

EDITORIAL

Adamuz

Locura, mal endémico

“Está más que divulgado que el N. 47 no cesa en desear usurpar”

PÁGINAS 2 Y 3



¿Bienaventurados los pobres?

«No está este comienzo de año para que nos den sermones desde ninguna montaña»

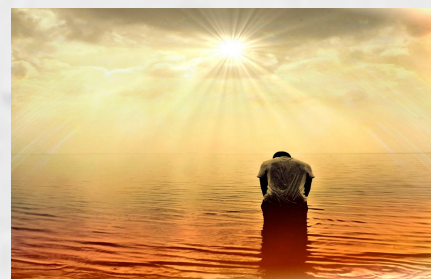
CONTRAPORTADA



PÁGINA 4

No estar presente

“nuestra mente es sólo una parte de nosotros, “



PÁGINA 7

Junta por la paz



PÁGINA 9

Cuarenta años

“No fue creada la izquierda por los franceses, existe desde que el mundo...”



PÁGINA 31 Y 32

Locura, mal endémico



Colaboradora de La Comarca Noroeste de Jaén

Carmen María Fdez-kofbler Casas-Neff

Escritora

Articulista de Opinión - La Huella De Eva

En estos tiempos en el que prima todo, y al mismo tiempo no prima nada, y en los que cualquier opinión deja de ser patrimonio en cuanto sale de los dominios del pensamiento y se hace verbo, se podría decir que la locura no es un diagnóstico de locos-as, sino un mal derramado del caldero de la maldad que se extiende lentamente como una mancha de aceite malo y refrito que

“

Está más que divulgado que el N. 47 no ceja en desear usurpar lo que no le pertenece a la nación que gobierna, pero su mal va más allá del susodicho mal endémico.

nada más mancha y pringa a quien lo huele, le salpica, resbala con él, o decide embadurnarse a conciencia con su negrez.

Hace mucho tiempo que tengo conciencia que nada es casualidad. Que todo lo que obviamos, no es que no exista, sino todo

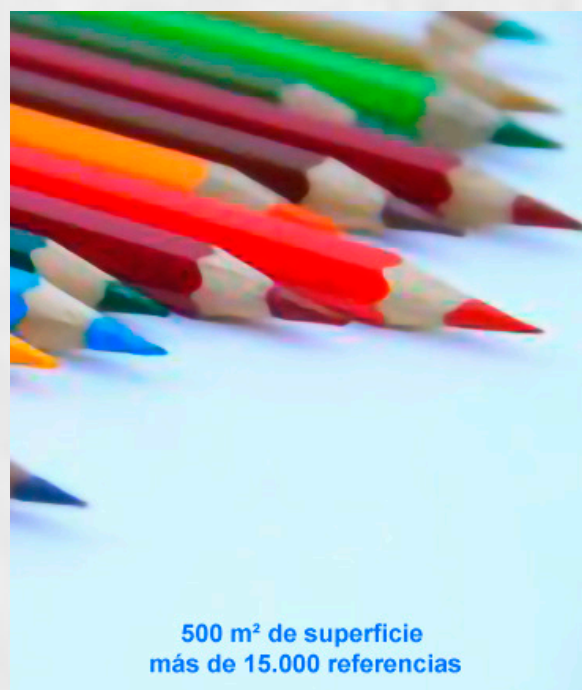


lo contrario. Es, está y siempre aguarda al plan perfecto que el destino le tiene diseñado para que nos sorprenda una vez más.

¿Quién no conoce un loco o una loca, o a ambos, más allá de los dominios de nosotros mismos? Seguro, que sí. Incluso,

es un adjetivo muy usado coloquialmente que utilizamos de forma alegre con el que etiquetamos a quienes sueltan el freno de sus acciones y quieren simplemente vivir sin correas ni cuerdas que le aten a... ¿?

Pero, lejos de esas sanas y visionarias



500 m² de superficie
más de 15.000 referencias

Globe
Globe Papel de Andalucía, S.L.

Teléfono 953 28 12 61 * info@globepapel.es



atendido por personal cualificado

personas, están los locos malvados. Sí, esos locos verdaderos, que han perdido el Norte, y peor aún que están sustentados por más locos (porque de otra forma no

enfermedades que debemos padecer, las guerras que deben estallar, los millones de personas que deben de desaparecer, el entretenimiento que nos debe sorber

planificado por el destino, además de por el dedo del hombre en el corto espacio-tiempo llamado libre albedrío, que se nos concedió como seres que somos con

“

Pero es terrorífico pensar todo lo que hay bajo la punta del iceberg en la oscuridad en que manejan los hilos que marcan lo que debemos consumir, las enfermedades que debemos padecer, las guerras que deben estallar, los millones de personas que deben de desaparecer, el entretenimiento que nos debe sorber los sesos, las vacunas que nos deben inocular, y así hasta una larguísima lista,

podrían mover un dedo) que amenazan con mover fronteras de aquí y de allí, para acá y para allá, porque quieren ser los mayores ególatras de este redondo planeta.

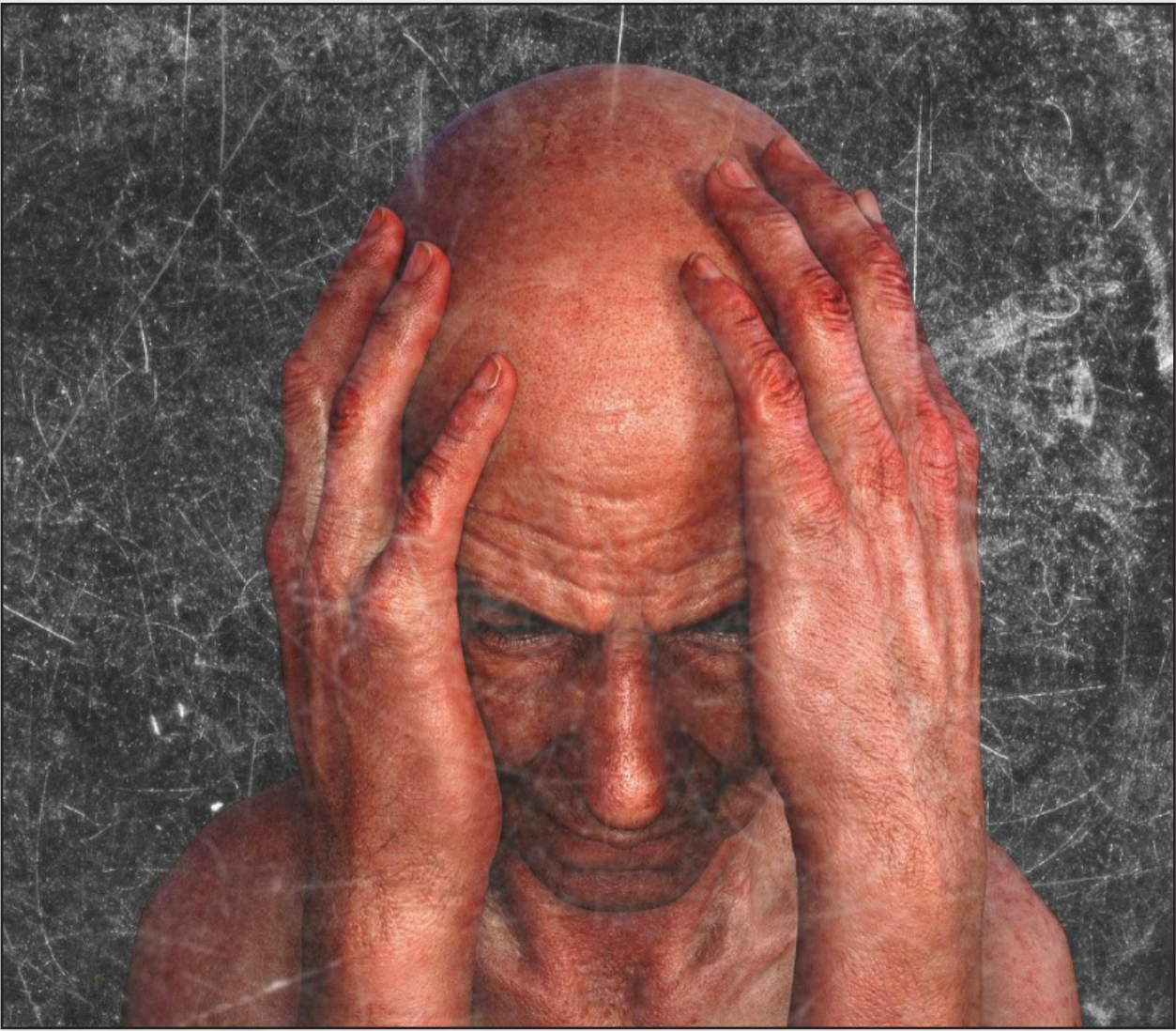
Está más que divulgado que el N.º 47 no cesa en desear usurpar lo que no le pertenece a la nación que gobierna, pero su mal va más allá del susodicho mal endémico. Resulta que cuando la locura se mezcla con accidentes físicos en la naturaleza humana, y saltan chispazos porque los cables se han pelado, solo es fruto de que las neuronas fallan a un nivel estratosférico invisible, dejando fehaciente de qué malo es el cabeza visible. Pero es terrorífico pensar todo lo que hay bajo la punta del iceberg en la oscuridad en que manejan los hilos que marcan lo que debemos consumir, las

los sesos, las vacunas que nos deben inocular, y así hasta una larguísima lista, que a veces no sabes que es mejor si saber o ignorar.

Y entonces, cuando tienes conciencia de que nada es casualidad, y todo es

ente propio, ¿cuál es la solución para que no nos roben la paz? ¿Psicoterapia y fármacos? ¿O mejor cambiamos nuestros hábitos de oír, ver y callar, y aplicamos soluciones estructurales?

Tú eliges.



VALENTINA
collection

Av. San Sebastián, 19, 23700 Linares, Jaén
953 60 03 82



Adamuz

Editorial

La derecha española, en vez de ofrecer calma y apoyo, eligió la bronca y el ruido,

libreopinante

La tragedia de Adamuz deja un silencio duro, de esos que se sienten en el pecho. Familias enteras quedan marcadas por la pérdida y por el miedo. Lo natural, lo humano, habría sido cerrar filas alrededor de las víctimas, acompañarlas y esperar a que se conocieran las causas del accidente antes de sacar conclusiones. Pero no ha sido así. Algunos políticos han visto en el dolor una oportunidad para sumar puntos en su pelea diaria. Una injusticia que duele incluso más que las propias circunstancias derivadas del siniestro. Mientras los heridos han luchado por recuperarse

y los familiares intentaban entender qué había pasado, han prevalecido los intereses partidistas por encima de la unidad. Desde la insensibilidad, ha habido quienes han utilizado a los muertos como arma política. Crueldad pura. Han actuado como carroñeros de la desgracia, buscando réditos partidistas donde debería haber respeto, silencio y prudencia. Esa maniobra ha resultado despreciable, un golpe bajo a la lealtad y al sentido común. La derecha española, en vez de ofrecer calma y apoyo, eligió la bronca y el ruido, sin esperar informes ni peritajes. En Adamuz no solo hubo víctimas en las vías: también las hubo en la arena política, donde el corazón y la sensatez brillaron por su ausencia. Porque hay momentos en los que lo que toca es acompañar, no aprovechar.



EFEMÉRIDES

Un 25 de enero de 1924, en Chamonix (en los Alpes franceses) se inauguran los primeros Juegos Olímpicos de Invierno. Tal día como hoy de 1937 se estrena la Soap Opera Guiding Light, creada por Irna Philips y la más longeva tras cumplir 72

años en el aire.

Un 25 de enero de 1941, el papa Pío XII eleva la vicaría apostólica de las islas Hawái a la dignidad de diócesis, llamándola Diócesis Católica de Honolulu.

libreopinante

Un pluralista grupo de colaboradores más una firma invitada, escriben y dibujan desde la cotidianeidad actual sobre la desemejanza social

Director
J M Hermoso

Codirectora
Carmen María Fdez-Kofbler Casas-Neff

Maquetación
Pícolo Battiato

© libreopinante, 2026. Todos los derechos reservados. En virtud de lo dispuesto en los artículos 8 y 32.1, párrafo segundo de la Ley de Propiedad Intelectual, quedan expresamente prohibidas la reproducción, la distribución y comunicación pública, incluida su modalidad de puesta a disposición de la totalidad o parte de los contenidos de esta publicación con fines comerciales, en cualquier soporte o por cualquier medio técnico, sin la autorización del administrador de libreopinante.

Declaración expresa del administrador de libreopinante. José María Hermoso comunica que desde la libertad de expresión y bajo el amparo del Artículo 19 de La Declaración Universal de los Derechos Humanos, los contenidos recogidos en libreopinante (publicaciones de noticias-actualidad, artículos de opinión, viñetas, mensajes de los lectores o anuncios publicitarios) son exclusivamente de la responsabilidad de los propios autores: de noticias-actualidad, de los artículos de opinión, de las viñetas o de los mensajes de los lectores así como en el caso de los anuncios publicitarios es de las empresas anunciantes.

La receta del CIS



Colaborador de La Comarca de Jaén

César Cámara

Dibujante de Opinión - La Viñeta



Las opiniones y puntos de vista expresados en los artículos, viñetas, mensajes o cartas de los lectores y difusiones o informaciones en las diferentes secciones de **libreopinante.es**, así como lo anunciado en los espacios publicitarios; pertenecen a los autores o anunciantes únicamente, y no necesariamente reflejan la opinión de **libreopinante.es** o sus administradores.

