Lozano Capitán

La luna es mi luz 7

Ely Balderas

El abrazo de las dos hermanas 8

Blanca Palacios Arévalo

En mí 9

Jairo Arévalo Ramírez

Mi luz 10

María Cristina Amengual

La luz que alumbra mi oscuridad 11

Isabel Hernández

Cuando me miro 12

Nemesio Galindo

Claroscuro del alma 13

Davinia Mesas Lorenzo

Luz y sombra: un solo corazón 14

Genny Gallo de García

Soy luz y sombra 15

Dina Montesu

La luz de la fe 16

Cinzia Panuccio

Destello de bondad 17

Ruth Moreira de Mendez

En el horizonte 18

Areej Al Zwai

Donde el amanecer mora dentro de mí 19

Adão Wons

Mi luz abraza mi sombra 20

Mildred Nazario Bonilla

Mi luz abraza mi sombra 21

Raul Castillo Umbo

Emoción 22

Ismael Molina Quintana

Abrazo mi luz 23

Miriam Santos

Mi luz brilla 24

Wilfredo Más Trigoso

Brilla y alumbra el camino 25

Francine Agudelo Díaz del Castillo

Mi día abraza mi noche 26

Julia Maria Vanegas Ricardo

Luz y sombras de mi vida 27

Rosa María Aguilera Sánchez

Sonrisa de cristal, corazón de acero 28

Ruby Moreno

Luces y sombras 29

Angel Manuel García Álvarez

Agua azotada o vientos 30

Ruby Meraki Oenome

Levanto el vuelo 31

María del Carmen Velázquez Ramírez

El espejo de mi vida 32

Juana Álvarez Camacho

Mi existir claro oscuro 33

Virgílio Martínez Gordón

Versos que alumbran 34

Iván Parro Fernández

Mi sombra y mi luz 35

Cándida Rincones

Esencia 36

Javier Olarte Mendoza

Yo 37

Doris Zoraida Téllez

El arte del soplado 38

Eduardo Maciel

Hablando en femenino. Mujer y lenguaje 40

Margarita Álvarez Rodríguez

Manso, el gallo cantor 41

Felicita Arenas Valenzuela

La poesía digital 43

Kasia Dominik

Entrevista a Claudia Ballester Grifo	45	Un beso y último aliento	70
Angel Manuel García Álvarez		Hunyadi Salmerón García	
		Poligamia	71
Fotos de Nuria Bazán Vega	50	Carla Di Mattia	
		Aquel beso	72
<i>Dinámica 88 El beso del ultimo aliento</i>	52	Ana Belén Fernández García	
		Hacerte el amor al beso	73
Nos dijimos adiós	53	Jorge Luis Ponce Castellanos	
Ruby Moreno		El último beso	74
Mi último refugio	54	Ernesto Lázaro Gutiérrez	
Luis Ernesto Perozo Sibira		La luz de mi manantial	75
Un amor puro y natural no se puede..	55	Vicente Martínez Ruiz	
Andy Marvin		Cuando me toque alcanzarte	76
Dónde la lluvia guarda tu nombre	56	José Casaverde Castro	
Yara Lambrach		El beso del último aliento	77
¡Besame el alma, oh amado!	57	Aless Vergara	
Juan Roberto Cubero Jiménez		Beso de silencios	78
En calma	58	Eneida Herrera Rodríguez	
René Fonseca Borja		Triste adiós	79
Mariposas internas	59	Alejandro José Moncada Castillo	
Magda Miralles Cazorla		Aquel beso	80
Donde termina el beso	60	Nancy Santos Medina	
Jesús de Nazaret Revatta Saravia		El beso que venció a la muerte	81
Caudillo del ultimo aliento	61	Silvia Vázquez Carus	
Isabelita Vigo		El último beso	82
¿A quién desear?	62	Casi Medina Madueño	
Frank Brewster		Eterno ósculo	83
El último beso	63	Deyanira García	
Adalee Moreno Montenegro		El último perfume de la última respiración	84
Epitafio de un beso	64	José Aderval Aragão	
Marilyn Tablero			
El último beso	65	Cuadros de Alfredo Pimentel	85
Zambrano Duque Marynesicó			
Hasta él último momento	66	Autores y países	87
Zoraida Osorio Osorio			
Eterno recuerdo	67	Agradecimientos	89
Norelis Bravo			
Tu beso	68		
Angel Manuel García Álvarez			
En ti vi	69		
Carmelo Molina Flores			

Editorial

Con gran satisfacción presentamos la **Edición N.º 24 de PLE: Revista Cultural e Internacional – Poemas y Letras Eternas**, una publicación que continúa consolidándose como un espacio de encuentro para escritores, poetas y artistas que, con su talento y creatividad, fortalecen la cultura, la literatura y las artes a nivel internacional.

En esta edición, invitamos a nuestros lectores a reflexionar a través de dos emotivas propuestas literarias.

La **Dinámica 87 – “Mi luz abraza mi sombra”**, inspirada en la frase «**Todo quien abraza su sombra descubre la grandeza de su luz.**», nos anima a reconocer que las experiencias más difíciles también forman parte de nuestro crecimiento.

Por su parte, la **Dinámica 88 – “El beso del último aliento”**, bajo el lema «**Hay besos que se despiden, pero jamás se olvidan.**», reúne obras que evocan el amor, la despedida y los recuerdos que permanecen para siempre.

Nuestra revista también se enriquece con la participación de destacados artistas internacionales.

Desde España, **Eduardo Maciel** presenta su admirable **Arte del Soplado**, con extraordinarias figuras de vidrio que reflejan precisión, creatividad y belleza.

Nuria Bazán Vega comparte una magnífica colección de **Fotografía Urbana**, capturando la esencia de diversos escenarios con una mirada artística única.

Desde Ecuador, el reconocido artista y pintor **Alfredo Pimentel** nos honra con una selecta muestra de sus **obras pictóricas**, donde el color, la técnica y la expresión artística convierten cada cuadro en una auténtica manifestación de talento y sensibilidad.

En el ámbito literario, contamos con la participación de la filóloga española **Margarita Álvarez Rodríguez**, autora del libro **Hablando en femenino. Mujer y lenguaje**, una interesante obra que invita a reflexionar sobre la presencia de la mujer en el idioma español desde una perspectiva sociolingüística.

Asimismo, esta edición incluye el cuento **“El manso, el gallo cantor”**, de **Felicita Arenas**, y el artículo **“La poesía digital: ¿una oportunidad o una amenaza para la escritura tradicional?”**, de **Kasia Dominik**, una reflexión sobre los retos y oportunidades que la tecnología plantea a la creación literaria.

Como parte de esta edición, nuestros lectores tendrán también el privilegio de conocer más de la destacada escritora española **Dra. H.c. Claudia Ballester Grifo**, a través de una entrevista exclusiva, en la que comparte aspectos de su trayectoria, su visión de la literatura y las experiencias que han marcado su camino como autora y promotora cultural.

Agradecemos a cada colaborador por hacer posible esta nueva edición y damos la más cordial bienvenida a nuestros lectores, deseando que cada página sea una fuente de inspiración, aprendizaje y disfrute para todos los amantes de las letras y las artes.

La dirección

Dinámica 87

Mi luz abraza mi sombra



VIERNES DE NOSTALGIA

DINÁMICA 87

TEMA:

Mi luz abraza mi sombra

Reconocer nuestras virtudes y heridas, aceptar nuestras partes luminosas y oscuras, y encontrar paz dentro de nosotros mismos.

INICIO: Viernes 10/07/2026

FINALIZA: Viernes 17/07/2026

HORA DE CIERRE: 11:59 p. m. (Hora de Panamá)

PALABRAS GUÍA (OPCIONALES)

- Alma
- Emociones
- Sanación
- Aceptación
- Fortaleza
- Silencio interior
- Renacer
- Equilibrio

Escríbe sobre tu mundo interior, sobre la sanación, el perdón, el renacer después de la tormenta, el silencio que transforma o la reconciliación con aquello que alguna vez intentaste ocultar. La luz no existe sin la sombra, y ambas pueden abrazarse para dar paso al equilibrio, la fortaleza y la plenitud del ser.

No se trata de eliminar la sombra, sino de comprenderla y permitir que nuestra luz la abraza.

REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

- Extensión mínima: 14 versos.
- Extensión máxima: 30 versos.
- Modalidad: Poema, Prosa u Oda.
- Uso obligatorio de tropos literarios (metáfora, comparaciones, personificaciones, hipérboles, ironías, entre otros).
- Solo un poema alternando la dualidad de luz y sombra entre estrofas.
- Publicar dentro del horario establecido.
- Las participaciones realizadas fuera del horario indicado no recibirán certificación.

FORMATO DE PUBLICACIÓN

- Viernes de Nostalgia
- Dinámica 87 +
- Tema: MI LUZ ABRAZA MI SOMBRA
- Autor
- País
- Título del poema
- Colocar el flyer oficial de la dinámica y la fotografía de perfil del participante.

Invita: *Ruby Moreno*

Ruth Moreira de Méndez *Ely Balderas* *Raúl Umbo Castillo*

y el equipo de administradores de DINÁMICAS Y PREMIACIONES DE POESÍAS Y FRASES BONITAS

**Mi luz no nació sola;
aprendió a brillar abrazando
cada una de mis sombras.
Solo quien se acepta,
conoce la verdadera paz.**

Levántate

A veces quiero cruzar
porque no es fácil,
no sé estar en esta orilla.

Me muerdo los labios,
las letras y las manos.

Se me desangra un verso en cualquier esquina,
y tengo que huir de la escena del crimen
y buscarme en las venas
la sangre fría del que aprieta el arma.

Hay un ruido frenético
en este ensordecedor silencio
de metáforas calladas.

La noche nunca tuvo tantos duelos de palabras.

Pero sé que, quiero retener,
paralizar las ganas,
esperar la piel que me tienta el deseo,
la mirada que me excita, provoque el alma.

Y esa voz que como Lázaro
espero que me diga levántate y ama.

Dolores Lozano
Capitán



España

Nº 24



La luna es mi luz

El sol es mi luz
en un bello amanecer,
el me cuida de lo malo
con sus lindas flores
color rojo carmín.

Más la sombra al obscurecer,
me quiere perseguir,
y le sigo yo tú no puedes conmigo,
Porque Dios es mi luz
y nadie puede contra el
es un ser divino
qué la noche jamás podrá
hacerle daño.

Pero la sombra sigue
persiguiéndome,
y le digo yo soy más
fuerte qué tú
y no podrás nunca.

Y la luna con su bello resplendor,
no le da permiso
a la oscuridad de la sombra
al final se une la luz
con la sombra
y se hacen amigas
y ya no le ara daño
a la luz porque es infinita.



Ely Balderas



México

Nº 24



El abrazo de las dos hermanas

Mi luz no es un sol cegador de mediodía,
es la brisa suave que acaricia el rostro al amanecer,
una lámpara de aceite que arde en el pecho,
alimentada por los besos que el tiempo no pudo borrar.

Pero la sombra es un océano inmenso y silencioso,
que inunda las habitaciones vacías de la casa,
un manto de terciopelo negro que pesa en los hombros,
y grita con la voz de mil ausencias en la madrugada.

Sin embargo, mi luz teje puentes sobre esas aguas oscuras,
hilos dorados de recuerdos que brillan como estrellas fugaces,
y le susurra a la noche que no tiene el dominio absoluto,
porque el amor es un arquitecto que construye en la penumbra.

La sombra, entonces, deja de ser un monstruo devorador,
y se convierte en la tierra fértil donde planto mis raíces,
acepta su derrota ante la caricia de mi esperanza,
y se recuesta, cansada, a los pies de mi voluntad.

Hoy mi luz abraza a mi sombra sin pedirle perdón,
porque en su oscuridad aprendí a ver mis propias cicatrices,
y en mi claridad, ella encontró su único refugio.

Somos dos hermanas danzando en el mismo lienzo,
la paz que nace cuando el alma, por fin, se reconoce entera

Blanca Palacios
Arévalo



Ecuador

Nº 24



En mí

Suelo caminar bajo esta luz sin maderos
sin hojas verdes en sus ramas cruzadas,
esta luz que me transforma en pinceladas
de mi soledad a miles de poemas enteros.

¡Aquí dentro! en mi sombra guardada
sostengo el hilo rojo de mi débil cuerpo
tan contenido entre mi alma maltratada
por buscar quizá, afuera en aquel huerto.

Mentiría si digo que esta luz es de cristales
escondería una verdad a ciencia cierta,
es ese reflejo de mí al brillar en la puerta
es mi lumbre sin manchas en mil rosales.

¿Oscurecido? Es ese hilo entre allí y acá
de mis adentros progenie, aún le sostiene
aunque rojo, con poemas no se romperá
¡Tan así! Sería esperanza, es lo que tiene.

¡Ay luz! Importante eres después de brillar
siguiendo mi alma para que no se apague
parte de mi dualidad sin ningún ahogue
evitando que ese allí, me vaya a tomar.

Sombra... Tienes mis secretos guardados
te ocultas en mis poemas con penas,
quieres romper esas puertas con candados
para que ese hilo engrose a las afueras.

Luz, vas siguiendo a mi alma que cabalga...
¡Sombra! ¿Estás aquí? Solo persiguiendo,
brillo de vida que me corrige escribiendo
débil hilo en sombra, busca que yo valga.

Jairo Arévalo Ramírez



Colombia

Nº 24



Mi luz

Mi luz ilumina mis tristes momentos
y borra las sombras, en mi soledad,
también ilumina hoy mis pensamientos
y la cruz que cargo, en la adversidad.

Mi luz ilumina mi oscuro sendero
por el mundo incierto y en mi caminar,
y es faro en la hora de parir el verso
y es rima y metáfora, solo en mi pensar.

Las sombras abrazan a mi luz divina
la luz de mi alma las destruirá,
para que no sean tropiezo en mi vida
y no sean mis días, solo oscuridad.

Y abrazan las sombras que causan heridas,
la luz que en mi anida y no se apagará,
ella me protege es un canto a la vida
y cálido remanso, en mi despertar.



María Cristina
Amengual



Argentina

Nº 24



La luz que alumbra mi oscuridad

La luz de mi vida nace en mi alma,
ella irradia claridad en mi pensamiento,
serena camino hacia la dulce calma,
llevo enredado en mi pelo el aroma del viento.

Mi sombra asoma en mi penumbra oscura,
no diré que a veces me atormenta,
ansiosa extraño tu abrazo de ternura,
y clamo a la aurora el fulgor que me alienta.

La luz no siempre puede ayudarme en el camino,
pero me aferro a ella en los resquicios,
para que alumbre las tinieblas de mi destino,
y dibuje tu cara en el resplandor de mis desquicios.

Mis sombras acompañan mi sentimiento,
deliran cuando escuchan mi silencio,
alertan de los peligros que acechan el movimiento,
ecos sonoros y latidos ardientes que no diferencio.

La luz abraza mi noche en el instante eterno,
y alumbra el lamento que corre por mis venas,
luz y sombras conviven
y respiran en mi cuerpo sempiterno,
sueños y auroras envueltas en el vuelo de mis penas.

Isabel Hernández



España

Nº 24



Quando me miro

Mi luz abraza mi sombra
cuando me miro al espejo
no sé cuándo yo me, alejo
el silencio interno se esconda
y mi alma se transforma
al renacer fortaleza
con emociones y certeza
de una hermosa sanación
que llegó y mi aceptación
equilibro mi grandeza
gracias a la naturaleza
que nos dio la luz y sombra
y el alma nuestra la absorba
y conservar su pureza
teniendo siempre la fuerza
para abrazar sombra y luz
llenándonos de virtud
hasta que todo se apague
dejando en el equipaje
una salve para Jesús.



Nemesio Galindo



Venezuela

Nº 24



Claroescuro del alma

No temo al pozo oscuro del olvido,
ni al monstruo que vigila en la penumbra,
pues una clara flama hoy deslumbra
el territorio que creí perdido.

Abrazo el viejo grito dolorido
y cada abismo que el temor vislumbra;
mi propia claridad se acostumbra
a amar el territorio que ha vivido.

Que no hay batalla ya, ni desconsuelo,
somos la misma tela en el camino,
el fuego que se nutre de la herida.

Al abrazar mi sombra, toco el cielo,
acepto con orgullo mi destino
y danzo con el arte de la vida.



