



P3 Opinión

¡Tú te callas!



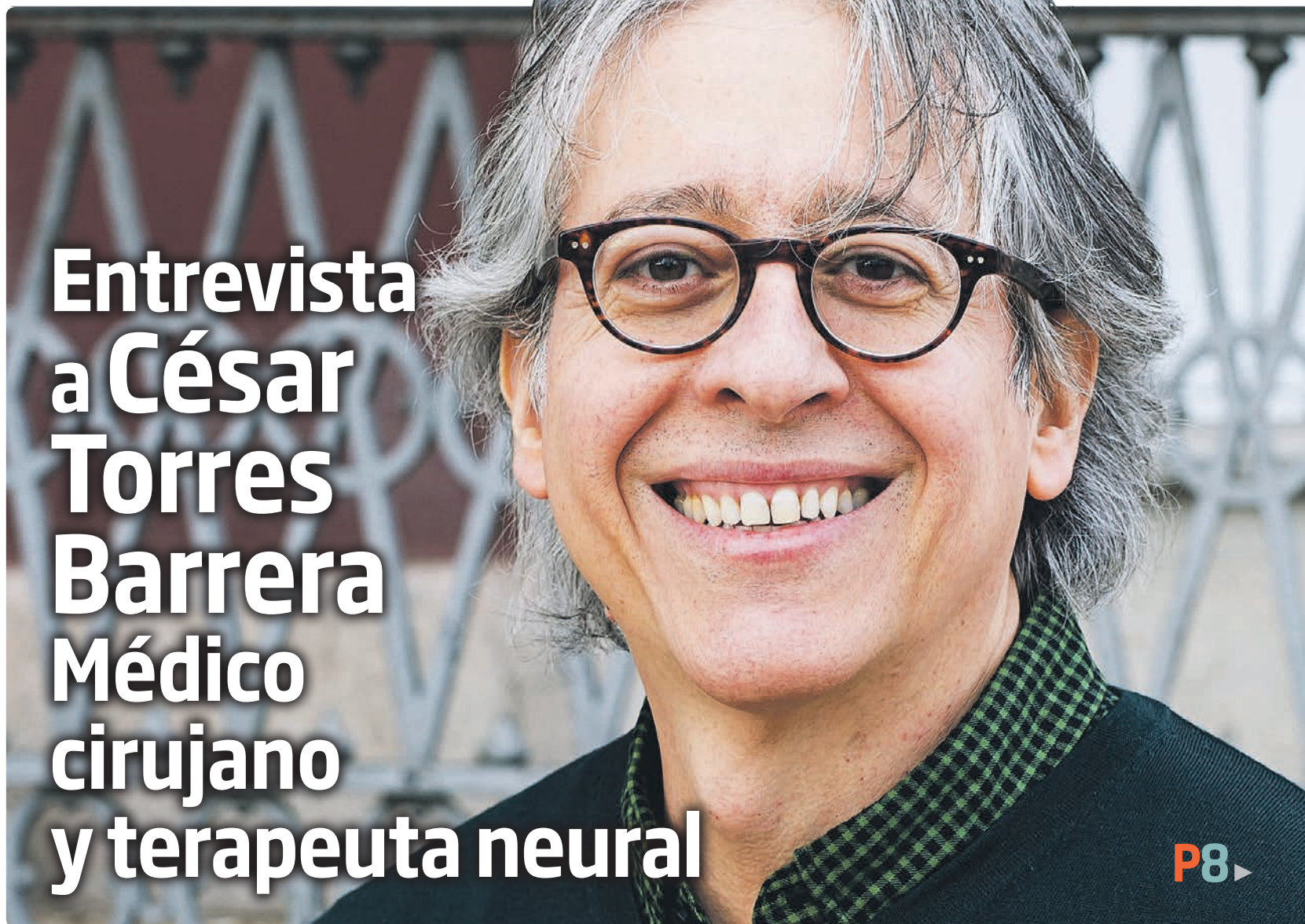
P6 Estoy indignada

Las dos velocidades de la recuperación en España



P12 Espacio de reflexión

La mujer en la religión y la filosofía



Entrevista a César Torres Barrera

Médico cirujano y terapeuta neural

P8 ▶

Clinica veterinaria
Can Contento



Consulta • Vacunaciones
Electrocardiograma • Cirugía
Análisis • Rayos X • Ecografía
Peluquería canina y felina • Accesorios

91 530 04 67
Calle San Carlos, 6 - 28012 Madrid
cancontento@gmail.com

PSICÓLOGA
-Luz Rodríguez Corrales-

TERAPIA INDIVIDUAL
Te ayudamos a...

- Mejorar tu autoestima
- Dificultades de relación
- Superar tus miedos
- Estrés
- Bajo estado de ánimo
- Crecimiento personal
- Ansiedad ante los exámenes

TERAPIA PARA FAMILIAS CON HIJOS ADOLESCENTES

- Las normas y los límites que le pongo ¿son correctos?
- ¿Cómo mejorar la comunicación con mi hijo/a?
- ¿Cómo mejorar su autoestima?
- Sospecho que toma drogas ¿Qué debo hacer?
- ¿Cómo educarles en el uso responsable de las nuevas tecnologías?
- Consultar mis dudas hoy
- ¿me ayudará a prevenir problemas futuros?
- ¿Cómo motivarle en su rendimiento académico?

PRIMERA CONSULTA GRATUITA
627379870 luzpsicologia@hotmail.es

Mario PIZZA



632565425

C/ Embajadores 41,
esquina a Sombrerete
(junto a entrada
Centro Salud Lavapiés)

Entregamos en la barra reparto a domicilio
sin coste adicional y sin pedido mínimo
Descubre nuestra carta en las redes sociales

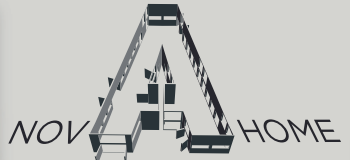
FISIOTERAPIA MASAJES

Cita previa:
616 854 363
C/ Sombrerete, 7,
Local 1

PRIMERA SESIÓN SÓLO A 23€ 1 HORA

ONDA GESTALT

NOVA HOME



CALLE EMBAJADORES, 2
(Plaza de Cascorro)
616 15 24 13
91 795 98 61
www.novahomesl.com



C/ Mesón de Paredes
2 balcones. A reformar.
4 dormitorios. Exterior.
121m². 320.000€



Calle Estudios
Excelente estado. Techos
altos. 2 dormitorios
81m². 320.000€

Siempre pensando en nuestros propietarios, y como muestra...

red piso
Servicios Inmobiliarios

ATOCHA 27
911 921 007

Piso 1ª planta exterior
calle Santa Ana, 116m²
2 dormitorios, 2 baños
450.000€

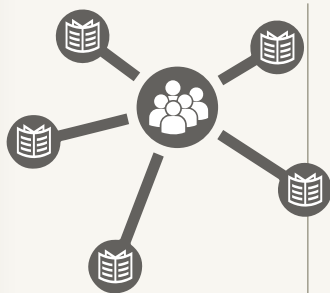
Apartamento
en calle Lavapiés.
45m². 1 dormitorio.
235.000€

Piso 5ª planta exterior
en la plaza de Cascorro
80m². 3 dormitorios
350.000€

VALORAMOS GRATIS SU VIVIENDA

Editado por: Nación Humana Universal
C/ Casino, 22, 1º, puerta 1

 nhu.lavapies@gmail.com



PUNTOS DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA DE ESTE PERIÓDICO:

Ateneo de Madrid.
C/ Prado, 21.
Biblioteca Pública Pedro Salinas
Puerta de Toledo, 1.
Centro de Mayores Antón Martín.
C/ Cabeza, 14.
Centro de Mayores de Embajadores.
C/ Embajadores, 32.
Centro Cultural Puerta de Toledo.
Gran Vía de San Francisco, 2.
Centro de salud de Lavapiés.
C/ Embajadores, 41.
Centro de Servicios Sociales
Puerta de Toledo.
C/ Paloma, 39.
Centro Social Comunitario
"Casino de la Reina".
C/ Casino, 3.
Centro Sociocultural Lavapiés.
C/ Olivar, 46.
Escuela de Idiomas.
C/ Embajadores, 68.
(junto instituto Cervantes).
Farmacia.
C/ Lavapiés, 56.
Filmoteca (Cine Doré).
C/ Santa Isabel, 3.
I.E.S. Cervantes.
C/ Embajadores, 70.
I.E.S. San Isidro.
C/ Toledo, 39.
Local de NHU.
C/ Casino, 22, 1º, 1.
Mercado de Antón Martín.
C/ Santa Isabel, 5.
Mercado de la Cebada.
Plaza de la Cebada, 15.
Mercado de San Fernando.
C/ Embajadores, 41.
Partido Comunista de Madrid
C/ Martín de Vargas, 46
Museo de Artes y
Tradiciones Populares.
C/ Carlos Arniches, 3 y 5.
Sala de exposiciones "La Paloma".
C/ Toledo, 108.
Teatro de las Culturas.
C/ San Cosme y San Damián, 3.
Teatro del Barrio.
C/ Zurita, 20.
Traficantes de Sueños.
C/ Duque de Alba, 13.
UNED "Escuelas Pías".
C/ Tribulete, 2.
UNED Gregorio Marañón.
C/ Argumosa, 3.
(junto plaza de Lavapiés).
Universidad Pública Carlos III.
Ronda de Toledo, 1.
Y en bares, panaderías, estancos...
y en todos los comercios
anunciantes.

HACEN ESTE PERIÓDICO:

Alberto García Cerviño
Alejandro Flórez-Estrada
Begoña Núñez Fernández
Bertha Pérez Q.
Carlos Alfonso Gómez Hernán
Eunice Vidal Cuadros
Francisco González de Tena
Francisco José Garrido
Gloria Serrano
Ignacio de Miguel Díaz
Javier Herranz Aguayo
Manuel Reñones "Brian Genio"
Marcos García Sandberg
Mares de Madrid
María García Gómez
Mario "Erre" Rodríguez
Miguel Ángel Carreño Jiménez
Natividad Jiménez López
Nines Fuentes Moreno

Tirada: 10.000 ejemplares.
Distribución gratuita.

Descarga y ve el periódico en:
[www.nacionhumanauniversal.org/
periodico/descargas](http://www.nacionhumanauniversal.org/periodico/descargas)

NHU es un periódico abierto
a gran diversidad de puntos
de vista. Por esta razón, los
artículos firmados reflejan
únicamente la opinión del
autor o autores y no tienen
por qué coincidir con la de los
editores, quienes declinan toda
responsabilidad derivada
de las mismas.

Depósito Legal: M-24371-2013

El contenido del último pleno no da para un editorial



NHU

Asistimos también al último pleno del distrito, y nos parece que nuestros "representantes" están llegando al final de la "legislatura" desvitalizados y sin fuelle, y eso se nota en que esos plenos son un ladrillo. El acuerdo que toman en las comisiones o reuniones de portavoces, o como se llamen, de votar las proposiciones sin debate, hurtando el espectáculo a los pocos vecinos que asistimos a los plenos, lo empeora todo. Como cosa interesante parece que hay por ahí un informe sobre narcotráfico en el distrito que han decidido enviar a todos los partidos pero que, seguramente, el psiquismo de las vecinas y vecinos no podríamos soportar y por eso nos lo van a ocultar o, como mucho, nos prepararán un resumen para consumo "infantil". Las asociaciones de vecinos lo tienen y parece que han participado en ese estudio, análisis o lo que sea y eso, por lo menos, es una garantía, porque la mentalidad política suele huir de los problemas que les pueden causar perjuicios mediáticos ¡Qué mal piensan de la gente si creen que en un barrio como Lavapiés cualquier cosa puede alentar la xenofobia y el racismo! Los problemas afectan por igual a nativos y migrantes, y aquí nadie hace distinción alguna, ni tendría por qué hacerla.

Afortunadamente, hay espacios en los que se habla con claridad y sin miedo, y eso siempre es de agradecer. Con relación al periodo de acceso a las instituciones de la nueva política y la deriva que está tomando, pudimos escuchar algunas conclusiones y análisis interesantes en una convocatoria de la Bancada Municipalista. Mucha de la gente que impulsó en su día Ahora Madrid y decidió poner al frente de la candidatura a

Manuela Carmena se encontró en el Matadero el día 26 y se entretuvo en debatir sobre lo hecho y lo por hacer, sin que se pueda asegurar que la cosa pueda terminar en candidatura alternativa.

No vamos a tomar postura desde un editorial, y esperamos que quien quiera y como quiera defina sus preferencias, sin miedo alguno, desde los artículos firmados en el periódico. Hablamos de Ahora Madrid y no de otras opciones porque la posibilidad de cambio de estilo y contenido se encontraba ahí y nada más que ahí. El resto de las opciones, y sin que esto sea interpretado de modo positivo o negativo, ya tiene su historia, sus luces y sus sombras. Pero, por encima de partidos y alternativas electorales, nos gusta que se hable de intentos y fracasos, de pequeños avances y de luchas reales y de que, a lo mejor, hay que apostar por una opción que ponga la coherencia por delante del éxito, si se entiende que ese "éxito" va acompañado de renuncias y traiciones.

De todos modos, no vamos a comenzar el año hablando de política, de instituciones, de elecciones y de cosas parecidas, porque en los próximos meses nos vamos a inflar a hablar de todo eso. En este editorial vamos a poner en valor que en este número hemos decidido meternos en otro "jardín".

Atención a la entrevista a César Torres y a todo lo que dice como médico alternativo. Es muy intencionado abrir el debate sobre el ataque que están sufriendo diferentes visiones y prácticas médicas, y los derechos del "paciente" a tomar el control sobre su propia salud. Aquí también tienen su espacio las gentes que ven las cosas de otro modo, entienden que todo esto no es "científico" y quieren desalentar a los ingenuos de utilizar estas prácticas y procedimientos. En el debate de este mes vamos a hablar

sobre salud y sanación y, además, lo vamos a hacer sin dar un emplazamiento especial a quien se siente una autoridad médica inapelable. Todo es apelable, cuestionable y revisable, pero ojalá lo sea desde la reflexión y el rigor y no desde la improvisación. Se trata de algo sobre lo que cada cual tiene experiencia concreta y sobre lo que nadie, absolutamente nadie, puede decir la última palabra, ni siquiera la OMS que fue creada por el Consejo Económico y Social de la ONU y, por lo tanto, está emparentada con el FMI, por ejemplo.

