

Març 2024

RENAIXEMENT

Any XV, N° 56

RENAIXEMENT

UJI UNIVERSITAT
JAUME I
Universitat per a Majors

La revista dels estudiants
de la Universitat per a Majors

Editorial:

Una tasca acadèmica i social fonamental a les Seus



Les universitats d'avui tenen entre les seues funcions l'extensió universitària i la integració en la societat del seu entorn, amb la missió de donar a conèixer la universitat, però també de difondre la cultura i la ciència. Aquesta labor d'extensió universitària es materialitza en la Universitat Jaume I en sis seus, en quatre de les quals: Nord (Vinaròs i Sant Mateu), Ports (Morella i Vilafranca del Cid), Camp de Morvedre i Interior, la Universitat per a Majors fa una labor inavaluable de formació i de dinamització cultural. Pràcticament, des del moment de la seua fundació, la Universitat per a Majors, va oferir en 1998 activitats a les Seus del Campus Obert de la Universitat Jaume I. Des del curs 2003-2004 a més ja es va organitzar un programa específic. Les persones majors de les zones rurals, tradicionalment, han tingut menys oportunitats d'accedir a una formació de qualitat i actualitzada. Portar les aules i al professorat de la Universitat per a Majors a aquestes poblacions dona més oportunitats de formació i d'integració al territori. Sense la col·laboració dels ajuntaments d'aquestes poblacions, a més, haguera sigut molt complicat dur a terme aquesta intensa labor de formació i dinamització. Ells ens doten de recursos i d'espais per a aquesta labor. Avui aquest alumnat arriba als 358 estudiants i suposa el 32% dels matriculats totals en el programa sènior, per tant, són una part fonamental en molts sentits.

Per exemple, els encontres interseus que organitza la Universitat per a Majors són una part molt important per fomentar la integració entre el territori i entre tot l'alumnat de la Universitat per a Majors. Aquests encontres fomenten la convivència, el coneixement entre els alumnes i la millora de les seues relacions, a més de compartir experiències i vivències. Però també moltes altres activitats com els Tallers de Cor, les jornades i la formació

en noves tecnologies, dies especials de xerrades, inauguracions i clausures del curs. En els encontres interseus, que van canviant de seu, els alumnes de tots els programes i cursos assisteixen a les classes, coneixen a altre professorat, coneixen la ciutat o el poble dels companys, conviuen i s'integren millor en el programa sènior. Conèixer la idiosincràsia del company, les dificultats o avantatges que poden tindre en la seua formació millora la qualitat i la cohesió d'aquest programa.

Un dels problemes precisament de les persones majors a les zones rurals és la bretxa digital. La Universitat per a Majors amb la seua formació formal de diferents nivells en tecnologies a les Seus contribueix d'una manera notable a minorar aquesta bretxa digital, però també cultural i acadèmica. Les Seus de la Universitat per a Majors a més acolleixen amb molta il·lusió i calidesa al seu professorat i en aquesta revista, *Renaixement*, a més amb els seus articles ens donen a conèixer el seu patrimoni, material e immaterial, els seus costums, cuina i tradicions, contribuint a una integració del territori inavaluable. La tasca acadèmica i social de la Universitat per a Majors és fonamental allà on està, però especialment a les Seus, fent que les distàncies físiques i culturals siguin menors. La Universitat per a Majors contribueix notablement a millorar la seua qualitat de vida, a fomentar el seu interès per aprendre i la seua confiança per afrontar els reptes de la nostra societat.

**M^a Inmaculada
Rodríguez Moya**

Directora Acadèmica
Universitat per a Majors

Directora

M^a Inmaculada Rodríguez Moya

Coordinació

Pilar Escuder Mollón

Equip col.laborador

Mónica Sales Giner

Edita

Universitat per a Majors

Universitat Jaume I

Castelló de la Plana

e-mail: majors@uji.es

Maquetació i edició

IMPRENTA SEBASTIÀ

Dipòsit legal CS-188-2004

* Els autors són els únics responsables de les opinions i continguts de la revista Renaixement

Consell Editorial

Alejandro Garrido

Vicente Laureano Martínez

Concha Pascual

Rosa M^a Saenz

José Luis Sierra



Índex

Editorial.....	2
Índex	3
Relaciones materno-filiales en el embarazo	4
Animales que dan vida.....	6
¿Jugamos?.....	7
Les partides rurals de Vinaròs.....	8
Mi vecina Edelvina.....	11
Flora.....	12
Gossos	13
Yo, el Fadri	14
La Tómbola	17
Las Alfombras de serrín del Santísimo Misterio de Aguaviva.....	18
25 Años del taller de senderismo Uji Majors.....	20
Los danzantes y el Maestro	22
El Soundpainting	24
Un paseo por la historia de la agricultura urbana.....	26
El maravilloso mundo del cine.....	28
Atardecer desde mi balcón.....	29
El vermut	30
Una alumna ejemplar.....	31
La Dolçaina	32
Evolución o involución	34
Los senderistas van por buen camino.....	35
La Tormenta.....	36
¿Autoprotección?.....	38
La casa de les senyorettes.....	39
La granja de las abuelas	40
Recuerdos de la niñez	42
Acróstico	42
Más que música.....	43
Cuando el Geranio viaja en avión y los trabajadores en pateras.....	44
Los "pechos de mora" y "la mona de pascua".....	46
El porqué de unas puertas abiertas en la universidad ...	47

Relaciones materno-filiales en el embarazo

En este artículo trataremos dos temas de interés en el desarrollo del embarazo, y son las llamadas células madre y el diálogo molecular madre-hijo.

¿Qué son las **células madre**?

Son células que darán origen a un nuevo ser vivo pluricelular. En nuestro caso hablaremos del ser humano.

La unión del óvulo con el espermatozoide originará el CIGOTO (la única célula totipotencial). Ella, a su vez, dará lugar a las células pluripotenciales, capaces de madurar y originar las células multipotenciales. Estas últimas formarán células progenitoras y, por último, células diferenciadas, cuya función será construir los distintos órganos y tejidos (cerebro, hígado, corazón, bazo y otros).

Indiscutiblemente, tenemos información genética heredada de nuestros ancestros que hará posible la existencia de diferentes células. Esta información genética se incrementará con la información epigenética, que viene dada por el proceso mismo de desarrollo del nuevo ser vivo en tiempo y espacio determinado.

Desde el inicio del embarazo, como he dicho anteriormente, el cigoto se multiplicará creando muchas células madres y, algunas de éstas se almacenarán en distintos sitios (nichos); son las llamadas células madre de adulto, permaneciendo en el cuerpo el resto de la vida.

Natalia López Moratalla Catedrática de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Navarra y otros investigadores han publicado estudios de investigación de las células madre donde hablan del llamado **microquimerismo materno**, que se trata de lo siguiente: los órganos de la madre contienen células procedentes del feto que ha gestado.

Éstas son inmaduras con un amplio potencial de diferenciación, o sea, pueden originar diversos tipos de tejidos. Se encuentran en la sangre materna, se almacenan en nichos, especialmente en la médula ósea, y se dispersan a los diferentes órganos de la madre: piel, pulmón, riñón, tiroides, etc. Por su origen fetal, tienen una gran capacidad de auto-renovación colaborando si es necesario, con las células madre adultas en la función regenerativa del cuerpo de la mujer. Hay estudios científicos que demuestran la participación de estas células, por ejemplo, en la reparación del corazón de madres cardiopatas. Se ha comprobado el **microquimerismo fetal** encontrando células de feto varón transformadas en células cardíacas (cardiomiocitos) de la madre, algo fácilmente identificables por la presencia del cromosoma Y.





Desarrollo del embrión:

Desde el momento de la concepción se establece una comunicación entre la madre y su hijo; ambos se envían señales. El embrión libera moléculas de interleuquina IL-1 que reciben los receptores específicos, localizados en las trompas de Falopio de la madre y ellos como respuesta, secretan los llamados factores de crecimiento (CSF-1, LIF) que permiten el desarrollo embrionario. Además, indican el recorrido que debe seguir el embrión por las Trompas y el sitio donde debe detenerse para anidar. O sea, se ha empezado a producir un **diálogo molecular materno-filial**.

Hay 3 momentos especialmente intensos en la comunicación, por el contacto directo de los tejidos madre-hijo, que son:

Día 6-7 de la gestación, cuando el blastocisto (producto de la concepción) llega al útero y se anida.

Cuando el embrión penetra al endometrio (segunda capa del útero) y obtiene sangre de los capilares maternos para recibir los nutrientes necesarios mientras no tenga sangre propia.

Al final de la segunda semana, cuando se organiza la placenta y se establece el intercambio de sangre entre la madre y el embrión.

En este proceso biológico natural se produce la inactivación de las defensas de la madre en contra

de aquello que signifique un peligro para ella. Todo se hace por petición filial.

A medida que avanza el embarazo continúa ese diálogo molecular, y el sistema inmunológico de la madre se hace tolerante al embrión. El hijo libera una serie de sustancias que actúan localmente y silencian las células maternas (células NK, linfocitos T, linfocitos B), que generarían el natural rechazo hacia lo extraño. También secreta una molécula HLA-G, que es un antígeno de histocompatibilidad muy peculiar. O sea que, aunque el embrión, 50% materno y 50% paterno debería ser considerado como extraño por la madre, no es así porque hay un ambiente de tolerancia inmunológica determinado por el diálogo molecular existente. La madre lo detecta como extraño, pero no peligroso y así no se activan sus defensas naturales.

El estudio del misterio de la vida es apasionante; hoy en día existen muchos conocimientos científicos de gran relevancia al respecto. Sin embargo, siempre surgirán nuevos descubrimientos. Así es la ciencia.

Nota: Microquimerismo es la existencia dentro de un ser vivo de un pequeño grupo de células que se han originado en un ser genéticamente diferente.

Elisa Perasso

Segon Curs

Animales que dan vida

Los animales de compañía no solo brindan amor y lealtad sino que también pueden tener un impacto significativo en la salud y el bienestar de las personas, especialmente en enfermos y adultos mayores. Cada vez más estudios demuestran los beneficios de la interacción con mascotas en la salud física, mental y emocional.

En primer lugar, se ha comprobado que el contacto con animales puede reducir el estrés y la ansiedad. La presencia de una mascota puede calmar a las personas y ayudarles a relajarse, lo que puede ser especialmente beneficioso para aquellos que lidian con enfermedades crónicas o enfrentan el aislamiento social. Además, acariciar a un animal libera endorfinas, lo que puede generar una sensación de bienestar y felicidad.

Otro beneficio importante es la mejora en la salud cardiovascular: se ha demostrado que tener una mascota puede reducir la presión arterial, los niveles de colesterol y los triglicéridos, lo que a su vez disminuye el riesgo de enfermedades cardíacas. Además, el simple acto de sacar a pasear a un perro desencadena la realización de ejercicio físico, lo cual es fundamental para la salud en general.

La interacción con animales también puede ser beneficiosa para la salud mental. La presencia de mascotas puede proporcionar una sensación de propósito y significado en la vida, especialmente para los adultos mayores que pueden sentirse solos. Además, se ha demostrado que las mascotas pueden ayudar a reducir los síntomas de depresión y mejorar la autoestima.

En el caso de los enfermos, las mascotas pueden brindar apoyo emocional y ayudar en la recuperación. La interacción con animales ofrece una distracción agradable y una sensación de normalidad en un entorno médico estresante. También son especialmente beneficiosas en la terapia infantil, donde pueden ayudar a los niños a sobrellevar situaciones traumáticas o dolorosas.

En resumen, el vínculo entre las personas y sus mascotas va más allá de la compañía y el amor. los beneficios de tratar con animales de compañía son numerosos y están respaldados por evidencia científica. Desde la reducción del estrés y la ansiedad hasta la mejora en la salud cardiovascular y en la mental, las mascotas tienen un impacto sumamente positivo en la calidad de vida de las personas. Por lo tanto, es fundamental considerar la inclusión de animales de compañía en los programas de tratamiento y cuidado de enfermos.



Loles Martínez

Segon Curs

¿Jugamos?

Buscando en el blog, encontré un artículo que hacía referencia a los juegos de una niñez de finales de los 60 del siglo pasado, "que lejos suena ¡¡¡ del siglo pasado!!! "y aunque enumeraba algunos juegos, sobre todo para niñas, eche en falta bastantes otros de los que jugábamos en la calle y enumero solo como complemento de aquel artículo, sin ánimo de crítica.

Por las tardes salíamos a la calle, con pantalón corto y tirantes hasta en el frío invierno, porque en aquellos años se podía jugar en la calle, sobre todo en los barrios de la periferia, más lejanos del centro, donde había muy poca circulación de vehículos y eran tan ruidosos que se oían llegar de lejos y tenías tiempo de apartarte para dejarlos pasar, incluso a la moto del municipal, que patrullaba las calles del barrio con una Sanglas, con un sonido muy particular que reconocíamos de lejos y corríamos a escondernos, pues algunas veces nos daba una regañina y amenazaba, solo amenazaba, con denunciarnos y que nuestros padres pagarían una multa por estar nosotros jugando en la calle.

Este barrio del que hablo, como he dicho, era de la periferia más bien pobre, era el barrio de "La Guinea", más tarde integrado en Els Mestrets, un barrio tranquilo y los niños, que entonces tendrían entre 9 y 13 años, no solían salir casi de su calle, pues tenían que estar atentos a la llamada de la madre asomada al balcón gritando "Vicentico, pucha a verenarr" y un poco remoloneando tenían que subir a por el panquemao con chocolate. Algunos, después, bajaban para seguir jugando hasta hacerse casi de noche, para cazar murciélagos haciendo girar un pañuelo blanco atado a una caña, otros ya se quedaban en casa viendo ciertos programas de la época, en blanco y negro, por supuesto, cesta y puntos, viaje al fondo del mar y otros.

Al no salir prácticamente de la calle, las reglas de los juegos podían variar de un barrio a otro. Algunos de esos juegos eran, El Rogle (con cromos de cajas de cerillas), El Gua (canicas), las chapas (con tapas de



cerveza y refrescos y cromos de jugadores de fútbol o ciclistas) en la modalidad de fútbol o vuelta ciclista, La Trompa (haciéndolas bailar o intentando romperlas, unas contra otras) El churro media manga mangotero, El Boli y por supuesto el Fútbol. Las chicas jugaban al Sambori (rayuela), La Comba y la Goma, pocas veces se mezclaban con los chicos.

Todos estos juegos, tenían que ser practicados en grupo, no había ni uno solo de ellos que no requiriese de al menos dos jugadores. Intentemos ahora, en la actualidad del siglo XXI, ver cuántos juegos, en niños de esa edad, se practican en grupo, creo que, quitando el fútbol, y tampoco en la calle, no encontraríamos ninguno. Aunque el tráfico, hoy, en las calles tampoco lo permite. En algunos parques, creo que en Castellón hay alguno, se podrían habilitar para que, por ejemplo, los colegios, fomentasen esa clase de juegos para que los niños y niñas no tuviesen tanto apego a las pantallas y los juegos en solitario y se relacionasen más entre ellos.



Juan José Pallares

Primer Curs

Les partides rurals de Vinaròs

Presentem en aquest treball un recull de topònims de les partides rurals del terme de Vinaròs (toponímia menor), però hem volgut arrencar el tema amb una breu referència al topònim del nom de la població, VINARÒS.

El topònim Vinaròs

alguns historiadors antics han volgut identificar el topònim Vinaròs amb la Intibilis ibéricoromana, que també s'adjudica a altres pobles veïns com La Jana, Traiguera o Sant Mateu.

Altres han relacionat l'origen del nom de Vinaròs amb **el llenguatge dels íbers**, com l'historiador Joan Lluís Roman del Cerro qui afirma que el nom de Vinaròs té el seu origen en **bin /ares** que significa "**el tancat de la muntanyeta**".

El filòleg català Joan Coromines situa el seu origen en l'àrab viu, **Ibn Al' Arús**, que vol significar **el fill del nuvi** "*Onomasticon Cataloniae*".

Per la seua autoritat, més bé ens inclinem pel significat etimològic que li donen altres autors més destacats que situen l'origen del vocable **en la llengua aràbiga**, i així el nom *Binalarós* el fan derivar de **ibn** L'arús, amb el significat de **fill d'Arús, que també el trobem en el cas d'altres localitats del nord d'Àfrica com Beni Arús** (Marroc) o en *Ben Arous* (Tunísia).

En la parla popular del poble sempre s'ha utilitzat el vocable Vinaròs, en valencià, però el nom oficial era la variant castellanitzada Vinaroz. Aquesta disparitat es va corregir en el període de la transició democràtica. L'Ajuntament segons acord pres el dia 2 d'abril de 1980 va substituir la variant castellana per la variant popular, Vinaròs, la que utilitzaven i havien utilitzat des de sempre la gent del poble, els vinarossencs.

Les partides rurals de Vinaròs

Els topònims són paraules que designen un lloc precís del territori i ens informen del perquè l'indret en qüestió té el nom que té. Com a paraules motivades que són, aporten normalment la informació d'aquells aspectes o esdeveniments extralingüístics que els han originat, es poden considerar com autèntics fòssils lingüístics ja que possiblement romandran, tal vegada per sempre, lligats i vinculats a un determinat paratge. La posterior adquisició del caràcter de nom propi ha ajudat a fixar-los en la memòria col·lectiva, fins i tot un cop perduda la referència que va motivar l'origen del nom. Historiadors i sobre tot filòlegs han dedicat molta atenció i esforç a l'estudi d'aquesta ciència. En canvi, poc els ha interessat aquesta disciplina als geògrafs que han passat molt per sobre del tema.

La toponímia menor aplega els noms d'indrets rústics, no urbans: noms de camins, rius, torrenteres, barrancs, platges, parcel·les, costeres, senderes, canyades i altres accidents geogràfics, que voluntàriament no els hem considerat en aquest estudi. Hem centrat el nostre interès en descriure una gran part dels topònims referenciats a les partides rurals del terme vinarossenc, les partides més conegudes per la ciutadania en general. N'hem ignorat algunes voluntàriament per tractar-se de partides poc rellevants.

Quasi bé un centenar de km² integren el terme municipal vinarossenc. A més a més del nucli urbà, un extens terme camperol envolta el municipi. Aquest territori rural està organitzat en partides que suposen una subdivisió administrativa del paratge no urbà, tot i que hi poden haver partides rurals que superen l'àmbit d'un sol muni-

cipi i ocupen territori de dues o tres poblacions, per tant algunes de les aquí ressenyades poden també incloure territori de poblacions veïnes, d'Alcanar, d'Ulldecona, o Sant Jordi.

Per a la gent del camp, els llauradors, i també per als vinarossencs en general, la fixació dels noms de les partides rurals és important perquè formen part del patrimoni lèxic de la població i és una manera d'entendre's quan es fa referència a l'entorn rural.

A vegades els topònims responen a etimologies evidents i entenedores, mentre que altres etimologies són més desconegudes i confoses, fins i tot pot ser enigmàtic esbrinar la seva procedència.