POR VENEZUELA

POR VENEZUELA

POR VENEZUELA

POR VENEZUELA

ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA
EXTRA VIRGIN
OLIVE OIL

ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA
**ARBE
QUINA**
EXTRA VIRGIN
OLIVE OIL

EARLY
COSECHA
TEMPRANA
HARVEST

ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA
Nº7
PICUAL
TEMPRANO
EXTRA VIRGIN
OLIVE OIL

ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA
EXTRA VIRGIN OLIVE OIL

ACEITE DE
OLIVA VIRGEN
VIRGIN OLIVE OIL

ACEITE DE OLIVA
VIRGEN EXTRA
**FRAN
TOIO**
EXTRA VIRGIN
OLIVE OIL

EARLY
COSECHA
TEMPRANA
HARVEST

**ILDEFONSO[®]
ESPINOSA**

Aceite genuino
desde 1956

ILDEFONSOESPINOSA.COM

No estar presente



Colaboradora de La Ciudad de Vigo

Cristina Lorenzo

Escritora

Articulista de Opinión - Desde La Mente Despierta

Todos en alguna ocasión nos hemos sorprendido llegando a casa, al trabajo o a cualquier otro lugar sin habernos percatado de cómo. Intentamos recordar algún detalle del camino, pero resulta que se ha borrado de la memoria. Es como si en ese espacio de tiempo nada hubiera ocurrido. Vamos por la vida en modo robot: haciendo varias cosas a la vez, con la mirada perdida y el pensamiento proyectando lo que haremos a continuación. Un estilo bastante habitual en lo cotidiano, dado

“

nuestra mente es sólo una parte de nosotros, no la totalidad. Así que podemos entrenarla para mejorar nuestra existencia y poder conectar con nuestro ser.

que el día suele tener menos horas que las que necesitaríamos para llegar a todo lo que nos hemos propuesto.

Uno de los principales promotores del mindfulness, Thích Nhất Hạnh, en su libro *El Milagro de Mindfulness* explica «si cuando uno está lavando los platos, está pensando en la taza de té que se tomará al acabar, está cultivando un modo de conciencia en el cual cuando esté tomando el té, estará pensando en el paseo que va a dar después y de este modo, uno nunca está en lo que está. Vivimos entre el pasado, fruto de la nostalgia y la añoranza, y el futuro, que es la proyección de nuestros deseos. Nos olvidamos de estar en el momento



presente».

Vivir en “piloto automático” significa no estar presente y esta forma mecanizada de funcionar trae consecuencias. Aparte de los altos niveles de estrés y la insatisfacción vital que supone vivir en método robotizado; a la larga, nuestro cerebro se acostumbra a la rutina de vivir cada hábito con agobio y ansiedad y se mantiene siempre activo y en alerta, preparado para la acción. El sistema simpático lo identifica como una amenaza permanente para la supervivencia y puede generar problemas graves de salud.

Por suerte, hemos de saber que nuestra mente es sólo una parte de nosotros, no la totalidad. Así que podemos entrenarla para mejorar nuestra existencia y poder conectar con nuestro ser. A continuación, expongo algunos consejos sencillos para mejorar nuestra salud psicológica y vivir con plena conciencia:

Practica la respiración consciente

Tomarse unos minutos al día para enfocarse en la entrada y salida de la respiración puede ser un ancla que nos traiga de vuelta al momento actual.

Observa tus pensamientos sin juzgarlos

Aprender a observar el parloteo mental sin juzgarlo ni aferrarnos al mismo puede ser liberador.

Toma unos minutos para agradecer

Puede ser algo tan simple como apreciar y agradecer un plato de comida en la mesa, el abrazo de un ser querido o un momento de calma.

Implicate de forma plena en tus actividades diarias

Ya sea trabajar, cocinar, limpiar, comer o cualquier otra, se trata de realizarlas con atención plena, notando los detalles y disfrutando del proceso.

Pasa tiempo en la naturaleza

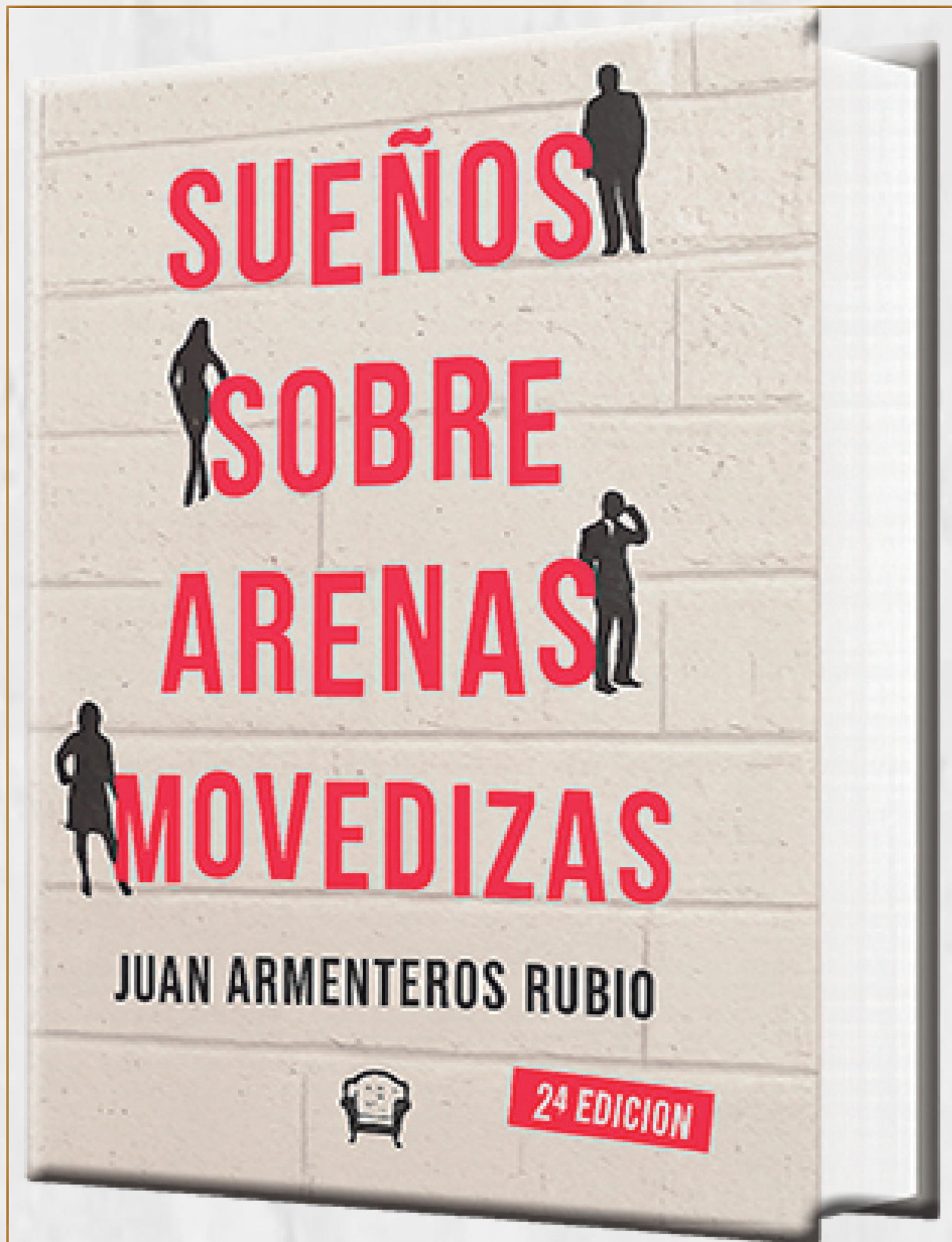
La conexión con la naturaleza nos ayuda a despejar la mente y a centrarnos en el aquí y ahora. Ya sea dar un paseo por el bosque o simplemente sentarse en un jardín.

Recuerda que el presente es el único momento que realmente tenemos y, aprender a gestionarlo de forma íntegra, es el mayor secreto para vivir.


Gallego-Cazorla
Alquiler Autocaravanas



699 901 248



Junta por la paz



Colaborador de La Ciudad de Jaén

J M Hermoso

Escritor

Articulista de Opinión - libreopinante

La causa de Palestina también vive en mi corazón



Hablar de paz siempre suena bonito. Pero cuando quien lo hace es alguien conocido por empujar conflictos en varias partes del mundo, la cosa cambia de color. Donald Trump, durante sus mandatos, se comporta como un líder que ve al país como una potencia con derecho a imponer su voluntad afuera de sus fronteras. Ese estilo, marcado por intervenciones y presión constante sobre otros gobiernos, termina proyectando una imagen de poder que choca con los valores básicos del respeto entre naciones y con los Derechos Humanos que tanto se dicen defender.

Por eso sorprende cuando él mismo presenta la idea de convocar a una “gran junta por la paz” a nivel mundial, como si bastara reunir a los líderes del planeta para que todo quede arreglado. La propuesta suena atractiva si se mira rápido, pero al revisar el historial del personaje, la duda aparece sola. ¿Qué clase de paz tiene en mente quien promueve castigos económicos, amenazas diplomáticas y un discurso que clasifica a otros países entre aliados obedientes y rivales a los que hay que “corregir”?

La paz no es una marca para usarla en campaña, ni un objeto que se mueve a conveniencia. Cuando se utiliza la palabra para justificar presión o para ganar influencia, lo que se está haciendo es vaciarla de sentido. Es decir, se prostituye la paz: se la convierte en un

instrumento más dentro de un juego de poder. Y ese tipo de maniobra no solo resulta hipócrita, sino profundamente injusta para quienes de verdad necesitan paz, como los pueblos que sufren violencia, pobreza o migraciones forzadas.

¿Qué hay entonces detrás de esta invitación tan grandilocuente? Es

¿Dónde queda la ONU, acaso Trump pretende crear un club privado que le aplauda sus fechorías y le dé legitimidad a su imperialismo belicista global?

¿Tiene credibilidad Trump en este asunto? Su historial no juega a su favor. Un líder ansioso, cambiante en sus discursos y movido por impulsos personales genera más preocupación que confianza. Por lo



razonable pensar que busca volver a colocarse en el centro del escenario global y presentarse como el único capaz de “organizar el mundo”. Pero esa postura ignora algo esencial: nadie puede imponer la paz desde la fuerza ni desde la soberbia. La paz se construye con diálogo, cooperación, reconocimiento de la diversidad y respeto a la soberanía. Valores tan elementales como los Derechos Humanos son el piso mínimo de cualquier acuerdo serio.

tanto, el resto de los países no debería rechazar la idea de dialogar —porque el diálogo siempre suma—, pero tampoco aceptar sin examen esa invitación. La respuesta sensata sería mantener una posición firme: sí a la paz, pero una paz auténtica, sin presiones, sin dobles intenciones y respetando la dignidad de todos los pueblos desde el derecho internacional. Solo así una junta por la paz tendría sentido real.

libreopinante

Reconocer

“

La paz no es una marca para usarla en campaña, ni un objeto que se mueve a conveniencia.



Autovía Bailén-Motril km 59, Carchel, Spain

Teléfono: +34 953 30 24 68

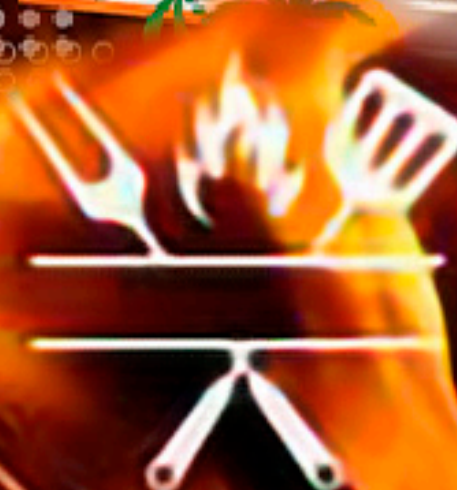
Especialidad en asados

MENÚ DEL DÍA, 365 DÍAS AL AÑO

Además en nuestro
establecimiento encontrarás
una gran selección de
productos de la zona.
Especialidad en AOVE y MIEL.



DESAYUNOS, ALMUERZOS Y CENAS



ESPECIALIDAD A LA PARRILLA



953 30 24 68



24
HOURS

Habitar el tiempo vivido



Colaboradora de La Ciudad de México

Marcela Casillas

Terapeuta Ocupacional y Gerontóloga
Articulista de Opinión - Entre Generaciones

Apasionada por el bienestar y la fuerza de la comunidad



Cerrar un ciclo mirando a la comunidad nos recuerda que nadie envejece solo. Pero abrir uno nuevo nos invita a ir más adentro: a mirar cómo se vive la edad desde la experiencia personal. Si la comunidad sostiene, la historia individual da sentido. Envejecer con dignidad comienza cuando el entorno acompaña, pero se vuelve verdaderamente humano cuando se reconoce la biografía de cada persona.

Habitar la edad es más que cumplir años.

“

Envejecer desde la propia historia implica ser reconocido más allá de la edad cronológica, significa que el pasado no se borra, se integra;

Es vivir el tiempo desde lo que somos, desde lo que hemos construido, perdido y aprendido. Cada persona envejece con una historia distinta, con ritmos propios, con memorias que habitan el cuerpo y la emoción. No existe una sola forma de envejecer, porque no existe una sola forma de vivir.

Envejecer desde la propia historia implica ser reconocido más allá de la edad cronológica, significa que el pasado no se borra, se integra; que la identidad no se reduce a una condición de salud, a una necesidad de apoyo o a un rol social. Las personas mayores no empiezan de cero: continúan un camino que merece ser respetado y escuchado.

Cuando los espacios de cuidado — familias, comunidades o residencias— comprenden esto, el acompañamiento cambia. Se vuelve más humano, más atento, más digno. Escuchar las historias, respetar preferencias, permitir decisiones cotidianas y reconocer trayectorias de vida fortalece el sentido de autonomía y pertenencia. Cuidar también es permitir que cada persona

jóvenes aportan nuevas miradas. En ese intercambio, la edad deja de ser límite y se convierte en puente. La vida se comprende como un proceso continuo, donde cada etapa tiene valor y sentido.