Salud física, salud mental, miedo al dolor, a la enfermedad y a la muerte son asuntos sobre los que no solo se puede hablar; son, además, asuntos sobre los que es muy saludable reflexionar. Este mes les dedicamos el debate vecinal y la entrevista, y si esto anima a las buenas gentes de este barrio a comunicar sus dudas, sus certezas, sus experiencias y lo que quieran compartir, habremos abierto la caja de Pandora sobre uno de los temas más silenciados y manipulados del momento.

Del acceso público a la salud hemos hablado muchas veces, de lo que comemos, respiramos, de nuestro modo de vida y de las situaciones a las que nos someten las desigualdades económicas y su impacto en la salud física y mental. Ahora sería bueno valorar si todo lo que se aparte de la "oficialidad" puede ser desechado y degradado a la condición de complementario. A ver si vamos a constatar que no solo existe una ley mordaza y que todavía no ha cesado la caza de brujas, y si se trata de desenmascarar a impostores que utilizan la desesperación y el miedo de las gentes en su beneficio personal, también se puede y se debe denunciar. Como decimos, conscientemente y asumiendo riesgos, nos estamos metiendo en otro jardín. 



Javier J.
Herranz
Aguayo

No me da la gana utilizar lenguaje no sexista y tampoco me da la gana callarme. Las convocatorias "solo para mujeres" no me interesan, y creo que nunca he asistido a algo que se presentara como "solo para hombres". Es más, la división del mundo entre hombres y mujeres es una simplificación cada vez más absurda, y el nuevo debate sobre identidades sexuales y de género, diversas y autodefinidas, me parece que abre una nueva posibilidad.

Vengo de una familia que tenía mucho de matriarcal y, desde luego, mi madre solía decir casi siempre la última palabra. Se quedó en casa por elección propia, y a mi padre le tocó salir al mundo a conseguir los recursos económicos necesarios para que no nos faltara nada a nadie. Ya en aplicación de esos acuerdos no escritos, cuando los hijos fuimos consiguiendo los primeros salarios no hicimos ni el intento de aportar ni un céntimo para la liberación del esclavo familiar. Sé que mi padre tuvo que comerse sus miedos y enfrentarse solito al monstruo, y que nadie hubiera entendido la menor queja o gemido lastimoso. En mi pareja, la cosa ha estado muy equilibrada y ninguno de los dos nos hemos quedado en casa, y económicamente hemos aportado en cada momento lo que cada uno podía. Mi compañera de vida ya venía acostumbrada a entregar en su casa todo lo que ganaba. Hemos criado a nuestros hijos como hemos podido, y casi sin ayuda de los abuelos y con la sensación de que otros hermanos de ambos habían sido mucho más habilidosos que nosotros, pero la convicción de no tener deudas con nadie casi compensa. Es duro llevar a tu hija a una guardería dopada con Dalsy o Apiretal porque en la empresa no van a entender que faltes al curro para quedarte a cuidarla; de todos modos, nos hemos organizado como hemos 

¡Tú te callas!



podido y mi hijo y mi hija han salido adelante, y ahora son dos seres humanos luminosos (yo los veo así) de 16 y 25 años, que se están enfrentando a situaciones aún más difíciles.

Yo no veo el grandísimo negocio que hemos hecho los tíos con las diferencias de género. Yo no estoy muy interesado en ir a la guerra y formar parte de los ejércitos que defienden un territorio, y en las películas en las que aparecen héroes uniformados siempre masculinos sé que falta la sangre, el fuego, el barro y el olor a muerto, y que esos jóvenes aterrados que tenían que ir a la guerra, mientras madres, novias y hermanas les lloraban, se cagaban encima de miedo, en las trincheras, cuando todo empezaba a estallar y a arder a su alrededor y les saltaban a la cara las vísceras de otros infelices.

Se dice que el heteropatriarcado capitalista es el culpable, pero yo he visto un tremendo machismo en movimientos y en lugares

que se autodefinían como anticapitalistas, así como todo el mundo sabe el trato que dispensan a los que se apartan de las identidades de sexo clásicas. El capitalismo es una monstruosidad, pero en materia de discriminación de sexo y de género no tiene ningún monopolio.

En eso de que algunas feministas reclaman su proporción en los consejos de dirección, yo tampoco voy a oponer ninguna resistencia porque el hombrequito que encara su vida poniendo como máxima aspiración llegar a la gerencia de una empresa me parece un imbécil de los pies a la cabeza. No voy a presumir de conciencia de clase y de identidad de clase, pero sí soy consciente de que siempre me he sentido más cómodo con la gente normal tomando cañitas en el barrio, y no envidio al que solo y exitoso nos muestra sus logros y conquistas.

Y en materia de relaciones personales y en materia de sexo, la responsabilidad de

lo que suceda en el encuentro íntimo es compartida, y no pretendo liderar nada y menos asumir el compromiso de orgasmos propios o ajenos. Que a las nenas de las pandillas juveniles les gustara más el malote, alimentando a un esperpento de machito, es triste. Que muchos jóvenes se sientan obligados, desde el miedo, a prepararse para defenderse en un mundo hostil, en gimnasios de musculación y artes marciales y, por lo tanto, en artes de guerra, y que cuando hay algún problema se sientan presionados a resolver como "hombres" sus diferencias, no es ninguna ventaja ni nada envidiable. Ahora también nos ponen como referencia a chicas con aspecto marcial preparadas también para la guerra y para resolver a hostias, navajazos o tiros cualquier pequeño problema.

Nadie ha obtenido ventaja de una organización social muy absurda, y eso no se puede simplificar diciendo que los hombres, todos los hombres, durante miles de años, se han encargado de putear a las mujeres, a todas las mujeres, y que si las mujeres hubiesen mandado aquí no hubiese habido guerras ni deterioro medioambiental. Yo, sinceramente, esperaba del feminismo un cuestionamiento del sistema un poquito más profundo. Queremos igualdad en una mierda de vida, en una mierda de valores y en una mierda de relaciones. Igual en la mierda... ¡Fenómeno! Pero, sinceramente, a mí no me interesa lo más mínimo y ni me reconozco en la manada, ni en cristo crucificado...



Alejandro
Flórez-Estrada
Vergara

Les presento, señoras y señores, a un justiciero que disfruta con los linchamientos públicos y el sufrimiento de la gente: el dedo acusador, todo un especialista en despellejar sin piedad alguna a quien se le antoje. Para ello, ni corto ni perezoso, divide a las personas en dos grupos: las que, según él, tienen derecho a juzgar y las que tienen la obligación de tragar. Y se queda tan a gusto.

No duden de que es este un índice enfermo de prejuicios, implacable, que no se conmueve ante nada y atraviesa la reputación ajena como un cuchillo bien afilado entrando en la mantequilla. De gatillo fácil y con la recámara siempre llena de balas, desenfunda aún más rápido que Clint Eastwood en el Oeste para señalar al que se le ponga a tiro, quizá porque no sepa hacer otra cosa. Así de ridícula es su existencia. Ya habrán adivinado que la ley que rige sus actos es la del embudo; es decir, lo ancho para él y lo estrecho para los demás, por lo que no esperen de este índice pistolero ni un gramo de autocrítica.

Sobrado de mala sangre, el dedo que acusa tiene vocación de mesías, ínfulas de sabio y alma de inquisidor. No es de extrañar, pues, que se encuentre cómodo hablando por inspiración divina y machacan-

El dedo acusador



vanten sospechas. Casi cualquiera, en definitiva, puede sufrir los juicios sumarísimos de este dedo que dispara y luego pregunta, cuyos valores son de usar y tirar, a modo de clínex, y están basados en lo que más le convenga a su señoría, según cómo sople el viento.

Ay, dedo del demonio, duro y calculador, que vive de la acusación y descarta la compasión. Subido a los púlpitos y los estrados, y para ganarse el aplauso fácil de las masas, defiende la decen-

cia con un ardor contagioso. En su discurso escupe las palabras, deforma la realidad y manipula las conclusiones, todo con un fin perverso: intoxicar, sembrar discordia. Y sí, muchos pican y le regalan ovación tras ovación sumidos en el éxtasis. Y es que en verdad estamos ante un índice tramposo, muy hábil utilizando las tripas, y que odia al pulgar por gordo, al corazón por sensible, al anular por torpe y al meñique por pequeño y frágil.

¡Vaya con este dedo juzgador que se nos mete en el ojo y nos deja medio ciegos! Ojalá empleara sus esfuerzos en unirse a sus cuatro compañeros para formar una mano noble, generosa, cálida, que sirviera para acariciar y en cuya palma se pudieran leer las claves que ayuden a construir una sociedad mejor. Esto es: un mundo más libre, con menos miedos y salvadores, y donde nadie crea estar por encima del bien y del mal.

... PRESSTO+PLUS ... TINTORERÍA+LAVANDERÍA DE CALIDAD ...
www.pressto.es C/Santa Isabel nº 6. Tlf: 91 199 46 57



SERVICIO DE TINTORERÍA Y LAVANDERÍA



LAVANDERÍA AUTOMÁTICA DESDE 5€



TRATAMIENTO BACTERICIDA CON OZONO 3€



SERVICIO DE ARREGLOS DE PRENDAS Y CALZADO



EMPAQUETADO AL VACÍO



WIFI GRATUITO



SERVICIO EXPRESS MÁX. 12 HORAS



CONSIGNA DE MALETAS+LIMPIEZA

La huelga del taxi

Autobús nocturno N-22, pocos viajeros, pero mayoría de jóvenes que se suben a la altura del estadio de fútbol. A las 00:18, tras rebasar Nuevos Ministerios, cientos de taxis bloquean el centro de la Castellana en ambos sentidos, también vehículos privados aprisionados en medio del bloque, con la mayoría con sus conductores fuera del coche. Un monovolumen negro intenta sortear el tapón entre el acoso de los taxistas. Tres de los más jóvenes le persiguen a la carrera, mientras los pasajeros del autobús miramos asustados por las ventanillas. Cuando se produce la agresión violenta un grupo de los pasajeros más jóvenes, que por sus comentarios y talante descuidado provendrían de la zona de copas anterior, increpan desde dentro, mientras algunos se bajan del autobús que ha abierto las puertas. Se oye con claridad algunas de las imprecaciones de estos: "¡¡Cabrones!!... ¡¡No vuelvo a coger un taxi en mi vida!!". Parece que esta huelga de taxis está cosechando algún resultado paradójico y contrario a la solidaridad esperada.

Madrid da la bienvenida al Año Nuevo Chino



Por cuarto año consecutivo Madrid se suma a la celebración del Año Nuevo Chino con un amplio programa de actividades para todos los gustos y edades, organizado en colaboración con la embajada de la República Popular China, junto con asociaciones, colectivos artísticos, vecinos y vecinas del barrio de Usera, el Instituto Confucio y Casa Asia.

El Año Nuevo Chino del Cerdo comienza el próximo 5 de febrero y constituye el año 4717 del calendario tradicional chino. Danza, cine, gastronomía, música, deporte o literatura son algunos de los ingredientes que darán la bienvenida al Año Chino del Cerdo, con una programación compuesta por un centenar de citas culturales donde las propuestas más tradicionales, como la exhibición de artes marciales milenarias o el desfile de dragones y leones gigantes, se mezclan con las actuaciones de bandas de rock alternativo, instalaciones literarias o charlas con *millennials* que están dando que hablar muchos en la redes sociales y que demuestran la vitalidad de la comunidad china en Madrid. Consultar programación completa en www.2019chino.madrid.es

Presentación de las jornadas parlamentarias madrileñas sobre infecciones víricas por VHC, VIH y otras enfermedades de transmisión sexual del día 30 de enero

La Plataforma de Afectados por Hepatitis C de la Comunidad de Madrid (PLAFHC Madrid), Apoyo Positivo, la Federación

Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (FNETH) y la Asociación de Hemofilia de la Comunidad de Madrid (ASHEMADRID) y el Instituto para la Investigación y Formación en Salud (IFSASALUD) organizan estas jornadas para alcanzar varios fines: poner en valor las actuaciones de las asociaciones de pacientes en la eliminación de la hepatitis C y en la prevención de nuevas infecciones por VHC, VIH y otras ITS; y presentar las iniciativas vinculadas a la hepatitis C y al VIH en torno a la prevención y al diagnóstico precoz en la Comunidad de Madrid y conocer la posición las asociaciones de los portavoces de todos los grupos políticos en relación con la continuidad y mejora de las acciones llevadas a cabo sobre VIH, VHC y otras ITS.

Para ello, se han presentado a los cuatro Grupos Parlamentarios de la Asamblea de Madrid estos siete compromisos de futuro:

1. Eliminación de la hepatitis C en la Comunidad de Madrid mediante la aplicación de un protocolo de búsqueda activa de los enfermos no diagnosticados.
2. Mantenimiento de los recursos existentes dedicados a la hepatitis C y aplicación de las medidas expuestas en el Libro Blanco de la Hepatitis C de la Comunidad de Madrid.
3. Implementación de políticas de prevención para evitar nuevas infecciones por VHC, VIH y otras ITS.
4. Campañas informativas para la erradicación del estigma asociado a las ITS.
5. Desarrollo de la profilaxis pre-exposición para VIH (PrEP) en la Comunidad de Madrid.
6. Consolidación del Observatorio de la Hepatitis C y del Observatorio del VIH en la estructura orgánica de la Consejería de Sanidad, dotándoles de un reglamento de funcionamiento.
7. Adhesión de la Comunidad de Madrid al Pacto Social por la no discriminación y la igualdad de trato asociada al VIH.

