

**RUPI KAUR**

Cada vez que  
dices a tu hija  
que le gritas  
porque la amas  
le enseñas a confundir  
rabia con bondad  
lo cual parece una buena idea  
hasta que ella crece y  
confía en hombres que la lastiman  
porque se parecen tanto  
a ti.



**elmuro.es**

91 725 83 22 / 667 987 937

comunicacion@elmuro.es

actuaempresa.com / foroculturaempresa.com

campusteatral.es / mediantescultura.com

elotromuro.org

robertmuro.com

**KIT DE SUPERVIVENCIA elmuro 2022**



**elmuro**

**KIT  
DE  
SUPER  
VIVENCIA**

**2022**

**ABRAZANDO LA VIDA**

**elmuro**  
1995·2022

## AMANDA GORMAN, *Cuando veo mujeres jóvenes*

Cuando veo mujeres jóvenes, veo el fulgor  
de su fuerza: lo que ellas hacen y lo que ellas saben.  
Es un destello que no está en el cristal,  
el diamante o el rocío.

Es la luz de un impulso que no cesa.  
No hay que pedir permiso para el cambio,  
para ser rotundamente nosotras, bellamente extrañas.  
Somos el amanecer de mil millones de haces, luz radiante,  
el camino de astros que sigue una niña que sueña.  
No puedes quitarme esta llama  
mía es la voluntad de su fuego.

## MARÍA FERNANDA SANTIAGO BOLAÑOS, en *El tiempo de las lluvias*

El universo es una flor abierta. Pétalo tras pétalo se deshoga para, al fin, iniciar el ascenso hacia ese espacio donde la luz y el interior donde nace la luz son uno mismo.



**elmuro** es una empresa de gestión, formación, consultoría y producción cultural que se adscribe al Cuarto Sector de la economía - empresas responsables y con valores - y asume el compromiso de contribuir a la igualdad, el desarrollo sostenible y el bien de los seres humanos.

*Elotromuro, su nueva Organización No Lucrativa.*

## EVANGELIO DE MATEO 5, 1-12, *Las bienaventuranzas*

Viendo a la muchedumbre, subió a un monte, y cuando su sentado, se le acercaron los discípulos; y abriendo Él su boca, los enseñaba, diciendo: bienaventurados los pobres de espíritu, porque suyo es el reino de los cielos.

Bienaventurados los mansos, porque ellos poseerán la tierra.

Bienaventurados los que lloran, porque ellos serán consolados.

Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia, porque ellos serán hartos.

Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia.

Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios.

Bienaventurados los pacíficos, porque ellos serán llamados hijos de Dios.

Bienaventurados los que padecen persecución por la justicia, porque suyo es el reino de los cielos.

## OSCAR WILDE

Los bien criados contradicen a otras personas. Los sabios se contradicen a sí mismos.

La cosa más vulgar se vuelve deliciosa en cuanto uno la oculta.

## ROSARIO TRONCOSO

Le pregunté a Dios: ¿por qué?. Y se encogió de hombros.  
Hay lugares y personas en los que no se puede entrar.  
Hay personas y lugares de los que no se puede salir.  
Personas para todos los gustos y de todos los sabores.

## GEORG CHRISTOPHE LICHTENBERG

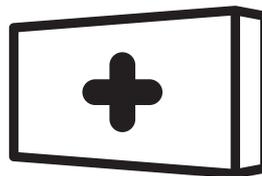
Cuando estoy echado tengo una opinión, y otra cuando  
estoy de pie.  
Toda imparcialidad es artificial.  
El vino estimula a la acción: a los buenos en el bien y a  
los malos, en el mal.  
El hombre es lo que piensa y no lo que dice.