L'origen dels topònims és molt divers, els noms responen a motivacions diverses: la configuració del terreny, els materials del sol, la vegetació o cultius predominants, els animals, que hi viuen en el territori, els déus, les deesses, les verges, els sants, les advocacions religioses, l'aigua, els homes i les dones, la vida social, els herois, etc.

Hi ha classificacions diverses per explicar i sistematitzar d'on provenen els noms i com s'han generat. Per fer més entenedor el contingut nosaltres els hem agrupat en dues grans famílies, però insistim que podríem haver presentat altres combinacions: una primera categoria estaria integrada per aquells topònims que fan referència al "**medi físic**" i una altra englobaria els topònims que s'associen amb qualsevol vesant de la "**activitat humana**".

Topònims relacionats amb el medi físic

Litònims. Fan referència a la Composició del terreny:

L'Argamassa. Argila Arguilla i massa, terreny format per argila barrejada amb calç, és a dir, argamassa natural.

El Saldonar. Del llatí *sabulo-onis*, amb el significat de "*Arena grossa o qualsevol mena de graveta*".

Oronims. Fan referència al relleu:

Lo Puig de la Parreta. El topònim Puig originàriament significa qualsevol punt elevat, prové del llatí *pòdium*, amb el significat de "*Puig, turó*".

Lo Puig de la Misericòrdia. Alçada 166 m. És el punt més elevat del terme vinarossenc, també el més emblemàtic i una referència paisatgística immutable i, per aquest motiu, se'l sol denominar com **Lo Puig**.

Les Planes, Planes Altes, Les Planetes. Situació geogràfica inferior en alçada si es compara amb l'elevació dels dos pujos abans esmentats.

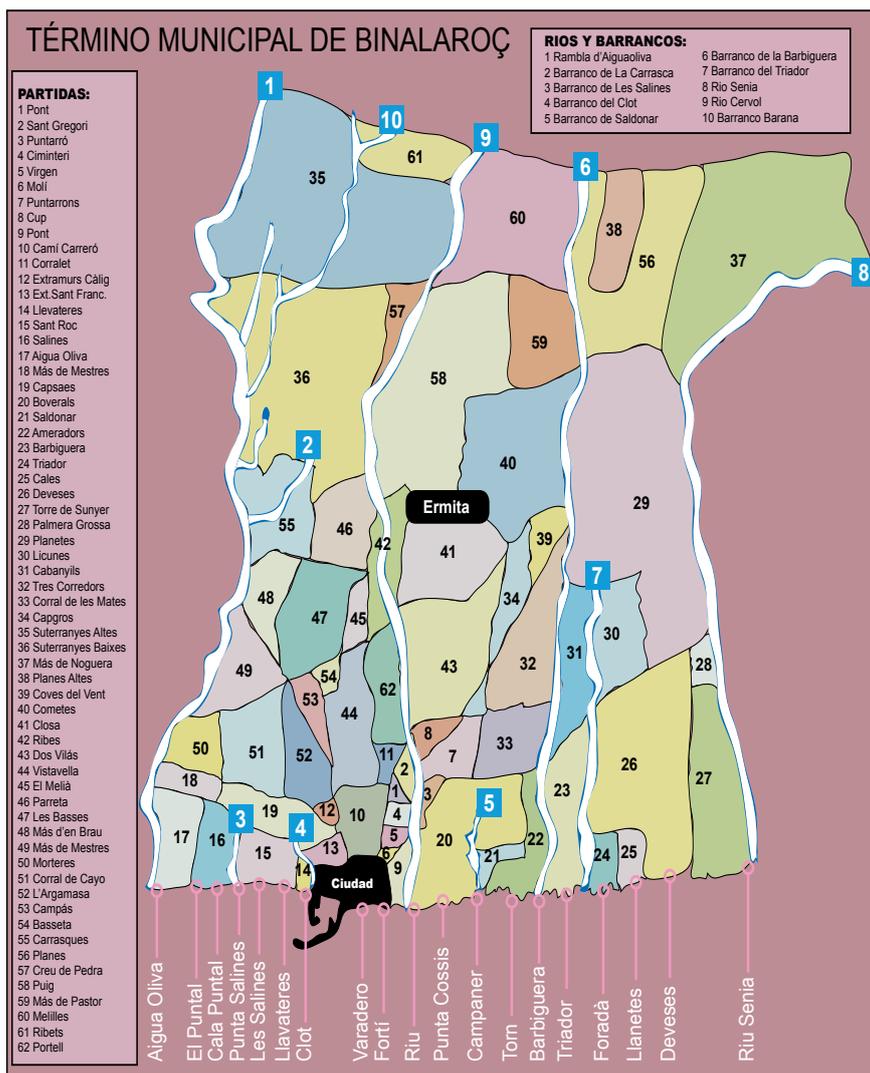
Les Soterranyes. Derivat del llatí *subterranea*. "*Subterrània*".

Hidrònims. Espais humits o masses d'aigua, on trobaríem clots i zones entollades:

Los Ameradors. Del llatí *emerare*. "*Amerar, mullar una cosa*".

Les Cometes. Modelat terrestre causat per l'aigua mitjançant processos d'erosió.

Les Morteres. Del llatí *mortarium*. "*Tolls, i forats*".



Topònims relacionats amb la Geografia Humana

Referència al lloc on es viu:

Lo Corralet. Del llatí *currale*. "Cabana petita", "tancat per al bestiar".

Los Cabanils. D'origen incert, també "Cabana petita", "Paratge pecuari".

Lo Corral de les mates. Corral "tancat per al bestiar" i mata "Clapa de plantes que cobreix una certa extensió de terreny".

Lo Mas de Mestre. Mas del llatí *mansum*. "Casa de camp i de conreu"; i Mestre del llatí *magister magisteri*. "el qui ensenya o pot ensenyar".

Lo Mas d'en Pastor. Mas del llatí, *mansum*, Pastor possiblement, un antropònim.

Fitònims. Vegetació i cultius predominants:

Les Carrasques. Arrel preromana, *karr*. "Alzina", "Carasca".

Els dos Vilars. Del llatí *oliva*. "Camp d'oliveres": Vilar és una metàstasi d'olivar.

La Parreta. "Parra, Herba silvestre", pròpia de terres poc fèrtils, diminutiu.

Derivats de l'activitat agrària:

Lo Campàs. Del llatí *campus*. "Terra extensa fora del poblat".

Les Capçades Del llatí vulgar *capitiare*, possiblement com a derivat de *caput-capitis*. "Bancal que es prepara per a sembrar-hi una mena de llegums, verdura".

Lo Portell. Del llatí *porta*. "Pas d'entrada en un marge o en una tanca, que permet just el pas d'un carro".

Derivats de l'activitat ramadera:

La Barbiguera, Del llatí *Vervecaria*. "Assagador", "camí per on transita el bestiar".

Los Boverals. Del llatí *bos-bovis*. "Lloc tancat on es guarden els bous".

Les Deveses. Del llatí medieval *defensa-defendere*. "terreny destinat a la pastura"

Les Closes. Del llatí *clos*. "Terreny tancat destinat al pasturatge".

Derivats de l'activitat industrial:

Lo Molinet. Del llatí tardà *molinum*. "Mola". Sembla que rep el nom d'un dels molins documentats, del qual queden unes restes situades a tocar del riu.

Les Salines. Del llatí *sal-salis*. "Que conté sal", "Lloc on es guarda la sal".

Derivats de les vies de comunicació:

Els Quatre camins. De recent creació dificultat per trobar referències documentals.

Les Melilles. De l'àrab, *mahagga al-maliliya*. "Camí frescat", amb la significació de "camí molt transitat".

Lo Puntarró. Del llatí *pons-pontis*. "Pont petit en una sèquia".

Hagiònims. Els hagiònims fan referència a noms de deus, deesses, verges o sants:

Sant Roc. No tenim constància documentada per escrit d'aquest topònim, només en tenim oral, ja que és de creació recent. Segons Borràs Jarque (1979: 493-494), l'estiu de l'any 1915 s'inaugurà una capella dedicada a Sant Roc en la partida de "les Salines Capçades".

Sant Jaume. Prop de la partida dels Boverals.

Puig de la Misericòrdia. Ja l'hem nomenat en la família dels orònims.

En la documentació antiga, l'Arxiu Històric Municipal de Vinaròs, l'Arxiu Parroquial, els protocols notariais del segle XVII o els padrons generals de riquesa de segle XIX, tots aquests topònims apareixen sens dubte amb grafies diferents i variades, segons l'època del document i sobre tot de la persona que el va escriure, cal tenir present que llavors la llengua no estava normalitzada, el resultat era que cadascú escrivia com li semblava. Les grafies que hem utilitzat en aquest recull coincideixen amb els topònims vius a dia d'avui, modificats segons les normes ortogràfiques actuals.

Marita Bover
Seu del Nord, Vinaròs

Mi vecina Edelvina

Todo el barrio recuerda a mi vecina, Edelvina Castro García, menuda y vivaracha con unos ojos grises, hundidos y escudriñadores que al mirarte fijamente traspasaban la barrera del pensamiento para abrazar y arropar hasta lo más oculto e inconfesable.

Nacida en Ocaña, en plena posguerra, aún olía el pueblo a sangre, orín y ceniza y sus gentes, sombras famélicas, a murmullo, miedo, luto y hambruna, ese olor sigiloso y descarado que impregna y zarandea el alma y no se olvida.

Hija de Zacarias Castro "El Pinto", padre severo hasta las trancas, amigo fiel del zurriago, del aguardiente y la guadaña y de María de los Remedios García "la Espartana", pálida y callada con sus manos siempre agrietadas.

Edelvina se crió a golpes y gritos entre ocho hermanos, toscos y espigados que tenían prohibida la opinión, las lágrimas y hasta el lamento. Se dedicó desde niña a sus labores y a cuidar el rebaño de algún vecino un poco más afortunado.

Sin escuela y sin oficio la apalabrarón aún mocita con un amigo tuerto del "Pinto" que le sacaba veinte años largos. Pensó su padre, malnacido y sin conciencia que ya tenían una boca menos y colocada y él algunas deudas perdonadas.

Aún tendría que estar contenta y agradecida de por vida en vez de andar triste y lloriqueando por las esquinas, mascullaba mientras "la Espartana", afligida, apartaba la mirada, rezando y apretando los puños a sus espaldas.

Cinco varones, parió sólo, la Edelvina, cinco varones como cinco soles, repetía,

tan iguales al verdugo que parecían calcomanías pero con mirada limpia y cristalina. Siempre aseados, y los domingos, para ir a misa las albarcas bien ceñidas.

No conoció, la pobre, amor del bueno del que te hace crujir los huesos y las entrañas, ni falta que le hacía. No le faltó el calor de la lumbre ni un cacho de pan con tocino ni el beso frío de buenas noches o el quantazo distraído



Dedico mi texto, a todas aquellas mujeres pertenecientes a generaciones atemporales que lucharon y consiguieron transformar la opresión, el silencio y la sumisión más oscura y profunda en fuerza motriz y renovadora que allanó parte del camino dotándolo de dignidad y esperanza. Y a todos aquellos hombres que desde la sombra las apoyaron creyendo firmemente en los cambios necesarios. y en especial a Rocío, la última víctima de la violencia de género.

del Tuerto que aunque lo intentaba la mayoría de veces no atinaba.

Poco le duró el oficio de esposa sumisa y abnegada, quizás medió Dios a quien en su infinita misericordia poco se le escapa.

Enviudó un cinco de Febrero, una madrugada eterna mientras amamantaba. El río amaneció helado y la nieve crujía como enaguas recién almidonadas camino de la sepultura para estrenarla.

Vistió de un negro azabache su casa y su persona, pero sólo sollozó alguna noche por no poder llenar la olla como sus cinco soles se merecían.

Pasaron años, meses, días, engullendo las horas y las agonías pero permanecían erguidas su sonrisa y valentía. Mujer fuerte y aguerrida, bebiéndose a sorbos inmensos los envites de las diferentes vidas asignadas y la soledad adquirida.

Hoy me puse mi mejor traje, el que me hizo el sastre a medida, de un gris intenso que me recuerda su mirada. Después de tantos años visité el cementerio de Ocaña, de paredes blancas y agrietadas. Encontré enseguida su tumba de mármol serpenteado, brillaba.

Le dejé lirios blancos y violetas, las flores que ella colocaba en su reja en fechas señaladas.

No se merece menos mi querida Edelvina. Hija de "el Pinto" y de "la Espartana".

De oficio, buena madre y persona honrada.

R. Encarna Guillamón
Primer Curs

Flora

Después de algunas dificultades, acordamos las fechas para viajar. Nápoles era el destino elegido desde hacía tiempo.

Aquel día dedicamos toda la mañana al Museo Arqueológico Nacional. Era una visita obligada; teníamos que aprovechar la compañía de Mario, uno de los amigos que compartían el viaje, especialista en historia del arte.

Fue tan interesante como esperábamos. Las pinturas extraídas de Pompeya, Herculano y Stabia, datadas en el siglo I d.C., se habían conservado muy bien gracias a que permanecieron siglos enterradas. Realizadas con pigmentos naturales, de tierras con diferentes composiciones minerales, tenían un realismo y una riqueza cromática especial. Me impresionó una de ellas: un fresco llamado "Flora o La Primavera", encontrado en Stabia. Mario y yo, cambiamos impresiones un buen rato sobre la obra. La figura de la mujer, representada de espaldas, llamaba la atención por su delicadeza. Tenía la cabeza girada hacia la derecha pero no se veía su cara. Imaginé su rostro como el de «Safo», pintada al fresco en un tondo, que habíamos visto un momento antes.

Al salir del museo, nos dedicamos a pasear por la ciudad. Nos adentramos en un laberinto de calles estrechas donde los únicos turistas eramos nosotros. A cada paso, encontrábamos encuadres interesantes para nuestras fotografías. Del grupo, solo me acompañaban Mario y Julia. Estábamos sumergidos en un torbellino de sensaciones, no solo visuales, sino también de olores, colores y voces de personas que vivían más en la calle que en sus casas. Al cabo de un rato, cansados, nos sentamos en un banco; cerré los ojos y volví a sentir las pinturas del museo grabadas en mi mente.

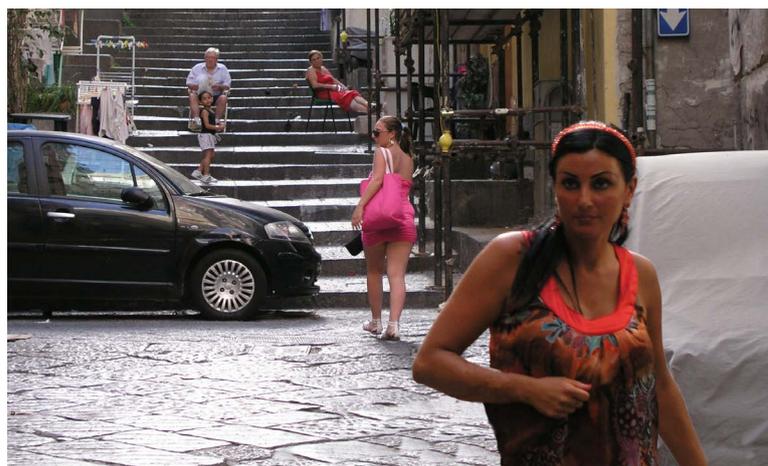
No pude resistir la tentación de tomar una última fotografía de la escena que teníamos enfrente: calles escalonadas, coches, motos, ropa tendida por todos los sitios, estructuras de andamios ensamblados con hierros oxidados y maderas viejas, niños que jugaban, personas mayores descansando sentadas a las puertas de sus casas y, lo más curioso, lo que motivó mi decisión de capturar el momento: una señal de tráfico que indicaba una dirección obligatoria imposible.

Pasados unos meses, con la intención de elaborar un reportaje, hice una selección de fotografías del viaje. Después, una a una, fui retocando contrastes, encuadres, colores... Al mirar una de las instantáneas, algo llamó mi atención, incluso noté algo así como un escalofrío. Recordaba bien los detalles del encuadre en el momento en que apreté el botón de disparo de la cámara. Pero... en un primer plano, con todo el caos detrás, estaba ella. La señal de tráfico parecía dispuesta allí para advertir de su presencia. La belleza del rostro, el tono de su piel, la diadema luminosa, su actitud de dignidad, de ausencia. No la ví en el momento de hacer la foto, es más, juraría que no estaba allí. Su presencia –me repetía una y otra vez– me habría llamado la atención.

No podía esperar. Al día siguiente llamé a todos mis compañeros de viaje y les cité para cenar y ver las fotografías. Todos estuvieron encantados de acudir, pero Mario estaba en Perú y no vendría hasta el mes siguiente. Yo tenía un especial interés en que Mario estuviera presente, así que, aguanté la impaciencia y les convoqué para más adelante.

Por fin, llegó el día. Durante la cena, hablamos de los detalles del viaje y nos dispusimos a ver las fotos. Las pasé con tranquilidad, entre comentarios, risas, recuerdos...

Y apareció... Al momento se hizo un silencio total. Todos estaban fijos en la pantalla.



Alguien dijo: esa chica...

Desde atrás se escuchó la voz entrecortada de Mario: ¡es ella... es Flora!

Gregorio Miguel

Primer Curs



Gossos

- Don Benito nace bajo supervisión veterinaria.
 - Malasang no es sap on va néixer ni com.
 - DB. Lo adquire una senhora, previo pago de 900 €.
 - M. L'adopte un camperol, quan el troba pel carrer i se'n va darrere d'ell, enganxat als seus camals.
 - DB. Es un Bulldog francés, según consta en su carnet de pedigree.
 - M. És un xarnego, encreuament de pastor alemany i ratoner, diuen els assabentats.
 - DB. Su dueña lo bautiza como Don Benito, en recuerdo de su fallecido marido.
 - M. L'amo li posa el nom després d'un temps, i vistes les tendències de l'animal.
 - DB. Vive en un piso antiguo, menudo y céntrico en Alicante, y en verano en Santa Pola, en un pequeño apartamento donde no hace calor, si se enciende el aire acondicionado.
 - M. Viu a un poble menut d'Els Ports, en una casa amb pati, on ell té una caseta i lloc per engrescar les gallines o mal feinejar, a l'estiu al mas, on té un raser fresc entre la figuera i la sénia, i molta muntanya per córrer.
 - DB. Es un perro sin oficio ni beneficio, su misión es distraer a su dueña, nada más.
 - M. Té una feina, és un gos cercador de tòfones, alguns amics són gossos d'atura, caçadors, de guaita... animals treballadors, sap d'altres a la capital, amb estudis, que són policies, bombers, guies de cecs...
 - DB.- Quiere a su dueña, y cuando esta llega a casa, le hace carantoñas, para que no se olvide de darle su comida ultrapremiun para perros pequeños de 1 a 4 años, con pavo, coco y jengibre, elementos probióticos añadidos.
 - M. És gojós quan arriba el seu amo, avui s'ha cruspit per dinar un plat de paella, amb mitja cuixa de pollastre que s'ha deixat el menut de la casa.
 - DB. Le buscan una novia para que procee, cuando lo intentan aparear, no se compenetran y se frustra el asunto. A los pocos años lo esterilizan, por su bien, para que no tenga malas tendencias y no sufra.
 - M. De tant en tant se'n fuig dos dies de casa i va de festa, si troba una gossa amb cel, no marra, i tampoc li toquen els pebrots.
 - DB. Sale a pasear montado en un carrito empujado por su dueña, quien al llegar a la plaza le explica la conveniencia de que baje a andar para desentumecer sus articulaciones.
 - M. Surt sol al poble o pel camp, corre, salta i fa cabrioles.
 - DB. Su dueña no permite que le den chucherías, porque le sube el colesterol.
 - M. L'amo li dona un terrosset de sucre, que ha agafat del bar, quan troba tòfones o es porta bé.
 - DB. Muere a los 12 años, cansado y viejo, por medio de una inyección que le aplica el veterinario.
 - M. L'atropella un cotxe quan torna una nit de festa, dissortadament jove.
 - DB. Lo incineran y depositan en un cementerio de perros.
 - M. El porta l'alguatzir a casa quan el troba mort. El camperol el soterra baix la figuera, al costat de la sénia, on ell feia les migdiades.
- Uf!, encara sort que m'he reencarnat en Malasang, i no en Don Benito.