Acem acogió a 25 de las 147 personas refugiadas que llegaron desde los campos de refugiados de Turquía



El pasado 22 de enero llegó a España un nuevo grupo de personas refugiadas desde los campos de refugiados de Turquía. De este grupo, conformado por 147 personas, 25 han sido acogidas por Acem, todas ellas de nacionalidad siria. Con la llegada de este grupo, desde el 21 de junio de 2016 habrán sido reasentadas en España un total de 1.580 personas refugiadas, 993 desde Líbano y 587 desde Turquía. Acem se ha encargado de dar acogida a 213 de ellas.

En Turquía y Líbano, países desde los que han sido reasentados en España los citados grupos de personas refugiadas, viven actualmente en campos de refugiados más de 3.600.000 personas en el caso de Turquía y de 948.000 personas en el caso de Líbano. Los países limítrofes son siempre los que soportan la mayor parte del esfuerzo de la respuesta humanitaria en la "crisis de refugiados".

Desde Acem seguimos defendiendo la habilitación de vías seguras para que las personas refugiadas puedan encontrar

un lugar seguro en el que protegerse de la guerra, la violencia y la persecución de las que se han visto obligadas a escapar. El reasentamiento, así como el asilo en sede diplomática o la reagrupación familiar, son algunos ejemplos de esas vías seguras que podrían reducir sensiblemente la muerte y el sufrimiento de tantas personas en tránsito por las fronteras.

Cristóbal Ruiz construye la gran novela sobre Lavapiés en las páginas de 'Hola, Melón (el grifo del rompeolas)'

Hola, Melón
(El Grifo del Rompeolas)

Cristóbal Ruiz



Cristóbal Ruiz ha construido la gran novela sobre el madrileño barrio de Lavapiés en las páginas de *Hola, Melón (El grifo del Rompeolas)*, que acaba de llegar a las librerías de toda España con el sello de la editorial EDA Libros. Se trata de la tercera novela de este escritor y guionista malagueño afincado en Madrid, que se alzó en 2015 con el Premio Goya al Mejor Guion Adaptado por Mortadelo y Filemón contra Jimmy el Cachondo.

Hola, Melón (El grifo del Rompeolas) despliega un mosaico emocional que se adentra en la naturaleza polifónica de nuestro barrio madrileño, en la mezcla étnica que atraviesa sus calles y el alma de las personas que lo habitan. En sus más de 500 páginas, que le prestan la voz de narrador a un niño huérfano, el autor emprende un viaje a la esencia cosmopolita y acogedora de Lavapiés. Nos propone una historia coral, tremendamente divertida, tremendamente conmovedora a la vez, en la que atrapa con maestría el espíritu del barrio más de moda de Madrid antes de la gentrificación que experimenta en la actualidad.

Nave 73

Esta nota se podría llamar "La memoria del horror", pero sería demasiado truculento cuando de lo que se trata es de estimular la asistencia a una función excepcional. La sala de teatro, en este segmento que se identifica como alternativo, Nave 73, en el número 5 de la calle Palos de la Frontera, tiene, en este momento, programados nueve espectáculos, desde drama y comedia hasta uno que denominan "teatro para bebés". Si nos permitimos destacar uno, *Mauthausen. La voz de mi abuelo*, es por su fuerza dramática y porque son dos mujeres las que mantienen la sala llena cada función semanal desde hace dos meses: la dramaturga y directora Pilar Almansa y la actriz Inma González. Como apresurado resumen se puede decir que es un compendio dramatizado de memoria e historia, lo personal y lo colectivo, que a todos nos interpela, en momentos de vocerío reaccionario.

DISFRUTA NUESTROS

CENTROS DE MAYORES

VISITAS CULTURALES

Faro de Moncloa
Museo Antropológico

¡¡EL CARNAVAL LLEGA AL DISTRITO CENTRO!!

Nos preparamos para la llegada de la gran fiesta de los disfraces y la música. Habrá un taller de Carnaval en el CMM Antón Martín durante los lunes del mes de febrero, a las 17:00 horas. Culminará con el "Baile de Carnaval" del CMM San Francisco el día 28 a partir de las 17:00 horas.

APÚNTATE en el despacho de Animación o dirígete a la técnica de animación sociocultural del distrito.

INTERCAMBIO CULTURAL CON ACEMM

Sabores del Mundo

EXCURSIÓN

Manjar de Talamanca

CONFERENCIAS

Inicio de la razón en Occidente y seguridad ciudadana
(CMM Antón Martín)

Pintoras españolas
(CMM Dos Amigos)

Benito Pérez Galdós
(CMM Benito Martín Lozano)

ACTUACIONES

Atardecer en la Alhambra y recital de poesías de amor
(CMM Dos Amigos)

Bailes de coordinación
(CMM Dos Amigos)

Antología de los Hermanos Quintero
(CMM Antón Martín)

Llena de humanidad



Gloria Serrano
(@gserranos)



Gran Vía, Madrid 2019

Texto y fotografía: Gloria Serrano (@gserranos)

Madrid es una de esas capitales globalizadas con mayor variedad de restaurantes, bares, gastrobares, vinotecas, salones tipo *lounge* y —aún por suerte— cafeterías de barrio. El viernes por la noche entré a una estacionada en otra época, en algún punto del siglo pasado con sus decorados de madera marrón oscuro barnizada, su mantelería blanca impecable, sus bodegones colgados en las paredes y su barra de acero inoxidable renovada con una cubierta de granito gris claro. Una donde —todavía— se sirven manzanas asadas al horno y natillas y flanes y leche merengada y arroz con leche y Cola Cao. Donde el camarero —que usa pajarita— llama a los comensales por su nombre y sabe cuál de ellos prefiere no abusar de los torreznos porque le indigestan. Donde atienden a todos con una sonrisa imperecedera y nunca se olvidan de ofrecer el menú semanal. Donde los vecinos acuden para ver los partidos de la Liga española, digamos el que disputaron el Leganés y el Eibar. Donde predominan las cabezas nevadas y los rostros arrugados de hombres y mujeres que todavía leen. Que leen el periódico en papel.

En este universo con la tonalidad de otros tiempos pedí una botella de agua con gas y un café con leche caliente, en vaso. Antes de pagar mi consumo hice un al-

to para observar, sobre uno de los muros, el poema enmarcado que alguien escribió en 2017 con motivo del Cincuenta Aniversario del lugar. Entonces el propietario se acercó para mostrarme con el orgullo de un padre la primera hoja de la carta donde aparece la misma composición. Y me comentó que el autor era aquel anciano sentado en la mesa de la esquina, casi a la entrada: don Severiano. Y don Severiano, luego de saludarlo, me habló de su gusto por la poesía y del año que impartió clases en la Universidad de Virginia, en el 58, cuando Fidel Castro se encontraba en Sierra Maestra planeando los inicios de la Revolución cubana. Y de la Antología —*Versos de antes* (1977)— que donó en gratitud a la universidad, porque “cuando una persona regala un libro está regalando lo mejor de sí”. Eso dijo.

Los últimos días de su mujer transcurrieron en la desmemoria a consecuencia del alzhéimer. Pero él sí recuerda que durante su permanencia en los Estados Unidos ella tenía breves conversaciones con otras chicas. Hablaban de minucias, del clima, del frío, y ese contacto tan elemental en otra lengua le bastó para asegurar sus tres alimentos diarios. Así es como lo cuenta, dos veces seguidas, y una más. Igual se refiere a los cuidados que le brindó durante la enfermedad y a su negativa de

abandonarla en una residencia de mayores. Don Severiano nació en Burgos, aunque aclara que él no es de “tomar las de Villadiego” y desaparecer sin despedirse, sin más. Ahora vive solo en el piso que tiene en una calle cercana a esta cafetería “de siempre”: **Montesa**, su refugio personal que de cuando en cuando le ofrece charlas inesperadas, como esta que le da energía para vivir —dijo al despedirse con sus ojos aperlados de un poeta que piensa y apunta versos de antes—.

Esto que ahora escribo y les comparto no es ficción, no sucede en Netflix, no recibe “me gusta” ni retuits porque no es trendy. Y, sin embargo, **don Severiano** es una de las tantas historias reales, sutiles e inapreciables, que poblamos esta urbe. Extrañamente horas después, en el silencio de la madrugada, llegué a esta frase del arquitecto Renzo Piano: **“La ciudad es una estúpida emoción humana. La ciudad es una invención; es más, ¡es la invención del hombre! La ciudad no es algo virtual, sino físico, porque está llena de humanidad. La ciudad es un continuo devenir”.**

Mis pensamientos los reservo para otra ocasión mejor. Busque cada uno sus propias reflexiones, seguro que entre líneas las encuentran.

Las dos velocidades de la recuperación en España



Nines Fuentes Moreno

Una de cada seis familias de clase media cayó en la pobreza durante la recesión y no ha salido, pese a la mejora económica (que dicen) del país. La última década ha dejado en España una pobreza que se enquistó. 4 millones de personas viven en esta situación de extrema vulnerabilidad, 1,2 millones más que en 2007 (cifra incluso mayor que la registrada en 2009, en plena crisis). Además, 6 millones de personas se han recuperado de forma tan débil que en caso de una nueva crisis tendrían grandes posibilidades de volver al sector en exclusión. El grupo comprendido entre los 45 y los 64 años ha pasado de un nivel de exclusión del 13,1% en 2007 al 18,4% actual.

En estos diez años ha aumentado el distanciamiento entre quienes pueden permitirse vivir con normalidad y quienes viven en exclusión. El 80% de la desigualdad creada con la crisis se debe a la destrucción de empleo. Pero entre el primer trimestre de 2014 y el cuarto trimestre de 2016 se incorporaron unos 1,5 millones de ocupados. Entonces, ¿por qué no notamos mejoría cuando los que encontramos empleo damos, supuestamente, un salto muy grande en las rentas teniendo un sueldo?

Algunos informes explican que los nuevos empleados trabajan menos días y menos horas (más contratación temporal y a tiempo parcial), lo que se traduce en unas remuneraciones bastante más reducidas. Actualmente nos encontramos con salarios prácticamente iguales a los de hace unos años, pero con una distribución más desigual, es decir, repartidos entre más trabajadores. Además, hay que sumar la elevada proporción que existe de parados de larga duración que han agotado su derecho a la prestación contributiva, perdiendo ingresos.

El país se recupera del bache económico a dos velocidades. La mitad de la población se encuentra en situación similar a la registrada antes de la gran recesión, pero 8,6 millones de personas tienen dificultades graves en el acceso a alguno de sus derechos básicos (exclusión social). De ellos, algo más de 4 millones viven en situación de exclusión moderada (cuentan con apoyo social o ayudas públicas). Otros 4 millones —que viven en

1,5 millones de hogares— no disponen de apoyo y están en situación de exclusión severa (un 40% más que hace diez años).



El número de ultrarricos en España casi se triplica en una década

Ya son 579 los contribuyentes que declaran patrimonios superiores a los 30 millones de euros (en 2006 eran 200). De los 197.768 declarantes del impuesto de patrimonio, en Madrid son 17.507, y el patrimonio medio declarado asciende a 9,2 millones de euros; Comunidad Valenciana: 22.105 y un patrimonio medio de 2,8 millones de euros; en Cataluña son 74.125 con un patrimonio medio declarado de 2,5 millones de euros; Andalucía: 18.253 y 2,48 millones de patrimonio medio. Por su parte, en Extremadura son un total de 1.188, y el patrimonio medio declarado asciende a 1,9 millones de euros.

Vemos que la recuperación económica ha favorecido cuatro veces más a los ricos que a los pobres. Comprobamos que, mientras el 1% de la población española más pudiente acapara la cuarta parte de la riqueza nacional, que sitúa a España como el tercer país más desigual de toda la Unión Europea, el empobrecimiento va formando parte del paisaje vital cotidiano de los españoles. La España que va bien parece ser solo la de aquellos a los que siempre les ha ido bien. Pero para la inmensa mayoría, va cada vez peor.

Y es el gobierno el que debería implementar políticas activas para solucionar de manera urgente esta situación. Porque lo que está claro es que la pobreza (de cualquier tipo) y el hambre no se deben a causas naturales.

Mujer y violencia



Eunice Vidal Cuadros

El maltrato y la violencia a la mujer, hoy, tiene sus raíces históricas en las diferentes etapas de desarrollo humano en el mundo; ha sido una constante en el tiempo, responde a una sociedad patriarcal que continúa estando presente en unas relaciones sociales de propiedad privada, respaldada por la ideología “religiosa” del mundo, que se transforma de acuerdo a las circunstancias para poder conducir con mayor efectividad a los nuevos siervos de la gleba, tanto hombres como mujeres.

Aunque nuestra tragedia como mujeres se halla anquilosada en el presente, ella proviene del pasado. Observemos un poco la historia humana, no la historia de la mujer, sino la historia humana. No hablemos de género, hablemos de que tanto el hombre como la mujer hemos sido títeres de un sistema educativo nefasto a escala mundial. A grandes rasgos veamos si la educación no ha sido una constante que ha llevado al sometimiento y se ha colocado sobre la mujer durante todo el proceso histórico. Las mujeres “por dejar hacer” muchísimas veces, ya sea por ignorancia o por pertenencia a una determinada clase o ideología de clase, da igual su resultado, vivimos reproduciendo la tragedia a nuestras futuras hijas y nietas, así como a hijos y nietos. Veamos brevemente la mentalidad de grandes mentores a los que hemos aceptado y admirado y asumido por referencias sin ninguna crítica. Comencemos con los filósofos griegos, concretamente con Platón, quien, de todo ellos, era el de más avance en cuanto al tema de la mujer se refería.

a) El gobierno griego, que se expresa con la voz del filósofo Platón, dice: “Los hijos de los guerreros, en la república ideal, nacerán de la unión libre entre ambos sexos, ya que entre ellos habrá una comunidad de mujeres, siendo todas para todos, de modo que los hijos sean comunes y los padres

no conozcan a sus hijos. Los recién nacidos se entregarán a ayas, que habitarán en cuarteles separados del resto de la ciudad, quienes cuidarán de ellos”. Al respecto, se dirige a un discípulo en uno de sus diálogos: “Tales, mi querido Glaucón, la comunidad de mujeres y de hijos que es preciso establecer entre los guardianes del Estado”.

b) En la Edad Media, la ideología dominante se sustentó en una ley llamada “derecho”, expresada mediante la Iglesia romana y sustentada en numerosas referencias bíblicas. En su doctrina culpabilizaba a la mujer. Todos esos ideólogos se basaron en la funesta doctrina de san Agustín, añadiendo a ello la “autoridad” que los pueblos del mundo le han dado a Tomás de Aquino y doctor de la Iglesia, quien afirmaba sin ambages que la mujer era “por naturaleza propia, de menor valor y dignidad que el hombre”. Y añade que “el hombre ha sido ordenado para la obra más noble de la inteligencia, mientras que la mujer fue ordenada con vista a la procreación”.