Davinia Mesas
Lorenzo



España

Nº 24



Luz y sombra: un solo corazón

Vestí mi alma de luto y de silencio,
la sombra hizo un altar en mi interior;
y tejíó en mi pecho un manto de dolor;
lloró la luna mi hondo desaliento,
y el viento se llevó mi antiguo amor.

Mas una luz, nacida de tus azules ojos,
encendió jardines donde hubo dolor
esa luz besó mi espíritu doliente
volví a creer que, aun entre despojos,
también florece eterno el corazón.

La sombra regresó con voz de hielo,
queriendo apagar mi renacer;
pero tu nombre descendió del cielo
como un refugio para no caer.

La luz me habló con manos de ternura,
besó mis cicatrices sin temor;
hizo del llanto fuente de dulzura
y de mi invierno un campo en flor.

Hoy mi luz abraza al fin mi sombra
una me hirió, la otra me enseñó a amar.

Ya no hay cadenas, miedo ni rencor;
porque quien sana desde el alma nombra
hasta la noche... con palabras de amor.



Genny Gallo de
García



Colombia

Nº 24



Soy luz y sombra

Soy luz
cuando el alma silenciosa sonríe.
Soy sombra
cuando la oscuridad invade mi luz.
Cuando la luz del sol ilumina la mañana,
ninguna oscuridad puede dañar mi sueño.

Si el sol brilla e ilumina mi camino,
la oscuridad de la noche
no puede oscurecerlo.
El don de la vida,
que brilla como un diamante.

Si los obstáculos y la oscuridad,
el hollín a veces ennegrecen
el agua clara y refrescante,
allí brillan las estrellas,
que se pierden en la oscuridad,
como el camino en la noche.

Como todo lo que resplandece
bajo los rayos
que la oscuridad luego disuelve,
trayéndote niebla,
lo divino brilla,
llamando a cada Buenos Días.



Dina Montesu



Italia

Nº 24



La luz de la fe

Caminé en la oscuridad
de mi corazón,
entre mil dudas
y un dolor silencioso;
pero la fe me dio valor,
apartando las lágrimas
de mi olvido.

Esa fuerza interior
me sostuvo,
la que aparece
cuando uno tropieza;
cada herida
se ha convertido
en una lección,
cada caída
en un nuevo rayo de sol.

Ahora la luz de la fe
me guía cada día,
y soy más fuerte
ante la muerte.



Cinzia Panuccio



Italia

Nº 24



Destello de bondad

Hoy viajo en los destellos
del olvido sanando el descontento
de mi alma, el susurro acaricia
mi oído dejando atrás el velo gris
de los latidos donde el tiempo
borró las heridas.

La calma abraza mi tristeza, pinta
con aroma las huellas en mi piel,
las flores deshojan sus pétalos
dando luz al umbral de los reflejos,
ahí se tejen destellos de bondad
acariciando las paredes de mi alma.

Ya se ven los bellos amaneceres
donde la luz abraza la sombra de
las tormentas, la primavera llegó
saboreando la dulzura y haciendo
florecer las huellas cuarteadas por
la soledad, hoy empiezo a vivir en
armonía junto al olvido.



Ruth Moreira
de Mendez



Ecuador

Nº 24



En el horizonte

Esta es la luz que es
lo vi en el horizonte
tirar en mi corazón
un rayo de luz en mis arterias.

Para mudarme esa noche lejos
el negro fuera de mí
y a descansar
en los brazos del paraíso
y bailo sin miedo
y no avergonzado
con mi vestido rosa
estudié con transparencia
mi feminidad
el que floreció cuando
me enamoré.

Nunca me rendiré
excepto por esa luz que es
abrázame fuerte
mi alma anhela serenidad
que la paz esté con usted
y ella me afeitó
otro cielo
su felicidad es el amor...



Areej Al Zwai



Libia

Nº 24



Donde el amanecer mora dentro de mí

No toda luz disuelve la noche;
algunas aprenden a caminar con ella.

Así encontré en mi interior
el sereno principio de la plenitud.

Mis sombras no son enemigas,
custodian las semillas de lo que sobreviví.

Cada silencio que atravesé
dejó un destello en mi alma.

Descubrí que la luz no vence a la oscuridad:
la acoge sin negar su existencia.

En el abrazo entre ellas florece
el rostro más auténtico del corazón.

Desde entonces camino con mayor plenitud,
como quien lleva el amanecer en su interior.

Porque el alma solo encuentra la paz
cuando aprende a amar su propia profundidad.



Adão Wons



Brasil

Nº 24



Mi luz abraza mi sombra

Mi luz, cual alba, besa mi sombra callada,
la noche se rinde por fin derrotada.

Es faro encendido en un inmenso mar,
capaz de mil mundos enteros iluminar.

Mi sombra no huye, aprende a florecer,
como lluvia en la tierra, me enseña a crecer,
Porque donde hay luz también hay verdad:
mi luz abraza mi sombra... y nace la paz.

Aunque el viento presuma poderme vencer,
mi luz es un árbol que no deja de crecer.

Como el sol tras la lluvia vuelve a sonreír,
mi esperanza me invita de nuevo a vivir.

Si la sombra me llama con voz de temor,
mi luz la convierte en un canto de amor.

Ya no son enemigas, caminan en unidad,
juntas escriben la historia de mi identidad.

Mildred Nazario
Bonilla



Puerto Rico

Nº 24



Mi luz abraza mi sombra

Una que se queda,
otra que siempre se va.

Desde el día en que naciste,
varón de mi sangre,
mi luz se hizo carne
y grito en la madrugada.

Tus ojos recién abiertos
fueron el primer sol
que me partió el pecho
en dos mitades exactas.

Una que se queda,
otra que siempre se va.

Aprendí a ser padre
con las manos temblando,
mientras el mundo
me llamaba a otros caminos.

Maletas abiertas
como heridas que no cierran,
aviones y caminos
que se tragaban la distancia
y me dejaban tu voz en el teléfono,
pequeña, lejana, distante, valiente.

Cada viaje era un corte invisible
te dejaba durmiendo
en la casa que olía a ti
y regresaba con regalos
que nunca alcanzaban
a cubrir la lejana y cruel ausencia.

Crecías a saltos,
como crecen los niños
cuando el padre
es un eco que vuelve de noche.

Y entre viaje y viaje,
entre ausencia y presencia,
aprendo que ser hombre
es cargar con la luz
y la sombra al mismo tiempo
y seguir caminando.

Mi luz abraza mi sombra.
Y tú, mi hijo, eres el abrazo.

Raul Castillo Umbo



Perú

Nº 24



Emoción

1
Lo que surge
de la nada...
Es la LUZ.

2
Es como
estar sin estar...
Es la SOMBRA.

3
Una realidad
irrealizable
es la LUZ.

4
Otra irrealdad
realizada...
Es la SOMBRA.

5
La incógnita
aún irresoluta...
Es la LUZ.

6
Gran utopía
siempre posible...
Es la SOMBRA.

7
Despertar
muerto...
Es la LUZ.

8
Morir
despierto
es la SOMBRA.

Ismael Molina
Quintana



Bolivia

Nº 24



Abrazo mi luz

Mi luz ya se ensombrece
de tan grande el vacío,
de tener todo el tiempo
para morir de hastío.

Mil sombras me acompañan.

Reflejos de amanecer
me aclaran los recuerdos
para tristes perecer.

Negro sueño de ocaso
que aturde de silencio.

Allí es que se produce un
naufragio que presencio.

De palabras no dichas,
de silencios gritados,
de oscuros sinsabores
que mueren abrazados.



Miriam Santos



Uruguay

Nº 24



Mi luz brilla

Mi luz brilla, con luz propia en los inmensos caminos de la oscuridad, mi luz abraza mi sombra, desafiando cielos sin estrellas, divina luz escarlata, abraza mi sombra para ilumina mi camino, plausible sendero de luz de luna, tejido en hilos de oro fino suspendido en la oscuridad.

Mi luz brilla, con su luz propia, escuchando pentagramas y epigramas de pajarillos multicolores posados en gigantes árboles de redondas chacras de largos surcos donde maduran ricas frutas, para alimentar sencillos habitantes.

Mi luz brilla, con luz propia desafiando grandes peligros de la vida humana, seguro muy seguro, en una gota de amor duermen plácidamente la felicidad humana, mentes brillantes escondidos entre murmullos de aguas cristalinas de ríos profundos entre crestas andinas.

Mi luz brilla, entre pétalos y estambres de flores de primaveras eternas, un semilla color lila tiembla como roció en las hierbas de cada nuevo amanecer, la sombra de la noche no amilana las vicisitudes de la vida, al día siguiente un arco iris tiembla en el horizonte, regalando su bella fosforescencia.

Wilfredo Más Trigos



Perú

Nº 24



Brilla y alumbra el camino

Sombra que brilla e ilumina el sendero
sed de versos alegrías y emociones
existencia de tu imagen proyectan
tu figura sombras danzarinas,
que suspiran el espejo del alma,
opacando mis sueños, una sanación
una realidad imponente de aceptación
a mis anhelos y ansias en mi silencio interior
en la profundidad del mar,
esperando que se enciendan
las luces faros de esperanza.

Eres la luz de mi existencia
me gusta sentir tu presencia
donde culmina el sueño y el amor
creando una bella sinfonía con equilibrio
un sentimiento sublime que impresiona;
de música de mudos letargos al viento
donde se acumulan de luceros,
en los claros de luna un solitario amor
una belleza para amar siempre unidos
renacer que se transforma en fuerza
donde tu amor es música, y eres mi melodía.

Francine Agudelo Díaz
del Castillo



Colombia

Nº 24



Mi día abraza mi noche

Desperté mirando al horizonte,
en campo abierto, donde solo
se escucha las cigarras y el canto
del gallo, la brisa descongeló,
al encuentro de la luz ardiente;
desafiando el paso de las sombras
abriendo las puertas con estilo
al día, tu corazón deslumbra
en tus miedos, el pensamiento
recogiendo del alma siembras
que llevas matizado en lo oculto
de tu vida, lánguida presencia,
enamorada de ti misma, acampa
en tus luchas diarias, mojadas
en tu silencio interior atrapa,
los vestigios desde la infancia,
has crecido, por tu fortaleza,
en tu fina madera y fiel capa,
caminan justos con realeza,
de ser uno mismo sin ausencia,
larga calle, donde la lira campa
los sueños, solo te adereza
cuando se llega con la lupa,
al final de la línea de la existencia.



Julia Maria Vanegas
Ricardo



Colombia

Nº 24



Luz y sombras de mi vida

Luz virgen de mi vida,
me acurruca en sus brazos,
sazona mi destino,
como el horizonte enamorado.

Sombras de mi vida,
amasaron mi camino,
dentelladas gélidas,
abrazaron mi esperanza,

Luz ardiente,
sol humano me habla,
en la compañía perfecta,
nace la pasión desbordada.

Sombras de estrellas moribundas,
corren por mis venas,
el silencio náufrago,
aplaude en mi rostro marchito.

Soy luz y sombra en mis ojos,
deseo perdurable de resplandor,
lluvia benigna en el arcoiris de piel,
crepúsculo ansiado de felicidad.



Rosa María Aguilera
Sánchez



Cuba

Nº 24



Sonrisa de cristal, corazón de acero

I

Mi luz florece igual que la mañana,
derrama miel sobre la tempestad;
la risa es mi mejor ventana humana,
mi escudo frente a toda adversidad.
Al mundo doy un sol...
aunque me falta.

II.

Mi sombra viste túnicas de invierno,
transita hospitales sin cesar;
el bisturí escribió su verso eterno
sobre la piel que aprendió a soportar.
Mis cicatrices saben conversar.

III.

Mi luz recorre calles sonriente,
saluda al cielo, al árbol y a la flor;
trabajo, río, compro entre la gente,
como si el pecho no guardara dolor.
La fe perfuma todo mi interior.

IV.

Mi sombra aún conserva las traiciones,
promesas que el engaño marchitó;
cargué a mis hijos entre las canciones
que el abandono nunca silenció.
Y el alma, aun llorando, resistió.

V.

Mi luz renace siempre de la brasa,
convierte cada espina en un rosal;
dejé mis penas tras la vieja casa,
para sembrar sonrisas al pasar.
La vida pide fuerza para amar.

VI.

Mi luz abraza al fin toda mi sombra,
ya no la niega, aprende a comprender;
la una es luna, la otra honra y alfombra
del largo peregrino del ayer.
Soy ambas... y por eso sé crecer.

Ruby Moreno



Panamá

Nº 24



Luces y sombras

Luces y sombras
de cada uno propias
realzan a las personas
todas son necesarias.

Luces iluminan
te hacen mejor
realzan tu figura
brillas en el espacio.

Sombras oscurecen
pequeño te hacen
epoca para olvidar
triste y sombría.

Las dos se persiguen
juntas pero separadas
como el agua y el aceite
que nunca se mezclan.

Si hay luz, hay sombra
la luz abraza a la sombra
la sombra se deja abrazar
en una comunión perfecta.

Luces perfectas
enaltecen a la persona
momentos para recordar
para nunca olvidar.

Sombras para reflexionar
para aprender cosas
errores cometidos
para nunca repetirlos.

Angel Manuel García
Álvarez



España

Nº 24



Agua azotada o vientos

En el reino donde la justicia busca prevalecer, la sombra de la discriminación comienza a desvanecerse, una plaga social, insidiosa y profunda, arraigada en prejuicios que no nos atreven a mantener.

Fractura la tela de nuestra humanidad compartida, una negación de la santidad de la dignidad, institucionalizada en políticas y normas, ciclos perpetuos, des-humanizando formas.

Sin embargo, el conocimiento es la antorcha que ilumina el camino, un faro contra la oscuridad del poder, el discurso educativo desmiente el mito, revela las verdades que ocultan debajo.

La intersección revela la máscara de la complejidad, cómo la raza, el género, la clase, se entrelazan y suben, para desafiar las vistas esenciales que confinan, y fomentar un marco genuinamente humano.

Los marcos legales erigen barreras y escudos, pero el cambio transformador en los corazones despliega, empatía, activo y sincero, desmantela muros contruidos sobre el miedo.

En el crucifijo de la pensamiento crítico, un futuro libre de prejuicios se forja, No a la discriminación—una ética, una llamada, una imperativa universal para elevarnos a todos.

El amanecer de la mañana se despliega suavemente sobre las colinas, un brumoso nublado que se extiende a lo largo del plano, y sientes el frío creciente del miedo, el ciclo interminable que comienza de nuevo.

Hablamos de honor, y de derecho soberano, trazamos las líneas sobre un mapa desgastado, y vestimos la venida de la oscuridad con luz falsa, preparando almas para caer dentro de la trampa.

Pero quién puede medir lo que el viviente cuesta, cuando la inocencia se pierde, y las madres observan a sus hijos preparándose para morir. Ellos marchan con banderas elevadas y brillantes.

Ruby Meraki Oenome



Canadá

Nº 24



Levanto el vuelo

Dejo que todo quede atrás;
que el viento borre las huellas del ayer.
Sueño, si es preciso,
y dejo que el pasado muera,
mientras renazco, como el sol,
en el alba de los nuevos días.

Levanto las alas hacia horizontes nuevos,
donde el alma se expande,
donde mis logros florecen
como semillas que el tiempo acaricia.

Permito que el pasado se diluya
en la corriente mansa del olvido;
el tiempo no retrocede,
ni un minuto, ni siquiera un suspiro.

Todo lo que fue ya es un eco lejano, un imposible.
Dejo que las hojas caídas vuelvan a la tierra
y se conviertan en vida otra vez.

Miro hacia adelante;
que cada amanecer
me encuentre viva,
me encuentre nueva,
me encuentre libre.

Porque comprendí que mi luz
no nació a pesar de mi sombra,
sino abrazándola.

Hoy mi luz abraza mi sombra;
juntas escriben el camino de mi renacer.

¡Levanto el vuelo... y jamás retrocedo!

María del Carmen
Velázquez Ramírez



México

Nº 24



El espejo de mi vida

Ya sola, frente al espejo de mi vida; observo con tristeza el transcurrir de las horas, que se deslizan divertidas entre los dedos del tiempo.