Envejecer desde la propia historia es un acto de dignidad. Es reconocer que cada arruga, cada pausa y cada recuerdo hablan de una vida vivida. Y que acompañar ese proceso, con respeto y presencia, es una



siga habitando su manera de estar en el mundo.

Entre generaciones, habitar la edad es una oportunidad de encuentro. Los mayores comparten su experiencia; los

de las formas más profundas de cuidado.

Entre generaciones, habitar la edad es permitir que cada persona siga siendo quien es, incluso cuando el tiempo avanza.



BUSCAMOS

Escritoras y Escritores
Lectores y Lectoras

tanumpa.es

Sentido de la vida



Colaborador de La Ciudad de Jaén

Manuel Ruiz Torres

Articlista de Opinión - Mirando Al Interior

El sentido de la vida es uno de los grandes temas del ser humano. Desde el momento en que la evolución nos dotó de autoconciencia, de poder percibirnos a nosotros mismos, a los demás y al entorno, nos pusimos en situación de preguntarnos por la propia vida. Los hallazgos de evidencias de rituales funerarios o de realizar posturas o movimientos intencionales de los cadáveres, hace cientos de miles de años, ya ponen de manifiesto una búsqueda de sentido, que se adentraba en el más allá.

“

la sombra del nihilismo, la postura intelectual y vivencial en la que se niega la existencia de cualquier sentido a la vida, está cada vez más extendida en la sociedad, trayendo un sinfín de secuelas negativas de frustración, falta de esperanza y ansiedad.

¿Cuál es el sentido de la vida? Esta es la gran pregunta, que se responde de formas muy diversas, desde la posición que proclama la existencia del alma inmortal ubicando el sentido en la propia consciencia del ser espiritual marcando una teleología, una finalidad, hasta el otro extremo en que se niega toda opción de sentido, siendo la existencia algo azaroso, sin control por nuestra parte, pasando por el sentido biológico, dictado por las fuerzas del instinto: la procreación y la conservación de la vida.

Lo cierto es que la neurociencia ha



descubierto que nuestro cerebro busca permanentemente certezas, que estamos programados para buscar sentido y significado. Viktor Frankl, insigne psiquiatra que desarrolló el método de la logoterapia y tuvo la espeluznante experiencia de sobrevivir a cuatro campos de concentración nazis, postula en una obra en la que analiza su terrible vivencia desde el punto de vista psicológico, que poseer sentido, motivos para vivir, más allá del estricto instinto, era crucial para incrementar las probabilidades de supervivencia. Para él, los ideales y sueños en sí mismos, el amor en cualquiera de sus expresiones y la capacidad de afrontar el sufrimiento son las tres fuentes de sentido.

Sin embargo, la sombra del nihilismo, la postura intelectual y vivencial en la que se niega la existencia de cualquier sentido a la vida, está cada vez más extendida en la sociedad, trayendo un sinfín de

secuelas negativas de frustración, falta de esperanza y ansiedad.

Hay que recuperar los argumentos que apuntalan el sentido de la vida, que pueden encontrarse en numerosas proposiciones de la filosofía clásica y que pasan por desarrollar todo el potencial del ser humano. Conducirse según nuestra propia naturaleza, en la cual, al decir de numerosos filósofos, predomina la vida interior frente a las cualidades materiales, es el gran consejo de figuras como Platón para reconocer el sentido de la vida. El fundador de la Academia habría aseverado que el sentido de la vida está jalonado por acciones que nos llevan a ser más buenos, tanto en bondad como en excelencia, más bellos, es decir, más estéticos y armónicos, más ajustados a las leyes naturales y más veraces (lo Bueno, lo Bello, lo Justo, lo Verdadero). En definitiva, el sentido de la vida está en ser mejores. ¿Y no es esto evolución?

libreopinante

NO
AL GENOCIDIO



LECTURAS

La sorpresa de Carney en Davos y la contextualización que proporcionan dos acontecimientos pasados

Karl Sanchez, karlof1.substack.com

22 de Enero de 2026

<https://giubberosenews.it/2026/01/22/la-sorpresa-di-carney-a-davos-e-la-contestualizzazione-fornita-da-due-eventi-passati/>

de Canadá, pronunció un discurso extraordinario (video(2), transcripción(3)) en el Foro Económico Mundial de Davos.

Fue un ataque al “orden internacional basado en normas”, el concepto que las naciones imperialistas occidentales han promovido y utilizado para justificar sus innumerables desviaciones y abusos del derecho internacional.”

La aparición de Carney se produjo poco después de su visita a China, de la que se habló aquí(4). Los enlaces a la

el discurso fue este párrafo:

“Así, un grupo de naciones desindustrializadas y financiarizadas, subordinadas al dogma neoliberal, admite que son esencialmente colonias de la única potencia hegemónica y se somete a ella, admitiendo la muerte del derecho internacional, que ahora rige únicamente el poder absoluto, un poder del que todos, incluida la potencia hegemónica, carecen en comparación con sus principales competidores, como declaró ayer Lavrov. Carney tiene razón al afirmar que si la OTAN, excluyendo



Según anunció Moon de Alabama(1):

“Carney declara la muerte del “orden basado en normas”

Ayer, Mark Carney, exbanquero central y actual primer ministro

transcripción del discurso y al vídeo se encuentran arriba para quienes deseen leer o ver el evento completo, mientras que el artículo de B. sobre el tema también está enlazado arriba, y recomiendo a los lectores que lo visiten al menos para comprender lo siguiente. Mi primer y único comentario directo sobre

al proscrito Imperio estadounidense, se opusiera colectivamente al Imperio, este podría mejorar, o al menos evitar la derrota. Pero la acción más importante que podrían tomar no ha sido declarada: aliarse con Rusia y China. En otras palabras, el verdadero enemigo debe ser visto y comprendido como tal. Pero, en mi opinión, esta es una realidad

LECTURAS

En esta sección, te ofrecemos una cuidada selección de artículos y reportajes sobre temas actuales y de interés general. Mantente informado con las últimas noticias y análisis profundos que abarcan una amplia gama de temas, desde política y economía hasta ciencia, cultura y tecnología. Nuestro objetivo es proporcionarte lecturas que no solo informen, sino que también enriquezcan tu conocimiento y comprensión del mundo que te rodea. ¡Bienvenido a un espacio donde cada lectura es una ventana abierta al presente y al futuro!

demasiado aterradora para que muchos eurovasallos la admitan. Parece que la Gran Fractura, como la llama Hudson, se ha visto amplificada por el hecho de que su realidad finalmente se ha revelado. Carney parece estar admitiendo el fracaso del neoliberalismo, que era el orden basado en reglas, y a través de sus interacciones con China está buscando un retorno a los rendimientos positivos del capitalismo industrial. ¿Permitirá el capitalismo financiero depredador que gobierna a la potencia hegemónica esta línea de acción, dado que tendrá que depender de la economía más poderosa e innovadora del mundo: China? Dadas las declaraciones de Bessant en Davos sobre los intentos de la potencia hegemónica de destruir a Irán, dudo que esto se permita, y a esto hay que sumar la clara promesa de Trump de más guerras."

Para contextualizar el discurso del Sr. Carney, me remontaré al 27 de enero de 2021, cuando Biden llevaba una semana en el cargo y la conferencia anual del Foro Económico Mundial/Davos se celebraba en los últimos meses de la COVID-19. Esto significó que el evento se celebró en gran parte de forma virtual, por videoconferencia, donde el presidente ruso, Vladimir Putin, aún no se había convertido en el nuevo Hitler del Occidente neoliberal y aún intentaba hacerle comprender la situación. Solo relataré los puntos que considero más importantes que Putin aborda en el resto de su discurso, disponible aquí(5):

"Este foro es el primero que se celebra a principios de la tercera década del siglo XXI y, naturalmente, la mayoría de sus temas se centran en los profundos cambios que se están produciendo en el mundo.

De hecho, es difícil ignorar los cambios fundamentales en la economía, la política, la vida social y la tecnología a nivel mundial. La pandemia del coronavirus, que acaba de mencionar Klaus, que se ha convertido en un grave desafío para la humanidad, no ha hecho más que estimular y acelerar cambios estructurales, cuyas condiciones se crearon hace mucho tiempo. La pandemia ha exacerbado los problemas y desequilibrios que ya se habían acumulado en el mundo. Hay motivos para creer que las diferencias se acentuarán. Estas tendencias podrían manifestarse en prácticamente todos los sectores.

Es evidente que no existen

paralelismos históricos directos. Sin embargo, algunos expertos —y respeto su opinión— comparan la situación actual con la de la década de 1930. Se puede estar de acuerdo o no, pero, no obstante, existen algunas similitudes según diversos parámetros, incluyendo la naturaleza global y sistémica de los desafíos y las amenazas potenciales.

Asistimos a una crisis de los modelos e instrumentos de desarrollo económico anteriores. La estratificación social se está fortaleciendo tanto a nivel mundial como dentro de cada país. Ya lo hemos abordado anteriormente. Pero esto, a su vez, está provocando una fuerte polarización de la opinión pública, lo que lleva al auge del populismo, el radicalismo de derecha e izquierda, y otros movimientos extremistas, así como a la exacerbación de los procesos políticos internos, incluso en los países líderes.

Sin embargo, la pregunta principal, cuya respuesta puede, en muchos sentidos, dar una pista sobre los problemas actuales, es la naturaleza de este crecimiento global y quién se ha beneficiado más de él.

Por supuesto, como mencioné anteriormente, los países en desarrollo se han beneficiado enormemente de la creciente demanda de productos tradicionales e incluso nuevos. Sin embargo, esta integración en la economía global ha conllevado algo más que la simple creación de nuevos empleos o el aumento de los ingresos por exportaciones. También ha tenido sus costos sociales, incluyendo una brecha significativa en los ingresos individuales.

¿Y qué ocurre con las economías desarrolladas, donde los ingresos promedio son mucho más altos? Puede parecer irónico, pero la estratificación en los países desarrollados es aún más profunda. Según el Banco Mundial, en el año 2000, 3,6 millones de personas en Estados Unidos vivían con ingresos inferiores a 5,50 dólares al día, pero para 2016, esta cifra había ascendido a 5,6 millones.

Mientras tanto, la globalización ha provocado un aumento significativo de los ingresos de las grandes multinacionales, principalmente estadounidenses y europeas.

Por cierto, en términos de ingresos individuales, las economías desarrolladas de Europa muestran la misma tendencia que Estados Unidos.

Pero, de nuevo, en términos de beneficios corporativos, ¿quién se ha llevado los ingresos? La respuesta es clara: el 1 % más rico de la población...

Según estas empresas, su monopolio es óptimo para organizar procesos tecnológicos y comerciales. Quizás sea así, pero la sociedad se pregunta si dicho monopolio es acorde con el interés público. ¿Dónde está la línea entre el éxito de los negocios globales, la demanda de servicios y la consolidación del big data, y los intentos de gestionar la sociedad a voluntad y por la fuerza, para reemplazar las instituciones democráticas legales y usurpar o limitar efectivamente el derecho natural de las personas a decidir por sí mismas cómo vivir, qué elegir y qué postura expresar libremente? Acabamos de presenciar todos estos fenómenos en Estados Unidos, y ahora todos comprenden de qué hablo. Estoy seguro de que la gran mayoría de la gente comparte esta postura, incluidos los participantes en el evento actual.

Y finalmente, el tercer desafío, o mejor dicho, una clara amenaza que podríamos enfrentar en la próxima década, es el agravamiento de muchos problemas internacionales. Después de todo, los crecientes problemas socio-económicos internacionales sin resolver podrían llevar a la gente a buscar a alguien a quien culpar de todos sus problemas y a redirigir su irritación y descontento. Ya lo podemos ver. Creemos que el nivel de retórica propagandística en la política exterior está creciendo.

También podemos esperar que la naturaleza de las acciones prácticas se vuelva más agresiva, incluyendo la presión sobre los países que no están de acuerdo con el papel de los satélites obedientemente controlados, el uso de barreras comerciales, sanciones ilegítimas y restricciones en los ámbitos financiero, tecnológico y cibernético.

Un juego sin reglas aumenta significativamente el riesgo del uso unilateral de la fuerza militar. El uso de la fuerza bajo un pretexto improbable es precisamente este peligro. Multiplica la probabilidad de nuevos brotes en nuestro planeta. Esto nos preocupa...

Es evidente que el mundo no puede seguir creando una economía que beneficie solo a un millón de personas, ni siquiera a los mil millones de oro. Este es un precepto destructivo. Este modelo está desequilibrado por definición. Los

acontecimientos recientes, incluidas las crisis migratorias, lo han reafirmado una vez más.

Ahora debemos pasar de las palabras a los hechos, invirtiendo nuestros esfuerzos y recursos en reducir las desigualdades sociales dentro de cada país y reequilibrar gradualmente los estándares de desarrollo económico en diferentes países y regiones del mundo. Esto pondría fin a las crisis migratorias.

La esencia y el objetivo de esta política, orientada a garantizar un desarrollo sostenible y armonioso, son claros. Implican la creación de nuevas oportunidades para todos, condiciones en las que cada persona pueda desarrollarse y alcanzar su potencial, independientemente de dónde haya nacido y residido.

Me gustaría destacar cuatro prioridades clave, en mi opinión. Puede que esto no sea nuevo, pero dado que Klaus me ha permitido presentar la postura de Rusia, la mía propia, sin duda lo haré.

En primer lugar, todos deben poder disfrutar de condiciones de vida cómodas, incluyendo vivienda asequible, transporte, energía e infraestructura pública. Sin olvidar el bienestar ambiental, un aspecto que no debe pasarse por alto.