elmuro

Gestión - Consultoría - Formación - Producción Cultural

Dirección Robert Muro  
+34 667987937  
elmuro@elmuro.es



---

# KIT DE SUPER VIVENCIA 2021

ABRAZANDO LA VIDA

---

elmuro  
1995·2022

## ÍNDICE

1. C. LONG
2. P. VERLAINE / J. HIERRO
3. M. REYNOLDS
4. B. HOLIDAY/ F. ARRABALI
5. S. SONTAG
6. M. ÁLVAREZ-F. GORDILLO/ F. G. LORCA
7. S. RODRÍGUEZ
8. B-C HAN/ A. MACHÍN
9. S. ZWEIG/ J. GIONO
10. J. SACRISTÁN/ F. QUEVEDO
11. K. ZAZPI
12. L. SILVA / A. PÉREZ
13. O. WILDE
14. A. P. REVERTE/ P. MILANÉS
15. E. CHAMPOURCIN/ R. GRAVES
16. A. N NARIHA/ DIAMANTES/ RAIMON
17. A. PIKE
18. J. L. CANCHO/ M. ATWOOD
19. B. GRACIÁN
20. E. SCHEURMAN/F. SAMANIEGO
21. V. JARA
22. M. GARCÉS/ H. HUPFELD
23. H. D. THOREAU
24. G. KHALIL/ E. SASTRE
25. F. ESPANCA
26. H. ABAD/ M. PESARRODONA
27. A. EINSTEIN
28. R. REIS/ M. D ZAYAS
29. D. FOSTER
30. A. KULLICK/ VOLTAIRE
31. M. ZAMBRANO/ E. CIORAN
32. M. AGUR /J. L. BORGES
33. A. GARRIGUES
34. A. L. AMARAL/ I. CHACÓN
35. C. D. AMOR
36. V. HAVEL/ P. DONÉS
37. P. PEDRERO
38. R. SÁNCHEZ/ M. HERNÁNDEZ
39. F. KAFKA/ MARWAN
40. M. ANGELOU
41. EPICTETO
42. CUENTO ZEN
43. A. GORMAN/ T. D. CALCUTA/ LA ROCHEFOULCAULD
44. MARWAN/ M. YOURCENAR
45. C. MARZAL
46. R. POYNTON/ B. FERRANDO/ HORACIO
47. D. FOSTER/ F. SAVATER
48. CASTELAO
49. M. BENEDETTI/ P. VALERY
50. M. TORRES/ CHAMFORT
51. CH. SIMIC/A. D. BENEDETTO
52. L. D. VAL/ E. MARTÍNEZ
53. L. OÑEDERRA
54. I. SHAH/ E. FROMM
55. C. ARENAL
56. V. MORTENSEN/ M. MEJÍA/ E. MORENTE
57. S. STONG
58. A. DIACONÚ/ J. MAYORGA/ C. LAFORET
59. R. LEVI/ I. MUGUERZA/ A. MONTERROSO
60. J. BERGAMÍN/ I. VALLEJO

## MAHATMA GANDHI, en *Reflexiones sobre la verdad*

### CÓDIGO DE CONDUCTA

Para los voluntarios, en 1930 redacté un código de conducta con nueve puntos:

1. No albergues rencor y sufre la ira del oponente. Rehúsa responder a sus ataques.
2. No te sometás a orden alguna dictada por la ira, aunque haya algún serio castigo a esa desobediencia.
3. Evita insultar o maldecir.
4. Protege al oponente del insulto o el ataque, aun a riesgo de tu vida.
5. No resistas el arresto ni te aferres a propiedades, salvo como delegado del dueño.
6. Niégate a entregar la propiedad que te confiaron, aun a riesgo de tu vida.
7. Si te toman prisionero, compórtate de modo ejemplar.
8. Como miembro de una unidad *satyagraha*, obedece las órdenes de los líderes *satyagraha*, y en caso de serio desacuerdo renuncia a integrar la unidad.
9. No esperes garantías para el sustento de dependientes.



## **CARL “LUZ” LONG**, de su *Carta a Jesse Owens*

Mi corazón me dice, (...) que ésta es la última carta que voy a escribir en mi vida. Si es así, te pido algo. Es algo muy importante para mí: Quiero pedirte que vayas a Alemania cuando termine la guerra, encuentra a mi hijo Karl y le hables de su padre; dile Jesse, cómo era la vida cuando no nos separaba la guerra, dile cómo pueden ser las cosas entre los hombres en esta tierra. Si haces esto por mí, esto que necesito tanto que se sepa, haré algo por ti, te voy a decir algo que seguro quieres escuchar y que es verdad: ese momento en Berlín, cuando te hablé por primera vez, cuando tenías tu rodilla en la arena, yo sé que estabas orando; entonces no lo sabía, pero lo sé ahora ¡Ahora lo sé! Sé que no es una casualidad que tú y yo nos conociéramos, sabía que nuestra amistad duraría más que un momento olímpico.