Como fantasmas silenciosos, desfilan en mi memoria los días felices ya idos; cuando yo escribía en las páginas de la vida únicamente instantes lindos; que con entusiasmo yo le desprendía a cada día; para luego guardarlos entre mis recuerdos y acariciarlos con alegría cuando la soledad y el silencio me hacían compañía.

Yo conocí la cara de la felicidad; la tuve entre mis manos, la saboreé cada día, desde que despertaba hasta el anochecer.

Cada día vivido era una bella aventura que yo disfruté mientras es rubia ilusiones en cada pagina de mi vida.

Y todo era perfecto... hasta que se presentó ante mis ojos ese horrible 18 de junio, disfrazado de un día normal, porque supo ocultar muy bien sus intenciones hasta cerca de las 03:00 pm, cuando ocurrió el accidente de carretera que obligó a mis padres a mudarse a la casa de Dios... en ese instante la felicidad escapó de mis manos.

Hoy... acaricio mi colección de recuerdos, y sonrío con entusiasmo, cuando por las noches, dormida y en mis sueños, puedo volver a sentir la felicidad completa, esa felicidad que no está mutilada por su ausencia...

El tiempo ha transcurrido; y yo no he entregado sus recuerdos al olvido, los conservo intactos, son mi mejor compañía, principalmente cuando la vida me pone encrucijadas y elijo hacer lo que ellos harían.

Hoy... continúo saludando a la vida con una sonrisa, por si acaso allá en el Cielo también existe un espejo, y a través de él... ellos pueden mirarme.

Juana Álvarez
Camacho



Estados Unidos

Nº 24



Mi existir claro oscuro

Desde niño
mi existencia
fue como un altar de flores,
y un jardín de valores
colmado por la decencia,
pero en la adolescencia
mi cielo se oscureció,
y caminos positivos
por diferentes motivos
el infortunio desvió,
quedandome ciego
pero al luchar con empeño,
renació la luz del sol,
al desempeñar mi rol,
en paraíso de ensueño
transforme en verdad mi sueño,
con mucha felicidad
después caminé el sendero,
y cual pajarero agorero
con muchísima crueldad,
llegó la fatalidad
para hundirme en el abismo,
más negro de la penumbra
y como ave
que se encumbra,
me elevé con altruismo,
con mucho positivismo
de manera complacida
a la cima bendecida,
Como el ojal con su broche
Así como el día y la noche,
con luz y sombra en mi vida.

Virgilio Martínez
Gordón



Panamá

Nº 24



Versos que alumbran

Un verso ilumina mi camino
en el universo de la poesía,
es el alma que me guía
a través de la fantasía
para crear mis poemas a tiempo
y tocar los corazones enfermos
de nostalgia o de silencios,
golpeados con fuerza por la vida,
prisioneros eternos del tiempo
que intentan buscar una salida
a tanto dolor y tanto sufrimiento
porque desean pasar los días
con la compañía de la poesía,
esa fuerza vital y vigorosa
que nos aleja de tantas sombras
y nos protege de la calamidad
para ofrecernos un sueño y motivo
por el que no desfallecer ni rendirnos
y no hacer mucho caso a la oscuridad
que nos persigue de forma incesante
para llevarnos del lado del mal
donde no podamos ver ya nunca
y por la violencia nos guiaremos sin más
dejando de lado toda luz y esperanza
que necesitamos en tiempos de paz.



Iván Parro Fernández



España

Nº 24



Mi sombra y mi luz

La luz inmensa del universo
cae silenciosa en mi tristeza de mi alma,
como llovizna fresca en verso,
salpica letras que calma.

Mundo de emociones florece,
en cada Poema busco la paz el renacer,
la esperanza y fortaleza crece...
Mi interior fluye de amor y vuelve a nacer.

Medito en mi silencio interior,
siento mi paz interna,
buscando mi equilibrio suelto, saco lo anterior
y mi dicha será eterna.

Mi sanación comienza con la luz
y aprender que la aceptación,
llena de virtud y quita lo trasluz...
Nuestras virtudes se llenarán de bendiciones.

Ya en mis días de tristeza siento fortaleza,
mi vida comienza con versos,
brilla la esperanza con grandeza,
y mis días prósperos en este extenso universo.

Mi sombra, de lo que me entristecía
quedó atrás esos desvelos,
Mi luz, iluminó con poesía...
Mi vida se iluminó con anhelos.

Cándida Rincones



Venezuela

Nº 24



Esencia

Mi luz de cada mañana me abraza,
uso mi alma para reflejar el mar,
la palabra y la voz.

Tengo emociones y sentimientos,
pero también aroma y vino,
ojos de sensación al corazón,
alma que navega en lo excepcional.

¡Me miro al espejo!
Siento que soy propósito,
un pensamiento que conecto,
al mundo con mi voz en luz...

¡Ahora mi sombra me calcina,
me atrapa y me deja mudo,
moribundo sin fuerza!.

El silencio es muerte,
es fuerte y verdadera,
realidad perpetua,
un poema de oscuridad.

Ahora renazco en la dimensión,
en la muerte, en los adentros sin equilibrio,
en un poema de luz,
y en un verso a la muerte,
sin luz y con mi alma en sombra de olvidó.



Javier Olarte Mendoza



México

Nº 24



Yo

Ahora sí me preguntará como está mi alma, pues creo que yo diría que ella tiene muchas preguntas y yo no tengo respuestas a mis emociones que son varias que tengo hoy muy recientes porque la migraña no me ayuda a veces cómo la tristeza, el miedo o el terror que a veces no entenderá mi yo deberá tener una forma de querer sanar todo lo que no me gusta recordar y es algo que yo siento difícil cómo el saber perdonar y aceptar que todo pasa por algo y no soy así es lo malo porque mi fortaleza la pongo cómo en un castillo con muchos muros y que no me gustan que me lo lastimen y esto es algo que yo siento que mi silencio interior es tan simple de romper cuando algo no me gusta y lloro mucho y buscando mi forma renacer y ha sido muy franca porque creo que yo me doy cuenta que me ha costado mucho a veces y esto es algo es una ruleta rusa y es tan simple y fácil pero yo lo complico demasiado siendo tan dura y frágil a la vez y ser también alguien cómo mi forma de pensar y lograr pero soy fría y dulce y vaya combinación que tengo pero la vida me ha hecho así...

Doris Zoraida Téllez

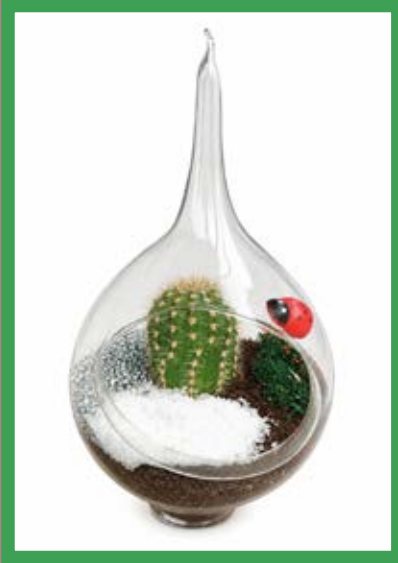


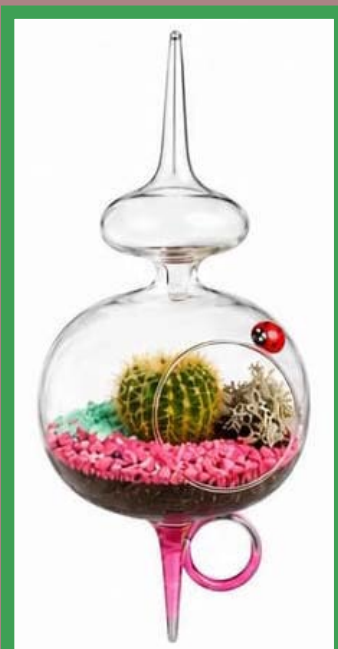
México

Nº 24



El arte del soplado





Eduardo Maciel



España

Hablando en femenino. Mujer y lenguaje



Margarita Álvarez Rodríguez



España



Es un libro de divulgación en el campo de la sociolingüística que trata de acercarnos a lo que nos dicen las palabras y las expresiones del idioma español referidas a las mujeres.

En él, la autora, la filóloga Margarita Álvarez Rodríguez, no solo reflexiona sobre la relación existente entre sexismo social y lingüístico o la posible existencia de una "gramática femenina", sino que va mucho más allá para analizar cómo el idioma, en su conjunto, trata la presencia de lo femenino.

Partiendo del significado de las frases hechas y de los refranes que han generado en español las palabras mujer y madre, explora, en diecinueve apartados, las expresiones en femenino que proceden de la mitología, la historia, la literatura, la religión, el refranero, la medicina, la astronomía...

Asimismo, aborda la misoginia presente en el lenguaje literario, en el musical, en la zoonimia, en el lenguaje del piropo... Y hasta la presencia de la mujer en la geografía urbana.

Nos presenta, pues, una visión amplia de la relación entre mujer y lenguaje y desde una perspectiva innovadora.

Por su interés, el libro ha sido presentado en el pleno de la Real Academia Española del 14 de mayo de 2026.

<https://www.lobosapiens.com/hablando-en-femenino-mujer-y-lenguaje>

Manso, el gallo cantor

Dicen que existen lugares donde el día no comienza cuando aparece el sol, sino cuando un corazón generoso decide regalar su mejor canción. Uno de esos lugares era una pequeña granja escondida entre colinas verdes, donde el viento olía a hierba fresca, el arroyo murmuraba entre las piedras y los árboles parecían saludarse moviendo suavemente sus ramas...

Cada madrugada, el rocío brillaba sobre las hojas como diminutas piedras, mientras la brisa danzaba por los senderos acariciando las malvas.

El sol fingía contener la respiración. No quería salir antes de tiempo. Sabía que había una voz que debía escucharse antes que todo.

En aquella granja vivía un gallo muy especial. Se llamaba Manso.

Su plumaje rojo carmín resplandecía a la luz temprana. Su larga cola desplegaba los colores del arcoíris y su mirada tenía una dulzura que bastaba para inspirar confianza. Su verdadera belleza latía en el corazón.

Manso vivía junto a su esposa, Mansa, una gallina tan trabajadora como cariñosa. Ella conocía el nombre de cada flor de la huerta, sabía dónde anidaban los gorriones y nunca olvidaba acercar un granito de maíz al necesitado.

Los dos cuidaban con amor a sus ocho pollitos. Plumita era curioso y preguntón; Brinco tenía resortes en las patas; Rayito corría como un relámpago; Copito prefería mirar las nubes. Los otros cuatro también tenían dones distintos, porque —como decía la buena gallina— “no hay dos corazones iguales: cada uno trae una virtud para compartir”.

Al caer la noche, la familia se reunía en el gallinero. Mientras la luna encendía una a una las estrellas, la madre acomodaba con paciencia a los hijitos bajo sus alas.

—¿Están todos? —preguntaba.

Los revisó una vez más con ternura y cerró la puerta con cuidado.

—Ahora sí. Dulces sueños, pequeños.

Se dormían tranquilos. Y la granja entera descansaba.

Pero cuando la madrugada llegaba a su fin, las abejas permanecían quietas dentro de sus panales y los juncos dejaban de balancearse. Todos esperaban el canto del gallo.

Salió del corral, respiró el perfume de la tierra húmeda, contempló el horizonte que ya se teñía de rosa, y cantó.

—¡Quiquiriquiííí...!

Su voz era tan clara como el agua de un manantial. Trepaba por el follaje, cruzaba los tejados e iba rozando las puertas del nuevo día.

—Por fin... —decía el sol—. Ya puedo salir.

Las primeras luces del día corrían por los

campos como niños jugando a las escondidas. Las margaritas abrían sus pétalos de golpe.

—¡Llegó Manso! —aclamaban entusiasmadas.

Las abejas alzaban el vuelo, el bosque se frotaba los párpados adormecidos y hasta el viejo nogal festejaba dejando caer una hoja.

Un día, Plumita preguntó:

—Papá, ¿por qué cantas siempre tan dichoso?

El buen gallo observó el aleteo de dos golondrinas.

—Porque cada amanecer es un regalo nuevo. Y los regalos se reciben con alegría.

La paciente gallina que escuchaba desde el jardín, añadió:

—Y cuando uno empieza el día agradeciendo, nunca faltan motivos para cantar.

Los pollitos guardaban aquellas palabras como preciosas semillas. Y con el tiempo, se transformaban en fiel reflejo de sus padres. Ayudaban a recoger maíz, a cuidar la casa, a encontrar el camino cuando los hermanitos se distraían jugando.

Manso y Mansa los miraban orgullosos. Veían cómo aquellas enseñanzas afloraban en sus corazones.

Una tarde, mientras el sol pintaba de naranja los collados, una golondrina llegó volando a toda prisa. Se posó sobre la cerca y, todavía agitado, anunció:

—¡Noticias! ¡Noticias! Pronto llegarán a la finca gallos desde diferentes puntos. Han oído hablar de la habilidad de Manso y desean conocerlo. Dicen que también habrá un gran concurso para elegir al mejor cantor del valle.

Los pollitos dieron saltos de emoción.

—¿Vas a participar, papá? —preguntó Plumita.

Miró el firmamento que iba llenándose de estrellas y aseguró con serenidad:

—Si mi canto puede obsequiar felicidad, lo haré con mucho gusto. Pero recuerden algo... el verdadero concurso no consiste en demostrar que uno vale más que los demás, sino en dar lo mejor de nosotros para hacer feliz a alguien.

Llegaron gallos de todos los rincones del prado. Algunos lucían plumajes oscuros; otros, blancos o llenos de colores radiantes.

Los pequeñitos piaban maravillados.

En medio de todos apareció un gallo que dejó mudos hasta a los brotes del trébol.

Era alto y elegante. Sus plumas parecían pulidas por el alba y caminaba con tanta seguridad que cada paso resultaba ser una atractiva ceremonia.

—Buenos días —saludó con firmeza—. Soy don Altanero.

El asombro recorrió la granja.

Habían oído hablar de él. Decían que su canto era poderoso y que había ganado concursos en granjas lejanas.

Don Altanero observó a Manso de arriba abajo.

—Así que tú eres el famoso cantor del valle.

—Bienvenido —respondió el buen gallo inclinándose la cresta—. Espero que te sientas como en casa.

Aquella respuesta sorprendió al recién llegado. Esperaba encontrar un rival, sin embargo, encontró un anfitrión.

Poco después, el viejo búho, considerado el más sabio, anunció el inicio del concurso.

—Cada competidor ofrecerá su mejor versión cuando el cielo se vista de albor. No habrá premios de oro ni coronas de plata. El mayor reconocimiento será despertar un bello amanecer para todos.

Los animales se reunieron alrededor del claro y el riachuelo redujo su murmullo. Uno tras otro, los gallos hicieron oír sus melodías. Algunas eran vigorosas; otras, suaves, vivaces y prolongadas. Todas cosecharon cálidos aplausos.

Finalmente llegó el turno de don Altanero.

Respiró profundamente. Levantó el pecho. Y lanzó un quiquiriquí tan potente que el eco viajó de un monte a otro.

—¡Qué voz! —susurró un caballo.

—Nunca escuché algo semejante —comentó una oveja.

Ahora solo faltaba un competidor.

Las crías se acomodaron muy cerca de mamá gallina. Sentían cosquillitas en su espalda.

Era el turno de Manso. Avanzó despacio. Paseó con la mirada el gran círculo y se detuvo en don Altanero.

La sorpresa se adueñó del sitio.

Entonces ocurrió algo inesperado. En vez de empezar a cantar, dio un paso hacia su visitante.

—Has recorrido un largo camino para llegar hasta aquí. Gracias por dedicarnos tu hermosa canción.

Don Altanero bajó apenas la vista. Hacía varios años que nadie lo recibía con afecto; casi todos lo esperaban como a un rival.

Manso alzó la cabeza. Cerró los ojos. Y cantó.

Su voz no fue la más fuerte. Ni la más larga. Fue clara, serena y esplendente. Llevaba dentro el perfume y la pureza de la aurora.

Y mientras cantaba... lo acompañaron los gorriones; después se unieron las golondrinas, las palomas, y sin darse cuenta, los demás candidatos

visitantes.

Ninguna voz apagaba a la otra. Al contrario, juntas formaban el más encantador concierto del que cualquiera habría podido crear solo.