Toni Caudet
Segon Curs

Yo, el Fadrí

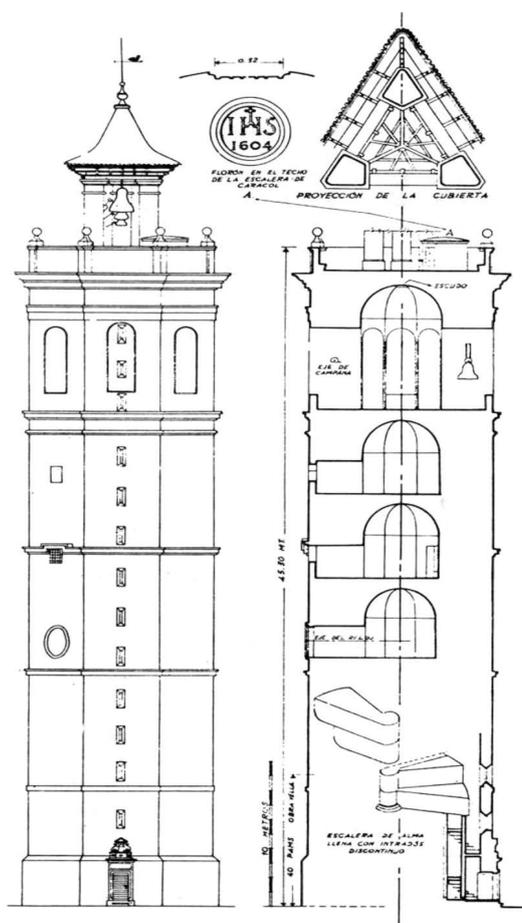
«El campanar de la vila és fadrí de veritat. Té la consciència tranquila y el cervell destarifat, perquè diu que la experiència de la vila li ha mostrat, que la millor conveniència és viure sense veïnat».

El poeta castellonense Bernat Artola (1904-1958) me dedicó estos versos y desde entonces se me conoce en la ciudad como el *Fadrí*. Soy un campanario, pero no un campanario cualquiera. Soy un campanario «soltero». No pertenezco a la torre de ninguna iglesia. Estoy separado de cualquier otro edificio, y así permanezco desde que nací. Pero, a pesar de esta condición, estoy rodeado de importantes compañeros. En la plaza Mayor de Castelló, donde habito, me acompaña el ayuntamiento, la concatedral de Santa María y el mercado central de la ciudad, además de una bonita fuente en el centro, que hace que viva muy a gusto en este entorno.

Mido 58 metros de altura, tengo forma octogonal, me sitúo en el lado noreste de la plaza, y estoy aquí desde el año 1604, aunque mi construcción duró mucho tiempo, pues comenzó sobre 1437, pero sufrió grandes retrasos por problemas que no hace falta mencionar.

Lo que sí me gustaría es describiros un poco cómo soy por dentro. Lo primero que tenéis que saber es que para llegar a la terraza superior hay que subir 188 escalones por una estrecha escalera de caracol. Pero, tranquilos, en el ascenso se hacen varias paradas para descansar y conocer las estancias que se encuentran a lo largo del recorrido. Pero, vamos por partes.

El acceso a mis entrañas se realiza por una puerta pequeña y adintelada, con un frontón triangular, una hornacina y los escudos del Reino de Valencia y las Torres de Castelló. Enseguida os encontraréis la escalera de caracol y comenzaréis el ascenso. La primera estancia a la que entraréis es la *Cámara del Reloj*, en el escalón 78. En ella está la maquinaria del reloj mecánico que tuve desde 1850, y que, hace aproximadamente medio siglo, fue sustituido por un ordenador y tres mazos. Siguiendo hacia arriba, a la altura del escalón 95, está la *Prisión de los Clérigos*, que cuenta con una ventana enrejada y una letrina que, mediante un canalón, conecta con el exterior. También se puede observar una pintura de la Sagrada Familia. Un poco más arriba, en el escalón 122, se halla la *Vivienda del Campanero*, donde habitaba dicho operario. Y por fin, tras subir un poco más, se llega al escalón 145 donde se encuentra la *Sala de Campanas*. En ella viven ocho de mis repicantes e inseparables compañeras: son las campanas Dolores, Joaquina, Cristina, Victoria, Jaime, Ángel y, las más conocidas en la ciudad, Vicente y María; ésta anuncia el inicio de la Magdalena el sábado que comienzan las fiestas, y la campana Vicente repica a las 6 de la mañana del día siguiente, tercer domingo de Cuaresma, para despertar a los vecinos de Castelló



El Fadrí, alzado y secciones.
Crédito imagen: Exmo Ayto. de Castelló, 1982.



El Fadrí, junto a la concatedral de Santa María.
Crédito imagen: noticiascv.com. Wikimedia.

en el día grande de la Romería. Y así, poquito a poco y algo cansados, llegaréis a la terraza cuando piséis el último escalón, el 188. En ella podréis observar ocho gárgolas: a saber, dos perros, dos leones, dos arpías y dos águilas reales. Veréis que la terraza tiene un chapitel de planta triangular, con tres pilares que lo sostienen, cubierto con tejas azules, y rematado con una veleta. Mi terraza alberga, además, tres campanas más: Ana y María Lledó, que dan los cuartos, y Tòfol (llamada así en honor a San Cristóbal, patrón de la ciudad), que es la más antigua, pues está conmigo desde 1604, pesa más de dos mil kilos y es la que anuncia las horas.

Podría contaros más, pero creo que lo principal está dicho. Ahora prefiero compartir con vosotros algo sobre mis vivencias desde que habito esta plaza. Ya sabéis que, tras multitud de avatares y casi dos siglos desde que me concibieron hasta que estuve terminado, presido el centro de Castelló de la Plana con orgullo. Al principio, llamaba a los habitantes de la ciudad cada mañana para acudir a trabajar, a los campos o a los talleres y comercios, e incluso para dar la alarma en caso de catástrofes o peligros. Pero desde hace tiempo esta función ya no me corresponde. Los tiempos han cambiado mucho en estos siglos y ahora no es necesario. Eso sí, sigo dando las horas gracias a mis campanas de la terraza. Esa función me gusta y me alegra.

En la plaza he visto muchas cosas a lo largo de los años. Recuerdo que, desde que estoy aquí, el mercado de Castelló se ha celebrado a mis pies. Cuando terminaron de construirme, en 1604, esta plaza se llamaba *Plaça Vella*, y en su centro estaba el mercado con todos sus productos, menos el pescado que se situaba en la plaza Pescadería, en el lado sur de ayuntamiento. Más de trescientos años después, en 1925, se lleva a cabo un plan de urbanización dirigido por el arquitecto Vicente Traver, ilustre hijo de esta villa, para remodelar la plaza, incluyendo la construcción de un edificio permanente para ubicar el mercado central. Las obras se realizaron durante 1949, y fue inaugurado el 21 de diciembre del mismo año. Por tanto, desde esa fecha, ya no puedo ver los puestos del mercado, que están ocultos en el edificio, pero a cambio disfruto de una plaza Mayor abierta y amplia.

Actualmente me visita mucha gente todos los días, pero no siempre ha sido así. De hecho, hasta hace cinco o seis años, tan sólo se me podía ver por dentro el lunes de Magdalena de cada año, gracias a la colla *Pitxaví*, que organizaba una «excursión» por mi interior durante esa jornada. No os podéis imaginar las colas que se formaban para acceder, pues era el único día del año en que podía verme por dentro la población en general. Pero ahora, gracias a la creación del *Museu de la Ciutat de Castelló* (M.U.C.C), se me puede visitar casi a diario.

La verdad es que no me aburro en absoluto. Además de las vistas privilegiadas de las que disfruto gracias a mi altura, la plaza Mayor es un hervidero de animación constante, excepto en agosto que parece que desaparece todo el mundo y no tengo nada con qué entretenerme. Por las mañanas, gracias al mercado, hay gran animación, y los sábados, además, suele haber bodas con el ambiente que eso conlleva (antes eran todas en la concatedral, pero ahora la mayor parte se celebra en el ayuntamiento). Además, en muchas ocasiones, hay eventos, actuaciones y demás actos festivos en la plaza, en la que se montan y desmontan escenarios constantemente. En las fiestas de la Magdalena es un no parar. Todos los días hay alguna actuación y la verdad es que la semana me pasa volando. Después, el último día, con el Magdalena Vítol disfruto muchísimo, aunque a veces me hacen padecer con tanto cohete y tanta traca. Por cierto, hablando de cohetes y tracas,



"Enfarolà" de El Fadri.

Crédito imagen: turismoenlared.es.
Wikimedia.

no puedo dejar de mencionar la *enfarolà*. Es el primer sábado de las fiestas y he de confesar que los primeros años me daba bastante miedo. Ahora ya me he acostumbrado y me gusta mucho el acto, pero al principio no lo pasaba muy bien. Me llenan de petardos, cohetes y luces por todas partes y parece que vaya a incendiarme. A la gente le encanta porque todos los años la plaza se llena de tal forma que no cabe un alfiler. Y al final me imponen una lona con el cartel de las fiestas y una iluminación especial que luzco toda la semana de fiestas. Dicen que estoy guapísimo esos días.

Pero también he vivido momentos peores y más trágicos.

Principalmente las guerras. En tantos años ha habido varias. Al principio del siglo XVIII la Guerra de Sucesión, tras la llegada de Felipe V, el primer rey Borbón. Aquello terminó como el Rosario de la Aurora con el Decreto de Nueva Planta de 1707, tras la batalla de Almansa, perdiendo los Fueros, las Cortes Valencianas y el uso del valenciano en los documentos oficiales. Después, la Guerra de la Independencia, y las tres

guerras Carlistas, todas ellas en el siglo XIX. Y, por último, entre 1936 y 1939, la Guerra Civil, en la que la ciudad fue bombardeada sin piedad, como muchos otros lugares de España. Tanto es así, que mi compañera de tantos años, la concatedral de Santa María, fue casi totalmente destruida. Y yo me salvé porque las tropas franquistas consideraron que, debido a mi altura, servía de referencia para la orientación de los aviones y bombarderos. De lo contrario seguro que hubiera corrido la misma suerte que mi amiga. Menos mal que, tras muchos años de reconstrucción, ahora luce esplendorosa, como siempre junto a mí, en la plaza. De todas formas, dejando atrás los hechos negativos que, afortunadamente, tienden a olvidarse, mi vida actual transcurre en paz y armonía con la ciudad que me vio nacer y de la que me siento muy orgulloso.

Y voy terminando. Espero que, tras leer lo que os he descrito, me conozcáis un poquito más y que al verme, penséis que soy uno más de vosotros, sólo que un poco más mayor. Estoy seguro que cuando en la plaza Mayor recojáis la caña y el rollo el día de la Romería, presenciéis el Magdalena Vítol, viváis la *enfarolà* que me hacen cada año, o escuchéis nuestro himno, el *Rotllo i canya*, sintáis la misma emoción y el mismo orgullo que siento yo de vivir, sentir y ser de Castelló. Nos vemos en la plaza.

José Espinosa

Primer Curs

Perspectiva de El Fadri.

Crédito imagen: turismoenlared.es. Wikimedia.



La Tómbola



Mi nombre es Juliana. Soy la menor de tres hermanos.

Aquél día iba a ser un día especial, muy, muy especial. Tendría 6 o 7 años, y mis padres me iban a llevar con ellos a la Feria de un pueblo cercano a la aldea donde vivíamos.

Esta aldea estaba situada a unos 10 kilómetros del referido pueblo, que era algo más de la mitad del recorrido que, en compañía de mis hermanos, debía de hacer cada día para desplazarnos a la Escuela unitaria (hiciese frío, calor, lloviese, nevase...), donde, con los niños del resto de aldeas circundantes se nos enseñaban "las primeras letras" y las reglas básicas de la aritmética.

Dado el camino a recorrer debíamos madrugar mucho. A las 6 de la mañana ya estábamos en camino. El día iba a ser muy largo, pero mis expectativas no daban lugar a pensar en el posible cansancio y lo penoso del camino.

Éramos muy pobres y humildes, en casa había lo justo y necesario para sobrevivir, el dinero ni sabíamos lo que era, por supuesto no teníamos animal para desplazarnos y la comida que tomaríamos durante el día era lo que llevábamos de casa.

Al llegar al pueblo la algarabía era tremenda, acababa de finalizar en la plaza el pasacalles de la banda de música, el cual consistía en un recorrido por varios barrios al son de una "Diana" de música muy alegre y pegadiza. En ese momento la banda se disponía a interpretar unos pasodobles para que los asistentes hiciesen gala de sus "habilidades" bailando al son de la música. Mi madre, como una loca de contenta, cogió a mi padre y se pusieron a disfrutar del momento. ¡Qué contentos los veía bailar!.

Una vez acabado este evento empezaron a cerrarse los cruces de las calles del pueblo porque se iba a realizar el encierro de unas cuantas vacas bravas. Este era el momento más esperado por mi padre, a él le encantaba correrlo e intentar llegar de los últimos a la plaza, ya que estos eran vitoreados por los asistentes por ser los más "valientes y arriesgados".

Tras el encierro, y la suelta de las vaquillas durante un rato, nos fuimos a buscar "los puestos", tenderetes dónde había de todo tipo de cosas para comprar: comida, dulces, helados, juguetes ... Evidentemente nosotros íbamos de "mirandas", poco podíamos comprar (en realidad nada).

De pronto llegamos a una explanada dónde había una TÓMBOLA (nunca había visto ninguna), creo que por un momento mis ojos llegaron a salirse de las órbitas. Allí había de todo: sartenes, cacerolas, mantas, juegos de sábanas, juegos de toallas, balones, radios, bicicletas, trenes,

peluches de todo tipo, y ... muñecas, muchas muñecas. Yo me quedé prendada de una "Maja" preciosa, alta, muy alta, casi como yo. Pensé que si tuviese dinero para comprar un boleto y me tocase algo yo quisiera ganar la "Maja".

Vi que tras los sorteos la gente, si no tenían premio, tiraba las papeletas al suelo, y yo me dediqué a recoger todas las papeletas que pude, me hacía ilusión pensar que eran mías y que podía haberme ido a casa con la "Maja".

Tras buscar una sombra para comer, y ver algo las vacas por la tarde, empezando a anochecer se hizo la hora de regresar a casa, y yo pedí a mis padres, por favor, volver a ver la TÓMBOLA, así que me dieron ese capricho. Una vez allí, el megafonista dijo que se iba a dar un último premio para terminar la jornada: la persona que tuviera el número más alto podría elegir el regalo que quisiese de la TÓMBOLA.

Yo me puse a buscar como una loca entre las papeletas que había recogido, busqué el más alto que tenía e inmediatamente grité el ¡NUEVE MIL SETECIENTOS OCHO! Durante unos minutos interminables todos esperamos a ver si alguna otra persona tenía un número superior al mío, y en un momento determinado el megafonista dijo: "A ver, la niña ha cantado su número, el nueve mil setecientos ocho, si nadie tiene otro superior, ... ¡a la de una, a la de dos y a la de tres! El regalo para la niña".

"Dime, ¿qué quieres?", escuché sorprendida y supercontenta. Sin titubear, respondí: ¡LA MAJA, LA MAJA, LA MAJA!.

¡¡¡Pues la Maja para la niña!!!.

De pronto, tras de mí escuché la voz de mi madre, con un grito tremendo que decía: ¡NO SEÑOR, NOS PREPARA USTED LAS CACEROLAS!



Quino Fernández

Postgrau Transversal

Las Alfombras de serrín del Santísimo Misterio de Aguaviva

En este pueblo turolense de la comarca del Bajo Aragón, la víspera del Corpus Cristi de 1475 se produjo un gran incendio en su iglesia parroquial que duró varios días.

Cuando se pudo entrar en la misma se comprobó que lo único que se había salvado del incendio fueron una cruz de plata con una partícula del Lignum Crucis en su interior y tres hostias consagradas pequeñas y una grande que estaba preparada para la procesión del día siguiente.

Investigado el suceso tanto por parte de las autoridades civiles como especialmente por las eclesiásticas se consideró que esto era un hecho extraordinario y milagroso.

Por lo cual se le concedió a Aguaviva la posibilidad de procesionar el Santísimo Sacramento otro día diferente además del día del Corpus Cristi. Se decidió hacerlo el día 28 de Agosto fiesta de San Agustín dentro de las fiestas patronales de la población.

El pueblo recibió con fervor esta celebración y su pasión por el Santísimo Misterio que con el paso del tiempo se convirtió en la fiesta religiosa más importante del pueblo.

Para mejor honra y culto del Santísimo Misterio en 1.612 se creó la Cofradía del Santísimo Misterio que



permaneció activa hasta 1.904. A pesar de que en 1.889 la Iglesia sufrió un robo sacrílego en el que se llevaron todo lo de valor de la Iglesia incluido las formas y la cruz del Santísimo Misterio.

Para que luciera más el paso de la procesión se cogió la costumbre de alfombrar las calles con flores y hojas de chopo y ya en el siglo pasado con hojas de chopo y serrín coloreado en lo que se implicaba todo el pueblo.

El pueblo sufrió un grave proceso de emigración hacia las ciudades especialmente en los años sesenta y parte de los setenta con lo que su población quedó muy reducida.

Esto implicó que en los años setenta hubo dificultades para seguir con la tradición. En 1989 la Asociación Calú volvió a animar a la gente a retomar la costumbre del alfombrado de las calles para volver a enaltecer la fiesta, lo que recibió un gran apoyo de todo el pueblo.

A partir de entonces el alfombrado se realiza con serrín teñido de vivos colores que cubre las calles principales por las que discurre la procesión. Al principio los dibujos y cenefas eran de tema religioso pero los últimos años también incluyen dibujos con el tema del Año Internacional que corresponda u otras temáticas de actualidad vinculadas con el pueblo.