Creo que esto pasó porque Dios hizo que sucediera, eso es lo que quiero decirte Jesse, pienso que debo creer en Dios, así que ahora rezo para pedirle que estas palabras que te escribo en verdad lleguen a ti y puedas leerlas.

Tu hermano, Luz.

**PAUL VERLAINE, *Canción de otoño***

(Poemas saturnianos)

Los sollozos más hondos  
del violín del otoño/ son igual  
que una herida en el alma  
de congojas extrañas/ sin final.  
Tembloroso recuerdo  
esta huida del tiempo/ que se fue.  
Evocando el pasado  
y los días lejanos/ lloraré.  
Este viento se lleva/  
el ayer de tiniebla/ que pasó,  
una mala borrasca  
que levanta hojarasca/ como yo.

**JOSÉ HIERRO, *Sonetuelo***

Perro editor. Cien mil veces maldito,  
¿qué Luzbel te inspiró la Antología?  
Una coraza es lo que merecía  
tu idea, pez, hoguera y sanbenito.

Yo dormía hasta ayer como un bendito,  
sin pensar en lo mucho que debía.  
Ahora, despierto me sorprende el día,  
nervioso, calvo, pálido y marchito.

¿Ignoras que quien siembra Antologías



recoge nacionales? ¿No podías  
haber estrangulado el pensamiento?

Maldígante legiones de poetas.  
Pobre de mí, con miles de pesetas  
gravadas con traspasos y descuentos.

### **MALVINA REYNOLDS, *Cajitas***

Cajitas en la colina/ cajitas de tiki - tak  
son cajitas, pequeñas,/ cajitas todas igual.  
Las hay blancas, las hay verdes,  
y una de color azul.  
Todas son de tiki -taka/ igualitas todas son.  
La gente que vive en ellas/ fue toda a la Universidad.  
Los metieron en cajitas,/ salieron todos igual.  
Empresarios, abogados,/ médicos y economistas hay.  
Todos son de tiki – taka/igualitas todos son.  
Los domingos van al fútbol/ y beben Martini-dry  
Tienen hijos que son majos/ y también estudiarán.  
Cuando el PREU hayan pasado/ irán a la Universidad,  
donde los pondrán en cajas/ y saldrán todos igual.  
Los chicos van al negocio,/ se casan, tienen bebés,  
en cajas, pequeñas cajas,/ cajitas todas igual.  
Las hay blancas, las hay verdes,/ y una de color azul.  
Todas son de tiki – taka/ igualitas todas son.

**BILLIE HOLIDAY, *Strange fruit*** (Fruta extraña)

De los árboles del sur cuelga una extraña fruta,  
sangre en las hojas, y sangre en las raíces.  
Cuerpos negros balanceándose en la brisa sureña,  
extraños frutos colgando de los álamos.

Escena pastoral del galante sur,  
los ojos hinchados y la boca retorcida,  
aroma de las magnolias, dulce y fresco,  
y, de pronto, el olor a carne quemada.

Aquí está la fruta para que la arranquen los cuervos,  
para que reciba la lluvia, para que la chupe el viento,  
para que el sol la corrompa,  
para que los árboles la suelten.

Esta es una extraña y amarga cosecha.

**FERNANDO ARRABAL, *Lamento por la calle solitaria***

(... « letra » está a la disposición de todos; los derechos  
íntegramente estarán a la disposición de Confinados  
sin Fronteras)

Peor que la modernidad/ Sin pata... ni pánicos.  
La pesadilla del confinamiento

Peor que la horrible lepra / Sin Teresa de Calcuta.  
El calvario del confinamiento



Peor que los inmigrantes/ Sin quechuas y sin nada.  
El horror del confinamiento

Peor que las prisiones cubanas/ Para los poetas dada.  
El suplicio del confinamiento

Peor que el gota a gota / Para tísicos amarrados.  
El martirio del confinamiento

Peor que nuestra sociedad / Sin Debord ni espectáculos  
La crueldad del confinamiento

Peor que el helado Goulag /Para rebeldes testarudos.  
El infierno del confinamiento

Peor que la Inquisition/ Para indóciles levantiscos.  
El fuego celeste del confinamiento

Peor que la cocina de Landru/ Para las incautas viudas.  
Los tormentos del confinamiento

Peor que el Titanic-insurmergible / Para los cruceros  
de sueño.  
Las torturas del confinamiento

Peor que una residencia secundaria/ Sin piscina nueva.  
La atrocidad del confinamiento

Peor que el AVC y el imput / Para enfermos imprevistos.  
La ferocidad del confinamiento.