En ese instante el sol apareció abrazando con sus rayos el entorno entero.

El viejo búho reveló:

—Ya conozco el resultado.

El silencio envolvió el paisaje.

—Hoy no ganó un gallo...

Ganó el amanecer.

Plumita intercambió una mirada cómplice con sus hermanos. Por primera vez comprendió que el canto de su padre nunca había sido para vencer, sino para recobrar esperanza.

La granja estalló en aplausos y las plantas bailaban en piruetas.

Don Altanero permanecía inmóvil. Sentía que algo extraño florecía dentro de sí. Se acercó lentamente al buen gallo.

—Ahora comprendo por qué todos te quieren —dijo con humildad—. Yo creía que cantar era evidenciar ser mejor que los demás.

Manso apoyó un ala sobre su hombro.

—La música más linda no nace cuando una voz intenta sobresalir. Nace cuando ayuda a que otras también se escuchen.

Desde aquel momento, don Altanero regresó muchas veces a la granja, no para vencer a otros, sino para disfrutar de las canciones. A cada despertar, antes de cantar, recordaba las palabras de su nuevo amigo. Y cuando veía a dos gallos competir para presumir quién cantaba mejor, sonreía y les repetía la lección aprendida en aquella ocasión.

Los pollitos crecieron sin olvidar aquella mañana. Comprendieron que los talentos se parecen a las velas: no pierden su luz por encender otra. Al contrario, cuantas más llamas brillan juntas, más luminosa se vuelve la noche.

Y desde entonces, quien pasa por aquella granja sabe que el día no comienza cuando sale el sol. Comienza cuando un corazón generoso decide regalar a los demás lo mejor de sí.

Felicita Arenas Valenzuela



(Cuento para niños de 8 a 11 años)



Paraguay

La poesía digital: ¿una oportunidad o una amenaza para la escritura tradicional?

La poesía ha acompañado al ser humano desde tiempos remotos. Mucho antes de que existieran los libros impresos, los poemas viajaban de boca en boca, conservando la memoria, las emociones y la identidad de los pueblos.

Con el paso de los siglos, la poesía encontró nuevos soportes: el pergamino, el papel, la imprenta y, finalmente, el entorno digital.

Hoy vivimos una transformación sin precedentes. Internet, las redes sociales y las nuevas tecnologías han cambiado la manera de escribir, publicar y leer poesía.

Ante esta realidad surge una pregunta inevitable: ¿la poesía digital representa una oportunidad para la creación literaria o constituye una amenaza para la escritura tradicional?

La respuesta no es sencilla, pues ambos puntos de vista poseen argumentos válidos.

En primer lugar, es innegable que la poesía digital ha democratizado el acceso a la literatura.

En el pasado, publicar un libro requería encontrar una editorial, superar procesos de selección y asumir elevados costes económicos. Muchos autores talentosos nunca lograban compartir sus obras con el público.

En cambio, actualmente cualquier persona puede difundir sus poemas a través de un blog, una página web o una red social.

Esta posibilidad ha permitido descubrir voces nuevas procedentes de distintos países, culturas y generaciones.

Gracias a Internet, un poema escrito por un autor desconocido puede llegar en pocos minutos a miles de lectores de diferentes partes del mundo.

Además, las plataformas digitales favorecen el intercambio entre escritores y lectores. La comunicación ya no es unidireccional. Quien publica un poema recibe comentarios, sugerencias, interpretaciones y críticas casi de inmediato. Este diálogo puede enriquecer el proceso creativo y ayudar al autor a mejorar su estilo. Del mismo modo, los lectores dejan de ser simples espectadores para convertirse en participantes activos dentro de una comunidad literaria.

Otro aspecto positivo consiste en la enorme difusión cultural que ofrece el entorno digital. Nunca antes había sido tan fácil acceder a poemas clásicos y contemporáneos.

Bibliotecas virtuales, revistas digitales y archivos abiertos permiten consultar gratuitamente obras que hace algunos años solo podían encontrarse en bibliotecas especializadas.

Esta accesibilidad contribuye a despertar el interés por la lectura y facilita el aprendizaje de

nuevas generaciones de escritores.

La tecnología también ha ampliado las posibilidades expresivas de la poesía. Existen poemas que integran imágenes, música, animaciones, vídeos o elementos interactivos que enriquecen la experiencia estética.

Algunos autores experimentan con la tipografía, el movimiento del texto o incluso la inteligencia artificial para explorar nuevas formas de creación.

Estas innovaciones no eliminan la esencia de la poesía; simplemente demuestran que el lenguaje artístico puede adaptarse a los cambios tecnológicos sin perder su capacidad de emocionar.

Sin embargo, la poesía digital también plantea desafíos importantes. Uno de los principales riesgos es la velocidad con la que circula el contenido en Internet. Las redes sociales favorecen el consumo inmediato de textos breves que se leen en pocos segundos y se olvidan con la misma rapidez.

En muchas ocasiones, el lector dedica más tiempo a deslizar la pantalla que a reflexionar sobre el significado de un poema. La contemplación pausada, característica de la lectura tradicional, puede verse sustituida por una atención fragmentada.

Asimismo, la búsqueda constante de popularidad puede influir negativamente en algunos autores. En el entorno digital es frecuente medir el éxito mediante el número de seguidores, "me gusta" o compartidos.

Como consecuencia, ciertos escritores adaptan sus textos a las preferencias del algoritmo en lugar de desarrollar una voz auténtica. Existe el riesgo de que la profundidad literaria sea reemplazada por frases llamativas, fáciles de consumir y diseñadas para obtener una rápida reacción emocional.

Otro problema está relacionado con la sobreabundancia de información. Cada día se publican miles de poemas en Internet. Aunque esta diversidad resulta enriquecedora, también dificulta distinguir las obras de gran calidad entre una enorme cantidad de contenidos.

El lector puede sentirse saturado y abandonar la búsqueda de textos más complejos o innovadores. La facilidad para publicar no siempre va acompañada del mismo nivel de exigencia en la revisión, la corrección lingüística o el trabajo artístico.

También merece atención la cuestión de los

derechos de autor. En el mundo digital los poemas pueden copiarse, modificarse o difundirse sin autorización con gran facilidad.

Muchos escritores han visto sus obras reproducidas sin reconocimiento o atribuidas a otras personas. Esta situación genera preocupación y demuestra la necesidad de fortalecer la educación sobre la propiedad intelectual y el respeto al trabajo creativo.

A pesar de estas dificultades, sería un error presentar la poesía digital y la poesía tradicional como enemigos irreconciliables. La historia demuestra que cada innovación tecnológica ha despertado temores similares.

La imprenta fue considerada una amenaza para la transmisión oral; posteriormente, el libro electrónico pareció poner en peligro al libro impreso. Sin embargo, todas estas formas terminaron coexistiendo. Lo mismo puede ocurrir con la poesía contemporánea.

En realidad, el soporte no determina la calidad de un poema. Un mal poema seguirá siendo mediocre tanto en una pantalla como en una página impresa, mientras que un excelente poema conservará su fuerza expresiva independientemente del medio en que sea leído. Lo esencial continúa siendo la capacidad del autor para transmitir emociones, construir imágenes originales y encontrar las palabras precisas que permitan al lector descubrir una nueva manera de comprender la realidad.

El verdadero desafío consiste en utilizar las herramientas digitales con criterio. Internet puede convertirse en un espacio de aprendizaje, difusión y encuentro entre creadores siempre que no sustituya el esfuerzo por la inmediatez ni la reflexión por la búsqueda de aprobación instantánea.

La tecnología debe servir a la literatura, y no al contrario. Cuando el poeta mantiene su compromiso con la autenticidad, la sensibilidad y el cuidado del lenguaje, el medio de publicación deja de ser el aspecto más importante.

Otro aspecto que merece ser considerado es el impacto de la poesía digital en la educación y en la formación de nuevos lectores. Cada vez más profesores incorporan recursos digitales en sus clases para acercar la literatura a estudiantes que han crecido rodeados de pantallas.

Los poemas pueden compartirse mediante plataformas educativas, aplicaciones móviles o bibliotecas virtuales, lo que facilita el acceso a una enorme diversidad de autores y corrientes literarias. Además, la posibilidad de combinar texto, imagen y sonido puede despertar el interés de quienes, en un primer momento, perciben la poesía como un género lejano o difícil de comprender.

No obstante, el uso de la tecnología en el ámbito educativo también exige desarrollar el pensamiento crítico. Los estudiantes deben aprender a

diferenciar entre fuentes fiables y contenidos poco rigurosos, así como a valorar la importancia de citar correctamente a los autores y respetar la propiedad intelectual.

La facilidad para copiar y compartir información hace aún más necesaria una educación basada en la ética, la responsabilidad y el reconocimiento del trabajo creativo.

En este sentido, la alfabetización digital no solo implica dominar herramientas tecnológicas, sino también comprender los valores que sostienen la cultura y la creación artística.

Por otra parte, la convivencia entre formatos impresos y digitales puede enriquecer la experiencia del lector.

Muchas personas descubren un poema en las redes sociales y posteriormente buscan la obra completa del autor en un libro. Del mismo modo, numerosos escritores utilizan Internet para dar a conocer su trabajo y, más adelante, publican recopilaciones impresas que permiten una lectura más pausada y reflexiva.

Lejos de excluirse, ambos formatos pueden reforzarse mutuamente y ampliar el alcance de la poesía. La clave consiste en comprender que la innovación tecnológica no tiene por qué sustituir las tradiciones literarias, sino ofrecer nuevas posibilidades para preservar, difundir y renovar un patrimonio cultural que continúa evolucionando con cada generación.

En conclusión, la poesía digital representa mucho más una oportunidad que una amenaza, siempre que se utilice de forma responsable.

Ha abierto puertas que antes permanecían cerradas, ha facilitado el acceso universal a la cultura y ha permitido que numerosas voces encuentren lectores sin depender exclusivamente de los canales editoriales tradicionales.

Al mismo tiempo, exige desarrollar una actitud crítica frente a la velocidad, la superficialidad y la lógica de las redes sociales. La escritura tradicional y la poesía digital no tienen por qué competir; pueden complementarse y enriquecerse mutuamente.

Mientras existan personas capaces de emocionarse ante la belleza de las palabras, la poesía seguirá viva, ya sea escrita con tinta sobre el papel o iluminada por la pantalla de un dispositivo electrónico.



Kasia Dominik



Polonia

ENTREVISTA

Claudia Ballester Grifo

de Almazora (España)

*Escritora por vocación, poeta por pasión,
mensajera del alma y la palabra.*

Es enfermera de profesión, escritora por vocación y pasión, casada y madre de dos hijas. Es presidenta fundadora de **Ambrosía Poética**, poeta generacional y Embajadora Portavoz Honorífica de la **Generación del 23 – Parnaso Siglo XXI**.

Su trayectoria literaria ha sido distinguida con numerosos premios, reconocimientos y doctorados honoríficos a nivel nacional e internacional, consolidándose como una de las voces más destacadas de la poesía contemporánea en el ámbito virtual y literario.

DISTINCIONES HONORÍFICAS

- ✦ Pluma de Oro a su recorrido literario (2023).
- ✦ Doctora Honoris Causa en Filosofía y Letras por AEADO (2023).
- ✦ Doctora Honoris Causa en Filosofía y Letras por la Academia Mundial de Literatura Moderna Costarricense (2024).
- ✦ Premio Universal Oro Puro (2024).
- ✦ Premio Español en el I Concierto Mundial de España (2024).
- ✦ Estatutilla Generacional de la Generación del 23 – Parnaso Siglo XXI, España (2024).
- ✦ Medalla de Honor de la Estrofa Julia (2024).
- ✦ Galatea de Oro (2024), otorgada por la Academia Mundial de Literatura Moderna Costarricense.
- ✦ Premio Internacional Gabo Latino (2024), Confederación Mundial Literaria Plumas y Letras de Curumani.
- ✦ Premio Diamante Universal (2025), Academia Mundial de Literatura Moderna Costarricense.
- ✦ Niño de Oro por la Paz (2025).
- ✦ Galatea de Oro (2025).
- ✦ Doctor Honoris Causa en Literatura y Humanismo (2026), Academia Mundial de Literatura Moderna Costarricense.
- ✦ Académico N.º 036 de la UNIÃO DAS ACADEMIAS DE LETRAS ELOS E GUIMARÃES ROSA (UNALEGRO).
- ✦ Premio Mundial Espada de Justicia Divina (2026), Academia Mundial de Literatura Moderna Costarricense.

ACTIVIDAD CULTURAL

Ha recorrido el mundo a través de ferias literarias virtuales, recitales poéticos y conferencias, compartiendo escenarios con la hacedora de letras Ana Laura García Solache (México) durante el año 2022.

*“La poesía es mi forma de abrazar el mundo
y de dejar un rastro de luz en el alma de otros.”*

– Claudia Ballester –

CONCURSOS Y CERTÁMENES LITERARIOS

- ✦ Finalista (8.º accésit) en el IV Certamen Poético Internacional Estrofa Julia (España).
- ✦ Bicampeona en los Portales de César Vallejo.
- ✦ Primer lugar en los I Juegos Florales José Ángel Buesa (2021).
- ✦ Tercer lugar en los II Juegos Florales José Ángel Buesa (2022).
- ✦ Primer lugar en los III Juegos Florales José Ángel Buesa (2023).
- ✦ Primer lugar en el II Concurso de Poesía Trilce – Lateralía (2023).
- ✦ Primer lugar en el Concurso de Cuentos Pablo Yunque.
- ✦ Tercer lugar en el concurso History Love (febrero de 2023).
- ✦ Ganadora del concurso History Love 2025 (Círculo Literario César Vallejo).
- ✦ Ganadora del Festival Harden My Hearts (febrero de 2026), Círculo Literario César Vallejo.
- ✦ Segundo lugar en el certamen Love History (febrero de 2026), Círculo Literario César Vallejo.

RECONOCIMIENTOS ESPECIALES

- ✦ Considerada por los Portales de César Vallejo como la poeta con mayor proyección del campo virtual.
- ✦ Poeta del Año en los Portales de César Vallejo (2025).
- ✦ Poeta del Año en el Grupo Literario Sortilegio Menguante (2025).
- ✦ Culmen Poético del Grupo Literario Intergalácticos (2025).
- ✦ Ha participado en más de 450 grupos literarios internacionales, recibiendo múltiples reconocimientos.

OTROS PREMIOS Y RECONOCIMIENTOS

Ha recibido decenas de premios, trofeos, diplomas y reconocimientos especiales entre 2023 y 2026 por su excelencia literaria, creatividad, humanismo y aporte a la cultura y la paz mundial. Entre ellos: Premio Mundial (Caprichos de la Pluma) 2023, Trofeo Pluma Dorada 2025, Premio Internacional Humanitario “Elsa Patterer” (FEMALPC) 2025, Mariposa de Oro 2026, Trofeo Diamante 2026, Galardón “Respirar la Palabra” 2026, y muchos más que avalan su brillante trayectoria.

*Una vida dedicada a la palabra,
al arte y a la humanidad.*

¿Quién es Claudia Ballester Grifo?

Me llamo Claudia Ballester Grifo, casada, madre de dos hijas y enfermera de profesión, reinventada por cuestiones de salud y escritora.

¿Dónde nació y actualmente dónde resides?

Nací en el Hospital General de Castellón y soy de Almazora, lugar donde resido habitualmente. Tengo una segunda vivienda de verano en Benicasim, pueblo adoptivo al que adoro por pasar largas temporadas mirando el mar, que es mi pasión. Soy amante del sol, la playa, la montaña, la vida, y me cojo a ella con uñas y dientes.

Vives entre Almazora y Benicasim, de los dos ¿con cuál te quedas y por qué?

Yo no puedo elegir un pueblo cuando llevo a los dos en mi corazón. El primero es mi arraigo, Benicasim es mi lugar de verano y llevo tantos años que ya lo considero mi pueblo de adopción. Yo tengo dos hijas, si tuviera que elegir entre ellas no podría. Así es mi amor por Almazora y Benicasim, mi vida y mis recuerdos están ligados a ellos.

Cuando muera me gustaría que echaran mis cenizas entre el Torreón y el Voramar (Benicasim). El mar es mi mundo.

De tu infancia, ¿qué recuerdos tienes?