En segundo lugar, se debe garantizar a todas las personas un empleo que garantice un crecimiento sostenible de los ingresos y, por consiguiente, un nivel de vida digno. Todas las personas deben tener acceso a un sistema eficaz de educación permanente, algo absolutamente esencial ahora que permitirá a las personas desarrollarse, progresar profesionalmente y recibir una pensión digna y prestaciones sociales al jubilarse.

En tercer lugar, se debe garantizar a las personas una atención médica eficaz y de alta calidad siempre que la necesiten, y que el sistema nacional de salud garantice el acceso a servicios médicos modernos.

En cuarto lugar, independientemente de los ingresos familiares, los niños deben poder recibir una educación digna y desarrollar su potencial. Todos los niños tienen potencial.

Esta es la única manera de garantizar el desarrollo rentable de la economía moderna, donde las personas

sean percibidas como el fin, y no como el medio. Solo los países capaces de progresar en al menos estas cuatro áreas impulsarán su desarrollo sostenible e inclusivo. Estas áreas no son exhaustivas, y solo he mencionado los aspectos principales.

Una estrategia, también implementada por mi país, se basa precisamente en estos enfoques. Nuestras prioridades giran en torno a las personas y sus familias, y buscan garantizar el desarrollo demográfico, proteger a las personas, mejorar su bienestar y salvaguardar su salud. Trabajamos para crear condiciones favorables para el trabajo decente y rentable, así como para el emprendimiento exitoso, y para asegurar la transformación digital como base de un futuro de alta tecnología para todo el país, y no para un grupo selecto de empresas.

Pretendemos centrar los esfuerzos del Estado, las empresas y la sociedad civil en estas tareas e implementar una política fiscal con los incentivos adecuados en los próximos años."

Cuando leí estas palabras hace casi cinco años, las llamé "Desarrollo Centrado en las Personas" y vi que contrastaban claramente con el neoliberalismo, su desindustrialización y su relegación a empleos de servicios sin futuro y con poco o ningún futuro. Claramente, Putin atacaba el sistema rentista, diseñado para transferir el dinero hacia arriba, sin compartirlo, al 10% más rico, o los "Mil Millones de Oro", como él los llamaba. La política se desarrollaba en torno a este sistema para culpar a todos excepto al 10% más rico, y tan pronto como la provocación ucraniana dio sus frutos, el Gran Mal se convirtió en Rusia, y todo tuvo que sacrificarse para derrotarlo. Las propuestas de Putin fueron esclarecedoras, pero repugnantes para los asistentes a Davos, porque son el 10% más rico quienes han demostrado con su comportamiento a lo largo de los siglos que no están dispuestos a compartir, porque este no es un problema nuevo. Al igual que con la Unión Soviética antes, Putin situaba a Rusia al frente de quienes libraban la larga guerra de clases, lo que hacía que los esfuerzos de la OTAN fueran aún más importantes para ese 10%. Las acusaciones de que Putin intentaba resucitar la URSS se basaban en motivos político-económicos. En la rueda de prensa de ayer, Lavrov relató una conversación de la que tenía conocimiento entre Biden y Putin durante la primera semana de su

mandato, que no comenté ayer, pero que resulta muy relevante en este contexto:

"Cuando el presidente estadounidense Joe Biden se reunió(6) con el presidente ruso Vladimir Putin en junio de 2021, la reunión comenzó en un formato reducido, al que solo asistimos el secretario de Estado estadounidense, Antony Blinken, y yo. Joe Biden pronunció un discurso inaugural sin notas ni texto, afirmando textualmente lo siguiente: «Estados Unidos y Rusia son dos grandes potencias. [Los rusos] no son mejores ni peores que nosotros, simplemente son diferentes. Estados Unidos se creó como resultado de la migración de elementos semicriminales desde Inglaterra. Se asentaron en su territorio, resolviendo el problema indígena. Luego estaban los problemas de la esclavitud y la inmigración. Todos los que llegaron a Estados Unidos, empezando por los colonos británicos, terminaron en el «crisol de razas» y allí se fusionaron, independientemente de su origen étnico o de otro tipo, con los estadounidenses, y emergieron de este crisol con los «derechos humanos» escritos en la frente».

Rusia —cito al presidente estadounidense Joe Biden— fue creada de manera diferente. Desarrollamos los espacios adyacentes a la Moscovia original no reprimiendo ni aniquilando pueblos, sino uniéndonos a ellos, preservando su lengua, tradiciones, religión, cultura, etc. Y ahora tenemos un país enorme, el más grande del mundo en extensión, donde la población es probablemente la más multinacional del mundo, y donde esta multinacionalidad es preservada y apoyada por el Estado.

Por lo tanto, Joe Biden declaró que no es fácil para nosotros mantener la unidad en un país que, además, posee armas nucleares, y respeta al presidente Vladimir Putin por su éxito en este aspecto. Añadió que no podía imaginar la desintegración de Rusia. Este es precisamente el caso cuando Joe Biden habló sin papel, sin teleprompter, sin un bolígrafo que lo firmara todo solo.

En la cumbre de Ginebra, donde esto ocurrió, Putin y Biden acordaron y firmaron una declaración admitiendo que "la guerra nuclear no se puede ganar y nunca debe librarse". Me pregunto qué pensó Blinken, dado que en junio, creo que conocía el plan de la OTAN de atacar a los rusos en Ucrania a principios de 2022. Además, la historia parece haber convencido a Putin y Lavrov de que Biden

estaba abierto a las negociaciones y, por lo tanto, a las propuestas de seguridad de diciembre, dado que el tema sin duda se había discutido en Ginebra.

Carney admite entonces, con naturalidad, que la OTAN ha perdido Ucrania y ahora se enfrenta a otra crisis, una con raíces profundas y diferentes. Putin había presagiado lo que diría más tarde: que Europa sería colonizada por el imperio estadounidense, una verdad que Carney confirma. Lavrov declaró ayer que Rusia no intervendría en lo que llamó un asunto interno de la OTAN. La pregunta que se le planteó a Lavrov sobre el asunto fue bastante curiosa. A continuación, parte de la respuesta de Lavrov:

“En cuanto a la hipotética propuesta de Groenlandia e Islandia

de firmar un tratado de asistencia mutua con la Federación Rusa, no veo las condiciones que nos permitan contemplar tal posibilidad. Y no creo que nadie en Nuuk o Reikiavik la esté siquiera considerando.

La lógica de su pregunta es un poco errónea. Al parecer, usted quiere que estos “territorios pobres” —uno que será arrebatado ahora, y el segundo, que llegará poco después— recurran a nosotros en busca de ayuda. Y no se trata de alguien que no los ayude: Rusia, China o cualquier otro. La cuestión es que son miembros de la Alianza Atlántica, y ahora la Alianza Atlántica está siendo puesta a prueba. [énfasis añadido]

En otras palabras, no nos interesa en absoluto interferir en los asuntos de nadie.”

Y esa última frase es un procedimiento estándar ruso, a menos que se solicite la asistencia de Rusia, que es como debe aplicarse el derecho internacional. Así que Carney peló el plátano, y Trump ya lo pisó y resbaló.

Notas

(1)<https://www.moonofalabama.org/2026/01/carney-declares-death-of-the-rules-based-order.html>

(2)https://www.youtube.com/live/uStuQ-TbL9k?si=BOO_9btV1ZYzf75o&t=80

(3)<https://www.pm.gc.ca/en/news/speeches/2026/01/20/principled-and-pragmatic-canadas-path-prime-minister-carney-addresses>

(4)<https://karlof1.substack.com/p/canadian-pm-mark-carneys-china-visit>

(5)<http://en.kremlin.ru/events/president/news/64938>

(6)<http://kremlin.ru/events/president/trips/65872>



CONTACTA CON NOSOTROS
953 28 12 64

<https://aceitunerajiennense.com>

la familia Palacios ha sido el alma impulsora
del tradicional estilo de endulzar
las aceitunas al sabor jaenero



Tres días de enero



Colaborador de La Ciudad de Terrassa - Barcelona

Domènec Martínez García

Sociólogo - Licenciado en Ciencias Políticas y Sociología
Articlista de Opinión - Tejiendo Memorias

La imagen que acompaña esta crónica fue tomada en la primavera de 1968. Sirve de portada a un libro imprescindible. *La historia de amor más trágica de la Transición*, según su autor, Javier Padilla. Enlaza fantasmas del pasado, emociones a flor de piel, y algunas asignaturas pendientes, como el deber de memoria.

Enrique Ruano destaca en el centro

“

Ahora se cumplen 49 años. El día 23, durante una manifestación pro-amnistía Arturo Ruiz García fue asesinado por la extrema derecha.



de la fotografía. Javier Sauquillo aparece con libros y gafas, le llamaban el empollón de la clase. Completa la imagen Dolores González. Se conocieron en la Universidad de Madrid en el año 1963. Fue el año del asesinato de Julián Grimau y de la creación del TOP, Tribunal de Orden Público (1963/1977). Compartieron amores, promovieron conciertos y algunos sueños de juventud, como debe ser.

Vivieron de manera especial el mayo de 1968. Pero Madrid no era París. El concierto de Raimon en Madrid, *aquell 18 de maig, a la villa*, “por unas cuantas horas nos sentimos libres”, congregó a más de 6.000 estudiantes, posteriormente fueron dispersados por la policía a caballo. La recaudación, más de 300.000 pesetas fue a parar a los obreros en lucha. El 20 de enero de 1969 Enrique Ruano Casanova

fue lanzado desde un séptimo piso, calle general Mola, número 60, ahora príncipe de Vergara, por los esbirros de la policía política, después de ser torturado en la DGS. Tenía 21 años. Manuel Fraga, ministro de Franco, disfracó el asesinato con supuestas “tendencias suicidas”.

Siete días de enero, es el título de una película de Juan Antonio Bardem, que narra los sucesos que tuvieron lugar la última semana de enero de 1977 en Madrid. Ahora se cumplen 49 años. El día 23, durante una manifestación pro-amnistía Arturo Ruiz García fue asesinado por la extrema derecha. Era estudiante y tenía 19 años. Al día siguiente es abatida por un bote de humo disparada por la policía la estudiante Maria Luz Najera, tenía 21 años. Pero lo peor estaba por llegar. Sucedió en Atocha 55, noche oscura, y lo recordamos cada 24 de enero. Allí fueron ametrallados nueve personas, abogados y abogadas de CC. OO., por un comando de la extrema derecha. Javier Sauquillo, junto a cuatro compañeros,

recibió disparos mortales, y Dolores González resultó gravemente herida. Una muerta en vida, prolongada hasta el 30 de enero del 2015. Había perdido a sus dos amores en un enero trágico de nuestra memoria.

Hoy, cuando escribo esta crónica, leo que una escuela religiosa concertada, en mi ciudad, Terrassa, y subvencionada con fondos públicos, enseña en las aulas que “Primo de Rivera era el cirujano de hierro que España tanto esperaba”. También se han normalizado en las calles de Madrid los desfiles y arengas fascistas pidiendo el asesinato del presidente del Gobierno.

Enrique, Javier y Dolores, pagaron con su vida, en tres días de enero, el atrevimiento de no haberse resignado frente a la cruel dictadura. Conviene recordarlo. Nos va la vida en ello.

Documental de la UNED, Generación TOP

<https://www.rtve.es/play/videos/universo-uned/05-12-25/16846366/>

Prosa por un día



J M Cóher

LETRAS

Poesía que dice más

David Eloy Rodríguez



Colaborador de La Ciudad de Jaén

Alfredo Infantes DelgadoNo soy poeta, no soy crítico literario; simplemente, me gusta la poesía
Articulista de Opinión**La poesía como altavoz de la vida**

Con esas palabras definió la filóloga Elena Marqués la poesía del cacereño afincado en Sevilla David Eloy Rodríguez Ramajo en la presentación de uno de sus poemarios. Y el mismo poeta decía que escribía por amor, para la transformación, para entender el mundo. O sea, que estamos ante otro poeta de la Conciencia Crítica.

David Eloy es escritor, poeta, profesor de escritura creativa, guionista, interpreta su obra en espectáculos escénicos multidisciplinares en los que colabora con diversos artistas, forma parte del colectivo *La Palabra Itinerante* y conduce, desde hace más de veinte años, junto con el también poeta José María Gómez Valero, la editorial *Libros de la Herida*.

Autor de una veintena de libros publicados, fundamentalmente de poesía, pero también de narrativa, literatura infantil, álbumes ilustrados, libro-disco, novela gráfica... Escribe también artículos y crítica, así como canciones y letras flamencas. Premiado en numerosas ocasiones, traducido a diferentes lenguas. Poemas suyos han sido recogidos en diversas antologías y libros colectivos de ámbito nacional e internacional.

Ha sido invitado a recitar su obra en multitud de auditorios y festivales poéticos, teatrales y musicales, nacionales e internacionales (en países como Macedonia, Rusia, Italia, Francia, Marruecos, Irlanda, Alemania...). Colabora con instituciones públicas y privadas para aportar saberes e invitar a imaginar en universidades, institutos, colegios, museos, bibliotecas, prisiones, hospitales... Actualmente desarrolla el espectáculo *Animales heridos*, junto a la música Virginia Moreno, y colabora en *Hospitalidad*, actuaciones en las que Rocío Rosado y Santiago Moreno adaptan y cantan la poesía de José María Gómez Valero y el propio David Eloy.

Escuchemos al propio poeta comentando sus poemas:

Cada uno de mis libros... es fruto de un proceso propio, singular, y quiere ser una obra sugerente que abra posibilidades de reflexión, de conocimiento...

Lo que le importa es seducir al lector, interesarle y afectar su sensibilidad, comunicar estéticamente y aportar elementos para comprender... Intento que cada verso arda, y que componga una hoguera coherente en el poema. Y, a su vez, trato cada libro de poemas como una novela: con su trama, su estructura, su desarrollo continuado, su resolución, su sentido como obra orgánica... Quiero que la poesía se parezca a la vida, y la vida es un entremezclarse constante de discursos y materiales heterogéneos que ocurren mientras tratamos de construir un sentido, un relato de lo que sucede...