Peor que Franco Hitler / Y sus copias de hoy.  
La monstruosidad del confinamiento.

**MANUEL ÁLVAREZ BEIGBEDER, Y FRANCISCO GORDILLO PÉREZ, *Hablemos del amor***

Hablemos del amor una vez más,  
que es toda la verdad de nuestra vida.  
Paremos un momento las horas y los días  
y hablemos del amor una vez más.  
Hablemos de mi amor y de tu amor,  
de la primera vez que nos miramos.  
Acércame tus manos y unidos en la sombra  
hablemos del amor una vez más.  
Que nos importa, que nos importa  
aquella gente que mira la tierra y no ve más que tierra.  
Que nos importa, que nos importa,  
toda esa gente que viene y que va por el mundo sin ver  
la realidad (...)  
Que nos importa, no hagamos caso de nadie  
y hablemos de amor,  
de nuestro amor.

**FEDERICO GARCÍA LORCA, *Los reyes de la baraja***

Si tu madre quiere un rey,  
la baraja tiene cuatro: / rey de oros, rey de copas,  
rey de espadas, rey de bastos.  
Corre que te pillo, / corre que te agarro,  
mira que te lleno / la cara de barro.  
Del olivo /me retiro,



del esparto /yo me aparto,  
del sarmiento /me arrepiento  
de haberte querido tanto.

**SILVIO RODRÍGUEZ, *Aunque no esté de moda***

Hoy de ti hacia mí,  
hoy de mí hacia ti  
vamos a hablar en voz muy baja.  
Dime lo que te pasa, déjame levantarte,  
déjame darte un beso y curarte.  
Vivamos de corrido, sin hacer poesía,  
aunque no esté de moda en estos días,  
aunque no esté de moda te pido una mano,  
mis entrañas no entienden de estética y cambios.  
Aunque no esté de moda repite conmigo:  
quiero amor, quiero amor compartido.  
Te quiero salvar de tu desnudez,  
en pleno centro de la soledad.  
Me quiero salvar haciendo revolución  
desde tu cuerpo por variar.  
Algo nos está pasando, un ruido como de pasos  
viene en la oscuridad y se vuelve a ir.  
Algo nos está pasando,  
desde que la gente está empeñada en quererse amar  
y en poder vivir.

## **BYUNG-CHUL HAN, en *Ausencia***

Para la sensibilidad oriental ni la constancia del ser, ni la perduración de la esencia hacen a lo bello. No son ni elegantes ni bellas las cosas que persisten, subsisten o insisten. Bello no es lo que sobresale o se destaca, sino lo que se retrae o cede; bello no es lo fijo, sino lo flotante. Bellas son cosas que llevan las huellas de la nada, que contienen en sí los rastros de su fin, las cosas que no son iguales a sí mismas. Bella no es la duración de un estado, sino la fugacidad de una transición. Bella no es la presencia total, sino un aquí que está recubierto de una ausencia.

## **ANTONIO MACHÍN, *Compromiso***

Sin firmar un documento,/ ni mediar un previo aviso,  
sin cruzar un juramento/ hemos hecho un compromiso.

Sin promesas nos marchamos,  
ni te obligas, ni me obligo/ y aún así sé que soñamos  
tú conmigo, yo contigo.

Tu destino es como el mío,/ si eres vela, yo soy viento,  
si eres cauce, yo soy río,/ si eres llaga, yo lamento.

Nadie habló de enamorarnos,/ pero dios así lo quiso  
y tan solo de tratarnos/ ha nacido un compromiso.

Tu destino es como el mío,/ si eres vela, yo soy viento,  
si eres cauce, yo soy río,/ si eres llaga, yo lamento.



Nadie habló de enamorarnos  
pero dios así lo quiso, / y tan solo de tratarnos  
ha nacido un compromiso.