Y cómo no mencionar de entre los engendros a Aristóteles, quien consideraba que la educación solo debía ser para las clases sociales más altas, ya que no valía la pena educar a los esclavos ni a las mujeres. Decía que no tenían por qué invertir tiempo y dinero en personas que no valían la pena; además, según él, el Estado debía ser gobernado por filósofos seguidos de guerreros y por último por los esclavos que iban a trabajar por el desarrollo de las demás clases y capas sociales. Esta situación se agrava cuando se trata de las esclavas o siervas, quienes no pueden casarse fuera del dominio de “su señor”, hoy llamado “patrón”. Si lo hace, sus hijos serían repartidos entre su dueño y su marido, es decir, la mujer no podía elegir libremente a su marido, sino que tenía que escoger al hombre que el padre le asignara, por lo

regular hombres viejos. Si se oponía, corría el riesgo de ser violada por algún bandido o raptada, repudiada y condenada al convento, si no a la muerte, según fuera el deseo de los hombres en general o del esposo en particular.

Pero, hoy por hoy, el éxito monstruoso al que han llegado los Estados modernos no se debe exclusiva y principalmente a la educación. Los Estados, que tanto exaltan Platón, Aristóteles, Maquiavelo, han cedido el paso a las grandes multinacionales. Hoy funcionan estas de manera independiente, aunque el Estado, en sombra, les dé cobijo. Hoy es el mercado totalitario de dichas multinacionales quienes determinan, cada vez de una manera más precisa, los gustos, las demandas, las diversiones y las ocupaciones, en general las costumbres desde la infancia hasta la vejez, según los niveles de ingresos. Además, determina también la dirección de las aspiraciones. El Estado totalitario se preocupa muy poco por las preferencias del “público consumidor” y determina lo que puede o no hacerse según los niveles de ingresos y la posición de la jerarquía. Así, el individuo, ya clonado, ha perdido su vocación combativa, ha terminado por interiorizar la insignificancia que le asigna la sociedad mercantil. Pierde la confianza en su propia importancia; de esta manera, su pensamiento crítico desaparece como tal. Tienen terror a ser tildados de “los otros”, los raros terroristas y cuanta palabreja se inventen para descalificarlos, sin olvidarnos, por supuesto, del continuo chantaje y miedo que gestan a diario.

Y, hoy por hoy, ¿qué podemos hacer? ¿Lamentarnos y llorar por nuestro presente?

Comencemos por desentrañar los MENSAJES SUBLIMINALES. Y, hoy por hoy, darnos cuenta de que “nuestro único peligro consiste en encontrar la verdad”.

El capital humano como solución, no como problema



Universidad Laboral de Córdoba



Francisco
González
de Tena

Entre los miles de huidos de sus lugares de origen, que enriquecen a los criminales traficantes de personas, hay en España unos 12.500 menores no acompañados. El Gobierno, acosado por problemas de muy difícil solución inmediata, baraja un plan de devolución masiva de estos menores, ante el dilema de los 40 millones de euros destinados a paliar en las autonomías funciones de acogida y tutela de estos menores, un parche que no tranquiliza a los vecinos ni convence a los ayuntamientos, incapaces de cumplir unas funciones para las que ni están preparados ni tienen medios. Desde luego nadie puede garantizar que esos menores repatriados van a estar seguros en destinos de los que huyeron en condiciones dramáticas. Ampliando el foco a los adultos, que emigran en similares condiciones y vías de huida, la situación no es buena. Un vistazo a la plaza de Lavapiés o aledaños nos remite a una supervivencia dudosa, para ser discretos.

El origen común de la Humanidad es la evidencia de que las diferencias fenotípicas son meras adaptaciones al clima, el medio físico, la alimentación y la evolución

natural de los grupos humanos, y que nada tienen de una inexistente superioridad racial. Mientras no se asuma que las razas no existen, ni hay barreras que contengan el ansia de los desfavorecidos injustamente, estaremos acosados por “voxingleros” de la ruina y el fascismo, alimentando a las mafias y contribuyendo a la ruina de Occidente.

Hace casi setenta años vimos el único chispazo de inteligencia en la burocracia franquista. Miles de braceros, tras la guerra incivil, iniciaron un éxodo agrario a los centros urbanos que pronto vieron surgir poblados chabolistas, cuando no encontraban acomodo con familiares que les habían precedido a las ciudades más dinámicas, dentro de unas limitaciones atroces. Ante esta situación, con una mínima industrialización, tardía en casi cien años con respecto a otros países occidentales y con un aislamiento férreo, un ministro propuso la idea de crear una red de centros de formación que se llamaron *universidades laborales*, y que financiaron las cajas de ahorros y que por estatutos no tenían accionistas. Ahora no existe ese éxodo interno agrario, pero el Mediterráneo se ha convertido en una gigantesca fosa común de frustrados inmigrantes. Europa, que se siente acosada, ha tratado de

levantar barreras inútiles e inhumanas, ya sean concertinas, el Frontex (cambio de guardia estéril) o cediendo al chantaje de países-tapón, ya sea Turquía o Marruecos, todo ello a cambio de chantajes costosos, que utilizan el miedo al inmigrante como ventanilla única tanto para enriquecer a los modernos e inhumanos negreros como para el señuelo marroquí de crear sus propios centros de “formación”, sin el más mínimo control europeo y a beneficio de su inventario interno.

España está en condiciones de ofrecer la idea, basada en su experiencia de las *universidades laborales*, que en 26 años ayudaron a crear una generación cualificada de medio millón de profesionales y que ahora, bajo bandera europea, se pueden formar con la idea de “conformación”, formación virtual combinada y en cooperación, por medios monitorizados, con cientos de miles de ese refuerzo vital que Europa no puede permitirse improvisar, a cambio de vendedores indocumentados de objetos falsificados, alimento de varias mafias y estímulo de xenofobia, el discurso falaz de grupos oportunistas y tramposos demagogos. Elevaríamos el nivel de dignificación humana del inmigrante y paliaríamos varios problemas hoy irresolubles.

Entrevista a César Torres Barrera



Médico cirujano y terapeuta neural



NHU

César Torres Barrera, médico cirujano, terapeuta neural. Colombiano, 55 años.

¿Cuánto hace que llegaste a España?

Llegué hace 19 años de Colombia, casi al terminar el siglo, en 1999. Llegué un 12 de octubre, Día de la Hispanidad (risas). Estuve haciendo el mismo recorrido que Colón, pero a la inversa. Y yo creo que también he conquistado a los españoles. Les he conquistado el corazón (risas).

Según llegaste y te instalaste aquí, ¿comenzaste a practicar tu medicina? ¿Abriste tu consulta?

Para las personas migrantes es difícil llegar a un país donde nadie te conoce, donde nadie puede ayudarte cuando vas a alquilar un piso, donde eres un extraño para todo el mundo. Para mí fueron momentos difíciles porque traes tu título, traes tus cosas, traes tus ilusiones, pero llegas a un sitio en el que, por más que hablemos el mismo idioma que tú, tenemos costumbres diferentes y otras formas de ver la vida. Recién llegado tuve que trabajar en otras cosas, hasta hice empanadas para vender en los locutorios con mi pareja, que vino conmigo desde Colombia. Desde el comienzo fue difícil para mí encontrar trabajo como médico. Recién llegué solicité la homologación de mi título en el Ministerio de Educación, pero este proceso es largo y tardé más de un año en conseguirla y poder colegiarme. Aun con el título homologado, pero sin papeles para trabajar legalmente, no encontraba trabajo como médico. Era un ilegal y tenía que estar calladito porque el acento podía delatarme. ¡Siempre temeroso de que la policía pudiera pararme y pedirme los papeles! Ya cuando me pude colegiar, me sentí más seguro y empecé a informarme sobre médicos que practicaran la terapia neural en Madrid. Vi un anuncio en el Colegio de Médicos sobre una clínica que estaba buscando un médico que practicara la TN, y allí que me fui. Era una clínica de prestigio cuyo médico director me dio la oportunidad de comenzar a tratar pacientes aquí en Madrid.

Recuerdo que amí me gustaste mucho más que ese médico.

¡Ja, ja, ja! Sí, y ahí nos enamoramos. Allí tuve la oportunidad de conocer a personas como Javier y Nati. Después de 17 años, y aunque haya épocas en que no nos veamos mucho, nos tenemos en nuestros corazones.

Y algunos de nosotros, que nos empeñamos en estropear nuestra salud, nos olvidamos de ti cuando mejoramos

y volvemos a que nos "arregles" cuando perpetrarnos el "desastre".

¡Ja, ja, ja! Bueno, yo trato con mis agujitas de ponerlos en orden.

Ya practicabas en Colombia la terapia neural.

Sí, empecé a estudiar la TN en 1996. Trabajaba como médico de medicina general en una consulta y enfrente había otra consulta en la que trabajaba un médico que hacía TN. Yo veía que sus pacientes salían de su consulta más contentos, diferentes a los míos, a los que yo estaba atiborrando de medicamentos. Y me preguntaba: "¿Pero qué pasa? ¿Qué tratamiento estará realizando este médico para que sus pacientes tengan un semblante diferente?". Y eso me animó a preguntarle y a quitarme ese estatus de médico científico que uno tiene cuando sale de la universidad y que lo lleva impregnado en su cerebro. Y fui a su consulta y le pregunté: "Oye, ¿y tú qué haces?". Y él me lo explicó y me pareció muy interesante. Es un tratamiento que no les hace daño a los pacientes y les hace mejorar de sus dolencias.

¿Qué te contó?

Me contó que en Popayán, una ciudad al sur de Colombia, había un médico que aún hoy es la máxima autoridad en terapia neural en los países de habla hispana, incluyendo España. Me animó a que le llamara para ver si me aceptaba como alumno en su consulta. Su nombre es Julio César Payán de la Roche, a quien siempre estaré agradecido por abrir mi mente a terapias diferentes. Contacté con él y tuve la suerte de que me aceptara como alumno. Y así decidí dejar mi consulta, vender mis cosas e irme a Popayán. Con el doctor Payán aprendí lo que es la verdadera medicina, el verdadero sentir de un médico, no lo que yo estaba haciendo, que no era agradable para mí. Yo estaba aburrido de la medicina convencional, no estaba trabajando a gusto. Era un simple "remitidor": "Vaya usted a ver al ginecólogo, vaya usted al pediatra, vaya usted al endocrino, al cardiólogo". ¿Y yo qué hacía? Con la terapia neural aprendí a ver a una persona en su totalidad: su cuerpo, su espíritu, su alma, su conciencia, en un todo. Y eso me hizo querer más la medicina. Ahora me dedico en exclusiva a practicar terapia neural, y es lo que más me gusta.

¿Solamente? ¡No lo complementas con ninguna otra cosa?

En algunas ocasiones, cuando me llaman por teléfono porque en ese momento no puedo pinchar al paciente, les doy algunas recomendaciones de homeopatía, que es algo que también funciona bien y tiene muy buen resultado, sobre todo en los niños.

Homeopatía que ahora está siendo muy atacada.

“ Desde pequeños nos han enseñado que enfermar es malo. Deberíamos cambiar este concepto, ya que las dolencias no son más que llamadas de atención de nuestro organismo para que cambiemos hábitos y actitudes poco sanas para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo ”

Si, y no entiendo las razones. Hablan sin fundamento. Yo puedo hablar de la medicina convencional porque soy médico, y también puedo hablar de la medicina alternativa porque también la he estudiado. Tengo conocimientos de ambas cosas. Los que ahora están atacando las medicinas alternativas nunca se han dado la oportunidad de ver que hay otras terapias que dan buenos resultados sin dañar a una persona con tantas medicaciones y con tantos procedimientos quirúrgicos a los que les están sometiendo últimamente.

Yo soy paciente tuyo desde hace muchos años y en la vida me he sentido presionado ni forzado.

Sí, desde hace 17 años. Lo bueno de la terapia neural es que es una medicina libre, que no compromete. Es una medicina que le da la opción a la persona de escoger: “Mira, yo no quiero que me atienda un médico de la Seguridad Social, quiero que me atienda este otro médico porque creo que me estoy compenetrando más con él, me presta más atención, hablamos más, conoce las cosas de mi familia, mis hijos”.

Y tú nunca prometes nada.

Claro, yo no prometo nada. No me gusta darle falsas esperanzas a un paciente porque a mi consulta viene gente que está ya muy desesperada con sus dolencias. Gente que, por más que ha ido a diez especialistas que le han hecho miles de análisis, de escáneres, etc., sigue con sus dolencias. No estaría bien entonces darles falsas expectativas. Lo único que les digo es que hago una terapia que da muy buen resultado y que les podría venir muy bien sin hacerles ningún daño. Bueno, el único daño es el pinchacito.

Tampoco te he visto nunca desalentar a nadie de utilizar la medicina convencional.

Ambas se complementan. No se me ocurriría decirle a un paciente que viene a mi consulta



Fotografías: Brian Genio

con un dolor abdominal agudo que voy a tratarle con terapia neural, ya que ese paciente puede tener una apendicitis y tendría que ser operado inmediatamente. La medicina alternativa y la medicina convencional no pueden estar enfrentadas porque se complementan y, a veces, a la par van muy bien. Tengo amigos médicos que por la mañana trabajan en la Seguridad Social y por la tarde tienen una consulta de homeopatía, pero les da miedo reconocerlo.