La Asociación en colaboración con el Ayuntamiento organiza y coordina las actividades de todos. Durante años el diseño de los dibujos era responsabilidad del artista local Don Manuel Valencia al que ha tomado el relevo estos últimos años su hijo David. Los miembros de la Asociación y vecinos voluntarios participan tiñendo el serrín y preparando las plantillas unos días antes.

La noche anterior al 28 de Agosto se plasman con tiza los dibujos de las plantillas preparadas con anterioridad. El mismo día 28 a primeras horas de la mañana el serrín coloreado llena los dibujos marcados en la noche anterior, para que las alfombras estén terminadas en un tiempo record.



La peculiaridad de estas alfombras, es su vistosidad y el hecho de ser una muestra de arte efímero, pues solo hay unas horas en que se pueden ver antes que la procesión pase por encima de ellas.

En el año 2017 fueron declaradas Fiesta de Interés Turístico de Aragón. En el año 2018 obtuvieron el Sello del Año Europeo del Patrimonio Cultural. Y en varias ocasiones han recibido el Sello de Excelencia Turística de Aragón.

Y este año el Gobierno de Aragón las ha declarado BIEN DE INTERES CULTURAL (BIC).

Rafael Altabella

Postgrau Transversal

25 Años del taller de senderismo Uji Majors

La Universitat per a Majors de la Universitat Jaume I de Castelló ha celebrado en el año 2023 los 25 años de su programa formativo cultural al alcance de las personas mayores de 55 años. En su planificación de estudios se tuvo en cuenta, además del aprendizaje en las aulas, ofrecer una actividad que atraiga la participación de los estudiantes senior para conocer entornos naturales y al mismo tiempo realizar ejercicio físico al aire libre a través de un Taller de Senderismo.

El senderismo es una actividad deportiva que no requiere más que de unos elementos imprescindibles para su práctica, como son botas de montaña y ropa apropiada tanto para la climatología del momento como para el terreno que se vaya a cubrir en la ruta, siendo muy recomendable también el uso de bastones pues resultan de gran ayuda y aportan seguridad al paso del senderista.

En un principio y usando vehículos propios se realizaron rutas relativamente cercanas hasta el Parque Natural del Desert de les Palmes, precioso paisaje castellonense que ofrece numerosas sendas. Con el tiempo y ante el aumento del número de senderistas senior, llegó el momento de ampliar objetivos y horizontes. Para ello, los desplazamientos empezaron a realizarse en autobús y así poder viajar como grupo único hasta el inicio de las nuevas rutas.

Estos desplazamientos en autobús se extendieron inicialmente por toda la provincia de Castellón, incluyendo las Sierras de l'Alcalatén, Irta, Gúdar o Espadán; el Parque Natural de la Tinença de Benifassà; las comarcas del Alto Mijares y de Els Ports de Morella; llegando a subir incluso al Penyagolosa, el Gigante de Piedra, que es el pico más alto de toda la provincia de Castellón. Sin embargo, el Taller de Senderismo prosiguió con el plan de crecimiento y amplió su catálogo de rutas semanales por las provincias más próximas a Castellón, como son Tarragona, Teruel y Valencia.

Adicionalmente a las rutas por Castellón y las provincias vecinas, el Taller de Senderismo ha ido extendiéndose por otros paisajes del territorio nacional, completando viajes de una semana de duración, por lugares tan hermosos y vistosos como los Pirineos Oscenses, la Selva de Irati, el Bajo Aragón, Sierra Nevada o los Picos de Europa, sin olvidar otras tan especiales como las del Camino de Santiago, recorriendo tanto el Camino del Norte como el Camino Francés hasta Finisterre.

De igual forma que el Taller de Senderismo de la UJI fue descubriendo otros lugares de la provincia de Castellón y de España, llegó un momento en el que el grupo debía ir un paso más allá y esta vez había que hacerlo allende las fronteras nacionales, convirtiendo a sus integrantes en Walkers of the World, senderistas que realizan viajes extraordinarios para conocer lugares tan especiales como el Preikestolen y los fiordos de Noruega; los Montes Tatra entre Polonia y Eslovaquia; los Alpes Dináricos, los Parques de Risnjak y Paklenica, o los Lagos de Plitvice en Croacia.

Todas las rutas realizadas por el Taller de Senderismo han sido y son posibles gracias a la minuciosa labor de Raül Martí, que capitanea al grupo de forma magistral, preparando las rutas con antelación, calificándolas según el nivel de dificultad, distancia, desnivel y hasta proporcionando una duración estimada. Su trabajo de preparación y planificación tampoco se ha quedado en eso únicamente, sino que gracias a su iniciativa el Taller de Senderismo de la UJI también es una actividad segura, puesto que unos años atrás la Federación de Montaña admitió tener entre sus asegurados a los senderistas mayores de 60.

El Taller de Senderismo de la Universitat per a Majors de la UJI se identifica por diferentes características que aportan un valor añadido a la propia actividad deportiva. En primer lugar, la afición del grupo de senderismo es un elemento que empuja al grupo a seguir realizando rutas año tras año, disfrutando de toda la

belleza que la naturaleza puede ofrecer. Además de esta pasión, cabe destacar el gran sentido de compañerismo y camaradería que acompaña al grupo allá donde va.

Estos viajes a nivel provincial, estatal e internacional no son únicamente una experiencia saludable y enriquecedora intelectual, física y socialmente, sino que también se pueden ver como ejemplo de la voluntad de los estudiantes de la Universitat per a Majors de la UJI por seguir aprendiendo y creciendo.



2023 Aquaviva



2017 Croacia



2011 Glaciar Jostedal (Noruega)



2012 Peñagolosa



2014 Camino Santiago



2012 Montes Tatras (Polonia)



2016 Sierra de Espadán

Rosa María Sáenz

Postgrau Transversal

Los danzantes y el Maestro

El Profeta sufí Rumí, también llamado Mevlana, fue uno de los más grandes poetas de todos los tiempos. Un gran místico y teólogo. A su obra se ha llamado también «Camino del Amor».

Buscando la reunificación con su Creador, Rumí enseñó que el amor era el camino hacia el crecimiento espiritual y el perfeccionamiento interior. En su obra, muestra una gran tolerancia hacia las personas de cualquier creencia.

Durante su vida, Rumi escribió una enorme obra literaria. La obra *Sahms de Tabriz* esta compuesta de unos 40.000 versos, los seis libros *Mashavi* —coplas espirituales—, sus discursos y otros. Una obra inmensa.

Este sabio del siglo XIII, pasó a ser conocido con el nombre de Mevlana (maestro) por sus seguidores. Su obra «*Makhnavi*» enseña un método de perfeccionamiento espiritual, a través de la música, la poesía y el recuerdo. La combinación de estos tres aspectos tiene lugar en la ceremonia de la danza giratoria de los derviches llamada «*Semá*».

Los derviches forman un círculo; al principio de su danza dan tres vueltas lentas, simbolizando la creación de la vida. Cada uno de ellos se mueve en armonía al ritmo de la música, aumentando lentamente la velocidad e intensidad de los movimientos, hasta que todo termina en una cumbre de exaltación espiritual. Su danza de meditación, consiste en girar sobre si mismos con los brazos extendidos. Uno hacia el cielo para recoger el «*Baraka*» o bendición de Alá y el otro hacia la Tierra, para repartir esta bendición sobre los fieles.

En esta ceremonia mística, donde llegan al éxtasis, giran cada vez más rápidos, simbolizando en su baile «la ascendencia espiritual hacia la verdad».

Acompañados de cantos, la salmodia, en la que se repiten los versos de Rumí, da el sentido religioso a esta danza. Se unen flautas, abacales, tamboriles y una especie de violines llamados *kamanches*, además de unos laúdes de mástil largo.

El profeta nació en Afganistán, —anteriormente Persia— pero el centro religioso de los Sufís está en la ciudad de Konya en Turquía, donde murió durante la dinastía del sultanato de los turcos selyúcidas.

Después de la muerte de Rumí, comenzaron a surgir pequeños grupos de seguidores que se expandieron por el territorio turco. Estos grupos construyeron *semahanes* —lugares donde se lleva a cabo la *Semá*—, que se convirtieron también en centros educativos y de reunión. Desde Turquía, la Orden *Mevleví* se extendió a otras partes del Imperio Otomano, incluyendo varios países mediterráneos, los Balcanes y la Europa Oriental. Esta corriente surge también en las *Madrasas* del siglo XIII —Escuelas coránicas— de la que parten los actuales *Derviches Giróvagos*.

En lo que se refiere a las largas ropas blancas, que los derviches llevan en la Semá, éstas, representan mortajas para el ego y la vanidad, los largos gorros en forma cónica simbolizan tumbas de piedra para ese mismo ego y las cosas mundanas.

La Orden Mevlevi vivió su apogeo durante el Imperio Otomano. Muchos sultanes otomanos eran miembros de ella

En el inicio del régimen de Mustafa Kemal Atatürk, los sufís pasaron a sufrir la prohibición de sus oficios religiosos, incluidas sus danzas. Este estado laicista, prohibió en 1925 las tariqas sufíes —órdenes místicas— y confiscó sus propiedades. En 1953 el gobierno turco autorizó de nuevo la realización de la danza derviche. Sin embargo, buscó también su secularización, y se realizaban estas danzas, con fines esencialmente turísticos. Así pues, ya no se trataba entonces de una Semá que mereciera tal nombre, sino de un simple espectáculo.

La prohibición, llevó a los Mevlevi a realizar este tipo de prácticas de una forma secreta en sus casas o en otros lugares. Esto ha ocurrido así hasta finales de los años noventa. No obstante, con los cambios políticos y sociales habidos en Turquía en los últimos años, se puede vivir de nuevo un notable florecimiento espiritual, con respecto al sufismo, similar al de pasadas épocas.

En varias ciudades de Turquía podéis ver esta actuación como espectáculo folklórico, pero si realmente queréis contemplarlo con su verdadero significado, hay que hacerlo en Konya. Además del baile hay homilías y otros actos religiosos, la ceremonia dura más de tres horas y hay que conocer algo de la obra de Mavlana para comprender sus danzas.

Los Derviches aparecen ataviados con una larga túnica negra que simboliza el mundo material. A lo largo de la ceremonia, la túnica negra desaparece desprendiéndose de ella. Aparece entonces una inmaculada vestimenta de color blanco, como una mortaja. Solo así pueden encontrarse con lo divino.

Allí, escuchando los cánticos, y en la semi penumbra del lugar, sientes algo parecido a la integración y participas de su espiritualidad.

Abajo la Mezquita- Museo de Konya con su peculiar torre forrada de azulejos azul turquesa. Data del siglo XVI y lo mandó construir como Mausoleo de Mevlana, Solimán el Magnífico.



**Solo el amor y
quien ama,
pueden vivir más
allá del tiempo.
Entrega tu
corazón a esto,
lo demás no tiene
importancia
Mevlana**

Ángeles Gil

Seu de l'Interior

El Soundpainting

EL SOUNDPAINTING es una COMPOSICIÓN EN TIEMPO REAL que "encierra mucho contenido".

La palabra soundpainting no tiene una definición literal ya que, a su creador, Walter Thomson, simplemente le gustó y se quedó con ella para definir y darle un "título" a esta técnica tan vanguardista.

He podido informarme de la misma gracias a unos artículos y las explicaciones del Profesor Roberto García Gontán que nos enseñó y aplicó en clase con los alumnos de la Universitat per a Majors y que, además,



ha escrito un libro sobre esta disciplina junto con el creador de esta novedosa técnica, Walter Thompson.

El soundpainting es un lenguaje de signos utilizado para componer en vivo y de forma multidisciplinar con músicos, bailarines, actores...

Los intérpretes lo ejecutan con una libertad inusual, dando lugar a una IMPROVISACIÓN ESTRUCTURADA, en la que NO existe el ERROR; el error da lugar a una interpretación nueva pero siempre guiada por unas normas o cánones.

El artífice de esta técnica, como ya he dicho con anterioridad, es un artista multidisciplinar (pianista, compositor, saxofonista, percusionista y educador) llamado WALTER THOMPSON nacido en Florida el 31 de Mayo de 1952.

La lengua de signos que él creó está compuesta por aproximadamente 1.500 gestos y funciona como tal

desde hace unos 20 años. Es una lengua viva y en constante desarrollo y evolución.

La función del soundpainter o director es comunicar mediante signos o señas para así crear de la manera que desea, aunque NUNCA sabe lo que va a recibir de los intérpretes ya que estos los ejecutan con una libertad casi total pero reglada, dando lugar a la improvisación:

"A VECES HAY QUE ROMPER LAS NORMAS PARA HACER LAS COSAS MAS INTERESANTES"

Thompson ha hecho de su disciplina toda una fuente de expresión e imaginación. Su técnica es utilizada en muchos países alrededor del mundo, tanto con objetivos profesionales como educacionales. Fue creada en el año 1974 en Woodstock (Nueva York). Y es un espectáculo de carácter vanguardista en el que se combinan elementos de artes de campos diversos (música, danza, teatro y artes plásticas). Realmente es una PERFORMANCE (sinónimo de actuación), término que procede de la expresión inglesa "performance art", es decir: ARTE EN VIVO.

La improvisación estructurada de la que hablaba se debe a que este tipo de metodología está basada en una SINTAXIS, es decir, en una DISCIPLINA DE GESTOS que impone ORDEN a los intérpretes haciendo que se cumplan una serie de premisas y conductas para que el soundpainting resulte enriquecedor. Nos ayuda a pensar, a comprender, a mejorar.

La sintaxis está basada en 4 elementos que han de seguir un orden y que son:

- 1 - **QUIEN:** todos, tú, el resto.
- 2 - **QUÉ:** sonido largo, sonido corto o hit, sonido de aire, silbado, percusión corporal.
- 3 - **COMO:** volumen, tiempo, con...
- 4 - **CUANDO:** ya (ahora), poco a poco (5 seg.).

El cuándo, lo indica el soundpainter avanzando un pie dentro de "una caja imaginaria" en el suelo.

Hay un quinto elemento dentro de la sintaxis que es OTROS: con, sin, dentro, espacio de tiempo.

Ahí comienza el show, atentos a los gestos, a la entrada del director y por supuesto a la improvisación, jugando con ella y haciendo que cada espectáculo sea diferente del primero.

Me gustaría centrarme ahora en explicar la utilidad del soundpainting en el ASPECTO EDUCACIONAL sobre todo en adolescentes de entre 12 y 15 años, que, por un motivo u otro y por circunstancias vitales se ven abocados al fracaso, tanto escolar como familiar y por supuesto, personal.

Esta técnica resulta ser una herramienta pedagógica novedosa y verdaderamente útil. Desarrolla la creatividad, el respeto, la escucha activa, la creación colectiva, la unión, el apoyo mutuo, el poder de abrir la mente, entre otras muchas cualidades, sin discriminación alguna y con la sensación de percibir una "valía" que desconocían y un sentimiento más positivo tanto en el plano individual como en el colectivo.

Los adolescentes cambian la percepción de su mundo saliendo de sus zonas de confort, de conflictos, de falta de autoestima... Solo necesitan que alguien confíe en ellos, que les den una oportunidad para expresar sus miedos, sus sentimientos, sus cualidades y habilidades entre otras muchas más sensaciones y ahí está el soundpainting, dando rienda suelta a todo lo bueno que tienen enterrado y encerrado en su interior.

Son capaces de hacerlo y además de hacerlo bien. Y poniéndose retos ellos mismos, motivan al director, haciendo de toda esa expresión una vía de escape que da buenos resultados en todos los sentidos de la palabra. La técnica enseña hábitos y valores de gran importancia para la vida: disciplina, trabajo en equipo... tal como había indicado con anterioridad.

Un educador musical contribuye de manera significativa a la formación humana a través del desarrollo de las emociones y del sentido de la comunidad. Así pues, el educador ha de ser una persona altamente cualificada y preparada, no sólo ser músico práctico, sino que ha de conocer en profundidad las metodologías de enseñanza, ser creativo en diversos contextos, tener conocimientos de psicología y sobre todo ser un GRAN MOTIVADOR, ya que la AUTOESTIMA de los adolescentes estimula la confianza en uno mismo, es un buen lubricante para poder relacionarse con los demás, promoviendo el trabajo en equipo y las conductas sanas. La autoestima es una AUTOVALORACIÓN POSITIVA.



La educación musical involucra:

- la parte sensorial
- la parte intelectual
- la parte social
- la parte emocional
- la parte afectiva
- la parte estética

Todo esto influye directamente en la formación integral del alumnado.

Ya para finalizar y habiendo hecho un breve resumen o dado una simple pincelada de lo que es y nos propone el soundpainting, podemos reconocer:

LA MÚSICA (con instrumentos gestos o sonidos corporales como palmas golpes...) EXPRESA LO INEXPRESABLE Y EXPRESA LOS MOVIMIENTOS DEL ALMA.

Bibliografía: "Soundpainting, un nuevo lenguaje artístico en el aula". Roberto Garcia Gontán. Walter Thompson.

Búsquedas en Google. Instituto de Música

Encarna Pitarch

Postgrau Transversal

Un paseo por la historia de la agricultura urbana

Desde los albores de los tiempos los hombres han sentido la necesidad de vivir en comunidades más o menos numerosas, necesidad que se hizo más perentoria cuando, merced a una concatenación de circunstancias favorables, surgió la agricultura en el Neolítico, acontecimiento que, quizás, constituya la mayor revolución por la que ha pasado la humanidad.

A partir de ese momento ya no se vieron obligados a recolectar únicamente lo que de manera espontánea les ofrecía la naturaleza. Tenían la posibilidad de cultivar sus propios alimentos, y fueron agrupándose en aquellos lugares que ofrecían las mejores condiciones para esta nueva actividad, con lo que surgieron los primeros poblados y ciudades.

Lógicamente, los primitivos asentamientos no estaban alejados de los campos, sino diseminados entre los mismos. Aunque todavía no estaba acuñado el concepto, la verdad es que podemos decir que la agricultura ya nació urbana y lo siguió siendo en exclusividad hasta el momento en que, a causa de la roturación de nuevos terrenos más alejados de los núcleos de población, parte de ella se desplazó, haciendo necesaria la construcción de granjas y edificios agrícolas distanciados de las colectividades humanas. Es el caso de las *villae* romanas, como la descubierta hace unos años en el camino de Vinamargo de Castellón.

Los años van pasando y tras la caída del Imperio Romano nos adentramos en la Edad Media. La expansión demográfica y la llegada de nuevos pueblos hacen necesaria la puesta en marcha de tierras hasta el momento vírgenes. Pero el cultivo de verduras y hortalizas continúa realizándose básicamente en los huertos ubicados en el interior y alrededores de las ciudades.