**STEFAN ZWEIG**, en *Magallanes, el hombre y su gesta*

Un hecho histórico no halla su cumplimiento en la ejecución inmediata, sino en la circunstancia de ser transmitido al provenir. Lo que se llama historia no consiste en la suma de todos los hechos significativos que se han producido en el espacio y en el tiempo; la historia del mundo solo abarca el pequeño sector que la exposición poética o sabia logró iluminar. Nada sería de Aquiles sin Homero, y toda figura es sombra y los hechos se disuelven como la onda líquida en el mar inmenso si no existe el cronista que los hace permanentes en su descripción o el artista que les da nueva forma.

**JEAN GIONO**, en *Las verdaderas riquezas*

La sociedad construida sobre el dinero destruye las cosechas, destruye el ganado, destruye los hombres, destruye el mundo verdadero, destruye la paz, destruye las verdaderas riquezas.

**JOSÉ SACRISTÁN**, del *Discurso Premio Nacional de Cinematografía* (El País, 20.09.21)

Yo le quitaba unas cuantas plumas a las gallinas, me las ponía en la cabeza, y me plantaba desafiante ante mi abuela. ‘Virgen santa, un indio’, decía ella. ‘Se lo ha creído’, pensaba yo. Cuando recibí la noticia de este premio, pensé lo mismo: ‘Se lo han creído’. Se han creído que era el estudiante, el pregonero, el de los globos, el recluta, el emigrante, el abogado, el médico, el asesino. Vaya suerte, más de 60 años sin dejar de jugar.

**FRANCISCO QUEVEDO**, *Amor constante, más allá de la muerte*

Cerrar podrá mis ojos la postrera  
sombra que me llevare el blanco día,  
y podrá desatar esta alma mía  
hora a su afán ansioso lisonjera;

mas no, de esotra parte en la ribera,  
dejará la memoria en donde ardía:  
nadar sabe mi llama la agua fría  
y perder el respeto a ley severa.

Alma a quien todo un dios prisión ha sido,  
venas que humor tanto fuego han dado,  
medulas que han gloriosamente ardido,



su cuerpo dejarán, no su cuidado,  
serán ceniza, más tendrá sentido,  
polvo serán, más polvo enamorado.

## **KEN ZAZPI, *Itsasoa Gara***

Begiratu atzean, ortzi mugak sutan  
Gure begien zerutan  
Begiratu maitea, amildegi ertza  
Biziak hila, ametsa/ez bilatu gauean izar hura  
zure begietan piztuta (...)

Ta ez galdetu inoiz zer galdu genuen  
gure ametsaren bidean/ izan garelako  
oraindik ere bagara,/ta beti izango gara!

Ta ez galdetu inoiz zer galdu genuen  
negar egin genuenean  
malko haiei esker orain itsasoa gara  
orain itsasoa gara!

*Somos mar.* Mira atrás, los límites del firmamento ardiendo,/  
en el cielo de nuestros ojos./ Mira cariño, el borde del acan-  
tilado/ el sueño asesinado por la vida./ No busques aquella  
estrella por la noche/ encendida en tus ojos (...)

Y no preguntes nunca lo que perdimos/ en el camino de nues-  
tro sueño/ porque lo hemos sido/ lo seguimos siendo/ y lo  
seremos siempre!// Y no preguntes nunca lo que perdimos/  
cuando lloramos/ gracias a aquellas lágrimas, ahora somos  
el mar,/ ahora somos el mar!

**LORENZO SILVA**, en *Recordarán tu nombre*

La Historia defrauda una y otra vez las mejores expectativas y frustra los más nobles propósitos, favoreciendo en cambio las peores intenciones y que se cumplan los más oscuros augurios. Una convicción con la que toca aprender a convivir con la mayor serenidad posible, lo que no quiere decir conformarse o darse por vencido. Lo que la Historia nos hurta y deniega, lo conquista y nos lo otorga la literatura. (...) Es hora de emprender la reivindicación: el desquite del arte sobre la vida.