¿Tu formación fue solo con Julio César Payán o después la has actualizado?

Mi maestro fue Julio César Payán. Él pasaba consulta en un barrio muy pobre, consulta en la que se atendía a gente humilde. Allí pasé con él mi aprendizaje durante un par de años. Al terminar mi formación abrí mi propia consulta de terapia neural en un pueblo de Colombia que se llama Sogamoso, hasta que decidí emigrar a España. Y sí, nos vamos actualizando. Nos reunimos con cierta regularidad en distintos países de Europa: Alemania, Austria, Suiza, etc. Compartimos experiencias y estudiamos casos clínicos.

He leído que esta terapia tiene mucho prestigio en el norte de Europa y que en Suiza, por ejemplo, la cubre el sistema público de salud.

Sí, colegas que practican la terapia neural en Suiza y Austria me comentan que allí está cubierta por la Seguridad Social. También en

Alemania. Allí fue donde, en 1925, se publicaron los primeros trabajos de los hermanos Huneke sobre el uso de los anestésicos locales en el tratamiento de dolencias, aunque los primeros experimentos se remontan a principios del siglo XX, en Rusia, con el científico Pavlov y su discípulo, Speranski.

Si tuviera que describir mi experiencia como paciente, la terapia neural te deja la sensación de que el equilibrio se restablece.

Nuestro organismo es un sistema bioeléctrico y, sin entrar en detalle, la terapia neural trata de restablecer el equilibrio en ese sistema eléctrico alterado por cualquier causa orgánica, mental, genética, medioambiental.

¿Vale para cualquier enfermedad y dolencia, o también has tenido fracasos?

Esto, como dicen aquí, no es la “purga de Benito”. Si así fuera, tendría en la puerta de mi consulta una cola enorme de enfermos esperando al mago para que los cure.

“ Colegas que practican la terapia neural en Suiza y Austria me comentan que allí está cubierta por la Seguridad Social. También en Alemania ”

Aunque algunas veces me parece que inyecto el agua bendita, porque he observado respuestas y efectos maravillosos en muchos pacientes. Hablo de pacientes que ya estaban en la unidad del dolor o pacientes tratados con psicofármacos porque les habían dicho que sus dolencias eran psicósomáticas; en otras palabras, inventadas. La base de la terapia neural es una sustancia que se llama procaina, que es un anestésico local que ya no se usa por su breve efecto anestésico, pero que en la terapia neural se utiliza en una concentración del 1% administrada en microdosis mediante pinchazos en diferentes zonas del cuerpo, según la historia clínica de cada paciente. En esta terapia no interesa el efecto anestésico de la procaina, sino su efecto eléctrico y reprogrador a nivel celular y del sistema nervioso.

¿Tiene cierta similitud con la acupuntura?

Sí. De hecho, la llaman la “acupuntura alemana” porque comparte una misma base. En la acupuntura se habla de meridianos, de canales por los que circula esa energía eléctrica. En la terapia neural hablamos de segmentos y ganglios nerviosos que trasladan la información hasta el cerebro.

Acompañas la terapia neural, que yo puedo certificar por experiencia propia que es muy eficaz, con notas muy extensas sobre el paciente y lo que este te comunica: sus hábitos, costumbres, biografía.

Todo lo que nos ha pasado deja una memoria en nuestro cuerpo, en nuestras células, y esa memoria se puede reproducir en forma de dolencia o de malestar orgánico en determinados momentos de nuestra vida. Hacer una buena historia clínica con unos buenos antecedentes es parte del tratamiento. La salud depende de muchos factores: de lo que comemos, de lo que respiramos, de lo que pensamos, del medio que nos rodea, del trabajo que tengamos, de nuestra genética, de las tensiones a las que nos sometemos. Yo siempre les digo a mis pacientes que ningún organismo es sano al 100%. Un organismo se aleja siempre del equilibrio porque, si llega al equilibrio completo, muere. La mala alimentación, el sedentarismo (esto nos lo enseñan también en la facultad de Medicina) afectan negativamente a la salud. Somos los dueños de nuestra salud. Mi salud no es del médico, ni del cura, ni de mi madre: la salud es mía, y como es mía tengo que cuidarla. Cuando seamos conscientes de esto, las cosas empezaran a cambiar.

Produce un gran sufrimiento el miedo a la enfermedad y a la muerte.

Desde pequeños nos han enseñado que enfermar es malo. Deberíamos cambiar este concepto, ya que las dolencias no son más que llamadas de atención de nuestro organismo para que cambiemos hábitos y actitudes poco sanas para el buen



► Viene de página 9

funcionamiento de nuestro cuerpo. En vez de dejar que nuestro organismo active sus propios mecanismos de curación, nos atiborramos de medicamentos que inhiben el proceso intrínseco de curación que todos poseemos. Ese poder de curación del organismo lo estimulamos con la terapia neural.

■ Pero, pese a estar atiborrados de medicamentos, la esperanza de vida en España se pone a la cabeza del mundo.

■ Sí, pero ¿a qué precio aumentamos la esperanza de vida? ¿Terminar los últimos años postrados en una cama o en una silla de ruedas? ¿Entrando y saliendo del hospital? ¿Tomando un montón de pastillas? Todo con el único objetivo de que nuestro corazón siga latiendo, manteniéndonos vivos en condiciones muy degradadas, con un altísimo gasto económico, físico y emocional de quienes nos cuidan. Tenemos que hablar más de calidad de vida que de cantidad de años vividos.

■ Otra cosa que me sorprende de ti es que sabes escuchar.

■ Escuchar al paciente en un componente importante de su curación. Que se sienta relajado y con confianza para poder hablar ya le libera de muchas tensiones y bloqueos. Si el médico de la Seguridad Social no escucha, no es problema del mé-

dico: es problema del sistema de salud, que le impone al médico un número muy alto de pacientes para atender en muy poco tiempo. Se trata de medicar casi mecánicamente para responder a síntomas o a tratamientos anteriores. Es el modelo del sistema, así que el médico no tiene la culpa. Yo no me atrevo a quitar una medicación que le ha sido recetada a un paciente. La decisión siempre la tiene el paciente, pero a veces soy consciente de que no le está beneficiando. Yo no impongo nada a mis pacientes y les doy opciones. El paciente elige a su médico y es el responsable de su propia salud.

■ Veo que tampoco haces una propaganda masiva de tu consulta, más bien te va llegando gente cuando algún amigo o familiar comparte su experiencia.

■ Yo no me sé vender ni quiero que me compren (risas). Creo que lo que hago es bueno, que funciona. Quiero que la gente lo conozca y, si les ayudó, que comuniquen su experiencia. Así es como me gusta que me lleguen los pacientes: sabiendo que les voy a pinchar (risas). Me ahorran explicar que algunos pinchazos duelen y otros no.

■ Ya que lo sacas. ¿Por qué muchos tenemos miedo de los pinchazos de la terapia neural?

■ Porque conservamos en la memoria infantil el re-

cuerdo del dolor de aquellos primeros pinchazos de las vacunas. Las personas reaccionamos de forma muy diferente al dolor, algunos me dicen que hasta les gustan los pinchazos en la cabeza. El umbral de dolor es muy distinto en cada persona. Hay pacientes que saltan en la camilla nada más ver la aguja, y les entiendo. Llevo ya muchos años pinchándome a mí mismo y, cada vez que me tengo que pinchar, me lo pienso (risas). Pero todo el mundo coincide en que la sensación de bienestar que queda compensa todo lo anterior. La terapia neural actúa en mente y cuerpo.

■ Para terminar, ¿se te ocurre alguna recomendación para quien pueda leer esta entrevista?

■ Sí, que no tengan miedo a ver cosas diferentes, a probar otra medicina, a no quedarse con lo que aprendieron de pequeños sobre la relación entre médico y paciente. Hoy en día, ministrose instituciones médicas hablan mal de esta medicina sin reconocer la gran cantidad de médicos colegiados que estamos explorando nuevos procedimientos y la gran cantidad de personas que nos eligen. Tenemos que evolucionar, tenemos que perder el miedo.



www.terapianeuralmadrid.com



cetoba@yahoo.com

El distrito Centro se llena de energía con las fotografías termográficas

Arranca un “safari termográfico” en el distrito Centro para que la ciudadanía descubra por dónde pierden calor sus viviendas y puedan abordar las rehabilitaciones necesarias con el objetivo de ahorrar dinero y energía, es decir, reducir pobreza energética y aumentar eficiencia



MARES
de Madrid

El Mar de Energía y el equipo de dinamización del proyecto europeo MARES de Madrid han puesto en marcha en el distrito Centro un completo ciclo de actividades sobre rehabilitación de viviendas con el objetivo último de reducir la pobreza energética y aumentar la eficiencia. El programa ha arrancado con los “safaris termográficos”: fotografías térmicas para averiguar por dónde pierden calor las viviendas; y terminará el próximo mes de marzo, teniendo como punto álgido el próximo 14 de febrero, Día Mundial de la Energía.

Descubriendo la eficiencia energética

El pistoletazo de salida de este ciclo ha comenzado con los safaris termográficos en el mercado municipal de Antón Martín, donde las iniciativas incubadas en el Mar de Energía, como Socaire y ReBive, han realizado fotografías térmicas para demostrar el funcionamiento de esta tecnología. Con esta actividad, se pretende que la ciudadanía comprenda la necesidad, utilidad y ahorro que supone la rehabilitación de nuestros edificios desde un punto de vista energético, y beneficiarse de las ayudas públicas si pertenecen a las áreas denominadas API-

RUS (Áreas Preferentes de Impulso a la Regeneración Urbana) dentro del programa Mad-Re del Ayuntamiento de Madrid o del Plan de Vivienda Estatal 2018-2021.

Además, de esta forma, se ha acercado a los barrios una tecnología cara y poco accesible para democratizarla, de manera que los vecinos y vecinas empiecen a ver su casa, su barrio y su ciudad con otros ojos; que dejen de lado el alienante gris de nuestras urbes que no nos permite ver las tonalidades del derroche energético del parque residencial de nuestro país.

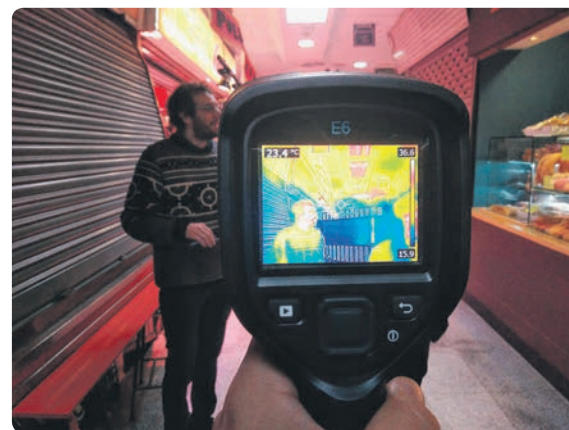
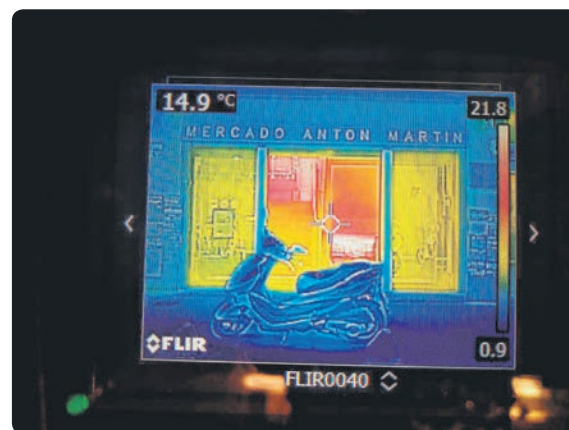
¡Pide tu termografía gratuita!

El ejercicio es simple, los resultados emocionantes. La cara de las vecinas y los vecinos, al descubrir por dónde se escapan los euros, no tiene precio. La pérdida de energía si se puede cuanti-

ficar. Pero aquí no acaba la tarea, se les traslada el conocimiento desde lo empírico de la actividad y surgen muchas preguntas: “¿Cuánto podría ahorrarme si cambio las ventanas o sustituyo la caldera o mejoro el aislamiento de la fachada?”; “¿Mis vecinos querrán hacer lo mismo?”. Pero también nos muestra la cruda realidad: la imposibilidad de muchas familias que no pueden pagar sus facturas energéticas.

Con todo, el MAR de Energía presenta una mirada panorámica sobre la actualidad de la rehabilitación de viviendas en un ciclo con 6 actividades: El 29 de enero debatiremos sobre viviendas que enferman; el 12 de febrero propondremos la ventanilla única para unificar la gestión; el 18, mostraremos cómo la domótica facilita la eficiencia; el 28, comprenderemos el papel que juegan los administradores de fincas; el 12 de marzo veremos ejemplos de éxito entre técnicos y comunidades; y el 22 de marzo compartiremos experiencias y aprendizajes prácticos para todos. Todas las actividades son gratuitas y ocurrirán en el Mar de Energía y Cuidados, calle Toledo 108.

Nuestra conclusión es: La energía ni se crea ni se destruye, se encasaca, por lo que el kilovatio más sostenible no es el que se produce con energías renovables, sino el que no se malgasta.