De mi infancia creo recordarlo prácticamente todo; soy una persona con memoria fotográfica y con unas impresiones bastante claras de lo que fueron mis penas y alegrías. Recuerdo unos años felices llenos de amor y de libertad infantil con amigos y juegos en la calle. A los 8 años me detectaron una enfermedad que definiría mi vida, mi forma de pensar y proceder; aun así, mi madre fue una persona que supo entender mi afán de libertad y, guardando sus miedos, me dejó ser una niña normal.

De tu familia, ¿qué destacarías?

La unión y el amor. Me he sentido siempre querida y apoyada. Somos tres hermanos y cada uno hemos encontrado nuestro lugar sin distinciones por sexo o circunstancias. Es lo mejor que pueden hacer unos padres por sus hijos: amarlos y apoyarles.

De mi madre tuve comprensión y fue guía en cada momento. Modelo excepcional de valentía y arrestos para que pudiera desenvolverme en un mundo competitivo con las herramientas de la perseverancia y la fe. No rendirme, esa era mi máxima; no importaba lo que me costara.

De mi padre tengo la ilusión y la imaginación desbordante, ese niño eterno que llevamos dentro y que atrae con su ingenuidad a pesar de cumplir años. Él me traía al hospital los cuentos que le pedía, mientras mi madre se quedaba conmigo. Yo leía y leía, y luego escribía en mi diario. Tenía 8 años y un mundo interior que crecía descubriendo la enfermedad y haciéndola mía..

¿Qué estudios tiene?

Tengo el grado de Bachiller, Selectividad

(Acceso a la Universidad) y DUE (Diplomado Universitario de Enfermería) en Castellón.

¿Qué profesión ha ejercido y dónde?

He ejercido de enfermera todo mi tiempo laboral, que fue corto (6 años). Trabajé en el Hospital Son Dureta de Palma Mallorca durante 2 años.

Allí me desplacé con 27 compañeros de mi promoción a los que, tras consultarles, quisieron venirse conmigo a vivir la aventura de las islas.

Recién salidos de la facultad embarcamos.

Volví a Almazora para casarme con el novio de toda mi vida; llevábamos 10 años de noviazgo, el que sigue siendo mi marido.

Trabajé en el Hospital General de Castellón en Urgencias y luego me trasladaron a otro hospital, "Gran Vía" de Castellón, donde estuve en Quirófanos y Esterilización.

Terminé mis días laborales trabajando en Benicasim y Oropesa.

Jamás he cogido una baja; salí directamente de mi trabajo en ambulancia para ingresar en diálisis como paciente y no volver a trabajar tras 8 de insuficiencia renal.

¿Por qué elegiste la enfermería como profesión?

Yo quería ser médico. Esa fue mi elección, por lo que escogí el bachiller de ciencias puras. El determinante fue el conocimiento de la enfermedad y la necesidad de ayudar a los demás con cariño. Para mí es fundamental tratar con cariño al enfermo.

A los 18 años mi diabetes ya me había destrozado. Me diagnosticaron insuficiencia renal y retinopatía diabética, por lo que ya sabía que me esperaba la diálisis y que me quedaba ciega. Decidí hacer una carrera más corta pensando en poder acabarla y lograr trabajar algo, como así fue.

Me hice enfermera y lo disfruté desde el momento que entré en la facultad. Tuve que decir "No" cuando llegó la aceptación de mi entrada en la facultad de medicina. Creo que fue el primer "No" de tantos como vendrían después. Dolió, debo reconocerlo; ahí comprendí que hay que luchar con expectativas reales.

De su profesión, ¿qué destacarías?

La cercanía con el enfermo. Fui una enfermera muy querida por los pacientes y por los compañeros.

Me gustaba mucho mi trabajo y doblaba turnos en Palma Mallorca para pasar temporadas en casa de Almazora, al lado de los míos. Trabajo y familia, ese es el secreto de la felicidad para mí.

Al ser enfermo crónico entendía mucho el sufrimiento y la incompreensión que acarrea esta situación. Sabía hablarles y ayudarles, sobre todo a los diabéticos con ajustes de insulina.

Atesoro recuerdos muy bonitos; mi vida está marcada por la emoción.

Escribí un libro, "Claudia", 500 páginas autobiográficas donde hablo de la diabetes como paciente, enfermera e hija de padre diabético falleci-

do por esta enfermedad. Yo daba mi vida porque el doliente sea tratado con la dignidad que merece; ese fue mi principal motivo para decidir vivir día a día con la enfermedad, a pesar de mis circunstancias.

Tu vida está marcada por la enfermedad, ¿cómo la has superado?

La enfermedad crónica no se supera, se aprende a vivir con ella, y yo aprendí a muy temprana edad. Mi madre decidió que tomara las riendas de mi vida. Aprendí a pincharme insulina, a gestionar mis glucemias, a controlar mi dieta y a saber de nutrientes a una edad que los niños no tienen ni idea.

Esto fue definitivo y fantástico para que yo me enfrentara con mis diferencias a los demás y comprendiera la intolerancia de algunos. Fui distinta y aprendí a vivir con ello. Y, sobre todo, fui independiente y autosuficiente para poder ir a las excursiones de escuela y fin de curso sin mayor problema. Hay que tener en cuenta que nací en 1964; entonces la insulina era de cerdo y no teníamos jeringas desechables. Nada que ver con las facilidades y avances técnicos actuales.

Yo era Claudia Ballester Grifo y era diabética; sabía que tenía que luchar en un mundo de sanos y mi intención era parecerlo. Y hoy puedo decir que lo logré y sigo en ello como escritora.

¿Algún consejo para los que tienen una enfermedad crónica?

No soy de dar consejos; soy más de escuchar y de que el otro, hablando, se dé cuenta de lo que necesita. Lo ideal es que uno interiorice cuál es su prioridad en la vida y qué es lo que pretende conseguir.

Si tuviera que dar un consejo, diría que la enfermedad es una piedra en el camino que debemos redondear para que nos sea lo menos incómoda posible; no podemos apartarla porque va con nosotros, pero podemos acoplarnos.

No vayamos de enfermos por la vida; la enfermedad no se entiende, es más, asusta. El enfermo es una persona que necesita cariño; seamos nosotros los que demos ese cariño para que sea de vuelta y no nos falte.

Seamos atrayentes porque el enfermo es sabio, comprende, y en la comprensión hallamos fortaleza.

Debemos coger las herramientas que nos da la vida en el camino del dolor para revertirlo y ver vida y esperanza donde otros ven agonía y muerte. Aportemos a la sociedad lo que podemos y desechemos lo que no se puede. Seamos realistas y resolutivos, porque la mente sana es el asidero de un cuerpo enfermo.

¡Adelante siempre!

¿Cuándo has empezado a escribir y por qué?

Empecé a escribir a la vez que aprendí a leer. El mundo de las letras me fascinó desde párvulos y fui siempre adelantada en esta materia.

Mis primeros premios los conseguí en el co-

legio y en el instituto. Los maestros siempre me decían que era muy buena para todo, pero que las letras eran mi camino. Así que, tras mi invalidez, me refugié en ellas.

Para mí, escribir era como hablar, y siempre he sido habladora y muy social. He escrito tanto en esta vida que lo tuve que quemar. Hoy lo lamento, pero realmente no había dónde guardar tanto material: reflexiones, lamentos, amores, anécdotas, las cartas a mi novio en marina... tantas y tantas hojas. Las quemé a sacos y quedaron siendo parte de mí, de la poesía de hoy.

¿Cómo fue tu inicio en la literatura?

Me siento como un capullo que abrió tras el trasplante de páncreas y riñón. Fue un nuevo comienzo. Yo empecé publicando novela, "Claudia", y fue tras un complicado periplo vascular, donde pasaba mucho tiempo en cama, cuando apareció ese afán de expresarme de forma más emocional con el lector.

Sentí un ahogo del que debía librarme, tal vez ansiedad, y así fue como la resolví.

En aquel tiempo seguía a un autor catalán, José Luis Posa Lozano; fue él la persona que me animó a publicar en Facebook. Las redes han permitido al escritor la divulgación de sus letras, y yo encontré en ese mundo una nueva vida que me ha traído muchas gratificaciones.

¿Qué busca con la poesía?

La poesía me ayuda a expresarme, a sacar esos sentimientos que pugnan por abrirse camino.

Con mi poesía trato de crear belleza, pero cada verso transmite también enseñanza, lo que la vida me ha ido mostrando y yo he comprendido de ella. Mis versos hay que leerlos despacio, porque esa niña bonita tiene un alma que es su fuente. La metáfora es la estrella que marca el camino de mis escritos; no sé expresarme sin ella, me ayuda a superar mis pudores y a ser franca y de verdad.

Me encanta trabajar el género gótico y surrealista, es excelente para ciertos temas, y el verso libre, que me da la libertad para volar sin ataduras.

Es mi naturaleza; un alma presa de su cuerpo no se deja atar por estructuras rígidas ni métricas, aun así he encontrado en la "Gaonesa", creada por el ilustre poeta Edwin Antonio Gaona Salinas, y en la estrofa "Julia" de la Dra. Consuelo Giner Tormo un campo de gran interés.

¿En qué estilo literario te sientes más cómoda?

Yo vengo de la novela y el teatro. Me encanta el mundo de la farándula; actualmente me refugié en la poesía y voy adentrándome en las retóricas.

El escritor está en continuo aprendizaje, y yo tengo la suerte de surtirme de una gran biblioteca que es mi casa literaria, Ambrosía Poética. Leo mucha poesía diariamente, intento comentar a todos los autores, y en este intercambio encuentro una gran fuente de inspiración.

He sido siempre una lectora compulsiva; tal vez de ahí provenga mi vocabulario y mi imaginación. El poder de crear nos hace libres, y eso es algo que mi alma ansía. La poesía romántica junto a la social despiertan mi primario instinto, pero me siento cómoda en todos los registros.

¿Cuál fue el motivo de pasar de la novela a la poesía siendo dos géneros literarios tan diferentes?

Pasé de la novela a la poesía por mi compromiso con el mundo virtual.

El mundo virtual se caracteriza por la rapidez y la pronta respuesta. Los lectores no se preocupan por leer textos largos y la poesía es una manera directa de transmitir las emociones enviando claros mensajes al lector. El día que deje Ambrosía Poética y las redes, tal vez reemprenda la novela.

En tus poesías, ¿qué pretendes reflejar?

El amor. Pienso que el amor es el océano de vida, el valor padre de todos los valores; con él llegamos al hombre bueno de Federico García Lorca. Si amáramos más, no habría guerras, la paz vendría como madre que sustenta a su hijo y lo quiere ver crecer. Con amor a la naturaleza, la supervivencia es un hecho. El amor saca lo mejor de nosotros mismos, y el bien del otro es el nuestro. El modelo de Jesús me parece la mejor enseñanza.

¿Cuántos libros tienes escritos?

Libros publicados:

- "Claudia", Editorial Antinea (2001)
- "Amanecer", Círculo Rojo (2020)
- "Manantial de pasiones", Diversidad Literaria (2024)
- "Los Labios del Verso", Amazon (2025)

Sin publicar:

- "Esencia Fémica" (Novela) 2021
- "Historias de la Postverdad" (Relato) 2020
- "El Conde Pat" (Cuento) 2020
- "Pat" (Teatro) 2024

"Claudia" es una novela autobiográfica. La publiqué coincidiendo con mi viaje a China a por mi primera hija. Parí un libro y una hija a la vez, y lo recuerdo como la experiencia más gratificante de mi vida. El libro tuvo gran repercusión porque se la consideró una obra guía y modelo para la juventud, obteniendo un lugar privilegiado en colegios e institutos.

"Amanecer" es mi primer poemario, un libro ilustrado con mis primeras 100 poesías. A cada libro lo amo por una cosa. Este es especial por su pureza, adecuado también para la escuela.

"Manantial de Pasiones", un poemario de duetos romántico-eróticos con el autor ecuatoriano Nelson Aguinaga. Una experiencia maravillosa donde las letras quiteñas y españolas empastan muy bien.

"Los Labios del Verso". Una obra genuina con mi sentir de mujer, editado por mi hija mayor, Lidia Mingxia Miravet Ballester, y publicado por

Amazon para que llegue y vuele lejos sin fronteras.

¿De qué libro estás más orgullosa y por qué?

Estoy orgullosa de cada uno de ellos, al igual que de las antologías de las que formo parte. El papel da alas a mis letras y verlas libres me llena de felicidad, pero si tengo que elegir uno, sería mil veces mi novela, "Claudia". Ese libro se convirtió en mesilla de noche y se vendieron más de 3000 libros a nivel local, tan solo sin ninguna promoción. Fue el libro con el que me di a conocer como escritora.

¿Dónde se pueden adquirir tus libros?

"Claudia" no se ha reeditado y ya no quedan libros.

Los demás, poniéndose en contacto con las editoriales:

- Amanecer en "Círculo Rojo"
- Manantial de Pasiones, "Diversidad Literaria"
- Los Labios del Verso (Amazon)

Pueden ponerse también en contacto conmigo.

De todos los premios y reconocimientos que te han dado, ¿con cuál te quedas y por qué?

Mi mayor premio es que se me quiera, y el cariño me viene a raudales. El lector me hace feliz.

El premio más relevante en mi vida es pertenecer a la generación del 23 Parnaso siglo XXI y ser su Embajador Portavoz Honorífico. Este honor se lo debo a la madre de la generación, Líder Organizador y Poeta de Referencia, "María Paz Sainz Angulo", y al Líder Héroe, "Edwin Antonio Gao-na Salinas". Gracias a ellos obtuve en Ontinyent (2024) la estatuilla de Embajador Portavoz de la generación y el Premio Español.

También debo agradecer al Líder Mentor Honorífico de la generación la invitación a Perú en 2023 para recoger la Pluma de Oro a mi recorrido literario.

Junto con otros escritores creaste un grupo poético en Facebook, ¿con qué objetivo?

Soy presidente fundador de Ambrosía Poética, aunque he sido administradora en otros grupos, y también fui presidente fundador de la Filial España de Unión Mundial de Poetas Escritores México.

En la actualidad formamos el equipo administrativo:

- Claudia Ballester Grifo
- Nelson Lenin Aguinaga Ortiz
- María Negrete
- Espi Cantillo
- María Del Carmen Andreozi
- Kleber Bolívar Sotomayor Gallardo
- Luzmelia Meléndez Flores
- Alejandro Zarauza
- Carlos W Nieves Contreras
- Elizabeth Álvarez
- Yoleida Vásquez

- Ycela Navarrete
- Carmen Parra
- Francisca Sánchez
- Magda Santana
- Lydia Preciado
- Reina Vera
- Lourdes Brache
- Myrna Preciado
- Juana Cristina LaTorre
- Martha Echemendía Fuentes
- Zuni Schmidt
- Nidia Colman

Sin ellos no sería posible este sueño de llevar a los autores de la mano en este camino que empecé hace doce años en el mundo virtual. Es fundamental en Ambrosía Poética el trato cercano con el autor, respetando siempre sus letras y su sentir. Lo bonito se dice en los comentarios; si tenemos que hacer alguna corrección, siempre por privado y con todo el aprecio del que confía en nosotros.

Ambrosía es un remanso de paz que se dedica a las letras; nuestro objetivo no es otro que acompañar y dar visibilidad a los autores.

¿Cómo le va a tu grupo de Facebook?

Somos 19.600 autores los que formamos parte de Ambrosía Poética; en 5 años hemos alcanzado este logro, y eso que Face nos limita mucho las entradas. El grupo es público, como se diseñó en sus inicios, mas lo tuvimos que pasar a privado en una ocasión en la que fuimos atacados por vídeos de componente pornográfico. Resuelto este problema, volvimos al cauce público para que tengan acceso todos los poetas en libertad.

Actualmente ¿qué proyectos tienes?

Yo tengo el honor de pertenecer a la generación del 23 Parnaso S XXI. Mis objetivos son un poco los de ellos. Una poesía abierta al mundo donde la diversidad es nuestra riqueza. Un léxico moderno sin olvidar las joyas lingüísticas de nuestro lenguaje, solidaridad con la realidad vigente. Yo añadiría la defensa del español de Cervantes y su unidad lingüística tan enriquecedora con variedad de matices. Mis proyectos inmediatos se fijan en la II Concierto Mundial de Versos del Movimiento Parnaso S. XXI que se va a dar en Ecuador en este 2027.