En esta época los habitantes de Europa instalaban huertos al lado mismo de sus viviendas. De ellos obtenían los

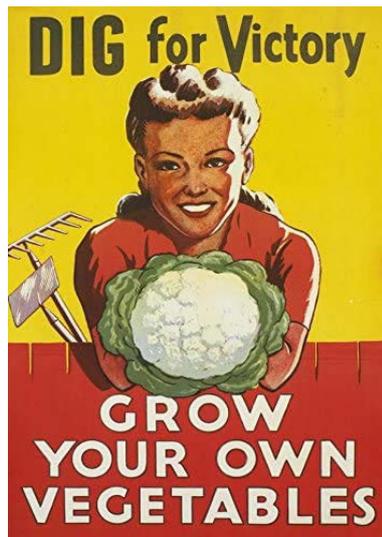
alimentos básicos para el consumo familiar, aunque en ocasiones esta ocupación constituía el grueso de la economía doméstica que podía redondearse con la cría de animales destinados a proporcionar carne, huevos o leche, pero también estiércol con el que abonar sus sembrados.

El historiador Jerry Stannard señala que en la Edad Media *"las ciudades estaban cubiertas de huertos caseros y hasta la parcela más pequeña y peor labrada era preferible a no tener nada, ya que proporcionaba comida gratis a sus dueños, además de plantas aromáticas y medicinales"*.

Los monjes también cultivaban huertos comunales en el interior de sus conventos y monasterios para el necesario abastecimiento, además de surtir al herbolario de las plantas imprescindibles para la elaboración de remedios medicinales. La historiadora Carol Rawcliffe apunta que se creía que *"el olor de las flores fortalecía el corazón y también era un agente profiláctico"*, por lo que, en opinión del médico andalusí Ahmad ibn Jatima, había que realizar un cultivo de plantas aromáticas alrededor de las ciudades para contener la peste, verdadero azote sanitario de la época.

La historia sigue su curso, la Edad Media finaliza y la agricultura urbana permanece inmutable salvo los lentos cambios en el utillaje utilizado. Pero llegamos a otra revolución que también sacude los cimientos de la sociedad al cambiar el modo de vida de las gentes y que tendrá repercusión en la agricultura urbana. Nos referimos a la Revolución Industrial del siglo XVIII, surgida en principio en Gran Bretaña y que supuso el que millones de personas cambiasen su lugar de residencia.

Estos desplazamientos de población, principalmente desde el campo a las ciudades, lugar donde estaban ubicadas las fábricas, hicieron que las grandes urbes creciesen de forma desproporcionada y que los suburbios que acogían



a estos nuevos habitantes lo hiciesen sin ningún tipo de planificación urbanística.

La vivienda dejaba mucho que desear; se construían chamizos en cualquier lugar y con cualquier material, sin seguir ningún tipo de reglamentación y con ausencia de permisos. Se adolecía de agua corriente, alcantarillado y todos los servicios que hoy consideramos indispensables.

La falta de higiene, las epidemias y enfermedades, hacían mella en esta población hacinada. Y las condiciones de trabajo, con jornadas de hasta dieciséis horas diarias, sin festivos ni vacaciones, con el trabajo infantil instituido sin ningún tipo de limitación, no eran precisamente las más idóneas. Y esto cuando había trabajo, pues la situación empeoraba cuando no lo había.

En cuanto a la educación, si existía, era muy básica, puesto que los niños estaban obligados a trabajar para contribuir al sostenimiento de la familia. Además, en muchos casos, los mayores no la percibían como una necesidad.

La progresiva deshumanización experimentada bajo esas condiciones de vida hacían que ésta careciese de valor, aumentando la tasa de alcoholismo y delincuencia. Quienes entraban en este círculo vicioso estaban condenados a permanecer en él a perpetuidad y eran casos excepcionales los de aquellos que conseguían eludir semejante destino.

Ante esa tesitura la Iglesia, el gobierno, las administraciones locales, asociaciones benéficas, humanitarias, las propias fábricas y otras organizaciones sociales, cedieron terrenos a los ciudadanos necesitados para que pudiesen cultivar por sí mismos sus alimentos, aliviar sus necesidades y de paso alejarlos de prácticas indeseables y nocivas.

Pero habitualmente había otras intenciones tras esta fachada de filantropía, como eran el alejar a los trabajadores de las incipientes organizaciones obreras. Se establecen normas para su obtención que tratan de impedir el exceso de autonomía de los obreros así como el que puedan constituir una alternativa al trabajo asalariado, prohibiendo la venta de los productos obtenidos. Si era la Iglesia quien proveía de parcelas, era usual que exigiese la asistencia obligatoria a las funciones religiosas.

Estos pioneros espacios de cultivo con fines aparentemente humanitarios fueron llamados "huertos de los pobres"

o "huertos del hambre". En todo caso y con las debidas diferencias, fueron lo más parecidos a lo que hoy llamamos huertos urbanos.

Ya en pleno siglo XX estallan dos guerras mundiales que trastocan el mundo hasta tal punto que surgen nuevos países y desaparecen otros, aglutinándolos en dos bloques antagónicos entre sí. En esa tesitura la agricultura urbana

se mostró como un medio eficaz para el sostenimiento alimenticio de la población, al tiempo que colaboraba con el mantenimiento de la economía de guerra.

Por la práctica desaparición del transporte se hace imprescindible el que todo se pueda cultivar localmente en el interior de las ciudades y en sus extrarradios.

En Inglaterra y durante la Primera Guerra Mundial, el número de huertos casi se triplica, tratando con ello de paliar los problemas de abasto causados por los ataques de submarinos alemanes a los barcos mercantes. El Ministerio de Agricultura se encargó de determinar que espacios eran los más adecuados para convertirse en huertos urbanos.

Alemania también recurrirá a esta práctica como solución al problema de racionamiento. Incluso en los Estados Unidos se implantó la agricultura urbana para destinar recursos al comercio bélico. En 1917 el Comité de Jardines de Guerra contabilizó 3.500.000 huertos de esas características.

Durante la Segunda Guerra Mundial se continuó con su fomento haciendo campañas de propaganda para concienciar a la ciudadanía de la conveniencia de participar en su cultivo. En Estados Unidos fueron los "Dig for Victory" (cavad por la victoria) y los "Victory Gardens" (huertos de la victoria).

En Londres cualquier espacio libre fue aprovechado, incluso, en ocasiones, los cráteres provocados por el estallido de

las bombas. En Inglaterra se llegaron a cultivar 1.700.000 "allotments" (huertos públicos), llegando a producir la mitad de los alimentos consumidos.

En Alemania tuvieron la doble función de servir como fuente de suministros y símbolos ideológicos, siendo el partido nazi quien se hizo cargo de los huertos, y únicamente los alemanes de origen ario podían optar a su cultivo.



José Luis Sierra
Segon Curs

El maravilloso mundo del cine

Silencio, se rueda.

Recuerdo con alegre nostalgia de mi infancia, las gloriosas tardes de cine del día del productor, (día económico, con sesión doble). Era la persona más feliz del mundo con mi cucurucho de papel, repleto de pipas y torraos del kiosco de la tía Joaquina.

Con mis amigos sentados en las bancadas de madera que formaban el gallinero del cine Española.

El N.do, se apagan los rumores, siguen los trailers de las películas venideras, y al fin, con gran excitación daba comienzo la peli de vaqueros. Tras más de una hora de tensión llegaba la apoteosis final, que coincidía con el toque de la trompeta y la carga de los soldados americanos. El estruendo del tableteo de los bancos de madera con nuestras patadas de emoción, silenciaba el sonido de la pantalla, mientras la caballería americana arrasaba a los pobrecitos indios salvajes. Que como "malos" que eran siempre perdían. Al menos esos eran los paradigmas que nos habían enseñado.

Más adelante, en mi juventud, el cine pasó a ser la antesala de mis primeros y torpes esgarceos amorosos. Habíamos cambiado las incómodas tablas del gallinero, por el cómodo sillón del patio de butacas. Cambiamos la tensión de las pelis de vaqueros por la emoción y el nerviosismo de los primeros roces de manos, besos furtivos y corazones desbocados. La peli había pasado a un segundo plano momentáneamente, aunque la magia continuaba en la gran pantalla y en mi corazón.

Años más tarde el cine se convirtió en la gran fiesta familiar del refresco y las palomitas y, lo mejor, poder disfrutar de la cara de deleite y placer de mis niños. Me ha gustado el cine toda

mi vida, y en mi memoria he grabado e idealizado todos estos momentos.

Pero ha sido ahora, con el paso de los años, cuando he descubierto el enorme trabajo que existe detrás de esa magia. Desde la gran imaginación y artesanía de los primeros captadores de imágenes, los hermanos Lumiere, hasta llegar a las grandes producciones de nuestros días logradas con los efectos especiales por ordenador o por una I.A.

Estoy aprendiendo a ver el cine desde un modo más crítico y analítico, por descontado disfrutándolo al mismo tiempo.

He tomado contacto con los diferentes tipos de planos, primer plano, plano americano, plano general... sus diferentes ángulos, picado, contrapicado, cenital dorsal....



Los diferentes movimientos de la cámara, panorámica, travelling, zoom,...

He conocido distintos tipos de composición de la imagen, he aprendido que lo más básico en el cine es el plano y que con un conjunto se forma una escena. He aprendido el tipo de transición de una escena a otra. He aprendido que, "Lo que el viento se llevó", empieza con una idea, que da vida a un argumento y que finaliza en el guion de la película.

He aprendido que después del rodaje comienza la laboriosa tarea del montaje, narrativo, en flashback, en paralelo...

He descubierto la importancia del director de la película, del productor y de los diferentes directores de sonido, de fotografía, de dirección artística. Los montadores, los actores, los figurantes, en general todo el staff, a veces miles de personas que hacen posible que este trabajo, finalice en un sueño para todo el mundo.

Hemos visto a los grandes directores, fotógrafos, redactores, guionistas, actores.

He comprobado que existe un cine increíble más allá de la fábrica de Hollywood el cine europeo, ruso, japonés y hasta africano.

Lo más importante, me ha enseñado a respetar toda clase de obras, me guste o no, siempre hay un enorme e ilusionante trabajo detrás.

He aprendido a disfrutar y a valorar una simple escena desde su sencillez hasta su complejidad. Por lo que nos cuenta, por lo que nos transmite. Por su reflexión, inquietud, otros puntos de vista, otra visión del mundo, otras formas de vida, otros mundos, otras culturas, otras formas de pensar, de sentir, de sufrir, de convivir...

El cine es historia, es ficción, son biopics, son dibujos, es música, es documental. Nos transmite alegría, tristeza, relajación, inquietud, terror, entendimiento, comprensión, solidaridad, amor, terror, belleza, erotismo, en definitiva, nos muestra nuestras propias vidas.

¿Y acaso la vida no es una película impresa fotograma a fotograma en las páginas del del tiempo?

That is all folks

The show must go on

Bernabé Lardin
Postgrau Transversal

Atardecer desde mi balcón

Desde mi balcón, al que me gusta salir cuando llega esta hora vespertina y todo parece entrar en calma, mirando al horizonte veo la cadena de montañas que, viniendo del oeste, cierra por el norte, llegando casi al mar. Pienso que protegen mi ciudad al rodearla. Es precioso verlas desde la distancia; y con esta luz del sol, ya un poco más suave, cómo se marcan y acentúan todos los recovecos que las forman.

También se divisan las dos carreteras que las cruzan, por donde circulan los vehículos para llegar a su destino. Algunas casas se distinguen ya con luces encendidas, dando la bienvenida al hogar. Una masa verde de árboles recibe la luz del crepúsculo, que dura poco, pero ilumina mucho. En estos momentos están bañadas por la luz del sol, que comienza a bajar en intensidad.

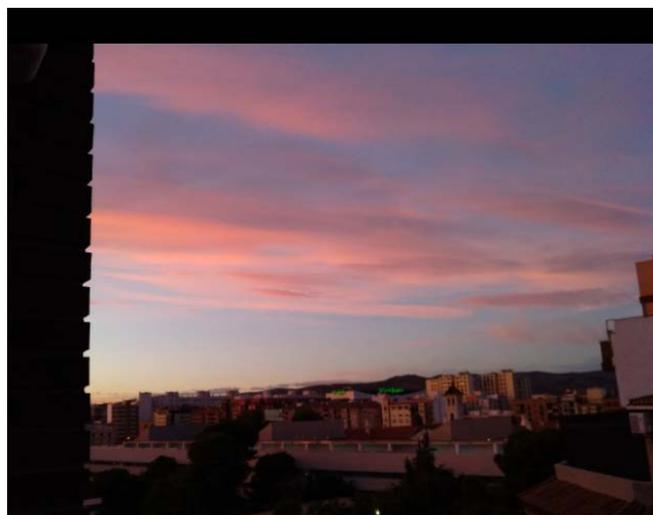
En lo alto, hoy se ha extendido un fuerte color: es rojizo, un poco violeta, y algunas nubes grises marcan distintos dibujos, como si fuese un cuadro. Todo este despliegue de color anuncia viento para mañana, pero ahora una gran calma parece envolver este atardecer.

Mirando hacia abajo observo mi plaza y escucho la alegre algarabía que producen los niños y niñas con sus juegos, sus risas y gritos. Siempre me da alegría ver cómo juegan, cómo se suben a los columpios, la agilidad que gastan en los juguetes puestos a su alcance, subiendo y bajando y volviendo a subir, ¡qué vitalidad!, ¡qué hermosura!

Otro grupo es el de los adolescentes. Chicos y chicas ocupan los bancos, ponen sus teléfonos con música de moda y hablan a gritos. Sus risas tímidas, nerviosas unas, francas otras... añaden notas de una vida nueva.

Las personas mayores, como siempre, hablando en tono alto. Comentan las últimas noticias producidas en el barrio: "Fulana ya ha tenido el bebé que esperaban, sí, todo bien. Sí, se la llevaron sus hijos a la residencia; dicen que lo pidió ella misma, ¡mira! Es muy maja; yo la voy a echar de menos..."

Los perros con sus ladridos, las motos de los jóvenes, los coches que siguen circulando por la calle... todo desprende una vitalidad exuberante. La ciudad se prepara para el descanso nocturno. Pero de pronto todo cambia. Este momento es mágico: las campanas de la iglesia dando las horas con su "tan, tan, tan" acompasa-



do, se unen al carillón de la torre del edificio del casino de la música con su melodía particular. Y entonces el ambiente se llena de un sonido que, unido al color que reina, produce una atmósfera única.

Todo a una, los niños dejan de jugar. Acuden a la llamada de sus madres. Los adolescentes han desaparecido. Se acerca la noche, hay que volver a casa. Cesan las campanas, cesa el carillón, todo se detiene, la noche llegó.

Mirando hacia abajo observo la plaza casi envuelta en sombras; es como si tuviese vida propia y respirase una bien ganada tranquilidad.

La plaza está sola, el jardín vacío. Solo las farolas dan un poco de luz mortecina. Ya no hay niños jugando, los columpios están parados, tampoco quedan perros persiguiendo palomas que nunca alcanzan. Se han apagado las risas de la gente joven, y la algarabía que reinaba hasta momentos antes se ha convertido en silencio. Los rayos del sol que proporcionaban una sinfonía de colores ya han desaparecido tras las montañas. En su lugar queda una luz blanca que poco a poco lo llena todo; la luna coge su turno... En la plaza, la luz de las farolas cobra fuerza y las sombras también: ¡¡¡ha desaparecido la magia!!!

Abandono mi balcón, no sin antes, como siempre, recuerdo a los que ya no están.

- *Bona nit, benvolguts; fins demà* -.

Violeta Fernández
Postgrau Transversal

El vermut



Según la historia, el origen y registro más remoto del vermouth lo encontramos en la época clásica de la antigua Grecia. Fue Hipócrates quien puso a macerar en vino, flores de ajeno y hojas de dicitamo para obtener un vino de hierbas que en la edad media, fue llamado "vino hipocrático", aunque podríamos ir más atrás, hasta 1700 A.C donde la civilización egipcia descubrió y utilizó las flores de ajeno para sus licores.

El primer referente histórico del incipiente vermouth, lo encontramos en 1549 cuando Constantino Cesare Notevoli, nos habla de una receta de vino con absenta que tenía finalidades terapéuticas y curativas.

En 1570 fue Giovanantorio Soderini quien escribió que el vermouth es de origen alemán y húngaro, haciendo referencia a una bebida aromatizada preparada en los Balcanes, concretamente en Bulgaria y que se llama Poli.

Estos vinos aromatizados son conocidos con el nombre de Vermut, nombre derivado del alemán WERMUT, palabra que significa ajeno, siendo el principal ingrediente en la elaboración de bebidas como el vermouth y la absenta

En algunos documentos de los siglos XVII y XVIII ya se encontraron elaboraciones y recetas que conectan con el vermouth, el cual coge fama comercial definitiva a finales del siglo XVIII.

La invención del vermouth se otorgó en 1786 a dos destiladores italianos Antonio y Benedito Carpano.

Si bien estas preparaciones fueron muy habituales en toda Europa, fue a finales del siglo XVIII que se empezó a conocer como VERMOUTH, siendo Antonio Benedito Carpano quien comenzó a comercializar su preparación con un aproximado de 30 botánicos en la ciudad de Turín, por ese momento Ducado de Saboya

La llegada del vermouth a España se produce a finales del siglo XIX por influencia de distintos empresarios y productores italianos asentándose sobre todo, en las regiones vitivinícolas de Cataluña (Barcelona y Reus).

Su verdadero inicio en Madrid, como cuna del vermouth español, siendo Peruchi el primer vermouth producido en España

Durante los siglos XIX y XX se masificó su consumo en Argentina gracias a la inmigración de italianos.

Los principales productores de Italia se instalaron en el país .

El primero de ellos fue Cinzano, quien abrió su primera fábrica fuera de Italia en 1923.

A principios de 2023 , Cinzano lanza en Argentina su primer proyecto totalmente fuera de su país de origen, "Cinzano Segundo "con base de vino malbec y botánicos autóctonos argentinos.

Cabe destacar el enorme aporte del mercado norteamericano a la historia del vermouth, siendo la marca MARTINI & ROSSI una gran figura dentro de la escena de la coctelería clásica.

Como curiosidades, todos recordamos al agente secreto 007, James Bond y su DRY MARTINI.

Gary Grant lo tomaba antes de comenzar cada rodaje.

Del incomparable Salvador Dalí dicen las malas lenguas que sus mejores obras fueron creadas con la ayuda de un par de vasos de vermouth en compañía de su musa Gala.

Richard Nixon lo disfrutó para olvidar su marcha de la casa blanca por el caso Watergate. Y también lo disfrutaron, entre otros, Frank Sinatra, Glen Ford, Oprah Winfrey Franklin Roosevelt, Ernest Hemingway y , como no, servidora, que lo descubrió en 1976 en el bar de "LES FLARES" tomándolo con las amigas después de misa.

Precio de época: una copa de vermouth con o sin sifón y aceitunas rellenas 3 PESETAS.

Salud y a disfrutarlo.



Pilar Pitarch

Segon Curs

Una alumna ejemplar

Magdalena ha sido alumna de la Universidad para Mayores desde 2005, año en que a Villafranca llegó tal institución. Su menuda figura estaba presente en todos los actos que se organizaban. Jamás faltó a clase y a veces no podía controlar el sueño. Se esforzó en aprender el uso de las nuevas tecnologías pero tuvo que renunciar a seguir por circunstancias que no le permitieron tener un ordenador en casa. Hoy su escasa salud no le permite asistir a clase, no obstante mantiene la esperanza de mejorar y poder volver.