No sé si en esta selección que os he hecho de sus poemas intuiréis todo esto que nos dice:

l
i
b
r
e
o
p
i
n
a
n
t
e

Hablar como si sólo hubiera
unas pocas palabras
y fueran para siempre.
Todo poema debe ser la carta de un suicida.

Marat – Sade, 1998

El problema ahora
es que hay muchos vigilantes
y pocos locos.
El problema ahora
es que la jaula está
en el interior del pájaro.

Esperan su oportunidad
como luces apagadas.
Su vida se tramita
como un expediente.
Tienen los ojos veloces,
las manos más tristes,
el tiempo contado.
Siguen el cable
hasta el enchufe,
que es el morir.

Cuando nacimos
ya habían traducido el mundo
en un lenguaje equivocado.
Las cifras estaban destinadas.
Las fórmulas tenían veneno.
Tuvimos que aprender
a respirar debajo del agua
y seguimos esperando
que la piel del tiempo
no nos vuelva locos.
No queremos ser tratantes.
No queremos ser esclavos.
Continuamos una senda de sangre.
No olvidamos de qué está hecho el camino,
no olvidamos.

Un poema le pasa a cualquiera

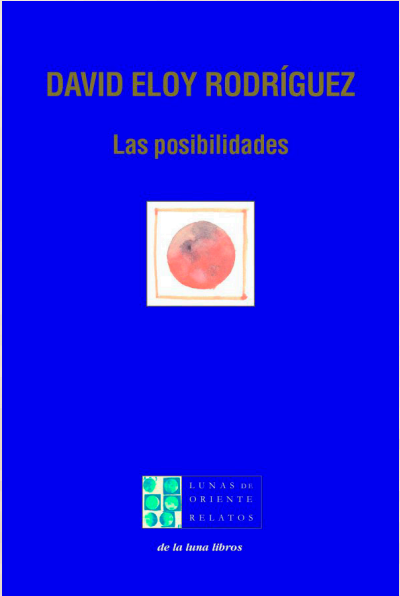
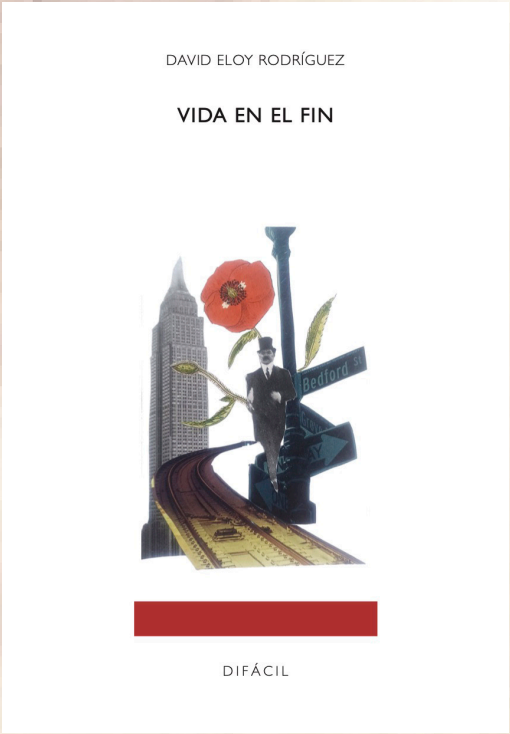
Se impacienta lo que aguarda ser cantado:
todo lo vivido,
todo lo que está por estrenar.

Vuelo se escribe con alas, y amarte se parece
a no morir nunca,
¿cómo no contarlo?

¿Cómo no buscar un alfabeto
que pudiera atreverse a nombrar
lo que aún no tiene nombre,
la aventura, lo inexplorado, lo perdido,
los fuegos secretos,
los juegos que no se agotan,
las calles en fiesta?

Canto por la libertad que aprendimos
bajo la lluvia, nuestra ley de aguacero,
lo que nos merecíamos.

Canto por cada siembra que no piensa en la cosecha.



Canto por tu boca de niña, primavera siempre.

Canto porque aún podemos
seguir impulsando
el columpio de los días.

Canto porque todo el mundo tiene derecho
a un poema con río.

Canto porque aún sabemos sonreír.

El amor es una forma del tiempo
que deshace el tiempo.

Canto porque hay 500 000 millones de galaxias,
pero aquí tenemos
todo lo necesario
para brillar.

Digámoslo todo

Los poetas cocinan en sus dependencias terrestres
el caldo de la resurrección con aceite de revuelta,
mezclan los ingredientes a su antojo,
inventan recetas a partir de tratados antiguos.

Cada cual con su lastre de palabras heridas.
Cada cual con su sombra y su malentendido.
Cada cual con su cuerpo que envejece.

El humo del guiso sale por las chimeneas
de la casa del tiempo verdadero,
y, realmente, abre el apetito oler ese sabor.

Sin embargo, y también hay que decirlo,
es cierto que casi ningún poeta
tiene carné de conducir,
y a pocos les alcanza para pagar el alquiler.

¡Qué viejo y emocionante oficio!

Lastimados, lastimosos poetas:
condenaron sus sueños a la cárcel,
y sus sueños no querían ir.

Desde el espacio

La poesía vista desde el espacio se ve chiquitita.

Los periódicos, los expedientes, los contratos,
no se ven.

Las estadísticas, los mapas físicos, el futuro,
no se ven.

La poesía vista desde el espacio se ve chiquitita.

¡Nos usan en experimentos!

¡Todo lo que brilla de verdad es tan pequeño!

Todos los sitios merecen
que allí llegue un tren alguna vez.

La poesía vista desde el espacio se ve chiquitita.

Los horóscopos, las ordenanzas, el dinero,

no se ven.
Los veredictos, tu currículum, el presidente,
no se ven.
La poesía vista desde el espacio se ve chiquitita.

Vistas al campo de batalla

Saben el precio de una vida,
el precio de una nube,
el precio del amor.
Sólo conocen bosques maderables,
y en sus planes se agrandan
los dominios de su crueldad.

Avanzan:
sepulcros a merced de la corriente.

Avanzan:
como avanza el silencio,
como se pudre un cadáver.

Mientras,
la belleza de los desertores
se ríe de los cálculos.

Mientras,
respiramos en el tiempo de la asfixia.

Mientras,
intentamos mirar
no con la mirada del amo.

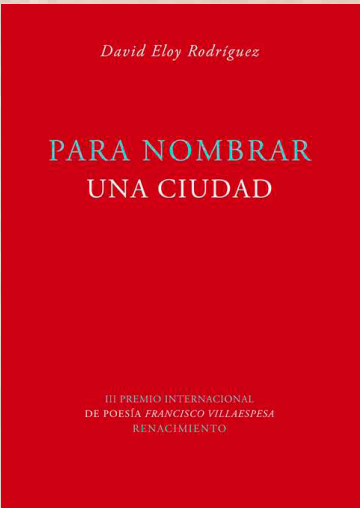
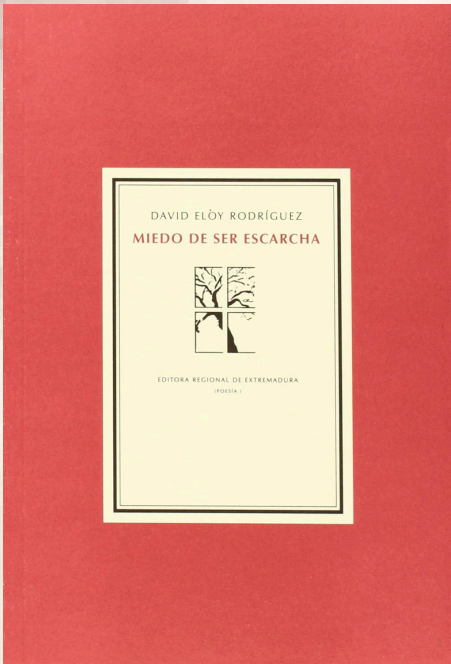
Labor

Yo traje a este sitio mi cuerpo
y aquí lo desgasto en jornadas,
aquí me esfuerzo de luna a luna
hasta que la palabra descanso
florece hermosísima en la boca.
El techo bajo el que nos guarecemos
es provisional e inestable; en ocasiones
confundimos todo esto con un hogar.
Conformamos una familia extraña:
hermanos bajo las luces permanentemente encendidas
de la videovigilancia, sacándole punta al tiempo
en una labor enhebrada por obediencias
y desobediencias, sutiles percepciones,
soledades y compañías, diálogos callados.
Vistos desde lejos parecemos granos de arena
arrastrados por un viento inútil. “¿Y qué importa?”,
nos decimos los unos a los otros.
Pero en los sueños murmuran sombras
que nos interrogan y nos turban, que musitan:
“¿Cómo se puede ser arena
sin ser desierto, sin sufrir la sed?”

El jornal no paga la sangre de mis horas, su alto sacrificio.

En el trabajo está prohibido hablar.
Pero yo hablo. Todos hablan.

Mientras haya luz
y párpados capaces de distinguirla,
mientras haya luz,



celebraremos la piel del oso
mientras lo estamos cazando,
agarraremos la sartén
por el fuego,
orinaremos en la metralla.
Porque somos optimistas
como el corazón del asno,
porque somos los ludistas
de la máquina de contar muertos.
Y si no hubiera luz,
si no la hubiera,
buscaríamos un faro
en la tormenta,
haríamos un fuego,
construiríamos la luz.

La importancia de la importancia

La cantante china
deleita en el cabaret
a todos los presentes.

Está intentando avisar con su canción
de que va a suceder una catástrofe:
unos hombres van a entrar con metralletas
en el local para hacer una matanza.

Ella lo sabe.

«Cuidado», dice la canción,
«nos van a matar».

Pero nadie habla su idioma,
o nadie pill a sus metáforas,
o no se dan por enterados.

Termina la canción, comienza otra.

Entran los hombres y disparan
indiscriminadamente
hasta agotar su munición.

La cantante y sus músicos
son los primeros en caer abatidos
en mitad del estrépito.

Reparto

La ley del dinero lleva a la masacre.
Por ella impera el crimen.
Es el dinero lo que ejecuta.

El dinero tala el bosque.
El dinero aniquila el mar.

Alguien señala.
Alguien invierte.
Alguien compra.

Alguien permite.
Alguien ordena.
Alguien vigila.

Alguien oculta.
Alguien miente.
Alguien calla.

Es el protocolo estipulado:

l
i
b
r
e
o
p
i
n
a
n
t
e

No hay dolor.
Alguien espera beneficios
en algún lugar.

Ejecuciones

Un niño de doce años
es fusilado
junto a once hombres
en la tapia del cementerio.
-El trabajo está hecho,
dice uno de los que dispara.

Se marchan.
El trabajo está hecho.

Se oye un llanto.
No es posible.

-¿Es un animal?
-No. Alguien llora.

Regresan.

Un niño de doce años.

Disparan.

El trabajo está hecho.

No permitas que pase el cazador

No dejes que se acerque a tu hacienda
ni que roce tu cuerpo ni a tus hijos.
No le abras la puerta de tu risa
ni le digas el sitio donde guardas tu dolor.
No concedas que se instale en tus huellas,
que anide en tus ojos o que susurre en tus gestos.
Que no ponga en tu boca sus palabras,
que no ponga en su boca tus palabras.
No le hagas espacio, no le invites a tus días.
No permitas que pase el cazador.

Debajo

Cualquiera puede comportarse de cualquier modo.

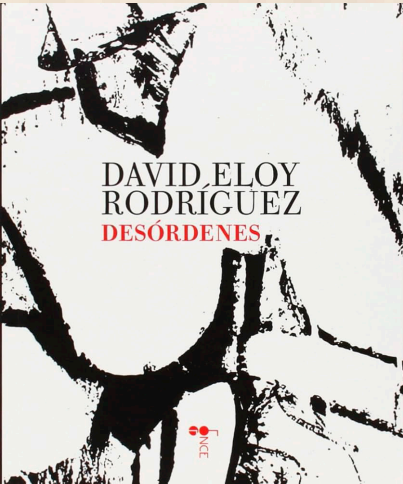
Hay situaciones extrañas, hay días límite,
hay constantes contradicciones.

¿Quién no se sorprendió alguna vez de su interior?

¿Quién no fue por momentos impertinente?
¿Quién no fue por momentos irreconocible?

¿Quién no se arrepiente de afirmaciones
que realizó con convencimiento, con vehemencia?
¿Quién no piensa en muchos asuntos
de forma distinta a como pensaba en otro tiempo?

¿Quién no sabe del sabor de la malicia?
¿Quién no obvió coyunturalmente la nobleza de espírtu,
la responsabilidad, la dignidad, la educación, la estética?
¿Quién no ejerció alguna vez la vanidosa arbitrariedad,



la torva crueldad?
¿Quién no fue egoísta? ¿Quién no codició?
¿Quién no abandonó a su suerte a alguien que le necesitaba?
¿Quién no fue prisionero de la pereza, del ansia o de la ira?
¿Quién no ha deseado, siquiera por un segundo,
que alguien se muriera?
¿Quién no ocasionó dolor? ¿Quién no juró en vano?
¿Quién no ha sido alguna vez cobarde hasta la vergüenza?
¿Quién no ha estado enamorado de quien no debía?
¿Quién no se olvidó de forma provisional de quien más amaba?
¿Quién no escogió fatalmente en alguna oportunidad?
¿Quién no estuvo a punto de morir por una estupidez?
¿Quién no se ha sobrepasado con cualquier sustancia
más allá de lo recomendable?
¿Quién no asumió alguna vez sin cuestionamientos
lo que dictara la corriente,
fuera esto lo que fuera, a pesar de las consecuencias
que trajera ese dictado,
esa dirección?