La tía Juana, a la que llamábamos 'la Crista', con todo el cariño



Begoña Núñez Fernández

Murió en 1959, sexagenaria, años muy duros, trabajos y sufridos, pero era una mujer fuerte, muy valiente, y demostró tener un coraje que muchos de nuestros paisanos varones nunca mostraron. Cuando yo era jovencita me dijeron que Juana, “la Crista”, había sido la partera voluntaria que ayudó a mi alumbramiento en casa, como era habitual a mediados de los cuarenta. Siempre la conocí fuerte y bajita, muy dispuesta y trabajadora. No fue ese parto de mi madre el único al que ayudó; a su puerta llamaron muchas familias en busca de sus manos, ya expertas en esos menesteres de alumbramientos. Su marido, el tío Pedro, ayudaba al municipio a pregonar las noticias con un cornetín y, cuando no podía hacerlo, era Juana la que lo suplía. Era una conocida activista en los círculos republicanos, a pesar de vivir en un pueblo y esa pudo ser una de las razones por las que, cuando entraron en el pueblo los mercenarios, su nombre fue de los primeros en el que se fijaron las nuevas autoridades, para raparla y purgar “sus delitos” con ricino, junto con María “la Cacharrera”. Juana no se avergonzó de su cabeza rapada, miraba de frente con rabia pero sin pestañear. Nadie la vio llorar, nadie le adivinó la rabia contenida, no por su pelo perdido sino por la irreparable libertad de las buenas gentes. Estaba señalada como roja, supuesta causante de haber ayudado a tirar una imagen de la iglesia a un pozo. No se conoce el origen del apodo familiar, “los Cristos”, pero no parece que tuviese nada que ver con la Iglesia.

Su marido, el pregonero, era un hombre sencillo y tranquilo, con algunos conocimientos de letras, como se decía entonces, y con el afán familiar de ayudar también, cuando hacía falta, echaba una mano a llevar las cuentas del Ayuntamiento. El alcalde republicano, azañista, conocedor de esa cualidad, recurría a Pedro cuando había algún tema que lo requería. No había ninguna otra razón ideológica, pero cuando se apoderaron del pueblo los militares de Franco, Ricardo, su hijo, fue desterrado a Santa María la Real de Nieva, provincia de Segovia. Juana se trasladó a Madrid con sus dos hijas pequeñas, a cuidar de una portería cerca de la Cava Baja. También en su nueva ocupación siguió ayudando a todo el que la necesitara. Mi hermano Eduardo, reforzando la defensa de Madrid en el “Frente de Agua”, acudía a esa portería cuando necesitaba mudarse de ropa o tomar un baño. Nuestro pueblo ya no era zona republicana.

Ricardo fue enterrado en una fosa de caridad, pero nada más. En 1954, ya de vuelta al pueblo, Juana supo que los restos de su hijo iban a ser echados a una fosa común. Un amanecer, en un papel arrugado en su falda negra había apuntado un lugar desconocido para ella, allí podría encontrar los restos de su hijo, pero no sabía nada más. El mundo era ya una nube negra sin sentido. En el primer tren que salía del pueblo a Madrid Juana se fue sola. Iba con una humilde maleta de cartón piedra. Nadie supo nunca cómo se valió, sin ayuda, pero dos días después, en el último tren, volvió con su maleta. Luego supimos que, cuando volvió a su modesta casa, sacó los restos de Ricardo de la maleta, los colocó con respeto sobre la cama y allí, sola y en la oscuridad, veló los restos de su hijo. Antes del amanecer, volvió a colocar los restos en la maleta, subió con su marido hasta el cementerio, abrieron una fosa con sus manos y enterraron al amanecer a Ricardo sin sacarlo ahora de la maleta, que siguió siendo su último cobijo. Cinco años más tarde ella le acompañaría en esa misma fosa.

Holocaustos, holocaustitos, zarinas y zares



Mario Erre (Podemos Madrid)

Vuelve, así, repentino, caprichoso, como aquellas modas “que vienen y van”, y vuelve de ningún lugar porque a ningún lugar se había ido nunca ese holocausto, para casi todos holocaustito, del que nadie parece querer saber nada ni haber sabido ni querido saber nunca nada de nada, ni siquiera el más menguado interés por hablar de él, fuese solamente para agitarlo y removerlo y hacer así lo propio con nuestras acomodaticias conciencias en teoría igual de europeas que las suyas.

Retorna el holocaustito checheno escondido en la profundidad de la más honda de las “Rusias”. Tanto es así que nadie se siente con fuerzas ni ganas de ir a visitarlo, para vergüenza colectiva, y de esta manera destaparlo más allá de donde nunca se quiso ir, de donde dejan de bajar turbias las aguas de los afluentes de los mares Aral, Báltico, Caspio, Negro, de Ojotsk Pacífico y Polar Ártico, del lugar en donde el agua ya no es turbia porque no es sino un gas, que ahoga y envenena todo cuanto su mirada gaseosa alcanza. Su mirada gaseosa como gaseoso es el cerebro del caudillo local, lameculos del megalómano aprendiz de zar que se complace en saber que en sus territorios se asesina a quienes, por indignos, de ello son dignos.

Se ufana el aprendiz de zar de saberles asesinados con la misma crueldad, esta vez indolora para él y los suyos, con la que a sus padres y abuelos se asesinó en Centroeuropa cuando otros aprendices de zares sirvieron al mundo como definitiva solución a un Holocausto que se escribió entonces con mayúsculas y del que decretaron cierre un 27 de enero de 1944 sin preocuparse de evitar que pariera otros pequeños y no tantos “holocaustitos” de andar por casa.

De andar por casa quien la conserve y no haya sido víctima del holocausto (u holocaustito) inmobiliario, otro más de tantos hijos, a veces sin saberlo ninguno, de aquel y que al igual que el bancario, el laboral, el social o el sanitario nos siguen recordando el comportamiento psicópata y esquizoidemente clasista innato a nuestra naturaleza antinatural.

Y así, todo. Y así seguiremos bailando sin fin con holocaustos, holocaustitos, zares y zarinas que destruyen alegremente todo a nuestro lado sin que nos importe una mierda y que nos siguen y nos seguirán sorprendiendo mientras aplaudimos un final que no fue tal, creyéndolo tan lejano como para nuestras mentes lo es la realidad.



Un activista gay detenido en Grozny (Chechenia). Fuente: BBC

Vivienda: sin soluciones



Carlos A. Gómez Hernán



De mucho tiempo atrás viene la, efectivamente, larga batalla, además de muy dura, entre los bancos y las muchas personas que se ven en el caso de pedir a estos bancos créditos hipotecarios para adquirir una vivienda en propiedad, lo que con frecuencia se basa para huir del infierno en que ha sido convertido el régimen de viviendas en alquiler para quienes las habitan en ese régimen y que, en los modernos tiempos, tan antihabitacional está siendo, con la escalada que en él se padece de especulación, carestía, precariedad, inseguridad, abusos, desahucios, coacciones, frecuentes suicidios a causa de todo ello, etc. Y ante lo que, en modo alguno, aporta remedios, ni un tratamiento adecuado, el decreto miniparches sobre esta materia, sobre los alquileres, aprobado por el Gobierno el 14 de diciembre de 2018 y en vigor desde el día 19 de dicho mes y que, desde luego, no es solución a los gravísimos problemas y las lacerantes injusticias que se padecen en contra del derecho efectivo y garantizado a una vivienda verdaderamente estable y asequible.

En cuanto a los aspectos de la batalla hipotecaria, están siendo múltiples, resultando muy limitadas algunas medidas y resoluciones a su favor conseguidas por los deudores hipotecarios, con intervención a veces de tribunales supranacionales. Es lo ocurrido con las denominadas “cláusulas suelo”, establecidas en las hipotecas por las entidades financieras a su muy unilateral conveniencia.

Y un gran debate ha suscitado el pago de ese impuesto que tan farragosamente llaman de transmisiones patrimoniales y actos jurídicos documentados, con la pirueta del Tribunal Supremo fijando primero que tal gabela, de la que no se libran las hipotecas, había de ser de cuenta y cargo de los bancos que diesen los créditos de estas, para sentenciar después dicho tribunal todo lo contrario; o sea, que ese impuesto tendría que soportarlo quienes recibirían esos créditos. Algo que el Gobierno se decidió a tratar de revertirlo, promulgando un decreto que determinaba que el impuesto en cuestión les correspondería pagarlo a los bancos al quedar los préstamos hipotecarios formalizados. Y se dijo, oficialmente, que se vigilaría y se controlaría que esas entidades no recurriesen, para resarcirse del referido pago, a elevar sus comisiones por la concesión de los créditos de las hipotecas y a encarecer el coste de estas de otras formas; pero eso, precisamente, es lo que pronto los bancos empezaron a hacer.

Quedando, además, y de cualquier modo, subsistente y pesando sobre los que se endeudan al contratar una hipoteca lo peor de cuanto va en su contra, cual es el que se les prive del derecho a lo que se conceptúa y opera, jurídica y económicamente, como “dación en pago” y en cuya virtud el que se encuentra con dificultades para hacer frente al abono de los plazos de amortización del préstamo hipotecario puede obtener la cancelación de lo que quede del importe del préstamo si entrega la vivienda, que pasa a disposición del banco, que se queda con ella y con cuanto llevara cobrado de la amortización del préstamo, lo cual, ciertamente, no puede considerarse que sea desventajoso para el banco y sí mucho para el hipotecado, que pierde todo lo que hubiera pagado ya de la hipoteca y pierde, además, la vivienda. Pese a lo cual, se mantiene la invigencia del derecho a esa vía de la dación en los indicados términos y al que le surgen dificultades para el pago del préstamo hipotecario se le condena a la pérdida de la vivienda, de la que se le desahucia por medio de la ejecución hipotecaria, amén de quedar también sujeto y obligado al PAGO DE LA TOTALIDAD DE LO QUE QUEDARA PENDIENTE DEL PRÉSTAMO. ¡Harto leonino ello en verdad!

La maldición de la momia



Francisco José Garrido



Howard Carter en la tumba de Tutankhamon

26 de noviembre de 1922. Ese fue el día en que se encontró la tumba del que sería el faraón más conocido a nivel mundial y cuyo descubrimiento daría paso a una historia de ficción que llega hasta nuestros días. Nos referimos por supuesto a la maldición de Tutankhamon.

Con la apertura de la tumba, lord Carnarvon, mecenas de la excavación, decide que será *The Times* el periódico oficial que informará al resto del mundo de los avances del descubrimiento. Esto no deja más opción al resto de periódicos que inventarse las noticias que desde Egipto volarán al resto del mundo en lugar de ir al periódico en busca de "primicias". Hay un detalle que marcará sin duda el origen de la venganza del faraón y es sin duda la nota que envía la escritora de novelas góticas al *World* de Nueva York. En esta nota cuenta haber encontrado en un antiguo libro árabe una referencia que dice lo siguiente: "La muerte llegará aleteando a quien penetre en la tumba de un faraón".

Y todo esto habría quedado en anécdota de no ser por la repentina muerte del mecenas de la excavación apenas unos días después de la apertura de la tumba. Se dice que, a su regreso a Asuán, lord Carnarvon fue picado por un mosquito en

el trayecto y al llegar a casa y afeitarse se cortó la zona infectada quedando gravemente enfermo y muriendo poco después, no sin antes sufrir una recaída cuando parecía recuperarse. Hay que tener en cuenta que este hombre tenía una salud muy frágil debido a un accidente de tráfico que le había afectado a los pulmones. Para añadir más misterio a la historia se cuenta que en el momento en que fallecía lord Carnarvon la ciudad de El Cairo sufrió un repentino apagón, cosa que incluso hoy día sigue siendo de lo más frecuente, pero que se atribuyó como otros sucesos a la maldición del faraón.

Cuenta el propio hijo del mecenas en una carta que, la misma noche de la muerte de su padre, su fox terrier le seguiría a la tumba, sentándose sobre sus dos patas traseras y cayendo muerta, como si hubiese notado la muerte de su amo y decidido a acompañarle.

Poseía Howard Carter, arqueólogo de la excavación, un canario que se dice que fue atacado días después de descubrirse el primer escalón de la tumba y murió devorado por una cobra, lo cual fue visto por el campesino que presenció la escena como un mal presagio.

A estas muertes de animales, que siempre se suman cuando se habla de

víctimas de la maldición, hay que añadir las de dos de los hermanastros de lord Carnarvon, que poco o nada tuvieron que ver en el descubrimiento o apertura de la tumba. Otro ejemplo es el egiptólogo George Bénédict, que se dice murió por visitar la tumba, aunque de hecho, y como se sabe, ni siquiera llegó a acceder a ella pues su visita tuvo lugar en verano y se hallaba cerrada. Su muerte se debió más bien a su avanzada edad y su forzada campaña anterior que afectó sobremanera a su malogrado cuerpo.

Hay que tener en cuenta que todas las personas que pudieran tener alguna relación directa o indirecta con la tumba y que sufriesen el más mínimo daño eran añadidas a la lista de fatalidades de la maldición faraónica y, pese a todo, con la lista oficial de las personas que estuvieron presentes durante la apertura de la tumba, el desvendado de la momia y su posterior estudio, la gran mayoría fallecería superados los setenta años.

Realmente el mayor peligro al que se enfrentan egiptólogos y arqueólogos al acceder a una tumba es a los hongos que crecen en ella debido a las condiciones idóneas para su desarrollo y a la impureza del aire debido al cierre perpetuo durante tanto tiempo.

La mujer en la religión y en la filosofía



María García Gómez

En los libros de religión y filosofía se habla muy poco de las mujeres. Platón en *La República* igualó la mujer al hombre: "Si van a hacer los mismos trabajos, van a recibir la misma educación. Por tanto, habrá que enseñarles la música, la gimnasia y el arte de hacer la guerra y tratarlas del mismo modo que a los hombres. En la organización de la ciudad no hay ninguna ocupación que corresponda exclusivamente a la mujer y al hombre por razón de sexo".

El feminismo se ha asociado a otros movimientos reivindicativos y revolucionarios. Y, por el contrario, la Iglesia cristiana representa un universo más bien conservador y opuesto a la liberación de la mujer. La visión de la Iglesia sobre el papel subordinado de la mujer respecto al hombre viene dada de su papel en la caída del ser humano. En el capítulo tercero del Génesis, se encuentra el relato de la tentación por desobedecer a Dios de sus mandatos de no conocer el árbol de la ciencia del bien y del mal. Se le adjudicó el rol protagonista a Eva, la primera en comer del fruto prohibido, seducida por el maligno Satán en forma de serpiente. Eva convenció al ingenuo Adán de hacer

lo propio y el castigo fue la expulsión del Paraíso, así como las maldiciones de conseguir el pan con el sudor de su frente a Adán, y parir con dolor en el caso de Eva.