Su infancia se desarrolló en una masía y por tal motivo su sabiduría se basa en la naturaleza y el cultivo de las plantas. Conoce todas las hierbas autóctonas y mirando la evolución de las nubes o el comportamiento de las aves o los insectos se atreve a predecir si habrá tormenta, lluvia, viento, frío.

Las formas de cultivar la tierra debido a la tecnología han evolucionado al mismo ritmo que el resto de trabajos. Para que no caigan en el olvido las tradiciones, las creencias de antaño, la forma manual de trabajar la tierra etc., ayudé a Magdalena a escribir un pequeño librito de tan solo 12 páginas que recoge la forma en que trabajaban la tierra en la masía donde ella pasó sus primeros 20 años de vida y algunas creencias que trasladadas al siglo XXI resultan un tanto curiosas. El trabajo en cuestión se titula ASI CUIDARON NUESTRA TIERRA EN EL S. XX. Recoge algunas peculiaridades de la luna, la forma de cultivar las patatas y los cereales, la forma de abonar la tierra de forma natural puesto que en aquellos tiempos no existían abonos químicos, la siega, la trilla, limpieza de acequias, poda de árboles, las gallinas cluecas y también creencias o supersticiones. A continuación una breve muestra:

GALLINA CLUECA. En un canasto se ponían los huevos en número impar, la clueca se posicionaba sobre los huevos y permanecía 21 días sin moverse de allí, salvo un momento para comer y vaciar el intestino. Para conseguir el deseado resultado en "la llocada" procuraban que la gallina hubiese puesto los huevos que se iban a incubar en "lluna vella", si deseaban mayor cantidad de gallos, y en "lluna nova" si necesitaban mayor número de gallinas.

Una mosca se posa sobre algo y se pone boca abajo. Señala lluvia.



Los cuervos y las garzas están inmóviles en una rama o una pared. Si alean cuando alguien pasa por allí señalan viento; si permanecen quietos, lluvia.

En la casa tenían en cuenta la fase lunar del día del nacimiento del primer hijo. Si la criatura llegaba al mundo en "lluna vella" el hijo siguiente tendría el mismo sexo, si nacía en "lluna nova" el siguiente tendría el sexo contrario... "quart minvant, part igual, quart creisent part diferent"

Las mujeres no podían coger frutas del árbol los días de la menstruación porque si lo tocaban, el árbol se iba a secar. Tampoco podían trabajar haciendo morcillas el día de la matanza, porque saldrían reventadas.



La siega del trigo se hacía de forma manual. Los jóvenes de los pueblos iban a correr la siega. empezaban la campaña en los campos calurosos de la Plana y terminaban en tierra fría donde las cosechas iban más retrasadas, etc. Y así un montón de curiosidades rurales de aquellos tiempos que hoy nos pueden sorprender.

La evolución cambia el estilo de vida, el pasado son nuestras raíces y no debe caer en el olvido.

Mercedes Pitarch
Seu dels Ports, Vilafranca

La Dolçaina



La Dolçaina valenciana o "Xirimita". El so penetrant d'aquest instrument musical, ens transporta a uns sentiments massa vegades oblidats de la nostra cultura, que no pot faltar a qualsevol festa tradicional als nostres pobles i comarques. Aquest es un instrument de vent-tradicional en la cultura valenciana sobretot a partir de la època musulmana, sent de mida més curta (30 i 40 cm.) que les populars "dolçaines o chirimias" de altres zones.

Amb el cos de fusta d'una sola peça troncocònic, per a la seva construcció s'utilitzen diferents tipus de fusta (tropical o d'arbres fruiters de la zona) sense importar la duresa, però que tinguin bona sonoritat. La seva mida més normal és de 30'5 cm de llarg i el so es produeix per la vibració d'una doble llengüeta de canya vegetal.

Té vuit forats melòdics i dos d'afinació a la zona de la campana, que directament es tanquen amb els dits (sense claus annexes), a les nostres comarques estan afinades en to de SOL d'ús més reduït les afinades en to de FA, i en MI bemoll per tocar en les bandes.

La peça metàl·lica (fabricada normalment de llautó) que uneix canya i cos i que canalitza l'aire s'anomena **el Tudell**, és el que transmet les vibracions originades per la canya.



Imatge de Dolçainer i xiquet tabaleta

Aquest es un instrument d'un so de gran potència, penetrant i timbrat, una gran personalitat tímbrica amb capacitat per imposar-se sobre els altres instruments d'acompanyament en el cant d'estil. Tot i que la dolçaina és posseïdora d'una gran riquesa en harmònics també és veritat que té limitacions en la producció de cromatismes.

Les dolçaines tradicionalment se elaboraven afinades en diferents tons, cosa que feia difícil tocar en parella o colla. Gràcies a la llavor del mestre **Joan Blasco** unificant l'afinació de aquest instrument en to de Sol, va ajudar a facilitar el seu ús en grups musicals i també va contribuir a produir i distribuir aquest instrument, sobretot des del taller de Vivó (Segorbe). Actualment es fabriquen dolçaines de diversos tipus, diferents mides i materials, destacant, també el fet com a curiositat que em va explicar un veí ja prou major del Grau de Castelló que *"va haver una època que ens construïen dolçaines a la localitat, d'elaboració artesanal, però per desgràcia que, ja fa anys que no existeix"*.

La mes famosa i recordada saga familiar de dolçainers a les nostres comarques van ser **Els dolçainers de Tales**, que van crear a primeries del s. XX la primera escola de dolçaina i que



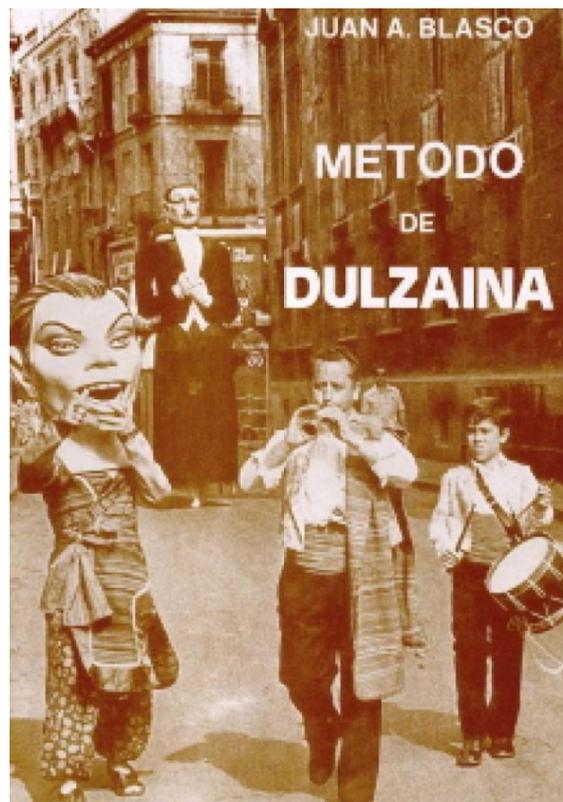
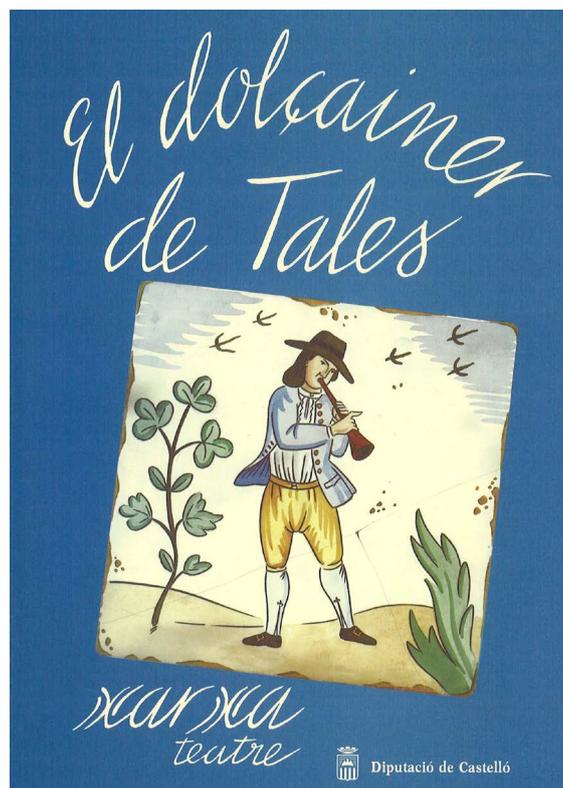
Imatge Pep Oria

inclús feien concerts. Aquesta població va arribar a comptar amb dotze dolçainers, participant i fent musica per terres aragoneses, manxegues i valencianes, que segons contava **Ricard Blasco i Laguna** (escriptor i cineasta valencià), en el any 1959: *“En el seu repertori inclouen melodies d'obres simfòniques, fragments d'òpera i cançons en boga acompanyant-se amb una flauta per donar més extensió i dolçor a les seues fermates”*.

Altres destacats mestres dolçainers van ser **Joan Blasco i Ribera**, nascut a Torres Torres en 1928, que ens va deixar al març del 2016, que va ser mestre de Dolçaina a Algemesí, i al Conservatori Municipal de València, considerat el pare de la dolçaina curta en to de “sol” que s'adapta millor a les característiques de la música tradicional valenciana fet destacat en la recuperació de aquest l'instrument tradicional i creador de la primera metodologia, recollida en el mètode de dolçaina de 1981.

Entre els dolçainers, també cal destacar a **“Quico el Cadi- rier”** (finals del segle XIX i principis del segle XX a la ciutat de Castelló), el dolçainer **José María Illescas**, que amb la companyia del tabaquer **Vicent Bacas, “Xamberga”**, del Grao de Castelló (van destacar per la seva popularitat en uns anys que eren els únics tocant per la ciutat a finals dels anys 60 del S-XX), **Marcial de Xiva, Josemi Sánchez, Xavier Richart, Pascual Juan Rochera, Pep Oria d'Almazora i Pasqualet de Vila-real “Grenya”**, mort a l'abril de l'any 2020 com un músic que es va atrevir a portar la dolçaina fins a límits insospitats fusionant i endinsant amb aquest instrument i les seves notes musicals amb altres ritmes fora de la música tradicional amb reconegut èxit.

La dolçaina és un instrument molt adequat per sonar sola, però sobretot junt l'acompanyament sonor del tabal per fer festa al carrer, formant els principals instruments per al Cant de Albaes.



Jose Manuel Mon

Postgrau Transversal

Evolución o involución

Si hacemos un repaso a los grandes logros de la Humanidad a lo largo de la historia reciente, nos encontramos con que, a primera vista, hemos conseguido logros que generaciones anteriores ni siquiera hubieran pensado en su existencia.

Sin alejarse mucho de la actualidad encontramos que, en el año 1765, el escocés James Watt inventó la máquina de vapor, cuya aparición transformó una sociedad rural en un mundo industrial. El descubrimiento del teléfono por Graham Bell fue otro hito tecnológico que revolucionó las comunicaciones. Edison, en 1880, descubriendo y patentando la bombilla eléctrica, trajo la luz a calles y casas. Los hermanos Wright, los primeros que consiguieron desplazarse por el aire. Más recientemente la aplicación de la informática a los ordenadores personales en 1971 por John Blankenbaker, y todo lo que nos han ofrecido las computadoras, Internet, los actuales teléfonos móviles, y el descubrimiento de moda: la Inteligencia Artificial, han sido logros que indudablemente han mejorado nuestro sistema de vida.

La Física nos ha ofrecido también muestras de grandes avances científicos, desde la aparición de la energía nuclear hasta el último gran descubrimiento, el Bosón de Higgs.

La Medicina no ha quedado atrás: la penicilina, las vacunas, la anestesia, los trasplantes, la insulina, los rayos X, y tantos otros adelantos nos permiten aumentar la esperanza de vida de los seres humanos. Hemos sufrido una pandemia con la aparición del COVID y en un tiempo record se han encontrado vacunas para frenar su avance.

La Astronomía ha conseguido instalar un telescopio en el espacio. Han llegado naves espaciales a Marte. Las Artes crean eventos multitudinarios. Grandes acontecimientos deportivos destrozan marcas y avanzan (supuestamente) en el desarrollo del individuo.

Si, de repente, aterrizara en nuestro planeta un observador extraterrestre, ajeno a nuestra civilización, al que le presentaran todos estos descubrimientos, llegaría a la conclusión de estar ante un planeta cuyos habitantes pertenecen a una civilización superior y cuya vida está protegida y cuidada por múltiples avances científicos y sociales que facilitan enormemente su existencia y desarrollo.

Pero si a este mismo observador se le indicara que en este planeta hay actualmente 68 conflictos armados, que diariamente causan muerte y destrucción entre sus habitantes: las guerras de Oriente Próximo entre Pakistán, Irak, Irán y Siria, los conflictos entre Bangla-

desh y la India, el enfrentamiento de China con sus vecinos, las guerras de África (Argelia, Libia, Sudán, Etiopía, Burquina Faso, etc.) y los problemas internos de los países sudamericanos (México, Venezuela, Centroamérica etc., etc.), pienso que empezaría a dudar de sus pobladores.

Si se le mostrara que países supuestamente pertenecientes al primer mundo, es decir, los más desarrollados tecnológicamente (se supone que también socialmente) llevan 2 años peleando entre sí por disputas de poder, causando miles de muertos, mutilando material y psíquicamente a generaciones de jóvenes y niños, impidiendo las ayudas sanitarias y alimentarias (Guerra Rusia-Ucrania). Y que, por si fuera poco, intereses desconocidos (o no) han avivado un conflicto latente, provocando miles de muertos, especialmente mujeres y niños y destrozando viviendas y asentamientos (Gaza), pondría en tela de juicio la inteligencia del ser humano

Posiblemente, este extraterrestre llegaría a la conclusión de que la especie que supuestamente gobierna el Planeta Tierra continúa siendo una civilización primitiva, que valora erróneamente sus objetivos, primando determinadas conductas, que a la larga (y a veces a la corta) suponen un boomerang para la raza humana, volviéndose contra ella. Que los avances tecnológicos y científicos no son suficientes si no van acompañados de avances morales y éticos.

Quizás pensaría que existe una desproporción entre los conocimientos conseguidos y su aplicación en beneficio de la totalidad de la población. Que los adelantos tecnológicos, sociales, sanitarios, etc. no pueden utilizarse en contra de los mismos pobladores del planeta, poniendo en duda el avance de la especie humana.

Posiblemente pensaría que ese humanoide que habita la Tierra, quizás sea la única especie que se lesiona a sí misma y a su entorno, degradando su hábitat y provocando cambios globales, que alteran el equilibrio de la Naturaleza.

Y quizás concluiría que, si no se producen cambios en su conducta, puede llegar al mismo fin que otros especímenes terrestres, de los cuales solo quedan sus huellas.

¿ La raza humana evoluciona o involuciona ?

Manuel Santolaya
Seu de l'Interior

Los senderistas van por buen camino

En toda la historia no se habían alcanzado pesos de más de 200 kg. en humanos con la frecuencia de ahora. Me asombra la epidemia de obesidad y las enfermedades del síndrome metabólico, que matan a más población en occidente hoy: la diabetes, la hiperlipemia, la arteriosclerosis y la hipertensión. ¿Cómo es posible que se muera por estar bien alimentado, tener la vida más placentera y segura que nunca y vivir en la opulencia?

Nuestra historia evolutiva está ligada al hambre. Hambrunas que han diezmado a tribus, poblaciones, ciudades enteras a lo largo de la historia, y pese a ello aquí estamos. No ha debido ser tan malo para los sobrevivientes. Lo ocurrido es que el pequeño mono de no más de 45 kg. que tenía que correr, trepar, escarbar, subir y bajar todo el día para conseguir algo de alimento se adaptó a esta carencia. Y a lo largo de toda su evolución, durante millones de años, supo administrar los nutrientes cuando los conseguía; y sobrevivir con la reserva de grasa, que su hígado con ayuda de la insulina, había mandado almacenarse en otros órganos.

La selección natural siempre favorece a los genes eficientes, los que garantizan la vida de los descendientes. El tener una dentición y un intestino que les permitía ser omnívoros y un cerebro que terminó por situarlo en el espacio hizo de aquel homo un sapiens.

¿Un sapiens?, todavía no se ha enterado de que aquí está para sobrevivir con todo su portentoso equipo genético y cultural, y sigue reclamando ser feliz como un derecho.

Entonces, ¿las alteraciones que conducen a las enfermedades que nos están matando están genéticamente programadas o no?, ¿Podemos prevenirlas con nuestras actuaciones o debemos rendirnos al determinismo de la genética? Hoy sabemos que sobre la base genética actúan una serie de factores ambientales y de estilo de vida. Parece que una parte de la población porta un genotipo que desencadena la insulinoresistencia. Si en ese individuo se dan una serie de circunstancias ambientales como sedentarismo, una alimentación abundante en calorías, dulces y grasas (circunstancias novedosas en la dieta humana), y un factor como el estrés, se producirá un aumento crónico de insulina en sangre y se pondrán en marcha lentamente los mecanismos que conducirán a todos los elementos del Síndrome Metabólico.

Hoy esos genes tan abundantes son nefastos, pero ¿ha sido siempre así? Probablemente no. En algún momento de nuestra evolución y de acuerdo con nuestro diseño, algunos individuos se beneficiaron de esa característica. Los sobrevivientes y la selección natural se encargaron de que llegaran hasta nosotros. Los que desarrollaron estas características genéticas se reproducían más y transmitían a sus descendientes este genotipo ahorrador de energía.

Hoy, que solemos alcanzar altos niveles de estrés mientras estamos en un atasco de tráfico sentados en nuestro coc-

he, o en la silla de la oficina, nuestros ácidos grasos no se consumen en el músculo, siguen en sus depósitos, pasando al torrente sanguíneo que, colapsado por los acúmulos de grasa, aumenta la presión arterial o forma coágulos que navegan por él hasta acabar en nuestro cerebro o corazón. Sería fantástico poder saltar a la yugular del jefe, pelear con él y eliminar así tensiones, grasa y cortisol. Posiblemente en esa lucha no moriría ninguno de los dos, pero seguro que ambos lo harán más tarde por no haberlo intentado.

Como este hecho no sería socialmente aceptado se impone ir a correr al parque, a la piscina o subirnos a la bicicleta en cuanto nos sea posible. Mejor un poco cada día y aunque no nos hayamos estresado.

Se acabó el carroñeo. Siempre nos costó esfuerzo el conseguir alimento, había que moverse para comer y comer para moverse. Hoy nos vamos a un "comedero" de hamburguesas con grasa y azúcares, y como las grasas no inhiben demasiado el apetito, repetimos, gracias a los potenciadores de sabor, colorantes y otros venenos añadidos a los que, por haber sido introducidos poco a poco, nos hemos ido acostumbrando.