Sigo compartiendo mis letras en multitud de grupos literarios. Diversos miembros de la generación organizan eventos poéticos de gran interés a los que me sumo de manera presencial. Participó en recitales poéticos de Ambrosía con Ecos Poéticos Radio en el programa "Cruzando Fronteras" del poeta y locutor, Rodolfo Santoya y próximamente con la poeta y locutora, Mirtha Milian en su programa radial en un programa para Europa.

En septiembre presentaré de forma presencial mi último libro, "Los Labios del Verso" en varios locales públicos.

Mi compromiso es con la generación del 23 Parnaso S.XXI y con mi grupo literario "Ambrosía

Poética". Si Dios quiere moriré con una pluma en la mano.

¿Algún consejo para los que empiezan a escribir?

Que lean mucho. El escritor se hace leyendo, aunque nazca con el don natural. Leer va a enriquecer su vocabulario y va a abrir su mente.

Leer para comprender y, luego, escribir para interpretar el mundo desde nuestra experiencia.

Cada escritor alcanza su esencia y su cuño propio por su forma peculiar y única de expresarse. Ahí se hace el autor, cuando no necesita firmar su obra para que sepan su autoría.

Aparte de tu labor literaria, ¿qué hobbies tienes?

Muchos. Soy una amante de la vida. Disfruto de ella; a veces desde mi silla de ruedas, otras desde mi habitación volando con las aves del pensamiento y en el fondo del mar del sentimiento como sirena.

Me gusta la lectura, escritura, el cine, teatro, la música, hacer punto (jersey, tapiz y bordar), la pintura; gané algunos premios también en ese arte. Bailar me encanta, he ganado en algunos concursos donde aún tenía pies para hacerlo.

Me apasiona descubrir; soy muy curiosa y me meto en todo con la intención de aprender.

Senderismo, bicicleta, natación. Actualmente dadas mis condiciones bicicleta estática y paseos. Desde muy pequeña mi inclinación a las enciclopedias de plantas y animales, música clásica, medicina, sexualidad, esoterismo e hipnosis, religión, filosofía... tantas y tantas cosas, y digo igual de curiosa: me fascina una buena conversación, un encuentro con los amigos, pero, sobre todo, mi vida familiar es mi riqueza y mi tesoro. Era una niña que pedía libros a los Reyes Magos, juegos de química, microscopio, aunque también muñecas. Siempre tuve un gran instinto maternal.

¿Cómo te gustaría en un futuro que te recordasen?

Con cariño. Eso me gustaría: vivir un poquito en cada uno de los que llegó a conocerme, sabiendo que soy una persona que he vivido para los demás; tal vez por eso soy tan prolífica escribiendo, necesito llegar a todos porque pretendo ser luz para muchos. Si con mis circunstancias he llegado, contra todo pronóstico, a los 62 años, creo poder demostrar que se puede ser feliz en una vida diferente a la que se desea; sin embargo, yo no la cambiaría por ninguna. Soy lo que soy gracias a ella; me formé en duras batallas y salí vencedora y reforzada.

Quiero que se me recuerde como enfermera y escritora, mis dos elecciones de vida donde me doy por entero. Una mujer que cree en el hombre bueno, una mujer de corazón. A veces confundimos "bueno" con "tonto", pero eso solo lo hacen los ignorantes.

Angel Manuel García Álvarez

Fotos de Nuria Bazán Vega



Jardines de la Mezquita de Córdoba



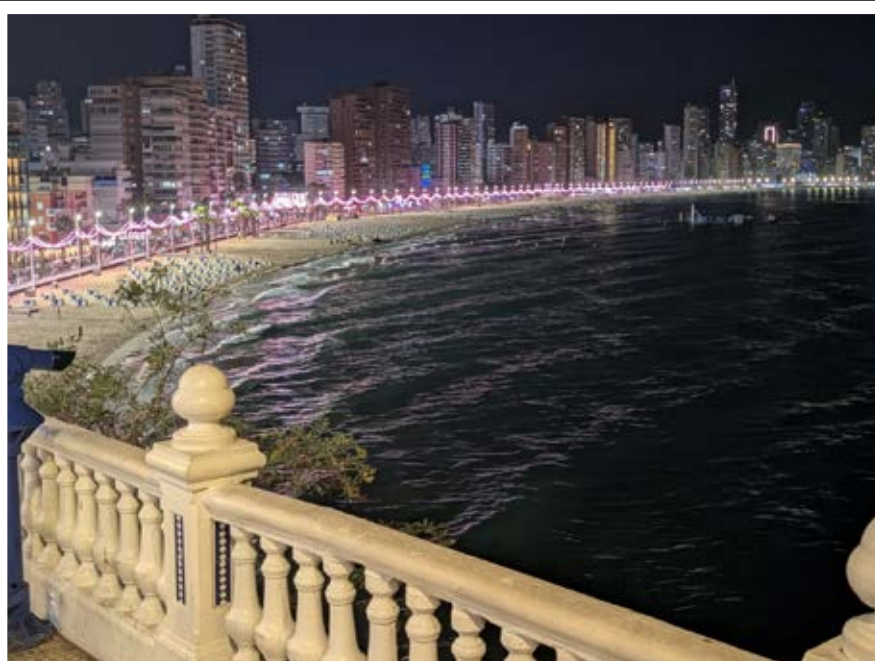
Interior de la Mezquita de Córdoba



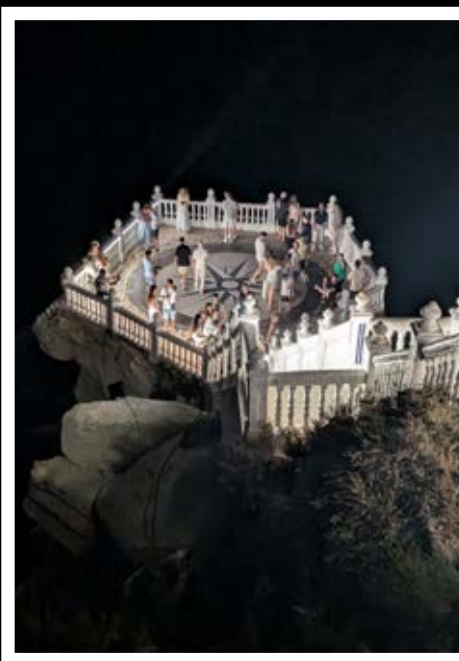
Puerto de Roses



Punta Falconera



Playa de Levante de Benidorm



Mirador de Benidorm



Ría Poio (Pontevedra)



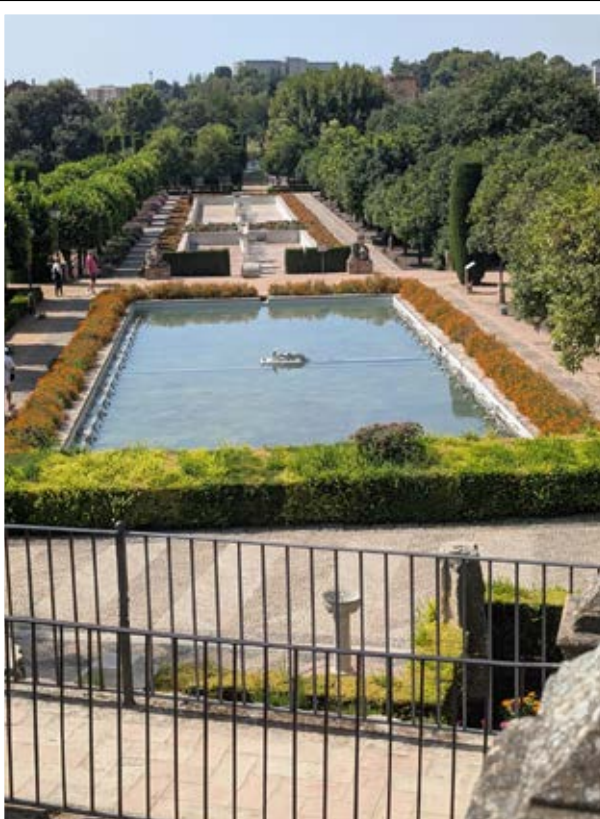
Ría Poio (Pontevedra)



Puerto de Poio (Pontevedra)



Ría Poio (Pontevedra)



Jardines del Alcázar de Córdoba



Ría Poio (Pontevedra)



Nuria Bazán Vega



España

Dinámica 88

El beso del ultimo aliento

VIERNES DE

Nostalgia

DINÁMICA 88





Tema:

EL BESO DEL ÚLTIMO ALIENTO

REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

- ✦ Extensión mínima : 14 versos.
- ✦ Extensión máxima : 30 versos.
- ✦ Modalidad: Poesía, Prosa u Oda.
- ✦ Uso obligatorio de tropos literarios.
- ✦ Solo un poema por poeta.
- ✦ Publicar dentro del horario establecido.
- ✦ Las participaciones realizadas fuera del horario indicado no recibirán certificados.

FORMATO DE PUBLICACIÓN

- ✦ Viernes de Nostalgia
- ✦ Dinámica 88
- ✦ Tema: El beso del último aliento
- ✦ Autor
- ✦ País
- ✦ Título del poema
- ✦ Coloca el flyer oficial de la dinámica y la fotografía del perfil del participante.

Invita:

Ruby Moreno

Y el equipo de administradores de
DINÁMICAS Y PREMIACIONES DE POESÍAS Y FRASES BONITAS



Ruth Moreira
de Mendez



Ely
Balderas



Raúl Umbo
Castillo

Hay adioses que duelen,
pero un último beso
puede guardar para siempre
la ternura de un gran amor.

Nos dijimos adiós

Nunca creí que llegaría ese día.
Durante mucho tiempo pensé que el amor podía con todo,
que bastaba con abrazarnos fuerte
para que las heridas dejaran de doler.

Pero las despedidas también maduran en silencio.
Empiezan con una llamada menos,
con un "después hablamos",
con los abrazos que ya no encuentran el mismo calor.

El día que nos vimos por última vez
no hubo reclamos ni promesas imposibles.
Solo dos personas cansadas de luchar
contra un destino que ya había tomado su decisión.

Te miré como quien contempla por última vez
el paisaje donde fue feliz.
Tomé tus manos entre las mías,
y antes de soltarlas, besé tu frente.

Ese fue el beso del último aliento.
No para dejar de amarte,
sino para agradecer todo lo que vivimos,
lo bueno y también lo que nos hizo crecer.

Ruby Moreno



Panamá

Nº 24



Mi último refugio

Si he de marcharme de este mundo querido
Que sea una despedida en tus brazos
Que sea el calor del abrigo de tu regazo
Y con un beso de tus labios me quedé dormido.

Como el amor traspasa fronteras
Espero verte en el más allá
Donde el olvido jamás llegará
Y nos amemos de múltiples maneras.

Quiero que sea tu cara que vea
Al cerrar los ojos por última vez
Que sea esa mirada que disipe la escasez
De luz que se apaga, mientras mi alma se eleva.

Quiero el último aliento dejar
En tu boca sagrada, magia de libertad
Y en ese instante de eternidad
Nuestro amor infinito fundir y sellar.

¡Quisiera despedirme de tí
con un beso y esperarte en la eternidad!

Luis Ernesto Perozo
Sibira



Venezuela

Nº 24



Un amor puro y natural no se puede ocultar

Con la personalidad intensa que tengo,
no nací para vivir a medio camino,
ni para amar en silencio, ni sentirme con el corazón perdido.

Yo tengo sentimientos sinceros y merezco respeto.

No podría estar con alguien que me deje en la nada sin importar nada,
que apague mis palabras, que no escuche mi llamadas.

No soy de medias tintas, ni de amor a ratos ni de malos tratos,
yo entrego el alma entera, no pedazos baratos que no valen tanto.

Y si alguien puede estar horas sin saber de mí vivir,
entonces no es el lugar donde debo seguir debo partir.

Porque merezco presencia, atención y verdad natural,
un amor que no dude, que me sepa valorar y respetar.

Ser intenso no es fallar, es mi forma de amar y valorar,
y quien quiera quedarse, que me aprenda a cuidar y respetar.

Porque amar de verdad es demostrar sin importar los demás.

Porque el amor puro y natural no se puede ocultar.

Andy Marvin



Bolivia

Nº 24



Dónde la lluvia guarda tu nombre

No fue el amor un puerto tranquilo,
que una hoguera encendida
bajo la lluvia,
una primavera
naciendo en el invierno,
un puñado de estrellas obstinadas
negándose a abandonar el cielo.

Tu voz era un río
atravesando mis silencios,
y mis manos, aves cansadas,
encontraban refugio en tu abrazo.

Pero el tiempo,
ese ladrón de relojes y promesas,
comenzó a sembrar distancias
entre nuestros días.

Las palabras
se volvieron hojas secas,
los sueños aprendieron a despedirse,
y la nostalgia ocupó lentamente
los espacios de la luz.

Entonces llegó aquel instante,
tan breve
como el temblor de una lágrima,
tan eterno
como una cicatriz en el alma.

Allí quedó suspendido
el beso del último aliento...
como una rosa
floreciendo entre ruinas,

como la última estrella
antes del amanecer,
como una canción
que se niega a morir.

Y aunque el adiós cerró sus puertas,
aún regresas algunas noches
en el rumor de la lluvia,
en la memoria de mis manos,
en los rincones
donde el corazón resguarda
lo que el tiempo jamás pudo llevarse.

Porque hay amores que terminan,
pero dejan su luz encendida
para siempre.

Yara Lambrach



Colombia

Nº 24



¡Besame el alma, oh amado!

Si logras escuchar mi frágil corazón
oh amor de mi vida, mi amado!
es que las paredes de mi piel
ya no logran detenerlo mas
cuando tu presencia con inspiración
besan mis sentimientos más ansiados
y dejas en mis labios ese sabor a miel
de tu boca, me desnudo de mi cuerpo fugaz.

¡Bésame oh amado, hasta mi alma!
que, para ti, por siempre será reservada
con regocijo en mis alegrías de plenitud
con tus besos ya divago por el firmamento;
soy tu doncella y tus besos mi alma aclama
en mis noches y días, ansió por ti ser amada
ámame bajo la lluvia y sacia con prontitud
mi ansiedad de ser tuya en cada momento.

Bésame el alma bajo la lluvia sin pudor
con la magnificencia de tus inspiraciones
oh poeta!, eres el dulce néctar para mi ser,
hazme sentirme amada pronto en tus pieles,
que yo seré tu mejor y eterna compañía;
porque en sueños y en el más allá ser tu amor
me deleitaré con las fantasías de tus pasiones
con un beso te recibiré en cada amanecer
mi vientre, corazón y alma, para ti fieles
porque eres oh amado, mi excelsa alegría.

Bésame, con tu último aliento,
quizás hoy sea ya momento
de que me lleves al firmamento
de tus inspiraciones oh amado,
besa ya mi corazón enamorado
y desfallecer en tu recinto sagrado.

Juan Roberto
Cubero Jiménez



Costa Rica

Nº 24



En calma

Aunque te he besado siempre,
no sé cuántos besos te he dado,
al comienzo casi eran robados,
ahora, nuestras voluntades se funden.

Pero no me cansaré de beberme
el néctar que tu boca anida,
la sensación de la luna en la ventana
y las cortinas alegres si te miran.

Es como una oración habitar en tu labio,
una canción cuando te saco un suspiro,
cada sonido de un beso es un verso
que, al final, la historia es un poema.

El corazón acelera sus latidos, agitado,
porque sabe que un beso tuyo es dulce,
como el panal que la abeja se detiene
para multiplicarse a sí misma, en calma.

Supongo que el día que me mache,
a descubrir el mundo nunca visto,
con el último suspiro, te prometo,
darte el último beso que recuerdes.

René Fonseca Borja



Ecuador

Nº 24



Mariposas internas

Amarte ha sido un placer,
sentir en mi corazón tus latidos,
tu mirada en mis ojos,
tu aliento junto al mío.

A pesar de los cambios surgidos,
ajenos al querer del deseo,
que se presta con agrado,
en la mirada de la nueva aurora.

Ha quedado tan grato sabor,
del tiempo que en mi pecho retoza,
abrazando sentimientos del cariño que lo evoca:
Para deleite del tacto,
que quedó en la piel del alma,
provocando mariposas internas.