¿Quién no tiene sus secretos?
¿Quién no tiene sus excusas?

¿Quién no ha engañado? ¿Quién no se engaña?
¿Quién no traicionó las expectativas? ¿Quién no se traicionó?

¿Quién no se ha ofrecido públicamente como ejemplo moral?

Rasquen debajo del retrato y verán:

Seres humanos,
procesos complejos,

y tú,

construyendo tu propia lectura,
humana,
compleja.

Todo en perfecto desorden

El otro mundo estaba aquí, fue aquí.

Todo era en un desorden perfecto,
preso como de una ley poderosa,
desbordándose en un nuevo equilibrio
que se percibía en cada corazón.

Éramos dueños del tiempo
porque el tiempo nos poseía,
éramos todo porque no éramos nada,
como si fuéramos desde el principio.

No temíamos entonces el fin,
porque no había fin.

Sin razón, de pronto,
como si se abriera una puerta invisible,
todo fue aparición, el paisaje
era perfecto para los héroes,
resplandecía cada cual,
desconocidos jugando,
conociéndose.

La verdad, otra verdad,
estalló por todas partes,
estaba en todas partes.

Era parecido al amor,

ahora me doy cuenta,
aquel intervalo en que fuimos
multitud y osadía,
aquellos instantes de plenitud
enigmática, libre, gozosa,
aquel viaje a otro mundo
en este mundo.

Furtivos

Contamos la desaparición
como quien cuenta un eclipse,
pero lo desaparecido
no volverá.

La vida es irrepetible.

Nos estamos quedando solos
para siempre.

Somos moradores del tránsito.
Caemos de instante en instante.

Hay quien mira
y solo ve cenizas.
Hay quien mira
y solo ve el fuego.

Yo quisiera tener
en cada amanecer
unos ojos nuevos.

Aguanta, corazón mío,
resiste a este temporal.
Aguanta, corazón mío.
Que un tiempo nuevo vendrá
y lograremos vivirlo
en paz y con libertad.

Somos moradores del tránsito.
Caemos de instante en instante.

Abrimos los ojos para no ver
nuestra oscuridad.

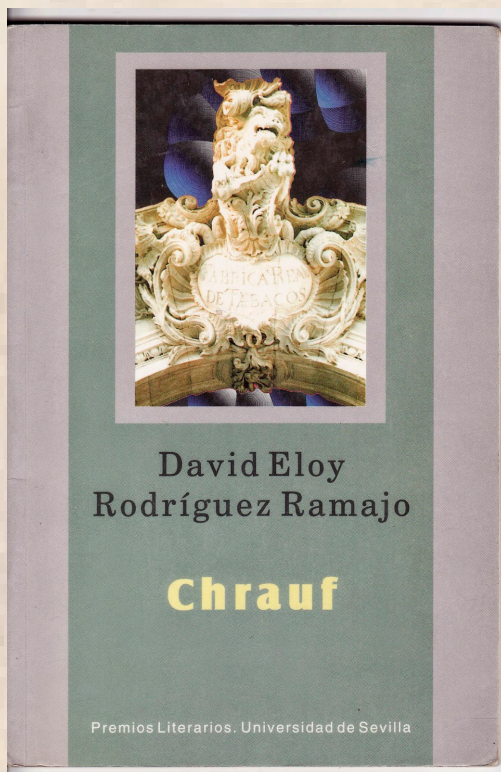
Al calor de la candela,
nos juntamos los cabales,
al calor de la candela.
Y contando nuestras verdades
y cantando nuestras penas
espantamos soledades.

Vuelve a suceder.
Un día sustituye a otro día.

Vuelve a suceder.
Otra vez más algo
nos perdona.

Interludio

A veces sucede. Algo quiebra el mecanismo
cotidiano de la desolación y sucede.
Se despista la terca ley de la distancia
y dos cualesquiera se encuentran,
sin saber cómo, sin casi pretenderlo.
Conversan, se ríen, se sorprenden
de no desconfiar en absoluto,



se entregan a lo que van inventando
como si estuvieran protagonizando el Génesis.
Todo es muy extraño, piensan para adentro
en los raros momentos en que se les aparta la alegría
porque vuelve a asaltarles la costumbre.

Pero el milagro sigue.

No detienen el juego por ahora.

Pasean, deletrean el alfabeto de su inocencia,
balbucean sus nombres nuevos, sus sueños viejos,
cantan estribillos de canciones tontas
y les parece extraordinariamente divertido,
se olvidan de comer, hablan sin parar de la hermosura,
se conmueven en cada uno de los silencios.

Suele haber en estos casos una ciudad
que va dando pasos lentos hacia la noche y luego
pasos un poco más rápidos hacia el alba.
El alba mientras tanto aguarda tranquila,
en su sitio, con su guadaña.

Un alivio en el régimen del temor

Algo está a punto de aparecer:
un destello a través de un agujero en las nubes,
espontánea rebeldía, un espacio para nosotros,
una suerte de comunidad.

Habremos de atravesar caminos frágiles,
acosados por vegetación sin fruto,
propicios para la asechanza, el hambre y el daño,
pero eso será mañana.

En el futuro tendremos que soportar
absurdos, delirantes epitafios,
pero ahora, mira,
algo acontece.

Hospitalidad

La risa huele a raíz y a cielo despejado,
sabe todo lo que saben las luciérnagas.
La risa hace volar las cometas graves
del sueño en voz alta, desmandadas.
La risa es una comarca sin gobierno,
un barco cuya tripulación es el olvido.

Hay lugares sin daño. Allí
somos grumetes de barcos de papel
que construimos en la infancia.

Allí se verifica que el mundo
tiene dimensiones de verano,
el mismo tacto que la música.

En una casa enorme con todas
las puertas abiertas hubo
una pausa, una paz, un acuerdo,
un manojo de alegrías juntas.

Fuimos todos entonces madera
del mismo árbol que nadie,
nunca, conseguiría talar.

El teléfono de la esperanza

—¿Hay alguna manera de ganar?

—Creo que, a lo sumo, se llega a perder
lentamente.

(De la película *Retorno al pasado*,
de Jacques Tourneur, 1947)

No puedo engañarte:

todo está lleno de trampas.
El honor y el orgullo son una ficción.
No hay regreso.

Audaces exploraciones acabaron
en el cementerio marino.

Quienes se educan en la fechoría y en la insensibilidad
incrementan notablemente su eficiencia
en las tablas de rendimiento.

Sócrates bebe cicuta
en cada reencarnación.

No puedo engañarte:
los profesionales de la mentira
se llevan el trabajo a casa.
No puedes hacer casi nada contra la miseria.
Todos sabemos justificar el mal.

No quiero engañarte:
hay antiguas argucias y nuevas artimañas
para las mismas tristes traiciones.

La humildad y el agradecimiento,
la generosidad y la empatía,
no son fáciles de encontrar.

Se envían y reciben chantajes y amenazas
constantemente.
Componemos un puzle de piezas
que no encajan.
Resulta sospechoso
abogar por la misericordia.

No sé engañarte:
las palabras no te retornarán un cuerpo.
La razón es impotente ante la demencia.
Una distracción
y todo es distinto.

La soledad puede ser espantosa.
La angustia puede ser espantosa.

Casi todo el mundo habla para sí.

Si estás tan sólo un minuto y medio sin respirar,
te mueres.

Mi escritura es un trabajo que se basa en el deseo
Mi escritura es un trabajo que se basa en el deseo
(Abdelkebir Khatibi)

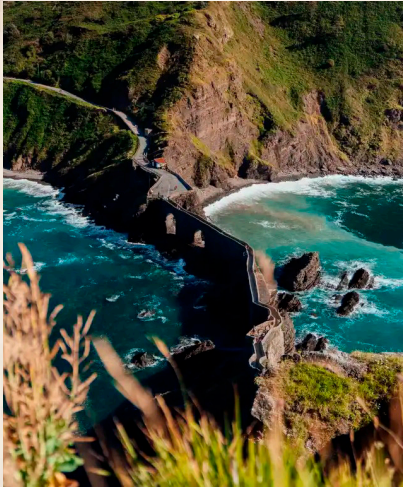
He visto pájaros volar buscando el vuelo,
he visto nombres pronunciados por árboles,
he visto sombras lapidarias proyectándose sin cantería.

He visto perros perplejos,
he visto aguas incorruptibles.

He visto correspondencias interminables.

He visto casas flexibles,
vivo en una cámara de combustión.

He visto una fastuosa colección de ternuras.
He visto puentes hermosos
a todas horas.
He visto abriganzas, comparturas,
hermaneceres.



He visto a la embajada del sueño
combatir el miedo y sus delirantes tarjetas de visita.

He visto una sola orilla
con dos ríos.

He visto cómo tu mirada
encendía el horizonte.
He oído maullar en tus ojos
gatos de luz.

Todo el que juega se la juega.
Todo el que canta se da cuenta.

Brillamos. Urgentes. Fugaces.
Brillamos.

Ahora

Valoramos el extraño voltaje de las palabras,
sus repercusiones,
sus puntos de ignición.

Un verso es un lugar nuevo
bajo el influjo
de una gravitación antigua.

Poesía es lo que está sucediendo realmente.

Cada poema es un viaje.

Tercer informe // 7

¿Qué es lo que deseamos?
Lo imposible, lo maravilloso, la magia,
lo que es sólo un sueño.
Deseamos los límites,
deseamos lo que ya tenemos
y no sabemos que tenemos,
deseamos jugar.
Deseamos resolver enigmas,
empezar de nuevo.
Deseamos volver a entonces,
justo a ese entonces.
Deseamos la belleza.
Deseamos la justicia.
Deseamos reír.
Deseamos el olvido.
Deseamos, a veces, simplemente
algo mejor.
Deseamos lo que se oculta,
lo que no sabemos.
Deseamos amor.
Deseamos seguir.
Tenemos derecho a equivocarnos
y a cambiar.

Preguntarse por la libertad es preguntarse
por la longitud de la valla
y sus hendiduras,
por quiénes son los vigilantes,
por quiénes quieren pasar al otro lado.
Avanzan: sepulcros
a merced de la corriente.
Avanzan: como avanza el silencio.

Como se pudre un cadáver.

Consejos

No te confíes al pulso
de un cirujano epiléptico;
no rellenes el formulario de la libertad;
no cuelgues tu soledad acuática
en sus cables eléctricos.
No te sientas ajeno o inmune:
aunque no entiendas de electricidad
puedes electrocutarte.
No acudas a sus ceremonias,
no cedas, no te rindas,
no te mueras.
No seas alfiler contra los tuyos,
ni bota negra,
ni bolsa de supermercado.
No hieras en el camino:
muestra la rosa,
no las espinas.
No te tomes demasiado en serio.
Viaja mejor sin guía:
la vida es juego sin instrucciones.
Y sobre todo no sigas consejos:
todos los consejos
son inútiles, pérdidas de tiempo,
mentiras.

Somos eternos en cada decisión

I

Es la tierra, son los lobos, es la luna.
Tus pies en este barro.
Tus pies. Este barro.

II

Ya casi no pisamos tierra, pisamos
nombres, cifras, y eso no es caminar.
¡Tan lejos de tanto que está tan cerca!
Cada día acontece
la expulsión del paraíso.

III

Hay que confirmar el mundo en todos sus extremos,
acariciar cada cosa
para comprobar que está en su sitio.
Destituidos del verbo libertad,
despojados de vivencia,
somos seres sin hogar posible,
perros famélicos que escarban, desesperados,
en una sepultura.

Criaturas

Hay palabras que van y vienen de uno a otro lado
casi sin notarse, como la luz unta el día,
cumpliendo un pacto antiguo.

Hay palabras que languidecen igual que amores
que decaen, tristes, en anemia o burocracia,
fatigados de pérdida.



Hay palabras que se comprenden en los severos
dominios del invierno, palabras malheridas,
infaustas cortesanas en los fueros de un rey cruel.

Hay palabras como fúnebres farsas o sombras
sin figura o guiñapos en las fauces de cachorros,
palabras vencidas por su propio veredicto
igual que barcos que tan sólo trasladaran
enfermedades infecciosas de isla a isla.

Hay palabras que huyen en barcazas de ciprés
por el río de la misericordia, audaces,
prófugas, sin reposo.

Hay palabras como peces turbios en un lago
de dolor cristalino.
Hay palabras dulces masticando sal.

Hay palabras que son cisnes nadando aguas extintas.
Hay palabras como hormigas en el mar
que intentan alcanzar la tierra.

Hay palabras imantadas, clérigas de arcaicos
saberes, muy turbadoras palabras con alas
de perro, tan diestras en
hablar desde otro tiempo y nacer en este instante.

Hay palabras que golpean tenaces la puerta
de tu casa con la sombra de sus puños. Insisten,
como la lluvia sobre las lápidas insisten,
precisas, feroces.

Hay pecios del ruido del mundo, palabrería.

Hay palabras como palomas que se disputan
migajas de este cielo.
Hay palabras con nariz de payaso, palabras
como gafas de ver.

Todas, todas ellas devoran
implacables, cruciales, el país de lo sin nombre,
todas imponen su presencia arrogante, convierten
el oro del misterio en piedra pura.

Cada corazón en el filo

¿Adónde huir? ¿Adónde los endemoniados?