Hay que hacer las paces con nuestro diseño. Somos los mismos genéticamente que hace 40.000 años. Por eso nuestra alimentación actual se aleja tanto de nuestro diseño evolutivo. Tanto es así que se ha comprobado que gente que vivía en pueblos, haciendo una vida más natural, comiendo los productos de sus huertas y haciendo mucho ejercicio para conseguirlos, al emigrar a ciudades y cambiar sus dietas, desarrollaron en poco tiempo algunas de las enfermedades del síndrome metabólico. Como al principio éstas tienen fácil solución con solo bajar unos kilos a través del ejercicio, aquellos que regresaban a sus pueblos y recuperaban los modos de vida tradicionales comprobaron que remitían sus incipientes diabetes, hipertensión o hiperlipemia.

Sabiendo que nuestro organismo está diseñado para ingerir los nutrientes que precisa y acumular una pequeña reserva de grasa que le permita sobrevivir en los períodos de hambruna y pareciendo que en nuestro maravilloso mundo eso no va a volver a suceder, (no cantemos victoria), hay que controlar el peso corporal.

Nuestros genes siguen siendo los mismos que fueron programados para un ambiente de gran actividad física. Con el "progreso", el elemento perdido no es el propio gen sino su activación. Es decir, al no ejercitarnos favorecemos que se incremente la cantidad almacenada de grasa y se potencie la obesidad. Por tanto, hay que evitar el sedentarismo.

Por eso los senderistas, aunque se pierdan, van por buen camino.

Ma. Carmen Sobrinos
Postgrau Transversal

La Tormenta

La vela Mayor henchida por una alegre brisa de gregal, navegaba orgullosa con la fuerza que le transmitía aquel ligero viento de popa, acababa de despuntar el día, desde la cubierta se podía observar la explosión de los miles de colores, de múltiples variaciones cromáticas deslumbrantes que, semejaban un enorme arco iris sumado al reflejo del mar, la alborada inundaba con su desbordante luz todo lo que el ojo podía abarcar, hacía poco que habían sobrepasado las islas Columbretes, en el cielo se divisaban en la lejanía unas oscuras manchas que podrían ser, o bien calima, o una tormenta que se estaba formando en la lejanía, pero ni el barómetro ni el parte meteorológico indicaba que aquella mañana pudiera cambiar el tiempo, la embarcación navegaba plácidamente sobre un mar azul turquesa con alguna ola blanca (borreguitos, en argot náutico) aquí y allá.

- Oh... que fuerte me siento hoy, en verdad que necesito un fuerte viento para de una vez por todas demostraros a todas vosotras ¿Porque soy la vela Mayor? - Decía con orgullo presuntuosa-



mente al resto de velas que en aquel momento se encontraban plegadas.

- No presumas tanto que cuando precisas de mi ayuda, nunca te he oído quejarte.- Apuntó la Génova con rabia, al verse menospreciada su labor a bordo de la embarcación.

- ¿Y cuando te falta viento?, ¿acaso te viene mal mi trapo? - remarcó la Spinnaker muy enfadada por las continuas descalificaciones que la vela Mayor tenía para el resto de las velas, sobre todo con las que se izaban más habitualmente.

El resto de las velas que tenían un uso esporádico permanecían en silencio, ni ellas mismas se consideraban capaces de diferir de la opinión de la vela Mayor, con respecto del resto de velas embarcadas.

- Piloto ¿qué opinas del tiempo?, Se diría que vaya a cambiar, y no tenemos refugio cercano.

- Es lo que tiene el Mediterráneo, que cambia sin previo aviso... pero Patrón no creo que nos hundamos. - contestó con una sonrisa el Piloto.

- Pues no sé... el barómetro no ha sufrido ningún cambio, pero la mar va a más. Además, tengo la impresión que se nos va a venir encima una tormenta, mira vamos a virar y volver a puerto, las tormentas son bonitas desde la Cantina del puerto.

- El Piloto había navegado largos años con aquel Patrón, era cierto que parecía tener un quinto sentido para las cosas de la mar, era muy extraño que su diagnóstico fuera errado por muy improbable que este pareciera .

- Las velas habían oído la conversación entre el Piloto y el Patrón, ahora se mantenían en silencio y preocupadas, aquel Patrón era un verdadero marinero que parecía haber nacido en el mar. Si el Patrón mandaba virar era porque olía la tormenta.

- ¡Patrón el barómetro! Ha bajado de golpe... y sigue bajando, ¿recogemos trapo? - ¡No mien-



tras podamos navegar como vamos! Si sopla más veremos que hacemos.

- Pero como siempre que se puede empeorar... empeora, y eso fue lo que ocurrió. El viento cada segundo que transcurría arreciaba más y más, llegó el momento en que las velas aguantaban a punto del desgarrar, en ese caso el barco se volvería ingobernable con lo cual la embarcación podía zozobrar e ir al fondo del mar, las olas habían tomado unas dimensiones extraordinarias, el barco tan pronto estaba en la cima de una ola como desaparecía en la profundidad del rebufo de la ola.

- ¡Ayudadme... por favor!, ¡ayuda! No puedo soportar la fuerza del viento me voy a desgarrar. ¡Socorro! - Gritaba y rogaba ahora la vela Mayor a voz en grito al punto de colapsar, la vela Mayor jamás había podido imaginar que tuviera que pedir ayuda, la grande y altanera vela que siempre había menospreciado al resto, hoy, ahora pedía ayuda a la desesperada.

El Patrón en su desesperación ordenaba a gritos para hacerse entender. - ¡A puerto Tofiño, todos

preparados para izar el Tormentín! - Todas las velas se alarmaron. si aún les quedaba algo por ver era aquello, la tripulación iba a izar la pequeña vela de tormentín, la vela que dormía el sueño de los justos en un rincón de la bodega del barco, iba a ser la que los llevara al puerto de Columbretes y salvar la embarcación, en otra circunstancia les habría provocado risa, pero en aquel momento... querían llegar a Columbretes, allí al resguardo de puerto Tofiño esperarían a que pasara aquella inesperada tormenta. Tras una lucha con las fortísimas rachas de viento el pequeño tormentín, iba sorteando lentamente el fuerte oleaje sin variar su rumbo, el viento había momentos que soplaba con la fuerza de un ciclón, pero el tormentín por instantes se sentía más fuerte y más seguro por mucho que arreciase el viento, aquella diminuta y aparente débil vela aguantaba los tirones que el viento provocaba.

- ¡Columbretes Patrón! Estaban a menos de media milla de las Islas y de la salvación, el pequeño y olvidado tormentín había sido capaz de capear la inesperada tormenta, y recibía el reconocimiento del resto de las velas, en especial de la vela Mayor, a la que la soberbia por su grandeza y su nombre, hacia que el resto de velas no fueran relevantes para la navegación, aquel día la vela Mayor aprendió una importante lección no por pequeño puede algo o alguien dejar de ser preciso y necesario.



Fernando Vallés
Postgrau Transversal

¿Autoprotección?

¿Es necesario e importante dotarse de documentos notariales de autoprotección, teniendo una edad avanzada?. Habitualmente se ha utilizado el testamento para regular el futuro patrimonial del cónyuge sobreviviente y de los herederos. ¿Pero es esto suficiente? ¿Tenemos bastante protección para que se cumpla nuestra voluntad antes del fallecimiento, en los momentos finales de nuestra vida, y estando en parte o totalmente incapacitados?

Pienso que tenemos a nuestro alcance varios instrumentos públicos para autoprotegernos. En primer lugar el **PODER PREVENTIVO**, que permite a una persona designar a otra para que le represente, en caso de perder el otorgante del poder, la capacidad legal para expresar su voluntad; en segundo lugar la **AUTOTUTELA**, que permite a la persona con capacidad legal de obrar, que se anticipe a la posibilidad de ser incapacitado judicialmente, dejando escrito como quiere que se organicen sus asuntos y bienes y quien será el tutor encargado de llevarlo a cabo, debiendo el tutor ser confirmado por el Juez y necesitando autorización judicial para determinados actos, y por último el **TESTAMENTO VITAL** o **VOLUNTADES ANTICIPADAS**, en donde se indica que tipo de asistencia médica desea recibir, en caso de no poder manifestar sus deseos, nombrará a la persona que tomará las decisiones, y en donde manifestará si quiere ser incinerado o no, si desea recibir asistencia religiosa o no, si quiere donar sus órganos o no, si quiere fallecer en su casa o en el hospital, si no quiere permanecer enchufado a una máquina como un vegetal, etc.

Sin embargo mucha gente cree que otorgar testamento ya sea el vital, del que hemos hablado o testamento abierto (el más común, y que consta muy bien explicado en la revista Reinaximent, nº 55), trae mala suerte, lo consideran como una llamada a la muerte. Otros comentan que la Ley ya regula la sucesión. En definitiva los hay partidarios de no dejar nada regulado, por no perder un par de horas en una Notaria.



Por todo lo expuesto, soy partidario de otorgar los instrumentos de autoprotección señalados, que requiera cada caso, de forma que nadie tome decisiones sin tener en cuenta la voluntad de la persona incapacitada, facilitando la labor de los médicos y personal sanitario, y que se cumpla en todo momento su voluntad manifestada anticipadamente. **Autoprotección si**, siempre que se pueda.

Manuel S. Salafranca

Primer Curs

La casa de les senyorettes

Les Coves de Vinromà es un pueblo cerca de Castelló, de fácil acceso por carretera con escaso tráfico, lo que llamaríamos al alcance de cualquiera que tenga un mínimo interés en conocer nuestros pueblos y disfrutar de un día tranquilo.

Este pueblo nos ofrece bastantes cosas que justifican sobradamente su visita. Hemos fijado como objetivo inicial la conocida "casa de les senyorettes", se trata de un "caserón", que así se le conoce, por ser las últimas propietarias unas señoras, siendo las responsables de su cesión al ayuntamiento y que con buen criterio procedió a su restauración para visita y disfrute del público en general.

Este edificio, fue construido en el siglo XIV y perteneció a la familia Boix-Moliner, nacidos en la misma población, siendo oriundos de Tortosa y que con el tiempo emparentarían con otros apellidos ilustres como los Dávalos. El caserón no es un palacio sino la típica construcción perteneciente a una familia de la alta burguesía cuya economía fundamental era la agricultura compartida con sus profesiones liberales como la medicina y la abogacía.

La casa muestra múltiples dependencias dedicadas a distintos fines y que nos van a dar una idea bastante aproximada de la forma de vivir de un tiempo y unos lugares. La restauración se ha realizado con rigor en todos los aspectos como en los habitáculos en sus distintos usos, muebles, elementos decorativos, cerramientos y suelos. También nos vamos a encontrar elementos que nos muestran las aficiones de sus propietarios (dibujo y pintura, música, escritura), por ser personajes ilustrados y de gustos refinados.

Entre las estancias y bien separadas a distintos niveles, nos encontraremos, recibidor, despachos,

comedores, dormitorios de la zona señorial; cocina y despensas, lavadero doméstico, almacenes y cuadras. Otra zona está dedicada al servicio que atendía a las necesidades de la casa y los señores. La zona de almacén de las principales cosechas, en el sótano (vino, aceite, piensos, cereales). Otra dedicada al alojamiento de hijos y cuidadoras; por último, en la zona más alta está dedicada a almacén de otro tipo alimentos como conservas de diversos tipos. La fachada del "caserón" es de aspecto señorial y sencillo al mismo tiempo.

Como curiosidad, dicha casona alberga una cama donde descansó y pernoctó el rey más poderoso de su tiempo, Felipe II a la vuelta de su visita al Real Monasterio de la Virgen de La Salud en Traiguera. Eran los tiempos de la contrarreforma

trentina a los que la monarquía española les concedió gran importancia. Quedan cosas pendientes en la restauración referente a objetos y utensilios de uso doméstico; y una sugerencia, introducir vestuario de la época que ayudaría a completar el conocimiento de las costumbres y modas de un tiempo.

Una visita que nos complacerá durante una hora aproximadamente y perfectamente guiada debiendo contactar previamente con el Ayuntamiento. El pueblo merece, si el horario lo permite, deambular por la parte alta donde se pueden apreciar, calles, plazuelas, portaladas y fuentes, muy interesantes.

Una visita cercana, cómoda, que dejara una muy grata impresión, con algún sitio para almorzar o comer en la misma población para terminar la excursión de una forma excelente.

José Ramón Sanz

Postgrau Transversal



Una granja de abuelas

En los años 80 fui presidente de una cooperativa de producción y comercialización de ganado porcino que facturaba unos 1.600 millones de pesetas al año y tenía un centenar de socios, desde Castellón, Borriol y Puebla Tornesa hasta Vinaroz, Traiguera, San Jorge, San Mateo... sobre todo por el eje Borriol, Cuevas de Vinromá, San Mateo.

Era una sociedad tremendamente democrática, cada granjero hacía lo que quería. Por ejemplo: Algunos granjeros vendían sus mejores cerdos directamente a algún carnicero y los cobraba mucho más caros y los demás cerdos los llevaban a la sociedad y luego en las asambleas protestaban por los bajos precios medios que se obtenían. Otros hacían su propia política de producción comprando cerdas y verracos de las más variopintas y extravagantes procedencias.

Se decidió hacer una política de imagen pero sobre todo de modernización de las técnicas de producción y trabajo. En la feria de La Jana de 1985 montamos un stand con un cerdo de la raza duroc. Realmente no era un cerdo para ir a ninguna feria de expertos, porque esa raza de cerdos no es valorada para carne, además aquel cerdo era un verraco muy viejo que desechamos porque había crecido ya demasiado y aplastaba a las cerdas cuando las montaba, pero era un ejemplar que llamó poderosamente la atención, fue la "vedette" de la feria. Por otra parte se convenció a los granjeros para unificar la producción de ganado, para que tuviera uniformidad. Se eligieron las razas que se creyeron más adecuadas y se construyó una granja de abuelas en Adzaneta.

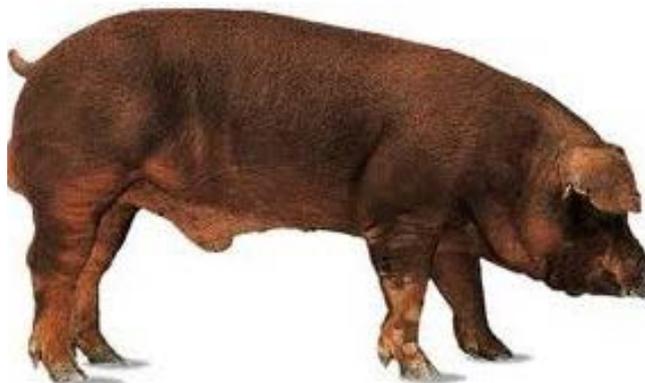
Después de largas deliberaciones se llegó a organizar en Adzaneta una granja de abuelas selectas, es decir de cerdas que debían proporcionar las cerdas madres a las granjas de los socios. Se utilizó un cruce compuesto con madre Large Wite con padre Landrace.



Cerda Large Wite



Cerdo Landrace



Cerdo Duroc

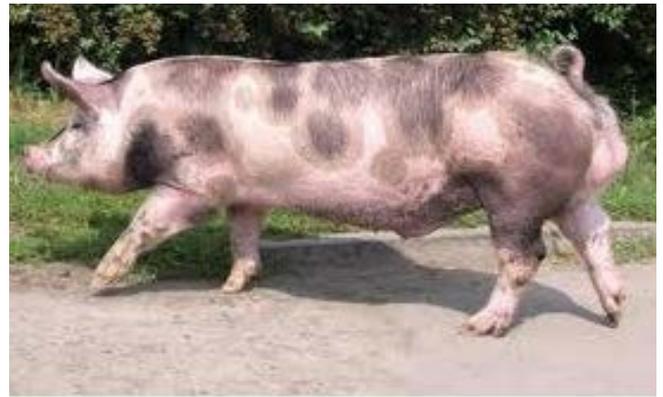
La raza Large Wite es originaria de Inglaterra, es un animal muy rústico, buen reproductor, de camadas abundantes, crecimiento rápido y produce buenas canales. La raza Landrace da muy buen rendimiento teniendo en cuenta la poca cantidad de pienso para producir carne, tiene buena longitud de cuerpo y naturalmente de la canal y es muy magro. Los cerdos nacidos de este cruce no tenían ningún valor y se destinaban al engorde y al matadero y las hembras, se seleccionaban y las elegidas se cruzaban con un cerdo de raza duroc.

La raza duroc es originaria de Estados Unidos, tiene un buen crecimiento y calidad de la carne, es muy rústico y resistente tanto físicamente como a las enfermedades, tiene los jamones grandes, buena velocidad de crecimiento y hace camadas numerosas. Los cerdos machos tampoco servían para nada y se engordaban y se llevaban al matadero y las cerdas se seleccionaban y se servían a los socios como madres reproductoras en sus granjas.

Allí en las granjas de los asociados esas cerdas híbridas se cruzaban con un macho de raza Pietrain que tiene muy buena velocidad de crecimiento y unos índices de conversión muy bajos. Con esas combinaciones se llegó a unificar la producción de todos los socios con unos animales que tenían un 12,5 % de Large Wite, un 12,5 % de Landrace, un 25 % de Duroc y un 50 % de Pietrain, que daban una producción muy unificada con las características siguientes:

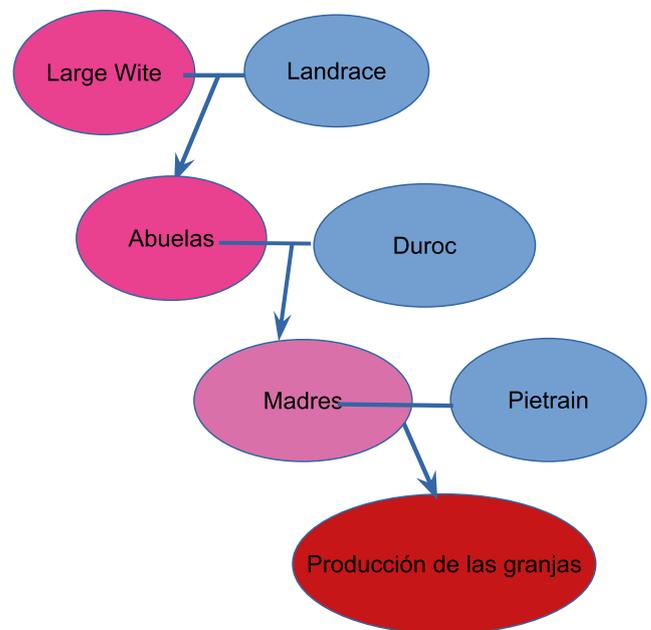
- 1-Crecimiento rápido.
- 2-Buenas canales.
- 3-Buen rendimiento pienso/carne.
- 4-Buena longitud.
- 5-Muy magros.
- 6-Buena calidad de la carne.
- 7-Muy rústicos y fuertes.
- 8-De grandes jamones.
- 9-Camadas numerosas.

En un par de años después, desde aquella granja de Adzaneta se suministraban a todos los socios las cerdas madres de una calidad garantizada y a estricto precio de coste, que no era poco. Se unificaron los verracos, incluso luego se construyó un centro de inseminación artificial en Benlloch que suministraba cada día las dosis de semen necesario para cada granja.