El tiempo, evoca en mi garganta,
sentimientos de cariño,
abrazos estremecidos,
suspiros y deseos;
El beso del último aliento,
vive siempre conmigo.

Me llevo remembranzas,
latidos gratos, caricias
que embellecen el recuerdo.

Magda Miralles
Cazorla



España

Nº 24



Donde termina el beso

Tu nombre aún florece sobre mi silencio,
como una rosa que se niega a morir;
el tiempo vistió de invierno mi recuerdo,
pero jamás pudo dejarte partir.

Te marchaste despacio, como la tarde
que besa el horizonte antes de dormir;
y mi corazón, convertido en un ave,
aprendió en tu ausencia el arte de resistir.

Nuestro último beso no fue una despedida,
fue un jardín temblando bajo la piel;
dos almas abrazando la misma herida,
mientras el destino cerraba el laurel.

Aún conservo el perfume de aquel instante,
donde tus labios fueron lluvia y luz;
allí comprendí que el amor verdadero
no conoce la sombra de un ataúd.

Porque quien ama jamás desaparece;
se vuelve luna cuando falta el sol,
se hace viento cuando el pecho entristece,
y vive escondido dentro de una flor.

Hoy no te retengo, tampoco te olvido;
te dejo partir con inmensa gratitud.

Mi último aliento pronuncia tu nombre,
y mi último beso lo entrega la eternidad.

Jesús de Nazaret
Revatta Saravia



Perú

Nº 24



Caudillo del ultimo aliento

Supón aquel cielo empinado
cuando se pose el erizo y te mire
bendiciendo el crisol que se emana
y ciñas mi sombra que la pasión te trae.

Que hay de ti cuando calcine con mi amor
aquella lobreguez que te abraza
habré de consumir la piel
en el preludio arisco
cuando el alba se doblega.

Que se enardece y te antoje
saber que tendré previstas las pretensiones
si trasteas el tirante regimiento
recorriendo surcos aproximados al amor.

Que se enarbolan como caudillo
en el beso del último aliento
embebido en afluyente de pasiones
en alharacas de una aleve lengua
que no tuvo necesidad de hablar
en pasiones que ofrecí
minando el aullido
de briosas lecciones.

Isabelita Vigo



Perú

Nº 24



¿A quién desear?

Estoy apasionadamente enamorado de ti
y quiero acariciar tu cuerpo desnudo
besando tus labios consumiendo mi deseo
por ti.

Encontré la paz que tanto he buscado a tu lado
pero sufro
porque otros brazos se estrechan sobre mí
esta noche cuando pienso en ti.

Perdóname mi nuevo cariño por lo tanto que te amo,
pero mi almohada no me deja en paz
al tener dos amores y no saber a veces
¿a quién desear?

Prefiero quitarme la vida que seguir viviendo
en un infierno
sabiendo que dos amores no pueden ocupar...
el mismo lugar.

Frank Brewster



Estados Unidos

Nº 24



El último beso

Los días transcurrían entre penas y lágrimas
tristeza y llanto en aquel umbral
recuerdos pasados atormentas de fuego
volcanes de arena
eran tu ego
la tierra se abrió de golpe
negros pájaros cantaban en las sombras
parecen rezar sin pena ni gloria una larga enfermedad
robo su historia
no pudo evitar el último adiós
y el alma se fue dejando
un dolor
oscuros pensamientos cruzaban los cielos
jinetes de sombra
rompían el duelo
cuatro presagios de antigua
historia galopaban trayendo gris memoria
un negro cielo nos hizo temblar
cuando la tierra se abrió
testigo fugaz
tiempo cruel y amargo,
testigo del dolor cuando,
negras nubes
cubren el cielo del corazón
el beso del último aliento,
apago las sombras de ese sufrimiento.

Adalee Moreno
Montenegro



Venezuela

Nº 24



Epitafio de un beso

Cuánto agravio sienten mis labios,
cuántas palabras sollozan honda aflicción,
el aire cansado de tus labios ya se despidió;
una partida, un adiós.

En la sala huérfana se apaga la flama de tu mirada inerte,
mis labios sobre tu cuerpo en lecho de muerte,
percibo el olor de tu piel y en un inhóspito silencio
recuerdo el ayer y lo que fue.

Un soplo de vida un pájaro herido que pende de un hijo;
ave blanca cuan crepúsculo que tiritan de frío,
sigilo de un suspiro perdido,
al cegar mis ojos te veo volar entre surcos de lirios
cubiertos con abrasante frígido.

Aliento de sombra y fuego que busca el cielo,
lamento de un amor que no se ha muerto;
mi alma desamparada y sin denuedo,
labios dulces que se quiebran como hielo,
al darme el último beso preludio de un duelo.
En medio de la noche oscura,
la agonía agobiante susurra,
el suave aroma quedó disperso en la alcoba,
el reloj centinela suena con marcha funesta,
el confuso Tic tac me hace dudar de tus inexistentes latidos
y de que ya no estás.

Entrega en el instante preciso; sentir de tus labios el último suspiro,
palpar la frialdad de la muerte en tu cuerpo inerte helado calor,
la vehemencia de la pasión solo es tristeza y dolor.
El aire se perfuma con tu efluvio,
se rompió el cristal de mi querer y el tuyo,
ya no hay tiempo ni alborada,
el llanto rompe el silencio sobre la almohada,
solo quedó un epitafio de un beso en el último aliento.

Marilyn Tablero



Venezuela

Nº 24



El último beso

Nos encontramos en el instante equivocado, somos dos almas que están en dos sitios diferentes, tus besos y las caricias junto con tus manos conocían el camino hacia las mías, pero el destino nos dio una mala jugada, un amor que no llegó a tiempo.

Entre nosotros hubieron palabras que nacieron del alma para quedarse, esas miradas que encontraron un verdadero hogar, y ese silencio que dijeron mil palabras sin decirnos nada.

A veces el amor nace en un lugar donde nunca podrá vivir, no es por la distancia ni el tiempo, sino dos almas y corazones unidos en un solo ser, con mil latidos y recuerdos vividos el amor no conoce las fronteras.

Y el destino y la vida, nos escribió en diferentes destinos y tiempos, pero no olvidamos este amor, una parte en mí sonríe y doy gracias a Dios, agradecida por haber coincidido contigo, aunque fue por un instante que este amor aprendió a amar y durar toda una eternidad.

Zambrano Duque
Marynesicó



Venezuela

Nº 24



Hasta él último momento

El besó del último aliento.

En él laberinto de tú mirada
está la clavé del último besó
aquél, qué té di,
cuando tus ojos
sé posaron en los míos.

No,, supe controlar mi deseo
era de noche,
la luna cómplice de mis pensamientos.

Sabía,
qué era mi única oportunidad
darte un besó ardiente,
con el fuego candente de mi amor.

Dejarte,
el recuerdo,
de mi besó
con el último aliento.
Así, té amó,
sin quebrantar mi amor
hasta el último momento.

Zoraida Osorio
Osorio



Venezuela

Nº 24



Eterno recuerdo

Es invierno y llueve mucho
en una tarde fría
se congela el alma,
buscando tu melodía
sentir tristeza inmerecida
y con un dulce recuerdo
suspiraba y sonreía
recordarte cada día
es mi eterno sueño
me produce paz.

Fuiste inspiración del silencio
que abraza mis pensamientos
en cada suspiro te pienso
porque eres como el verso
que efímero salió.
Cómo el beso del último aliento
es el eterno motivo
para imaginar y soñar contigo
corazón entretejido
pareces un atrapasueños
te desvanece en el tiempo.

No detengas los recuerdos
abrazarlos sin miedo
porque es difícil olvidar
todos los besos infinitos
ellos con tanta dedicación tejen ilusión
donde el amor florece
en cada corazón que entristece
al pensar en el último beso del aliento.

Norelis Bravo



Venezuela

Nº 24



Tu beso

Antes de la separación
espero tu último beso
cargado de deseos
esperando tu amor infinito.

Tu último beso
es agua de mayo
refrescas los campos
dándoles vida y color.

Dejaron huella tus besos
todos de amor y pasión
como huellas en la nieve
se deshacen cuando se derrite.

Tu último beso es herencia
de toda tu esencia
marcado en mi vida
que no desaparece nunca.

Tu último beso ardió
con el fuego del amor y pasión
un poso agradable dejando
que conservo en mi interior.

Con tu último beso
cerraste un gran círculo
de amor entre los dos
desde que nos prometimos.

Tu último beso suena a despedida
guardado para siempre en mi alma
junto a los recuerdos de nuestra vida
aquellos que tan felices nos hicieron.

Angel Manuel García
Álvarez



España

Nº 24



En ti vi

En ti encontré la esencia de mi vida,
la conversión de mi locura,
la deidad fresca del tiempo,
el siciego que lleva nombre.

En ti, vi, la soledad, el amor
y la fantasía.
En ti plasme el color oscuro
de mi pasado
lo involucraste en tu vida
en tu corazón
y también en tu locura.

La misma que la mía,
la envolviste en tus sábanas
blancas de pureza,
en el diamante virginal
de tu piel de manta de cielo,
en las manos maltratadas,
también por el tiempo.

En ti vi,
esa conversión de la esencia
de la humanidad
convertida en presencia
presencia de vida,
que tiene nombre
y también una bella locura.

En ti vi todo, lo que todos ven,
pero no lo que sienten,
vi la realidad en tus ojos de mujer
y la mentira inocente de una niña
vestida de sueños.

Las esquiras se han marchado
junto a la vera de tu alma,
no encontré ojos más lindos
que los diamantes
que posan junto a los míos.

En ti vi, y sentí
el beso que jamás
volvió.

En ti vi alas de cristal
de algodón y terciopelo
que suavizaron mi caída
cuando vi el final en mi cuerpo.

En ti vi, la lo que no se explica
los sueños y las fantasías
dieron más luz a mi locura
"No hay luz,
que no tenga la noche,
ni lágrimas
que detengan la distancia".

Carmelo Molina
Flores



México

Nº 24



Un beso y último aliento

En una tarde de verano
cuando deslice mis dedos
sobre tus manos,
nuestras miradas
ya cansadas se buscaban,
pero a la vez se distanciaban.

Era nuestra última conversación,
después de infinitos días
en los que solíamos hablar
de nuestras cosas,
nuestro día a día.

Sentí temor
de no volver a mirar tu sonrisa
y esos ojos tan hermosos
que me cautivaron.

Sin embargo
era necesario decir adiós,
con ello se cerraba un ciclo de amor.

Al despedirme te di un abrazo
y con él envuelto un beso
y el último aliento.

Hoy solo tengo tus recuerdos,
todas las vivencias y todo tu afecto.

Un último beso con este adiós,
y hoy solo vivo de recuerdos.

Un beso y un último aliento
mejor despedida que siempre recordaré.

Hunyadi Salmerón
García



México

Nº 24



Poligamia

Un día inolvidable
y también el día
del beso del último aliento
pero valió la pena
no podía creer mis ojos.

Había llegado a la poligamia
para ver quién con el arma
estaba apuntando.

Eramos seis chicas
representando
como Protección Civil.

Ese día me acordé
la última vez que mi padre
me dijo:
desde el centro a la derecha
hasta quinientos metros.

Con el rifle de Pizzarello
su ex empleador.

Creo que es verdad
con ambición en el puerto
los proyectos llegan.

Luego llega mi sobrina
con su arma de juguete.

Me dijo a mi abuela
que apuntara con los anteojos.
Aquí de nuevo el último beso
a alguien lo golpeó.

Carla Di Mattia



Italia

Nº 24



Aquel beso

Cuanta falta de calor y de amor,
me faltaron tus besos.
Caricias y abrazos,
que no fueron fundidos.

Yo quiero,
que me des un beso,
franco y sincero.

Aquellos que no se olvidan,
en lo profundo de mi ser y alma.

Ven Amor,
no tengas temor y miedo,
dame ese beso en mi boca,
salado y dulce,
reboloteando y corriendo.

Fingiendo Amor,
donde un día fueron posados,
En labios no deseados,
pequeños e indefensos.

Rebelde en sus formas,
besos perdidos.
Recuerdos de adolescencia,
el amor nació y marchito.

Por no saber Amar.

No se correspondieron dos almas,
que hoy cruzaron
a otra realidad e infinito.
El tiempo pasado ya no existe.

Ana Belén Fernández
García



España

Nº 24



Hacerte el amor al beso

Iremos completamente desnudos,
limpios de aromas aditivos,
solo la piel, la sangre,
los vellos que habitan o hayamos
dejado habitar, la saliva, tú y yo.

Irán también nuestros ojos,
tratarán de no olvidar, como aún
no te olvido, las manos a tocar
y acariciar todo lo que han llamado
prohibido o no.

También quiero cada pecho tuyo,
eréctil como los he palpado,
salientes que derriten mis ojos
a cada canción, también tu pubis
poblada de deseos de orgasmos
continuados al amanecer,
y esas nalgas que atormentaré
a besos, desplantes, galopeadas
a contradanza, esperando mis
manos para ser agarradas.

No podría faltar tu música,
menos tus labios de besar y saborear
a contraluz, eternos zorzales
de colores intensos; tampoco mis versos,
irán uno tras otro al barranco de tu sexo
de gemidos que me atormentan,
despiertan a trastiendas,
hacen madrugar, vigía eterno de ese sonido,
que acompañará mis aullidos,
que a cada instante reclaman,
vuelve aquí, mi alma te llama.

Jorge Luis Ponce
Castellanos



Cuba

Nº 24



El último beso

Amor, quiero beber de tu boca
el último aliento de tu beso
y tus labios, cual pétalos de rosa,
rozaron mi boca y me besaron
con ansia amorosa.

Yo te besé, humedeciendo tus labios
palpitantes, y te dije:
No me dejes, te amo sin calma,
con pasión encendida que arde en mi alma.

No quiero perderte, no habrá despedida.
Serás tú mi todo, mi amor y mi vida.

No permitiré que te apartes de mí,
porque en un beso te llevo aquí.

Te amaré con la risa, te amaré en el llanto;
y aun en la soledad, te amaré tanto.

¡Adiós, amor! Jamás te olvidaré,
por ese sentimiento puro
que vivimos los dos
en un sendero de felicidad.

Ernesto Lázaro
Gutiérrez



Perú

Nº 24



La luz de mi manantial

Como el río lleva el agua en su cauce,
cruza montañas hasta llegar al mar;
en mí aquel recuerdo permanece
del día que me dejaste de amar.

En la inmensidad del océano,
el río descarga su caudal;
quiero liberar mi recuerdo,
que vuelva la luz a mi manantial.

Recuerdo aquella noche de estrellas,
el último beso que me diste;
fue la noche más luminosa y bella,
tu amor eterno me prometiste.

Como la fuerza del álamo y del roble,
mi corazón canta alegría;
la ilusión renace con espíritu noble,
con esperanza cada día.

Vicente Martínez
Ruiz



España

Nº 24



Quando me toque alcanzarte

En cada tarde que se pierde el día
avanzan los pesares dentro de mi alma,
es llovizna infinita que siempre está
golpeando mi memoria, matando su calma.

Aun, no se van las horas de aquel día
de aquel beso destemplado,
frío, descolorido y breve, sin tu armonía,
era tu adiós, en un ocaso nublado.

"Es malo acostumbrarse a lo que no va durar..."
siempre me lo repetías,
haciendo caso omiso, riendo te respondía
"tú siempre, me tendrás de besar..."

Mas hoy, te busco entre los brillos estelares,
sé que, desde allí, estas alumbrando
esta inmensa oscuridad terrenal, y los mares.
¡Lo ves? aquí esta, un beso mío esperando.

Sí, cuando me toque alcanzarte... te lo llevare
renovado y fresco, tierno y armonioso
difuminando aromas, los pesares... olvidare
en el universo, este beso será el más glorioso.

José Casaverde
Castro



Perú

Nº 24



El beso del último aliento

No lloré cuando la tarde cerró sus párpados,
porque el silencio ya conocía tu nombre.
La luna dobló sus alas sobre mi pecho,
y el viento deshojó las cartas de la memoria.

Fuiste la lluvia que aprendió mi desierto,
el faro que venció mis noches sin estrellas;
hoy eres un río que regresa al océano,
dejándome la orilla vestida de nostalgia.