Sin embargo, es posible contar una historia alternativa a la de los libros de filosofía y religión habituales. En el capítulo primero del

Génesis, hay una narración de cómo Dios creó al primer hombre y a la primera mujer. Dios creó a la criatura humana según "doble sexo" y desde un parámetro de igualdad, pero en el capítulo segundo, y sin mediar explicación, Adán se encuentra solo en el Paraíso y de la costilla que Jehová Dios tomó del hombre hizo una mujer, que era Eva, la segunda mujer. ¿Quién es la primera mujer del capítulo primero que desaparece misteriosamente y sobre la que los sacerdotes de las diversas religiones de la Biblia se muestran remisos a hablar?

momento vino a romperse a favor del hombre, lo que llevó a una segunda creación de la feminidad que pone a la mujer en relación con los valores domésticos y ajenos a la vida pública. Cuando Moisés descubrió a su pueblo los diez mandamientos, la mujer quedó consignada como una propiedad más del señor de la casa, menos valiosa que la casa aunque más que los esclavos, bueyes y asnos.

Lilith sería un símbolo de la mujer durante el Paleolítico y Eva significaría entrar en una época diferente, en el Neolítico. El primer período se basa

en la distinción de roles sexuales entre hombres cazadores y mujeres recolectoras en una relación de igualdad. El Neolítico significa un cambio de modelo, más sedentario, con el que comienza a formarse una institución que irá poco a poco monopolizando la violencia: el Estado. Ahí se produjo la primera separación entre hombres y mujeres que llevaría a una desigualdad en cuanto al poder.

Pero hay un error de interpretación en la consideración doméstica de Eva, ya que ella fue la que con más fuerza sintió la energía y la tentación del árbol de la ciencia. Fue la primera mujer, según el relato bíblico, que accedió al conocimiento. El árbol de la ciencia puede ser

interpretado como una metáfora de la conquista del ser humano de un tipo de inteligencia superior que le hace comprender una esfera de conceptos imposibles de alcanzar por el resto de los animales. Eva nos dio el pasaporte al mismo y el diablo resulta ser el amigo del conocimiento contra un Dios que defiende un paraíso consistente en la ausencia de conocimiento.





La fábula del tiempo



María Victoria Amírola Martínez

Esperaba encontrar una almoneda, pero en realidad era un tabuco acristalado dentro del zaguán de un edificio de al menos dos siglos de antigüedad; los cercos de madera llevaban décadas sin barnizar. Había una puercecita que, bajando un escalón, daba acceso al taller. El habitáculo permanecía medio en penumbra salvo por un potente foco que iluminaba la zona donde, tras el mostrador, un hombrecillo con una lupa incrustada en el ojo derecho se afanaba manipulando algo con herramientas minúsculas. Ni siquiera levantó la cabeza cuando entré.

—Buenas tardes.

—Buenas tardes, usted dirá —contestó.

—Verá, traigo este reloj porque no funciona; unas veces se para y otras igual se adelanta que se atrasa.

—Joven —dijo sin desviar la atención de su trabajo—, si es un tictac mecánico, hay que darle cuerda o se detiene; no lleva pilas. Por otro lado, si está mal ajustado puede retrasarse el minutero o adelantarse, pero nunca ambas cosas.

Un tanto molesto, respondí:

—Pues este lo hace, incluso en ocasiones se oscurece el cristal y no se puede ver la hora.

Entonces posó el destornillador diminuto, retiró el

monóculo y fijó su mirada en mí, observándome con detenimiento.

—¿Me permite? —Extendió la mano y lo deposité en su palma—. ¿Dónde ha conseguido esta pieza?

—Suponía que era de aquí, es la dirección que aparece en la etiqueta; me lo han regalado por Reyes.

Lo escudriñó un buen rato fascinado.

—Veamos cómo se lo explico —murmuró frotándose la calva—. Hace más de una centuria, un maestro relojero, ya de avanzada edad, quiso dejarles a sus hijos un legado especial; no quería que, como él, al final de sus días lamentaran no haber disfrutado plenamente de la vida. Ingenió un mecanismo similar a un reloj, calidómetro lo llamó. Construyó cinco, uno por cada vástago. El artilugio indica la calidad del tiempo; se dice que para los enamorados las horas pasan volando, sin embargo, unos minutos de espera se eternizan. Esa es la razón por la que se aceleran o se ralentizan las agujas. Si son periodos tristes o tediosos, el cristal se opaca. El invento pretende guiar al interesado para que aprenda a gozar de su existencia; si alcanza la armonía personal, el mecanismo se ajusta perfectamente. Uno de los nietos puso este en venta,

de ahí la etiqueta. Siendo niño, mi abuelo me contó la historia y disfrutaba mostrándome cómo mudaba. Un día desapareció y ya no supe más de él. De manera que o bien es usted descendiente del artesano, si lo recuperó la familia, o bien descende usted del comprador.

—¿No le parece que soy un poco mayorcito para cuentos fantásticos?

—Entiendo, es mayor para cuentos, pero no para los Reyes Magos.

Ante mi perplejo silencio por su impertinencia, prosiguió:

—No debería deshacerse de esta joya. Le propongo algo, ahora que ya conoce la verdadera función del aparato: lléveselo y utilícelo adecuadamente. Pasado un plazo razonable, si no lo quiere, yo me comprometo a comprarlo a buen precio.

Lo cierto es que, mientras mantuvo el reloj en sus manos, la apariencia cambió; el cristal estaba completamente nítido y el bisel adquirió un brillo tornasolado casi mágico. Salí de allí desconcertado, tenía la sensación de haber sido embaucado, pero lo había hecho tan ingeniosamente que me divertía. El calidómetro lucía radiante.

No he conseguido averiguar quién me hizo el obsequio. Por curiosidad, comencé a consultar mi cachivache y me sorprendí al ser consciente de que se convirtió en una costumbre. He llegado a tenerle verdadero afecto, pues me ayuda a modificar mi actitud en determinadas circunstancias y, sin darme cuenta, mis días empezaron a ser más felices. He regresado, transcurrido un año, para contárselo al relojero y aún no salgo de mi asombro al descubrir que en ese emplazamiento se levanta un hotel. Pregunté por los alrededores. Solo un anciano que tomaba el sol sentado en un banco recordaba la relojería instalada en el cuchitril de una corrala que lustros atrás fue derruida. El solar se mantuvo sin construir hasta hace tres años, que edificaron el hotel.

La relojería se llamaba "De Fábula".

El servicio activa las hormonas de la felicidad



Bertha Pérez Q.
Mediadora
intercultural
Oasis Center

Según la Ley del Voluntariado, publicada por la Comunidad de Madrid, "se entiende por voluntariado el conjunto de actividades de interés general desarrolladas por personas físicas en el seno de organizaciones públicas o privadas, que tengan un carácter libre, gratuito y solidario, sin que tengan por causa una obligación personal o un deber jurídico".

Vivimos normalmente vidas muy agitadas. El *stress* termina pasando una factura a la salud, pero podemos cuidar de nuestra salud mientras servimos a otros.

Muchas personas se han cansado de amar y de servir, pero ¿debemos dejar enfriar nuestros corazones y escondernos en nuestro lugar seguro para que nadie nos haga daño? ¡No!

Quiero compartir algunos beneficios que disfrutamos al servir:

- ▶ Te olvidas de tus problemas.
- ▶ Se activan las hormonas de la felicidad.
- ▶ Tu salud mejora al compartir con otros.
- ▶ Conoces personas que a pesar de haber vivido circunstancias difíciles no se han derrumbado.
- ▶ Tu vida se enriquece conociendo personas que han enfrentado adversidades y mostrando en la práctica el significado de la palabra "resiliencia".
- ▶ La salud emocional es afectada positivamente. La autoestima crece como consecuencia del reconocimiento al servicio que realizas.
- ▶ Tus habilidades se multiplican y vives en cons-

Desde Oasis Center



Feliz día del
AMOR Y AMISTAD

tante aprendizaje.

- ▶ Mejora tu currículum y brinda mayores oportunidades en el campo laboral.
- ▶ Aceptas que la felicidad no consiste en cuánto sabemos o tenemos.
- ▶ Valoras la importancia del trabajo en equipo. Cada persona es importante y juntos producimos mejores resultados en nuestra organización.
- ▶ Nuestra capacidad para dar aumenta y nos produce satisfacción.
- ▶ Encuentras verdaderos amigos, aquellos que comparten tus valores.

Está demostrado que las personas que se aíslan o se encierran en su propio mundo son más propensas al deterioro de su salud emocional y física.

Actualmente vemos que el voluntariado es un adorno que embellece nuestro cu-

rrículum, además de desarrollar nuestra Inteligencia Emocional.

He conocido empresas muy importantes que al reclutar a sus empleados dan especial valor al servicio altruista desempeñado. También es verdad que muchas personas pueden buscar solo el postreo, pero tarde o temprano se harán notorias sus intenciones y todos verán que no todo lo que brilla es oro.

También conozco personas dignas de ser imitadas, que nos inspiran y que nos ayudan a descubrir que el servicio nos hace grandes.

Desde aquí celebramos la amistad y el cariño de todos los voluntarios y te animamos.

¡No te canses de servir..., no te canses de amar, no te canses de creer! 🌱

El arte de vivir

Be Happy Now



Luz Rodríguez
Psicóloga de
"El Arte de Vivir"

Una de las claves del arte de vivir, del buen vivir, es cuidar nuestra actitud frente a la vida, es decir, aprender a mirar.

Los seres humanos somos un conjunto de muchas cosas, como un edificio con varias plantas. Somos pensamientos, emociones, cuerpo..., y todas las partes influyen en el resto. Esto hace que nuestro edificio sea de una manera o de otra, es decir, que nos comportemos de una manera o de otra. Es muy importante ser conscientes de cómo nuestros pensamientos pueden influir en nuestras emociones y por tanto que acabemos actuando de una manera o de otra. En la mayoría de las ocasiones no somos conscientes con qué gafas estamos viendo el mundo, simplemente nos limitamos a poner el automático y seguir viendo el mundo como siempre, sin pensar que existen otras posibles explicaciones ante las situaciones.

¿Por qué ante una misma situación varias personas pueden reaccionar de distinta manera? Básicamente depende de las gafas con las que cada persona mire el mundo. Por experiencias pasadas, circunstancias, etc., tendemos a ponernos gafas con unos colores determinados, es decir, tendemos a ver el mundo de una deter-

minada manera. Hay gente que tiende a ver las cosas siempre de manera más oscura, más pesimista, suspicaz..., y piensa que no existe otra manera de ver la vida ni otras posibles explicaciones. Sin embargo, ante esta misma situación hay gente que reacciona de una manera más positiva, neutra, más ajustada a la realidad, es decir, tienen más limpias las gafas. Es importante que nos paremos de vez en cuando para ver si las gafas que llevamos puestas están "limpias" y no estamos viendo el mundo a través del pesimismo. ¡Qué importante es aprender a mirar!

También hay que recordar que el "cómo pienso" influye en el "cómo me siento" y todo esto hace que nos predispongamos a actuar de una manera u otra.

Cuando nos ponemos las gafas oscuras nos quedamos anclados en las preocupaciones, la angustia, la decepción, etc., y nos paralizamos y entramos en un bucle de emociones negativas y pensamientos pesimistas que nos hacen no resolver, quedándonos sin avanzar y alimentando nuestra manera de ver el mundo o nos predisponemos de tal manera que nosotras mismas provocamos los resultados temidos y eso alimenta que nos sigamos engancho a nuestra forma negativa de ver el mundo. Lo que creemos terminamos creando.

Aparte de los resultados que conseguimos también es

importante tener en cuenta cómo nos hemos encontrado en ese camino de gafas oscuras, con angustia, ansiedad, frustración, desmotivación, tristeza, etc. La pregunta será cómo queremos caminar por el mundo, enfadadas con la vida o intentando luchar y confiando en la vida.

Por esto, es esencial que aprendamos a identificar cuáles son las gafas con las que quiero mirar el mundo y ver cómo eso afecta a mis emociones y a mi comportamiento y, por tanto, a lo que acabo consiguiendo.

No es una tarea fácil, puesto que muchas veces no nos damos cuenta de que tenemos las gafas sucias, nos pensamos que ver el mundo de una manera es la única posibilidad. Todo esto porque lo tenemos tan interiorizado que no sabemos que existen otras posibilidades. Por eso, habría que animarse a aprender a mirar y analizar cuáles son esos pensamientos que nos juegan malas pasadas. Es necesario que nos planteemos el cambio de mirada y comencemos a pensar de manera más positiva, cultivar pensamientos positivos, pensamientos que se ajusten a la realidad, que nos ayuden a salir de la mera preocupación, y pasar a ocuparnos y comenzar a resolver y avanzar. Nos ayudará a luchar por el cambio, a coger las riendas de nuestra vida, a retomar el control e intentar cambiar nuestras realidades.

El arte de vivir además de cultivar los pensamientos positivos también presta atención al autocuidado, a todas aquellas cosas positivas que nos ocurren al cabo del día, a dedicarnos tiempos para reconectar con nosotras mismas, a disponer de momentos de calma, de silencio, parar el ritmo vertiginoso, prestar atención a esas señales que nos indican que algo no va bien, prestar atención al cuerpo, a sentirlo, a vivir de manera consciente en el momento presente, a pedir ayuda si la necesitamos, a compartir, a cultivar el amor hacia una misma, a hablarnos y tratarnos bien, a confiar en nosotras mismas, a contar con tiempos para hacer cosas que nos apasionen, a escuchar nuestras necesidades y así poder establecer relaciones más auténticas, sinceras, sanas y equilibradas. A permitírnos sentir, y a no perder de vista el objetivo, que es vivir, vivir y ser feliz. Y para ello habrá que experimentar otras formas de afrontar las dificultades, el estrés, las relaciones personales y reconstruir la relación más importante de nuestra vida, la relación con nosotras mismas.