Cerdo Pietrain

Para este centro de inseminación fuimos a comprar verracos de raza pura a Newmunster, en Alemania, cerca de Hamburgo. Allí hay una feria cada mes. El día antes de la feria se exponen los animales en un stand, con las características de cada uno: Días de vida, peso alcanzado, pienso consumido, historial de los padres... Al día siguiente suben uno a uno a un escenario, como si fuera un ring de boxeo y dan unas vueltas a la vista de todos. Los asistentes pujan en una subasta. Nosotros compramos el más cotizado, un pietrain que nos costó 495.000 pesetas, que nos dio una calidad del ganado que fue la más valorada y cotizada de todo el mercado porcino de la comunidad valenciana.



Juan Esteller

Seu del Nord, Sant Mateu

Recuerdos de la niñez

María José Fortanet

Primer Curs

En una calle empedrada,
de una ciudad medieval,
de un barrio célebre,
vi una canción pasar

En un rincón del barrio que me vio nacer,
y del que tantos recuerdos alberga mi corazón,
vi un rosal florecer

En un pueblo de montaña
donde las cabras pastan libres por los montes
y el agua clara y cristalina
fluye con esmero por los riachuelos,
correteando por sus calles
y callejones empedrados
vi mi niñez pasar

Bendita niñez

Acróstico

Nieves Bejerano

Postgrau Transversal

Relacionarse hoy en día

Exhibiendo tu vida como en un escaparate

Dejando desnuda tu alma

Esa que busca el afecto, la verdadera amistad

Sin ningún otro afán que escapar de la soledad.

Selfies compartidos, buscando ese instante
de felicidad engañosa

Ocultan nuestro verdadero "yo"

Creando un personaje a imagen y semejanza,

Incapaces de mirar al otro a los ojos

Alejándonos de nuestro interior

Lucir es lo importante, aparentar

Es la era de la imagen, no podemos escapar

Solo tú decides si quieres buscar algo más.

Más que música

El libro "Música, solo música" habla de cómo entiende la música clásica cada uno de los participantes en el diálogo que establecen el famoso director japonés de orquesta sinfónica, Seiji Ozawa, y el más famoso literato japonés, Haruki Murakami. Desarrollan aspectos como la sonoridad de la orquesta o la interpretación libre, o sujeta a partitura de las obras de los compositores clásicos. No es difícil constatar que cada director de orquesta obtiene un sonido diferente y ofrece versiones distintas de las obras en función del ritmo y matices personales que proyectan en su orquesta. Unos apuestan por sonidos más oscuros, más profundos, más alemanes. Otros, afrancesados, buscan un sonido más ligero, una cuerda con menos presión.

Adquirieron protagonismo especial a partir de los 60s, aunque algunos, como Karajan, ya en época de Hitler. Todo un mundo, vaya, de glamour con tonos de grandilocuencia en torno a los directores más famosos. Mucha liturgia y mucha pose, también esnobismo, para una responsabilidad demasiado generosamente retribuida. Pero la crisis y nuevas formas de valorar la dirección por parte del público les ha bajado del pedestal.

La lectura de este magnífico libro me ha inducido a hablar de cómo yo vivo y entiendo la música. A pesar de mi gran afición nunca he recibido una educación formal al respecto. Soy un amateur absoluto. He leído historia de la música, su evolución. He contextualizado la obra y su significado en su tiempo histórico, así como la vida del compositor para descubrir algunas de sus claves, pero no tengo conocimientos específicos de música reglada. Y tal vez por ese carácter amateur siempre la escucho sin prejuicios. Me limito a abrir los oídos para atrapar física y espiritualmente la maravilla del hecho musical. Prefiero hacerlo desde la inocencia, pero también disfruto desde la erudición. Cuando me encuentro con pasajes brillantes soy plenamente feliz. No obstante, más allá de esa música que me conmueve, que me emociona, que me traslada a donde la imaginación es capaz de hacerlo, también me fijo en otros elementos musicales. De ahí que disfrute, aunque no me emocione de igual manera, de músicas contemporáneas, atonales y más complejas. Me gusta observar su entretejido, su textura, sus líneas melódicas armónicas, o disonantes. Los sonidos por dentro, en definitiva.

La cuerda me apacigua, los vientos madera me envuelven, y los metales me hacen vibrar, me ponen.

La percusión del piano me provoca por lo general cierto desasosiego.

Para crear hay infinidad de técnicas, muchas de ellas complejas, lo que me atrae muchísimo. Por eso he preferido siempre a los compositores rompedores con el legado musical, a los innovadores, frente a los perfeccionadores de la música heredada. Así, y a riesgo de ser cuestionado por melómanos y estudiosos, no amo tanto la música de Bach, como la del innovador Mozart o más aún la del rompedor Beethoven. La música expansiva de Mahler me llega muy adentro, y con los metales de Bruckner me acerco a la gloria. Más próximo en el tiempo, me quedo con Debussy, por su música gaseosa, nebulosa propia del impresionismo, frente a la pomposa y ya decadente del romanticismo de finales del siglo XIX. Los anomalistas y dodecafónicos merecen mi aplauso por su atrevimiento y aportación. Stravinsky es mi favorito por esa ruptura constante del ritmo que tanto me gusta. Por su brutal fuerza. Su "Consagración de la Primavera" o su "Pájaro de fuego" son dos obras maestras que se fraguaron con notas de oro. La música sacra y la ópera merecen capítulo aparte, tanto por su vertiente artística como emotiva.

La música me ha fado felicidad, alegría, placer, cultura, conocimiento historia, emociones, diversión, pasión, sonidos y silencios, relaciones. Allaná caminos, apegó cuerpos, y unió almas. Acompañó desengaños y mil sinsabores. Alivió mis noches oscuras y acarició mis amaneceres jubilosos. A la música le debo también mil y una curaciones e incontables alegrías. Que se lo pregunten a mi corazón. La música siempre levanta. Es el recurso que espera y que nunca falla. Siempre está presta al rescate. Se dice que la vida sin arte sería un error. Pero añadido que sin música no sería posible la vida. Y siempre está ahí, para los buenos, los malos y los mejores momentos.

¡¡Debo tanto a la música!!... Me motiva, me enciende con cualquiera de las divinas arias de las óperas de Haendel, Mozart o Puccini, o con el magnífico cuarteto de cuerda "Los cipreses" de Dvorak. En mi altar: Beethoven, Debussy y Stravinsky. Innovadores, brillantes.

Silvestre Arregui
Primer Curs

Cuando el Geranio viaja en Avión y los Trabajadores en Pateras

Un Viaje por la Producción y comercialización del Geranio (*Pelargonium*)

Comenzaré hablando de esta planta entre otras cosas, por qué la cultivé como profesional y la distribuí por toda España durante más de 30 años. Pero este artículo vale también para otros sectores ornamentales, industria farmacéuticas y comestibles.

El **Pelargonium** es un género de plantas con flor perteneciente a la familia de las Geraniaceae. Es originaria de Sudáfrica, donde se puede encontrar en estado silvestre, hoy en día se cultivan en países de todo el mundo, populares en jardinería y floricultura, son plantas perennes que se cultivan principalmente por sus atractivas flores y hojas ornamentales, las flores pueden variar en color en una enorme amplitud de matices, las hojas también son de diferentes colores, además de una amplia variedad de sus formas.

Existen más de 200 variedades diferentes de *Pelargonium*, el 90% de variedades son híbridas y están patentadas por un tiempo determinado.

Pero, ¿qué hay detrás del popularmente conocido como "Geranio"?

Al final del siglo XX la gran mayoría de empresas europeas, tenían sus plantaciones en las Islas Canarias, clima asegurado todo el año, pero poco a poco y por razones obvias, las empresas líderes en la producción de plantas ornamentales, incluyendo *Pelargonium*, han establecido operaciones de producción sobre todo en África.

Una zona importante de África tiene un clima como Canarias, ideal para la producción de plantas ornamentales, con una gran cantidad de horas de sol y



temperaturas cálidas durante todo el año, pero, tiene lo más importante desde el punto de vista rentabilidad, allí grandes empresas del sector, encuentran los gobiernos que ejercen la plutocracia generalizada en casi todo el continente, facilitando a las multinacionales todo tipo de privilegios, sin importar el factor humano.

Las principales empresas a nivel mundial

Existen varias empresas obtentoras de *Pelargonium* que se dedican a la investigación y desarrollo de nuevas variedades para la producción comercial de flores y otros productos, todos dicen que cumplen con prácticas medioambientales, de comercio justo y **de trabajo justo**

Algunas de las empresas obtentoras de Pelargonium más conocidas:

Dummen Orange: de Países Bajos, esta empresa es una de las líderes mundiales en la obtención y producción de flores y plantas ornamentales, cuenta con instalaciones en Kenia, Etiopía, Tanzania...

Danziger: Otra de las más importantes con parecido en Kenia y más 60 países.

Esner Pac: Alemania, instalaciones en Kenia

Florensis: Países Bajos cultivos en Kenia y Etiopía.

Syngenta: Originaria de Suiza, desde 2017 es propiedad de ChemChina. Con presencia en más de 100 países es una de las principales empresas de agroquímicos y semillas a nivel mundial.

Selecta One: Tiene su sede en Stuttgart, Alemania y es otra empresa importante por su volumen. Le dedicaré mayor atención, ya que era mi fuente de suministro y es la conozco más de cerca. En cuanto a la producción de esquejes de geranios, Selecta One tiene centros de producción en todo el mundo, con una amplia red de socios productores, lo que le permite ofrecer una amplia variedad de geranios y pelargonios a sus clientes en toda época del año.

Voy a nombrar Kenia por ser el cuarto productor más importante del mercado mundial de flores y plantas, y es donde Selecta One tiene sus instalaciones. Kenia es, además, uno de los mayores exportadores a Europa y de donde partían los esquejes de Pelargonium, concretamente los sábados y domingos. Cientos de mujeres cortaban los esquejes (mano de obra que cobra de 1 a 2 dólares al día por nueve horas o más de trabajo). Estos esquejes una vez cortados, se enviaban en avión vía Amsterdam (*centro europeo de producción y distribución por excelencia*). Como resultado de esta logística, el martes llegaban a Castellón, a mi invernadero, para su trasplante y enraizamiento.

Nos preguntamos por qué estos países están en el umbral de la pobreza extrema, con costes laborales miserables de 1 dólar al día por la mano de obra, y si lo comparamos con multimillonarios como Elon Musk, que gana 432 millones de dólares al día... en fin, perdón, volvamos a lo que iba.



Cuando se contempla un geranio en el lugar que sea, uno no se imagina que esa planta tiene un costo añadido llamado **Royalties**, que se paga al adquirir la planta.

Cada esqueje (que mide 3 o 4 centímetros) tiene un costo de 0,07 a 0,10 €, aquí ya vemos algo desproporcionado, teniendo en cuenta que el trabajador gana 1 dólar al día por 9 horas de trabajo...

Evidentemente es un problema complejo que involucra tanto consideraciones económicas como éticas y sociales, sería importante que se buscara un equilibrio entre la protección de los derechos de propiedad intelectual, pero con un fin de uso responsable de la biodiversidad y sobre todo teniendo en cuenta la mejora en la calidad de vida de los trabajadores locales, me temo que no, la situación real de los países donde se cultivan estos vegetales, en condiciones de trabajo sin medidas de seguridad adecuadas y con una mano de obra que roza la esclavitud, escasos derechos laborales o directamente ningunos, este entorno laboral sería inaceptable en Europa.

Ya caía la noche cuando acabé de escribir, quise llamar a un experto en geranios holandés, de (Selecta One,) además de amigo, para conversar sobre este artículo. Quería charlar y debatir con él sobre la moralidad de explotar a la gente de esos países, que, por otra parte, ya están bastante oprimidos por el hambre, la falta de oportunidad y en general la falta de todo.

Abrí el móvil, busqué su nombre entre mis contactos y en ese preciso momento, me vino como un relámpago mental que invadió mi tranquilidad.

El artificio con el que quería llamar tiene un circuito impreso o componente que es el cobalto, materia prima que se extrae en un 75% de la República del Congo. País en el que el cobalto y el coltán es comercializado por gigantescas empresas que trafican con materias primas.

Me sentí cómplice de alimentar a esta rueda injusta, dejé el móvil y me acosté sin llamar, deseando al día siguiente levantarme más optimista.

Formamos parte del mismo ciclo que conecta la simple belleza del geranio de mi ventana con realidades muy, muy duras y lejanas. **Reflexionar sobre estas conexiones es el primer paso para cultivar no solo plantas, sino también un futuro más ético y sostenible para todos.**

Roberto Pereira
Postgrau Transversal

Los “pechos de mora” y “la mona de pascua”

En Valencia la PASCUA es una tradición propia que la diferencia de las demás desplegando su gran poder gastronómico y particular.



En estas fiestas, Valencia ha demostrado siempre su particular sentido en cuestiones de repostería, en este ámbito la reina es la MONA.

El origen del nombre de la mona de Pascua proviene del término árabe “munna”, que significa “provisión de la boca,” regalo que hacían los moriscos a sus señores. Pero también era sinónimo de fertilidad, esperanza y renacimiento. Esta tradición valenciana va más allá de nuestro recuerdo. La MONA fue evolucionando poco a poco y su receta varió según la población donde se cocinaba. Una de las que más ha trascendido hasta nuestros días es el panquemaos, que con tanta fama hornean en Alberich. Y es aquí donde la historia se convierte en leyenda para mezclarse de esa forma tan especial en la que se transforma en curiosidad un hecho que, en otro contexto, sería censurable.

Al famoso PANQUEMAOS de ALberich se le llama también “pechos de mora” (Pit de Mora o de Sultana). Este curioso apodo, le viene dado por la leyenda que asegura que, en el siglo XII, el señor de esas tierras, musulmán para más señas, tenía una hija en edad casadera que cayó enferma.

Estando la princesa mora inapetente y consumiéndose poco a poco por la enfermedad, se presentó una vijecita con una receta que nadie conocía. La comida

en cuestión era un PANQUEMAOS. Cuando la princesa comió de aquel dulce, milagrosamente se curó y recuperó sus ganas de comer, devolviéndole la vitalidad y alegría. Como aquel dulce tenía forma redonda, de color oscuro y resaltado el centro de la semiesfera por azúcar, el pueblo comenzó a denominarlo “PIT DE MORA”. Y así ha pasado hasta nuestros días.

El tiempo ha hecho que ese pecho de mora haya ido evolucionando, dando lugar a las monas, los rollos de mantel, la torta de pasas o la trena entre otros.

De la importancia y antigüedad de esta tradición valenciana habla la propia literatura, pues hacia el año 1889, el poeta valenciano TEODORO LLORENTE, tras elogiar las paellas de Alberich, opinaba que para esta población constituían un mayor timbre gastronómico sus panquemaos o coques d’aire.

En esta leyenda, que ha dado vida eterna al dulce valenciano de la pascua más internacional, se mezclan, posiblemente, varios orígenes. Entre ellos se encuentran las acepciones romanas, griegas y hasta celtiberas. Munda, el latín plural de mundum, Muniqués que denominaban los griegos y finalmente en la fiesta celtibera de Beltene donde se consumían roscones con huevos.



Vicente Mas
Postgrau Transversal

El porqué de unas puertas abiertas en la universidad

El objeto de este escrito es intentar agradecer a unos buenos amigos, con muchas inquietudes, su insistencia en que conociera la Universitat per a Majors, Universidad en la que ellos ya estaban cursando diferentes cursos.

Como diría el gran Lope de Vega a Violante por su encargo **“en mi vida me he visto en tanto aprieto”**

Voy a intentar explicar los motivos que me impulsaron a emprender esta nueva aventura de la mejor manera.

Cada vez que nos reuníamos y surgía el tema y comentaban lo que enriquecía la experiencia, tanto a nivel de nuevos conocimientos como el de relacionarse con diferentes personas que compartían las mismas inquietudes y que favorecía la activación de la persona. Todo ello parecía muy atractivo, pero yo seguía manteniendo mis dudas sobre si sería capaz de volver a una nueva experiencia lectiva que ya creía superada desde hacía mucho tiempo y al mismo tiempo compatibilizar mi jornada laboral con la asistencia regular a las clases.

Un día surgió la oportunidad, estos amigos, Esperanza y Jose Manuel, me comentaron que había una jornada de puertas abiertas, decidí acudir, y el impacto que causó en mi esa experiencia acabó de disipar mis dudas. Asistí a dos clases con dos excelentes profesoras y lo que allí sentí volvió a despertar en mi la inquietud por un nuevo reto, así que me decidí a matricularme ese curso y ya intentaría organizarme de alguna manera en el trabajo.

Han pasado los años y actualmente estoy cursando un postgrado, después de un enorme esfuerzo, la pandemia nos obligó a un esfuerzo suplementario ya que el curso se tuvo que terminar en dos años, pero seguimos adelante con fuerzas renovadas y conseguimos culminar con éxito el Graduado Universitario Senior en Ciencias Humanas y Sociales.

Otro aspecto importante de la experiencia es la de las nuevas relaciones que se fomentan durante esos periodos lectivos, se retoman antiguas relaciones y se labran unas nuevas que sirven para enriquecer las experiencias. Los viajes y excursiones que se realizan y que te recuerdan, que, a pesar de haber estado en esos mismos lugares con anterioridad, te proporcionan una perspectiva diferente al volverlos a mirar desde otro ángulo.

Finalmente creo que la experiencia está siendo muy enriquecedora, he vuelto a retomar hábitos que tenía un poco dejados de lado, como la lectura o la escritura, he forjado y consolidado nuevas amistades y adquirido nuevos conocimientos e inquietudes y me siento nuevamente activa.

Todo ello gracias a unas jornadas de puertas abiertas que me mostraron el camino que podía seguir y al interés y la insistencia de dos buenos amigos, a los que siempre estaré agradecida por ello.

Maria Ángeles Saborit
Postgrau Transversal

JORNADA DE PORTES OBERTES


UNIVERSITAT JAUME I
 Universitat per a Majors

Universitat per a Majors



Del 22 al 26 d'abril de 2024

Podràs participar de la docència programada, classes, tallers, visitar la Universitat i conèixer de primera mà i com funciona el programa de formació permanent de l'UJI



MÉS INFORMACIÓ

Pàgina web: mayores.uji.es
 Telèfon: 964729322 - 610462081
 Correu electrònic: majors@uji.es





PREINSCRIPCIÓ 2024-2025

PROGRAMA DE FORMACIÓ PERMANENT UNIVERSITAT PER A MAJORS

Informació:

- * **Termini:**
Del 6 de maig al 17 de juny de 2024
- * **Com puc fer la preinscripció:**
 - En el Registre de la Universitat Jaume I
 - En la secretaria de la Universitat per a Majors
 - En el web: <http://preinscripcio.uji.es>
- * **Quins requisits són necessaris?:** Tindre més de 55 anys i ganes d'aprendre



Posa't en contacte amb nosaltres al
telèfon 964729322 o mitjançant el
correu electrònic: majors@uji.es
Per a més informació:
<http://mayores.uji.es>

Inscriu-te