No hay rencor en este adiós,
solo una gratitud floreciendo entre las ruinas.
Cada abrazo sembró un jardín en mi alma,
aunque el otoño reclamara sus pétalos.

Me acerco a tu ausencia sin cadenas,
como quien besa el horizonte antes del alba.
Deposito en tus labios el último aliento,
no para retenerte, sino para liberarte.

Que ese beso sea un pájaro de luz
cruzando los cielos donde habitan los recuerdos;
que lleve consigo nuestras risas,
los sueños que una vez vistieron de primavera el corazón.

Hoy cierro la puerta con manos serenas,
pero dejo abierta la ventana del agradecimiento.
Porque amar también es aprender a soltar,
sin borrar las huellas que el
tiempo bendijo.

Y cuando el destino pronuncie tu nombre,
sonreiré en silencio...
sabiendo que el beso del último aliento
que, en realidad, el primer abrazo de la eternidad.

Aless Vergara



Argentina

Nº 24



Beso de silencios

Tus labios dejaron una huella inmarcesible,
un fulgor criptográfico en mi piel estremecida;
y supe que aquel instante era la última llama
de un incendio de almas que no acepta despedida.

En la penumbra donde el tiempo deshoja sus relojes,
tu boca llegó a la mía como un eclipse sagrado;
fue un beso de silencios, de nácar y de abismos,
un rito clandestino que la noche había guardado.

Después del beso quedó suspendido el universo,
las estrellas parecían guardar nuestro secreto;
el silencio bordaba con hilos invisibles
la memoria profunda de aquel instante perfecto.
Tu ausencia comenzó a tener tu misma fragancia,
a caminar conmigo por senderos sin nombre;
porque hay besos que mueren apenas nacen,
y otros que eternizan la confusión del hombre.

Fue el último beso, pero no fue un final,
fue una semilla de fuego bajo la ceniza del tiempo;
un latido arcano que desafió al olvido,
una cicatriz luminosa habitando mi pensamiento.

Tu boca se volvió una constelación perdida,
un mapa de estrellas sobre mi pena desnuda;
y todavía busco en la noche infinita
la geometría exacta donde tu alma me saluda.

Si alguna vez el destino vuelve sus páginas,
si la vida nos concede otro amanecer,
no preguntaré por los años que pasaron,
ni por las heridas que nos hizo padecer.
Solo acercaré mis labios a tu recuerdo,
con la humildad de quien vuelve a un santuario.

Eneida Herrera
Rodríguez



Estados Unidos

Nº 24



Triste adiós

Fuimos esa aurora de vida
esa estrella de luz iluminando
cada momento que lleva el día
poco a poco de amor más sumando.

Aprendimos a vivir para nuestro mundo
el tiempo cobijo este romance
nos fuimos amando profundo
sin pretender una vez equivocarse
hermoso conjunto de encantos
alineados en simetría perfecta
fueron tiempos de amarnos tanto
entre tu presencia sutil coqueta
pero el amor se escapa
como agua entre los dedos y juntos
conversamos como solo un remedo
quedaba de amarnos así los dos.

Nos abrazamos
nos dimos el beso
del último aliento de amor
que fue despedida el beso aquel
que terminó lo que un día
nos dimos mi especial mujer
solo ese roce sellaba despedida
solo ese último aliento nos dejó historia
para vivir lo que fue este amor
su disfrute su gloria.

Ante el paso del tiempo
se escaparon
también ilusiones perdidas.

Alejandro José
Moncada Castillo



Nicaragua

Nº 24



Aquel beso

Aquel beso no fue como los demás,
me besaste con lentitud y suavidad,
en tu silencio ibas dejando huellas,
que se deslizaban como fugas estrellas.

Era un beso de despedida,
que aunque mi alma no lo percibía,
lentamente en mí se alejaba la alegría,
dejando una profunda herida.

Aquel beso mi alma oscurecía,
cerrando un ayer de fantasía,
! Llegaba tu atardecer
y con él mi oscurecer!

Mi alma quedaba en la soledad,
porque se apagaba el alba,
hundida en la oscuridad,
desaparecía la armonía y con ella la calma.

Fue el beso del último aliento,
grabado para siempre en mi pensamiento,
hoy te envío mis besos,
hasta lo infinito del universo.

Nancy Santos
Medina



Cuba

Nº 24



El beso que venció a la muerte

La tarde se arrodilló junto a tu lecho,
mientras el cielo apagaba sus campanas.
Tu respiración, mariposa fatigada,
buscaba entre mis manos su refugio.

Me miraste con dos luceros vencidos
y el silencio pronunció nuestros nombres.
En tus labios temblaba la despedida,
como una rosa herida por el invierno.

Acerqué mi corazón hasta tu boca
para recoger la luz que se marchaba;
entonces me ofreciste aquel último beso,
leve como la caricia de un suspiro.

El tiempo detuvo su caballo de sombras
y la muerte aguardó detrás de la puerta.
En aquel ósculo cabían nuestros años,
las promesas, las lágrimas y las auroras.

No fue un adiós, sino un puente invisible
tendido entre tu eternidad y mi memoria.
Tu último aliento se quedó en mis labios
como una llama que jamás se extingue.

Desde entonces, cuando la noche me abraza,
siento tu beso florecer en el viento;
porque el amor no muere con el cuerpo:
solo cambia de casa... y vive en el recuerdo.

Silvia Vázquez Carus



España

Nº 24



El último beso

La noche trae recuerdos del aquel beso,
que fue brasa ardiente de auroras etéreas.

Como un fuego indistinguible y traicionero,
que deja su último aliento en la garganta.

Y en la brisa queda la huella vespertina
en una canción inacabada, pero hermosa
en el corazón, al borde de la noche muda,
como una vela que se apaga lentamente.

Y en ese aliento queda el suspiro del ocaso,
acariciando sus últimos rayos de sol y luna
ese ultimo beso que detuvo el tiempo,
en las miradas, en la piel y en el pecho.

Como si el destino no quisiera ver, ni saber
que el amanecer tenia otros semblantes.
Que no seria el último beso, sino el primero
de muchos más, - junto al camino elegido-.

Casi Medina
Madueño



España

Nº 24



Eterno ósculo

Un bello y eterno ósculo
que es permanente,
que brillo fuerte sobre tu blanca frente,
cuál despedida inminente flagelo
de esa oscura noche,
noche que no olvidaré y aunque
al otro mundo se fue,
llevándose lo más sublime de
mi triste ser,
sabiendo que no te volvería
ni a sentir ni a ver,
recorro el mundo entre tristes
y dolientes cardos y espinas,
no levanto el horrible sentimiento
de tristeza por ti,
Un triste y arrepentido ósculo
eterno que en mi memoria queda
que llora y llora en ciertas fechas
la ausencia de ti,
pasan los días y las noches
posan las fechas,
y la terrible soledad que puntual
llega y acompaña,
veo tu foto y hablo con ella
me miras y sonríes y dices todo
esta bien,
agonía ansiedad, angustia
solo ellas están aquí,
un amor que inicia y partió
un amor que por siempre
permaneció.

Deyanira García



Guatemala

Nº 24



El último perfume de la última respiración

Te fuiste en silencio,
como la tarde
que disuelve el oro en el horizonte,
y te dejaste en mis manos
el perfume invisible
de las estaciones vividas.

Tu mirada, el último faro,
aún ilumina olas
dentro de mi memoria.

El deseo me hizo convertir
mi pecho en un jardín
donde florecen las ausencias.

Tu último beso no fue un adiós,
sino una semilla de eternidad,
una estrella descansando,
suave, en la noche de mi destino.

El tiempo, viejo escultor,
desgastó los días,
pero nunca borró la alivio
de tu amor en mi alma.

Hoy converso con el viento,
que viste tu voz con una brisa,
y cada amanecer regresa a mí
un fragmento de tu sonrisa.

Las lágrimas se convirtieron
en ríos de cristal,
tomando el dolor a un océano
donde solo queda la gratitud.

Cierro mis ojos
y siento que tu último aliento
toca mi rostro
como una oración bordada
por las alas de la infinitud.

No enterró el amor:
lo transformo en luz,
porque aquellos que amaron
verdaderamente nunca conocen
el abandono.

Así camino,
llevando tu último aliento
como un recuerdo del corazón,
un sacramento invisible
que el tiempo no profana.

Si el destino escribió
nuestro adiós
en las páginas del viento,
respondo con versos,
para que la eternidad
aprenda tu nombre.

Y, cuando mi propio crepúsculo
finalmente llegue,
ofreceré el mismo beso
de gratitud al infinito
que una vez recibí.

José Aderval Aragão



Brasil

Nº 24



Quadros de Alfredo Pimentel



Bodegón

Oleo sobre lona 80 x 60 cm.



Acuario

Oleo sobre lona 120 x 70 cm.



Abstracta serenidad

Acrílico sobre lona 100 x 60 cm.



Se rasgo el velo

Oleo sobre lona en relieve.
100 x 60 cm.



Oleaje

Oleo sobre lona 100 x 70 cm.



Abstracta laberinto de la vida

Oleo sobre lona relieve 1.20 x 80 cm.



Guayaquil antiguo 1920

Plumilla 60 x 40 cm.



Caballos

Oleo sobre lona 80 x 60 cm.



Cruxifixión del Apóstol Pedro

Oleo sobre lona 1.50 x 100

Replica del pintor Caravaggio



Mi realidad

Carboncillo sobre canso 1.20 x 80 cm.



Barcos

Oleo sobre lona 80 x 60 cm.

Alfredo Pimentel



Ecuador

Autores y países

Adalee Moreno Montenegro

Venezuela

Adão Wons

Brasil

Alejandro José Moncada Castillo

Nicaragua

Aless Vergara

Argentina

Alfredo Pimentel

Ecuador

Ana Belén Fernández García

España

Andy Marvin

Bolivia

Angel Manuel García Álvarez

España

Areej Al Zwai

Libia

Blanca Palacios Arévalo

Ecuador

Cándida Rincones

Venezuela

Carla Di Mattia

Italia

Carmelo Molina Flores

México

Casi Medina Madueño

España

Cinzia Panuccio

Italia

Claudia Ballester Grifo

España

Davinia Mesas Lorenzo

España

Deyanira García

Guatemala

Dina Montesu

Italia

Dolores Lozano Capitán

España

Doris Zoraida Téllez

México

Eduardo Maciel

España

Ely Balderas

México

Enaida Herrera Rodríguez

Estados Unidos

Ernesto Lázaro Gutiérrez

Perú

Felicitia Arenas Valenzuela

Paraguay

Francine Agudelo Díaz del Castillo

Colombia

Frank Brewster

Estados Unidos

Genny Gallo de García

Colombia

Hunyadi Salmerón García

México

Isabel Hernández

España

Isabelita Vigo

Perú

Ismael Molina Quintana

Bolivia

Iván Parro Fernández

España

Jairo Arévalo Ramírez

Colombia

Javier Olarte Mendoza

México

Jesús de Nazaret Revatta Saravia

Perú

Jorge Luis Ponce Castellanos

Cuba

José Aderval Aragão

Brasil

José Casaverde Castro

Perú

Juana Álvarez Camacho

Estados Unidos

Juan Roberto Cubero Jiménez

Costa Rica

Julia Maria Vanegas Ricardo

Colombia

Kasia Dominik

Polonia

Luis Ernesto Perozo Sibira

Venezuela

Magda Miralles Cazorla

España

Margarita Álvarez Rodríguez

España

María Cristina Amengual

Argentina

María del Carmen Velázquez Ramírez

México

Marilyn Tablero

Venezuela

Mildred Nazario Bonilla

Puerto Rico

Miriam Santos

Uruguay

Nancy Santos Medina

Cuba

Nemesio Galindo

Venezuela

Norelis Bravo

Venezuela

Nuria Bazán Vega

España

Raul Castillo Umbo

Perú

René Fonseca Borja

Ecuador

Rosa María Aguilera Sánchez

Cuba

Ruby Meraki Oenome

Canadá

Ruby Moreno

Panamá

Ruth Moreira de Mendez

Ecuador

Silvia Vázquez Carus

España

Vicente Martínez Ruiz

España

Virgílio Martínez Gordón

Panamá

Wilfredo Más Trigoso

Perú

Yara Lambrach

Colombia

Zambrano Duque Marynesicó

Venezuela

Zoraida Osorio Osorio

Venezuela

Directores



Ruby Moreno



Angel García



Artistas invitados



Alfredo P.



Claudia B.



Eduardo M.



Felicitas A.



Kasia Dominik



Margarita A.



Nuria Bazán

Escritores



Adalee M.



Adão Wons



Alejandro M.



Aless Vergara



Ana B. F.



Andy Marvin



Areej Al Zwai



Blanca P.



Cándida R.



Carla Di M.



Carmelo M.



Casi Medina



Cinzia P.



Davinia Mesas



Deyanira G.



Dina Montesu



Dolores L.



Doris Z.



Ely Balderas



Eneida H.



Ernesto L.



Francine A.



Frank B.



Genny Gallo



Hunyadi S.



Isabel H.



Isabelita Vigo



Ismael M.



Iván Parro



Jairo A.



Javier Olarte



Jesús Revatta



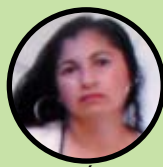
Jorge Ponce



José Aderval



José C.



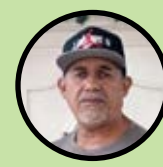
Juana Álvarez



Juan R. C.



Julia M. V.



Luis E. Perozo



Magda M.



M. Cristina A.



M. Carmen V.



Marilyn T.



Mildred N.



Miriam S.



Nancy Santos



Nemesio G.



Norelis Bravo



Raul Castillo



René Fonseca



Rosa M. A.



Ruby Meraky



Ruth Moreira



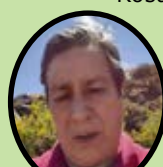
Silvia V.



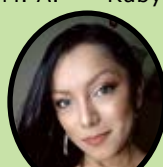
Vicente M.



Virgilio M.



Wilfredo Mas



Yara L.



Zambrano D.



Zoraida O.

Agradecimientos

Con profundo agradecimiento reconocemos a todos los escritores, poetas, artistas y colaboradores que hicieron posible la **Edición N.º 24 de PLE: Revista Cultural e Internacional – Poemas y Letras Eternas**.

Expresamos nuestro reconocimiento a quienes participaron en las dinámicas literarias **"Mi luz abraza mi sombra"** y **"El beso del último aliento"**, compartiendo obras que reflejan sensibilidad, creatividad y la riqueza de las emociones humanas.

Agradecemos especialmente a nuestros distinguidos artistas invitados internacionales:
Eduardo Maciel, por compartir la belleza de su **Arte del Soplado**;
Nuria Bazán Vega, por su extraordinaria colección de **Fotografía Urbana**;
y al reconocido artista y pintor **Alfredo Pimentel**, por enriquecer esta edición con una selecta muestra de sus valiosas **obras pictóricas**.

Nuestro reconocimiento se extiende también a **Margarita Álvarez Rodríguez**, por compartir su obra **Hablando en femenino. Mujer y lenguaje**;

A **Felicita Arenas**, por el cuento **"El manso, el gallo cantor"**; a **Kasia Dominik**, por su artículo **"La poesía digital: ¿una oportunidad o una amenaza para la escritura tradicional?"**; y a la **Dra. H.c. Claudia Ballester Grifo**, por concedernos una entrevista exclusiva que, sin duda, enriquecerá esta edición y permitirá a nuestros lectores conocer más de cerca su destacada trayectoria literaria y humana.

Finalmente, expresamos nuestra gratitud a cada lector que, con su apoyo y confianza, hace posible que **PLE – Poemas y Letras Eternas** continúe creciendo como una revista comprometida con la promoción de la literatura, el arte, la cultura y el intercambio de ideas entre creadores de diferentes partes del mundo.

Equipo Editorial

Equipo de creadores y directores

Directora
Ruby Edith Moreno Soriano

Director/Editor
Angel M. García Álvarez

Colaboradores
Ely Balderas
Raul Umbo Castillo
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 23, Julio 2026

Todos los derechos reservados.

Los autores se hacen responsables de sus publicaciones.



PLE-POEMAS Y LETRAS ETERNAS

Nº 24

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