Y recuerda..., la felicidad se contagia.



luzpsicologia@hotmail.es

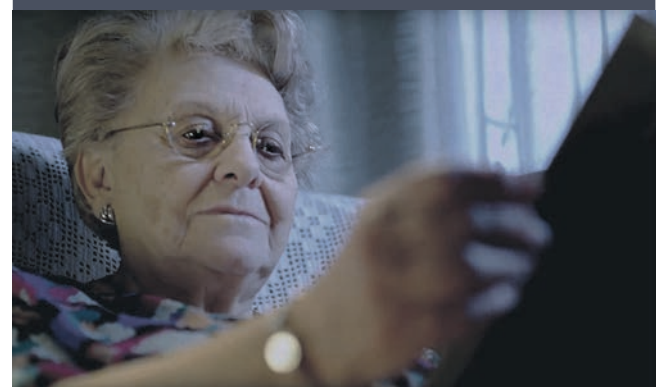
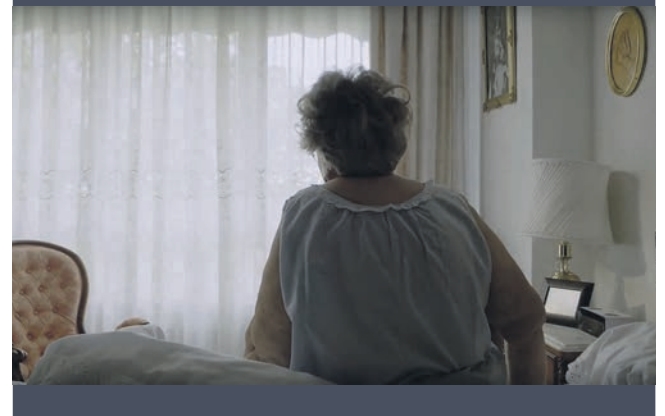


627379870

La soledad de la señora Vila

La ONG Accem puso en marcha el concurso "Historias de mujeres mayores que viven solas". Os animamos a que entréis en su página www.accem.es/mayoressolas donde están todos los relatos presentados.

Utilizando como guion el relato ganador de Sara María Laborda, hemos hecho un cortometraje precioso y muy emotivo que lleva por título "La soledad de la señora Vila". El corto está en: <https://www.youtube.com/watch?v=zby2CfCOH2E> También en www.accem.es/mayores-solas.



Alberto García Cerviño

La soledad no buscada es un problema de la sociedad actual. No estamos hablando de personas que viven solas sino de personas que se sienten solas, de la soledad no escogida, cuando a la carencia de compañía se le suma el sentimiento subjetivo de no tener a nadie, de tristeza.

Con el concurso de relatos breves "Historias de mujeres mayores que viven solas" hemos querido visibilizar esta realidad. Las 258 historias recibidas son la herramienta para dar a conocer este problema.

TEATRO DE LAS CULTURAS San Cosme y San Damián, 3 facebook.com/ teatrodelaescenas/

En febrero montajes dirigidos por mujeres que cumplen con las 3 premisas que han marcado la trayectoria del espacio: DIVERSIDAD CULTURAL, albergando espectáculos de diferentes colectivos y culturas. DIVERSIDAD ARTÍSTICA, dando a conocer nuevos y arriesgados lenguajes de expresión y creación. Apoyo a la figura de la MUJER ARTISTA.

► ZARABANDA

Todos los jueves y viernes a las 20:30h desde el 31 de enero al 22 de febrero. ▼



Homenaje a Ingmar Bergman en el centenario de su nacimiento. Adaptación de "Saraband", la que para muchos es la película-testamento del realizador sueco. Reflexión sobre el miedo a la vejez y a lo que podemos aferrarnos cuando sentimos que la muerte nos acecha.

► CALÍGULA DEBE MORIR

Miércoles 13, 20 y 27 de febrero a las 20h. Miércoles 6, 13, 20 y 27 de marzo a las 20h. ▼



Esta obra nos hace ver que nuestros problemas no están muy alejados de los conflictos socioculturales y políticos de la época del emperador romano: El terrible dolor que supone para Calígula la temprana pérdida de su hermana Drusila,

desatará en su interior una rebelión contra el orden de las cosas. Si el mundo es absurdo, su gobierno también lo será.

► MUJERES DE PACIENCIA SALVAJE

Días 2, 3, 9, 10, 16, 17 y 24 de febrero a las 20 horas. ▼



Complejo recorrido identitario de las mujeres para recuperar su naturaleza salvaje. Cuatro cuentos populares transitan por conflictos comunes a la experiencia de ser mujer en el mundo.

EL BURDEL A ESCENA

Sombrerería, 3
elburdelaescena.com

► INSUMISA

Jueves a las 22:10h ▼



Frida, es una mujer que emprende un viaje en el mar del deseo, re descubriendo una nueva forma de amar " El sexo bajo la vigilante mirada del BDSM"

► CRETINOS

Miércoles a las 20h. ▼



Tres visiones distintas, tres maneras

de amar cruzan sus caminos en un montaje directo donde los personajes confunden la estupidez con la realidad. Mentira + ego + sexo..

► SANTÍSIMA TRINIDAD

Jueves 20h. ▼



Santísima Trinidad, es una comedia tierna y cruel sobre el poliamor. Un triángulo formado por unos amantes consonantes que conviven de una relación agri dulce, donde nada es lo que parece.

► EL CASTING

PARA MAYORES DE 18 AÑOS

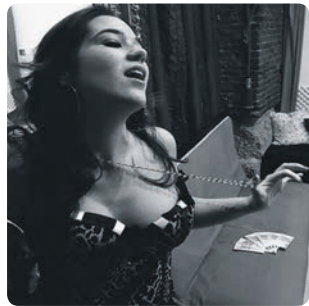
Viernes y sábados 20:30h y 22:30 h. ▼



En un sórdido local de Lavapiés se está realizando un particular casting. Las condiciones son 500€ a la semana, residencia y nada de intimidad, ya que durante su estadia, compartirán con los espectadores sus más sinceras emociones, sueños y ambiciones.

► MASTERCLASS

Domingos a las 19h y 20:30h. ▼



Un espectáculo teatral erótico y canalla con humor cabaretero que no te dejará indiferente.



FaNáticos presenta TODO, junto a Iván Ferreiro

Adelanto de su nuevo trabajo RESILIENCIA que saldrá a la venta en marzo de 2019. Hace unas semanas que la banda valenciana FaNáticos volvía con un nuevo single: TODO. Habla del "final de un desamor, de una ruptura, una situación insostenible que lleva a la sanación de la persona", un tema que transporta a esos primeros sonidos Indies del panorama nacional.

5:45 segundo single de "Las cosas no se arreglan en 1 día"

Os presentamos 5:45, segundo adelanto de "Las cosas no se arreglan en 1 día", nuevo trabajo de Pablo Espadas VS TEK0 con el que el artista se reta a sí mismo a componer y grabar un disco de calidad en un solo día. 5:45 fue el quinto tema que se creó durante esas 24 horas de trabajo intenso "ya estábamos un poco cansados tras casi 15 horas sin pausa". El tema llega unos días antes del lanzamiento oficial del disco y del documental que se estrenará en febrero de 2019. 5:45 es un tema de auto reivindicación "queríamos reflexionar sobre el desprecio y la indiferencia de la gente que se considera moralmente superior al resto". La canción tiene una estructura algo rara para ser un tema de rap, ya que la parte instrumental es igual de importante que la cantada.



Cuando tú apareces, de Miguel Dantart

Miguel Dantart celebra sus 20 años en la música con "Cuándo tú apareces" el volumen II de este proyecto con el que el artista madrileño da un giro espectacular en su camino artístico. Cinco temas nuevos que hablan de "historias extraordinarias en un mundo cotidiano". Todas las canciones han sido compuestas por el artista y grabadas en Keynoise (Arroyomolinos - Madrid) bajo la producción de Miguel Ángel Collado. "Son historias que reflejan la vida común de un ciudadano anónimo en la gran ciudad" dice Dantart sobre el disco. En ella recrea momentos de la vida corriente desde ese prisma único que reflejan un sello marcadamente personal. El artista canta a su barrio, a la vida cotidiana, la esperanza, los sueños, las ausencias.



Nevy en concierto

21 de Febrero, 20:30h. MOBY DICK (Av. de Brasil, 5). Girón de Playa Cuberries entre los artistas invitados de este concierto tan especial. Malu Molina será la encargada de abrir el concierto. Hace ya unos meses que no podemos sacarnos CAFEÍNA de la cabeza. Ahora es ocasión de ver a NEVY en directo, con banda y en una de las salas más especiales de Madrid, la Moby Dick. NEVY son Blanca y Yarea, un proyecto único, fresco y sorprendente que descubrió la plataforma Vives por Ella destinada a desarrollar talento y que cuenta con el apoyo y respaldo de Universal Music.



BAR SKINAZO

Plaza
del Campillo
del Mundo Nuevo, 1

Síguenos en facebook
SKINAZO-BAR

Charcutería Jesús y Toñi

JAMONES
EMBUTIDOS
QUESOS
LEGUMBRES
BACALAO

PREPARAMOS
JAMONES
ENVASADOS
AL VACÍO

MERCADO DE LA CEBADA
PUERTO 209
P.A. - TEL. 91 364 11 75

PIZZERIA BAR ARGENTINO

Gourmet Desayunos

Pizzas y empanadas

C/ Rodas, 28
(semiesquina a calle Ribera de Curtidores)

910709700
640688852
muzza&faina

REPARTO A DOMICILIO

LAVAPIÉS. LATINA y EMBAJADORES

LA FORMA MÁS FÁCIL, RÁPIDA
Y SEGURA DE DAR DIFUSIÓN
A TU NEGOCIO

Nati ☎ 636871952
nhupublicidad@gmail.com



**LAVAPIÉS. LATINA
y EMBAJADORES**

es un periódico editado por Nación Humana Universal. www.nacionhumanauniversal.org | nhu.lavapies@gmail.com | [nhuperiodico](https://www.facebook.com/nhuperiodico) | [@NHULavapies](https://twitter.com/NHULavapies)
Para anunciarse en el periódico llame al teléfono 636877952 o póngase en contacto a través del correo electrónico nhupublicidad@gmail.com
Puedes descargar el periódico en formato en: www.nacionhumanauniversal.org/periodico

Viñeta

Marcos García Sandberg



Espacio de debate vecinal

Salud y enfermedad



NHU

Sobre la salud y la enfermedad, sobre el dolor físico y el sufrimiento mental, sobre los enormes temores que despierta el miedo a enfermar, el miedo al dolor y el miedo a la muerte, se pueden compartir muchas experiencias. Vivir la vida con plenitud en cada fase de ella no es cualquier cosa, convivir con el dolor o la enfermedad sin ser absolutamente neutralizados es casi un arte. Vamos a invitar a César Torres, nuestro entrevistado de este mes, para que nos cuente eso que dice de que cada uno es

dueño de su salud, y de que la enfermedad es un proceso en el que se mueven tensiones de equilibrio y desequilibrio. Es más sencillo pensar que un medicamento lo resuelve todo, y nos da la sensación de que con este asunto no podemos hablar de modo absoluto; una enorme gama de grises se encuentra entre el blanco y el negro, y sería más adecuado abrir todo un abanico cromático multicultural y multidisciplinario. Se suelen quejar los médicos del poco tiempo del que disponen

para atender a sus pacientes, y de la saturación en centros de salud y hospitalarios. La salud pública, universal y gratuita es una conquista irrenunciable, pero no es solo un problema de medios económicos y materiales. El **viernes día 22** de febrero, a las **19 horas**, en el **Centro Social Comunitario Casino de la Reina**, calle Casino, 3, hablaremos sobre salud y enfermedad desde la experiencia y sin limitaciones. Y seguro que lo que tú puedas aportar será también muy interesante.

ARTISTIC METROPOL
Cigarreras, 6
artisticmetropol.es

► CARTELERA 1 - 7 FEBRERO PREMIOS GOYA 2019

Comenzamos el mes de febrero con la fiesta más importante del cine español: los premios Goya. Y nuestra programación está dedicada exclusivamente a casi todas las películas nominadas. ¡Mucha suerte para todas ellas!
Esta semana seguimos con sesiones matinales especiales Goya 2019 a 5,5 € a las 12:00 h.

► SIGUEN EN CARTEL

"La noche de 12 años" (2018) de Álvaro Brechner (3 nominaciones), "Cold war" (2018) de Pawel Pawlikowski (con nominación Goya a mejor película europea),



"Viaje al cuarto de una madre" (2018) de Celia Rico (4 nominaciones), "Entre dos aguas" (2018) de Isaki Lacuesta, "Quién te cantará" (2018) de Carlos Vermut (7 nominaciones), "Memorias de un hombre

en pijama" (2018) de Carlos FerFer, "El silencio de otros" (2018) de Almudena Carracedo y Robert Bahar, y "Carmen y Lola" (2018) de Arantxa Echevarría (con 8 nominaciones).

► EL FOTÓGRAFO DE MAUTHAUSEN

Estreno. Estrenamos esta semana una de las películas con 4 nominaciones a los premios Goya que nos faltaba: "El fotógrafo de Mauthausen" (2018) de Mar Targarona. A partir del viernes 1 de febrero.



**LAVAPIÉS. LATINA
y EMBAJADORES**

**LA FORMA MÁS FÁCIL, RÁPIDA
Y SEGURA DE DAR DIFUSIÓN
A TU NEGOCIO**

Nati ☎ 636877952
nhupublicidad@gmail.com

Los BAYONES COCINAN

Comida para llevar y a domicilio.
Menú del día.

Calle San Pedro Mártir, 3
(Junto a la Plaza Tirso de Molina)
91 023 37 42 - 627 72 04 17
lasbayonescocinan@gmail.com

DESDE 1940
LA CARNE Y LA COCINA
SON LA PASIÓN Y EL OFICIO
DE MI FAMILIA

www.lasbayonescocinan.es

**Afílate
al PCE**

Pásate por la sede de :
c/ Martín de Vargas 46
info@pcmadrid.org - 91 7569531

MADRID