¿Qué refugios, qué búsquedas, qué siembras?
Predican niebla y desesperaciones,

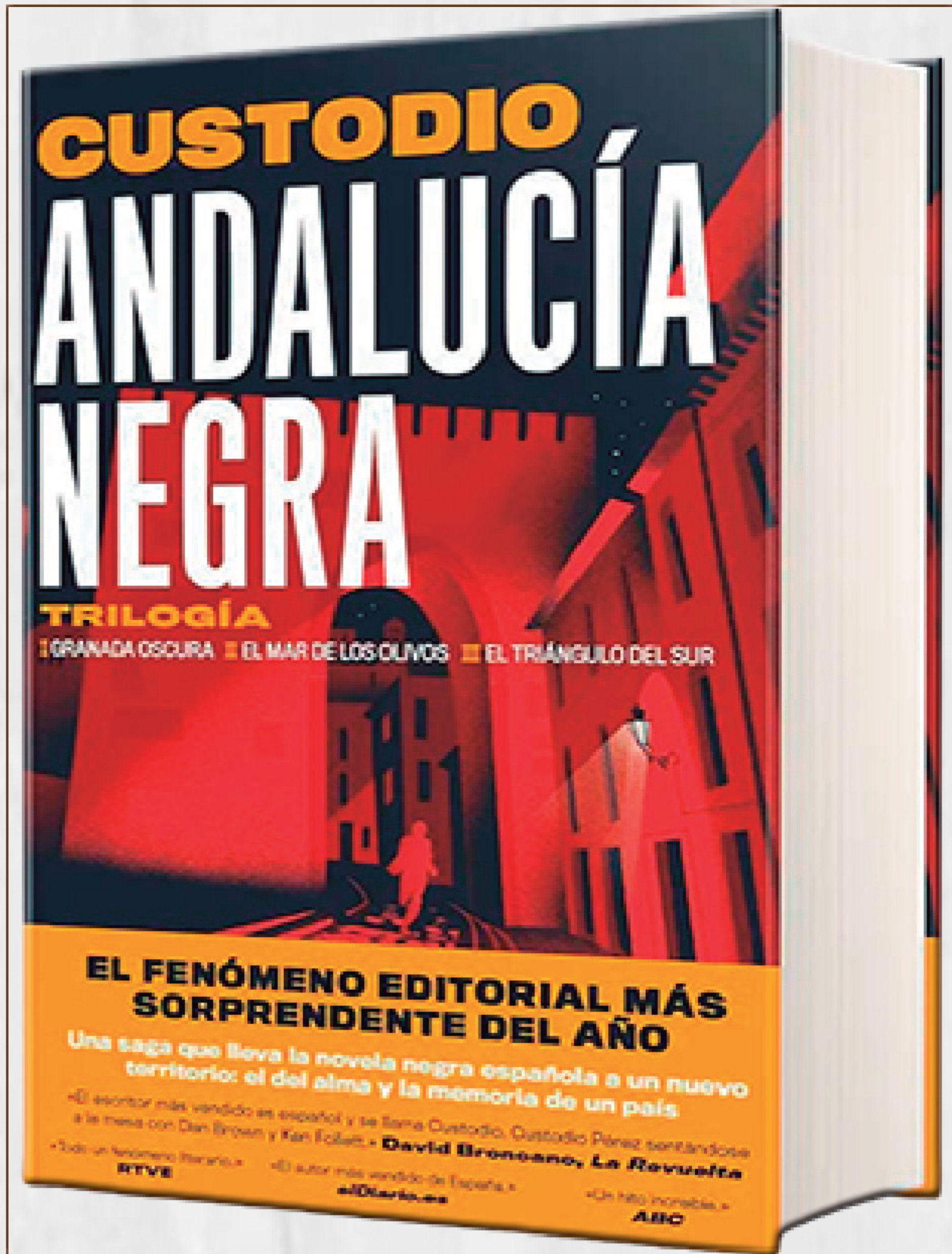
¿Qué protege, anida, salva?
Propagan estigmas y crueldades,

¿Cómo la resistencia?
En mitad de la guerra estudiar
la trayectoria de cada bala.

¿Cómo encontrar las palabras necesarias
para decir?

Cuando las luces se apagan
todos sueñan con un motín de mariposas,
con luces encendidas.





Vivir sin pasión



Colaboradora de La Ciudad de Madrid

Flori Tapia

Poeta, Pintora y Coach

Articulista de Opinión - Veneno en Flor

Estamos perdiendo la pasión, o es mi vista? Pareciera que estamos robotizados, haciendo juego con la IA, como queriendo ocultar lo que sentimos, instruyendo a nuestras emociones a hacer mutis por el foro. Mal, muy mal. Y me apena esa

“

No sé en qué momento se ha normalizado silenciar la ira, el amor, la gratitud, el enfado o la injusticia, aunque entiendo que tampoco es necesario el sinceridio en algunas ocasiones,

conducta especialmente en la juventud, cuando de toda la vida de dios ha sido el periodo de efervescencia más notable en el ser humano. Es que ya no se ve a los chavales ni comiéndose la boca en cualquier esquina. Ahora se ponen una goma de pelo en la muñeca, que en código *bro* viene a decir que existe un vínculo entre la dueña de la goma y el portador de la misma y con ese gesto visual vienen a decir que son casi novios. Los matices del casi no quiero ni imaginármelos.

Por esto y por otras cosas, a la mínima que veo a alguien llorar con desaliento o besar con locura aprieto mentalmente el botón de “estás en mi equipo”, porque es esa gente a la que quiero tener cerca.

La tibieza no tiene ningún sentido a según qué edades, porque cuando dejamos de vivir con pasión ya está todo el pescado vendido. Sé de quienes abandonan sus impulsos en la creencia de que en los planes de dios no hay espacio para la improvisación, otros eligen el silencio y la pasividad como



una forma de irresponsabilidad afectiva. Estos me ponen muy nerviosa, porque nunca sabes si algo les parece bien o mal ni de qué pie cojean, todo en ellos es *tú di lo que quieras que yo haré lo que me dé la gana*, y huyen del diálogo, de la confrontación, y del posicionamiento, pero también de expresar sus miedos, sus ganas, sus inquietudes, incluso lo que piensan y te hacen sentir que nada ni nadie les importa. Esa conducta pasivo-agresiva de manual esconde traumas, heridas sangrantes y una falta de autoestima que suele proyectarse en forma de animadversión hacia quien les hace sentir pequeños en la medición que su escasa inteligencia emocional hace frente a sus víctimas. Todos tenemos algo, pero ignorar el problema es lo que hace diferencia entre quienes quieren sanar y quienes prefieren morir matando.

No sé en qué momento se ha normalizado silenciar la ira, el amor, la gratitud, el enfado o la injusticia, aunque entiendo

que tampoco es necesario el *sinceridio* en algunas ocasiones, pero puestos a elegir, me quedo con la impulsividad, con la capacidad de reacción, con la gente con sangre que asume el riesgo de expresar lo que siente.

Y con los achuchones inesperados, y con las sobremesas que acaban en abrazos, y con el doble *check* de “entregado” en los mensajes que cuentan lo que nos estaba apretando en la garganta.

No hemos venido a descifrar silencios ni a comportarnos como muebles de Ikea. Y por lícito que sea elegir ese modo de vida, me aterra esa sensación de que vamos perdiendo lo que nos distingue a los humanos de las piedras, y que haya personas que, en su frialdad metálica adquirida, no sean capaces de sangrar así les pinche la aguja del amor, del miedo, de la injusticia o la de la vacuna de la gripe.

El mundo sin pasión es un iceberg del tamaño de Júpiter.

LOGO Hacemos
publicidad

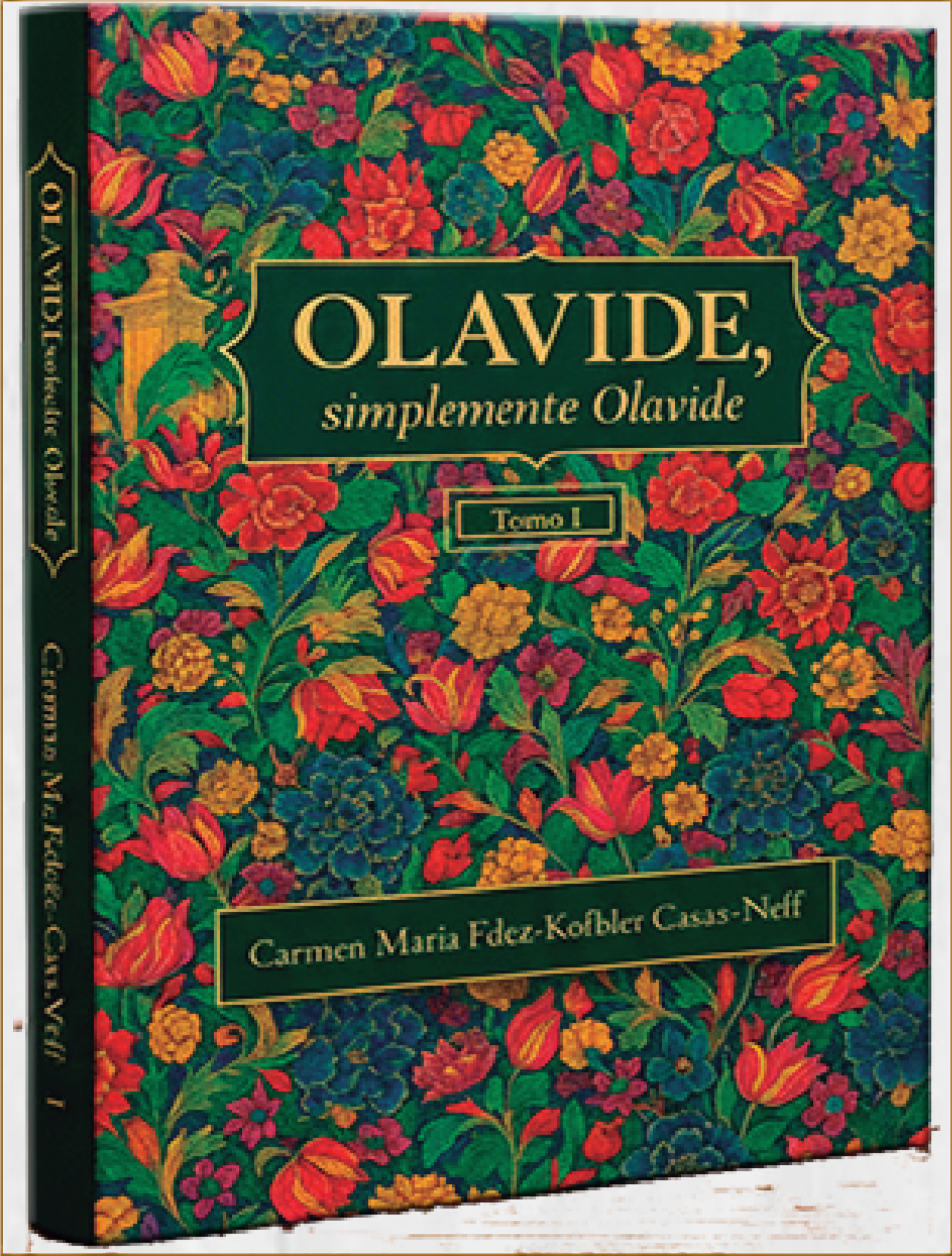
www.logopublicidad.com



**PREPARADOS
PARA CREAR**

Imagen de Marca - Páginas Web - Tiendas online - Redes Sociales

...los tiempos cambian



Cuarenta años



Colaborador de La Comarca de Jaén

Sebastián López Mateos

Articulista de Opinión

Es conocido que los conceptos de izquierda y derecha política tienen su origen en la asamblea francesa en 1.789. Los que se sentaban a la izquierda del presidente de la asamblea, partidarios de un cambio de régimen, revolucionarios, eran los de izquierdas, y los que se ubicaban a la derecha que no querían cambio alguno, partidarios de Luis XVI y del Antiguo Régimen eran los de derechas. No era una simple ubicación espacial

“

No fue creada la izquierda por los franceses, existe desde que “el mundo es mundo”, como diría un compañero ya desaparecido.

motivada por simpatías, fobias o prestigio, tenía una justificación de mucha más enjundia. Los Estados Generales estaban compuestos del Primer Estado en el que estaba el clero, el Segundo Estado formado por la nobleza y el Tercer Estado integrado por el pueblo llano: burguesía,



artesanos y campesinos. No era nada caprichoso situarse en un lado u otro, había una razón fundamental: mientras que el clero y la nobleza disfrutaban de privilegios y no pagaban impuestos, el pueblo llano, Tercer Estado, no disfrutaba de derecho alguno y sí pagaba impuestos; el pueblo era el 95% de la población francesa.

No fue creada la izquierda por los franceses, existe desde que “el mundo es mundo”, como diría un compañero ya desaparecido. Desde que las sociedades se organizaron en castas, estamentos o clases y unas se hicieron con posesiones, derechos y privilegios a costa de los derechos, las libertades y el bienestar de la mayoría, la izquierda no solo es necesaria, sino imprescindible para luchar y conseguir la igualdad, concepto

clave en este discurso. Esto tan simple y tan sustancial es enmascarado, ocultado y denigrado por un poder, poseedor de instrumentos muy eficaces, mediáticos y políticos, para confundir y ahuyentar del debate político a la mayoría social, el tercer estado, el pueblo llano (la burguesía de hoy se cambió hace mucho tiempo a la derecha del parlamento).

Nos lo pinten como quieran, o con arreglo a sus intereses, la izquierda (podría ser la derecha si el Tercer Estado se hubiera puesto al otro lado del parlamento francés) es la fuerza que debe aglutinarse, significa unirse, en torno a los intereses del tercer estado de hoy que son los jubilados, las trabajadoras, los desahuciados, los jóvenes sin vivienda, los “sin techo”, las inmigrantes, los parados, los asalariados... y los que, por

unas razones u otras, opinan que todos son iguales y se abstienen de participar para que nos gobierne la minoría que sí tiene claro que tiene que actuar (quien pueda hacer que haga, como diría José María Aznar).

“Este 2026 nuestra organización cumple 40 años, nos han querido enterrar desde que nacimos, pero aquí seguimos amigos y amigas, defendiendo la vida, desde la

“

Frente a un mundo de guerra, fascismo y destrucción, confianza, trabajo, optimismo y esperanza”. Son palabras literales de Antonio Maíllo, coordinador federal de IU, referidas a los 40 años de existencia de Izquierda Unida.

honestidad y la coherencia; seguimos en la brecha, defendiendo la justicia social y la paz, siempre al servicio de las clases populares y trabajadoras de nuestro país, seguimos tejiendo el hilo rojo, verde, blanco, violeta de nuestra historia, adaptándonos a nuevas realidades, pero siempre desde la nobleza en la acción política. Es el momento de seguir luchando, porque, pese a las dificultades del momento, debemos y podemos ser optimistas; lo somos, compañeros y compañeras, somos los herederos de un legado antifascista que ya venció en 1945 y que volverá a vencer. La esperanza en un mundo mejor será la fuerza que nos impulse, desde la confianza en el ser humano, que es la base de todo proyecto de futuro. Frente a un mundo de guerra, fascismo y destrucción, confianza, trabajo, optimismo y esperanza”.

Son palabras literales de Antonio Maíllo, coordinador federal de IU, referidas a los 40 años de existencia de Izquierda Unida. El artículo es mi modesto reconocimiento a una fuerza que, con sus muchas luces y algunos errores, ha



caminado firme y ha sobrevivido en un ecosistema hostil y nada favorable. Solo haber caminado junto a hombres y mujeres como Marcelino Camacho, Julio Anguita, Josefina Samper... nos da pistas de que no vamos mal encaminados. Creo que esta formación política merecería, sobre todo desde las otras formaciones

de izquierdas, como mínimo, respeto por su trayectoria comprometida siempre con el pueblo llano.

Firmado por un militante, algo mayor, que conserva la esperanza de que este mundo sea más habitable en igualdad y en paz.

Apps de salud mental



Colaborador de La Ciudad de Santa Fe - Argentina

Jorge Valverdi

Dr En Salud Mental

Articulista de Opinión - Con Permiso



El teléfono móvil, señalado durante años como una fuente de estrés y adicción, ahora promete convertirse en salvavidas emocional. Las apps de salud mental se multiplican a una velocidad vertiginosa y millones de personas las descargan buscando alivio inmediato para la ansiedad, el insomnio, el agotamiento o la tristeza persistente. Todo parece resolverse con un clic.

Meditaciones guiadas, ejercicios de respiración, registros del estado de

riesgos. No todas las apps están desarrolladas por profesionales ni basadas en evidencia científica. Algunas prometen soluciones rápidas para problemas complejos, generando falsas expectativas y retrasando la búsqueda de

aislamiento y la autoexigencia. La clave está en entender que ninguna aplicación reemplaza la escucha humana, el acompañamiento terapéutico ni el tratamiento profesional cuando es necesario.

“

Usadas con criterio, estas herramientas pueden ser un complemento valioso. Mal utilizadas, pueden profundizar el aislamiento y la autoexigencia.

ánimo y mensajes motivacionales están disponibles las veinticuatro horas. Para muchos usuarios, estas aplicaciones representan el primer contacto con el cuidado de la salud mental. Son accesibles, discretas y ofrecen la sensación de control en momentos de desborde emocional.

Pero detrás del auge también aparecen



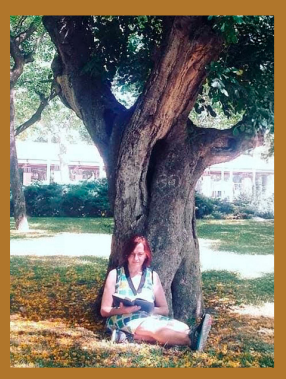
ayuda real. La salud mental no siempre puede resolverse desde una pantalla.

Usadas con criterio, estas herramientas pueden ser un complemento valioso. Mal utilizadas, pueden profundizar el

La tecnología avanza sin freno. La salud mental, en cambio, exige cuidado, responsabilidad y decisiones informadas. Confiar ciegamente también tiene consecuencias.



CARMELA RO



S
I
G
L
O

X
X
I

POR SARA MARTÍNEZ



Carmela Ro vive en Barcelona. Sus aficiones son leer, escribir, comer, cocinar, conversar, disfrutar de mi familia y amigos, y jugar con sus gatos; entusiasmos desde donde explica el mundo a sí misma. Le fascina el mundo de los libros: leerlos, olerlos, subrayarlos, escribirlos y editarlos. Escribe cuentos infantiles y para adultos. Fundadora y presidenta de la Asociación Cultural Planetababel y de Ediciones Mucho Cuento (dependiente de la A.C. Planetababel). Forma escritoras y escritores. Organiza talleres de escritura, clubs de lectura, maratones literarias, lecturas de relatos y poemas; coordinado a través de la Asociación Cultural Planetababel. Es lectora profesional y profesora de español para extranjeros.

1. ¿Qué te motivó a crear Planetababel?
¿Cuándo y cómo nació esa idea?

R: La lectura me llevó a la escritura y la escritura a investigar sobre la didáctica de la escritura. Soy muy curiosa y me gusta compartir mis conocimientos

con los demás. En 1992, de manera casual, descubrí en Madrid una librería que impartía un curso que se llamaba: taller de escritura. Allí estuve una semana y eso me abrió la mente. En ese lugar descubrí que eso de

de esa búsqueda, del cómo poder transmitir esos conocimientos los que me llevaron a impartir cursos y eran tantas las personas interesadas que tuve que buscar un espacio grande para dar cabida a esos cursos sobre



escribir de manera literaria se podía enseñar a través de juegos que es como me gusta aprender. Fue a partir

escritura creativa, cuento y novela. Así nació Planetababel.

2. ¿Qué ofrece el taller literario

JUAN Y ANA

Ferretería · Copistería · Comics · Juguetería
Droguería · Papelería

SIGLO XXI

Planetababel? ¿A qué tipo de público está dirigido?

R: El taller ofrece cursos de iniciación, medios y avanzados sobre todo tipo de escritura creativa. Dirigido a cualquier persona que sienta el gusanillo de

¿Tienes algún proyecto en mente?

R: Mi fuente de inspiración son las niñas y los niños, observarlos y escuchar lo que dicen sin ese filtro que la gente grande ponemos a la hora de pensar e interpretar.

quier arte, es un acto de generosidad.

- **Tu mayor reto:** Mejorar en mi escritura.



escribir de manera literaria.

3. Has publicado tus propios libros enfocados en literatura infantil y juvenil. Háblanos de ellos.

R: He escrito cinco libros infantiles. Cuatro libros infantiles de un personaje llamado Lola: "A Lola le gustan muuucho los animales", "Lola y la cajita de los recuerdos", "Lola y los cocodrilos" y "Lola y el lobo", libros ilustrados por Harry Scheihing.

El quinto libro "Los pendientes de la reina" editado por Excellenceditorial durante 2025.

4. ¿Cuál es tu mayor inspiración?

En estos momentos estoy con dos libros, mi sexto libro será un cómic para preadolescentes y del séptimo solo puedo decir que se está cocinando.

5. ¿Qué deseas que los niños aprendan cuando leen tus historias?

R: Que se diviertan, ellos sabrán sacar sus propias conclusiones.

Más sobre Carmen:

- **Un libro:** difícil de responder. Me gustan todos y son muchos. Aunque siempre "Cien años de soledad".
- **Una frase:** Escribir, como cual-

- **¿Qué significa la literatura en tu vida?** La vida en sí misma.

- **Una película:** me pasa como con los libros, tengo tantas favoritas que no caben en este formulario. "El amante del amor" me resultó muy impactante cuando la vi.

¿Qué he aprendido de Carmen?

Carmen ha sido mi profesora de escritura y mi mentora. Gracias a ella descubrí con más profundidad a los autores y sus obras. Me ayudó a poner en práctica mi escritura y encontrar en ella un refugio.


JOSÉ OLID
CARNICERÍA
C/ Fuente De La Plata, Jaén



600 53 05 90
Móvil

joseolid@hotmail.com
Correo electrónico

Una batalla tras otra



Colaborador de La Ciudad de Jaén

Pedropa García

Articulista de Opinión - La Claqueta

Triunfadora en los últimos Globos de Oro

Paul Thomas Anderson vuelve a acertar con una película trepidante, furiosa, sin duda, de lo mejor del pasado año. *Una batalla tras otra* imprime al cine actual un ritmo frenético, que no te deja respirar. Con un guion comprometido Anderson construye una película de esas, que solo aparecen muy de vez en cuando. Una historia desbordante envuelta en un thriller de acción, que no es sino un amargo espejo de la desconcertante realidad en la que se desenvuelve este mundo del siglo XXI. Como contrapunto a esta descarnada realidad, Anderson plantea también esa parte vulnerable que pervive, aun en las situaciones más inhumanas del ser humano. Y son esos momentos introspectivos del filme, los que ofrecen algo de relajación al espectador, antes de volver a la carga, en nunca mejor dicho, una batalla tras otra. Y os preguntaréis que de qué va todo esto. Solo algunos apuntes, antes de que seáis testigos personales: racismo, violencia militar, tensión política, migración. En definitiva, un mundo despiadado controlado desde las sombras, concentrado en la frontera entre Estados Unidos y México, pero que podría situarse en cualquier otro lugar

del planeta. No falta el humor, me he reído mucho durante las casi tres horas de metraje, lo que dice mucho de la habilidad de Anderson en saber encontrar el punto satírico, aun en los ambientes más adversos. *Una batalla tras otra* nos ofrece secuencias memorables de acción, mezcladas con enérgicas imágenes en las que la cámara persigue sin tregua a los personajes. Como muestra, la fascinante persecución por las ondulantes carreteras en las colinas entre Texas y California, un alarde cinematográfico, que quedará ya como una icónica escena de la historia del cine. Y qué decir del elenco interpretativo: un DiCaprio inmenso (atención a los Óscar) como ese Bob, que evoluciona desde un obsesivo héroe revolucionario hasta un padre de lo más afectivo. Sean Penn lo borda, haciendo del estafador militar Lockjaw, un ser humano patético y peligroso, que odia a quienes son diferentes. El

reparto de la película se completa con Benicio del Toro, que interpreta a Sensei Carlos, un comprometido maestro de artes marciales y Chase Infinity, como Willa, la hija adolescente, que, dentro del caos, busca su propio camino. La banda sonora de Jonny Greenwood persiste a lo largo de la historia, como un run-run que marca, con un insistente teclado de piano, el tiempo que resta de algo que está a punto de estallar. El tema recurrente original *One Battle After Another* habla de la necesidad de seguir adelante, a pesar de todo. Se complementa con un puñado de otros temas famosos, (magistral la escena de Sean Penn deambulando herido por las carreteras de Texas, con el fondo musical de Perfidia).

Una batalla tras otra te ofrece un viaje arrebatador por el fondo del cine. Apúntate.



www.embutidoslasinfantas.es

SÍGUENOS
f t i n p



También en
tienda online

100% CASEROS
Jaén
CON DISTINTIVO DE CALIDAD

REBOBINANDO EL CASETE

¿Bienaventurados los pobres?



Colaborador de La Ciudad de Madrid

Juan Cano Pereira

Escritor
Articulista de Opinión



Ni siquiera aquel gran hombre — dicen que hijo de un tal Dios de los Cielos y de la Tierra— que zarandeo la conciencia de los hombres hace ya demasiado tiempo —2025 años y veinticinco días aproximadamente— dedicó sus bienaventuranzas a los «pobres pobres», a los pobres de solemnidad, sino a esa subdivisión de la miseria humana denominada «los pobres de espíritu». Es decir, a aquellos que reconocen su dependencia de ese tal Dios padre, a diferencia de la pobreza material; porque es a ellos a quienes pertenece el reino de los Cielos, pues no confían en sus propias riquezas o méritos, sino que es la humildad la que los abre a la gracia divina. O eso, más o menos, viene a decir Mateo en el tan socorrido capítulo 5, versículo 3 de su evangelio.

Por desgracia, cuando la pobreza entra por la puerta, el amor y todo lo demás, incluidas las ganas de sentirse un ser de luz espiritual, saltan por la ventana. Bueno, eso si se posee o se puede alquilar algún habitáculo con puertas y ventanas a lo que poder llamar hogar. De ahí que yo no me crea esa pretendida vuelta de la juventud actual hacia la espiritualidad, a no ser que sean parte de esa reducida facción de iluminados, pero privilegiados,

tipo Rosalía o, sin ir tan lejos en la bienaventuranza de la fama musical y de lo material, tipo Hakuna Group Music.

No está este comienzo de año para que nos den sermones desde ninguna montaña. Quienes lo petan, quienes llevan la batuta en esta sinfonía infernal del nuevo orden mundial no necesitan cargar sus discursos de razones. Por no

desfallecer en nuestro intento de ser eso: humanamente mujeres y hombres que, a pesar de todo, manejamos las cosas de la mejor manera que sabemos o que podemos. El problema está en que ese no ser privilegiados «Men of good fortune», que cantaba Lou Reed, nos puede llegar a frustrar hasta el punto de hacernos romper los ramales que nos



necesitar, no necesitan de partitura. Lo suyo es la improvisación, o lo que es lo mismo, hacer en cada momento lo que les salga de su real gana. ¿O creéis que Trump tiene guionizado cada paso, a cuál más siniestro y disparatado, que está dando en este primer mes de 2026?

Y ahí estamos la mayoría de los habitantes de este mundo —los pobres de espíritu y de todo lo demás—, luchando por no

unen a la paciencia, a la razón. Porque es un hecho: los pobres ansiamos lo que tienen los ricos. Pero me temo que, para conseguirlo, no baste con imitarlos, vistiendo como ellos, pensando como ellos o votando lo mismo que ellos. La Justicia con mayúsculas requiere de una altura moral, espiritual si se quiere, que esta sociedad está a punto de perder de manera definitiva.

“

«No está este comienzo de año para que nos den sermones desde ninguna montaña»