**ANA PÉREZ CAÑAMARES**, *Hijo mío*, en *La alambrada de mi boca*

Que soy libre, me dicen.  
Pero si quisiera tener otro hijo  
tendría que llevarlo al Banco de la esquina  
porque suya es mi casa.  
Mi niño llamaría padre al director  
y madre a la cajera  
aprendería a andar con una silla de oficinista  
dormiría en un cajón del archivador  
y yo sólo sería un pariente lejano  
que le sonreiría desde mi puesto en la cola.  
Me pasaría de vez en cuando con la excusa de ampliar  
la hipoteca  
sólo para ver qué tal me lo crían

cómo le afecta el aire acondicionado  
si sabe poner un fax  
y si el director le regala un juego de sartenes  
por su cumpleaños.



### **OSCAR WILDE, *El hombre que contaba historias***

Había una vez un hombre muy querido de su pueblo porque contaba historias. Todas las mañanas salía del pueblo y, cuando volvía por las noches, todos los trabajadores del pueblo, (...) se reunían a su alrededor y le decían: -Vamos, cuenta, ¿qué has visto hoy? Él

explicaba: -He visto en el bosque a un fauno que tenía una flauta y que obligaba a bailar a un corro de silvanos. -Sigue contando, ¿qué más has visto? -decían los hombres. -Al llegar a la orilla del mar he visto, al filo de las olas, a tres sirenas que peinaban sus verdes cabellos con un peine de oro. Y los hombres lo apreciaban porque les contaba historias. Una mañana dejó su pueblo, como todas las mañanas... Mas al llegar a la orilla del mar, he aquí que vio a tres sirenas que, al filo de las olas, peinaban sus cabellos verdes con un peine de oro. Y (...) llegando cerca del bosque, vio a un fauno que tañía su flauta y a un corro de silvanos... Aquella noche, cuando regresó a su pueblo y le preguntaron: -Vamos, cuenta: ¿qué has visto? Él respondió: -No he visto nada.

**ARTURO PÉREZ REVERTE, *Polémica con la RAE sobre la acentuación de la palabra solo***

Lo dije no sólo una vez y no lo dije solo. Sólo uso la tilde cuando estoy solo, pero sólo para sentirme menos solo. Considere que el hombre solo habla con Dios y el acompañado sólo con quien lo acompaña. Ahora, escriba sin tildes esa chorrada que acabo de escribir. Y descifre.

**PABLO MILANÉS, *Pobre del cantor***

Pobre del cantor de nuestros días,  
que no arriesgue su cuerda/ por no arriesgar su vida.  
Pobre del cantor que nunca sepa  
que fuimos la semilla y hoy somos esta vida.  
Pobre del cantor que un día la historia  
lo borre sin la gloria de haber tocado espinas.  
Pobre del cantor que fue marcado  
para sufrir un poco y hoy está derrotado.  
Pobre del cantor que a sus informes  
les borren hasta el nombre con copias asesinas.  
Pobre del cantor que no se alce  
y siga hacia adelante con más canto y más vida.  
Pobre del cantor que no halle el modo  
de tener bien seguro su proceder con todos.  
Pobre del cantor que no se imponga

con su canción de gloria, con embarres y lodos.   
Pobre del cantor de nuestros días  
que no arriesgue su cuerda/ por no arriesgar su vida.  
Pobre del cantor que nunca sepa  
que fuimos la semilla y hoy somos esta vida.

## **ERNESTINA DE CHAMPOURCIN, *Hai Kais espirituales***

Primavera

¡Toda la primavera dormía entre tus manos!  
Iniciaste en un gesto la fiesta de las rosas  
y erguiste, enajenada,  
esa flecha de luz que impregna los caminos.  
¡Toda la primavera!  
Fervores del instante transido de capullos,  
gracia tímida y leve del perfume sin rastro,  
caricias que despiertan el sexo de las horas.  
Brotaron de tus palmas en éxtasis gozoso  
los trinos y las brisas. Y tu ademán secreto  
despertó en rubores la pubertad del mundo.  
¡Todo vino por ti! Porque tus manos lentas  
ciñeron brevemente mi carne estremecida,  
porque al rozar mi cuerpo  
despertaste una flor que trae la primavera.

## **ROBERT GRAVES**

No hay dinero en la poesía, tampoco hay poesía en el dinero.

## **ARIWARA NO NARIHA, *Poemas***

Si de mil largas noches otoñales  
pudiera yo hacer /una sola noche  
y durmiera junto a ti mil noches como ésta  
no llegaría a saciarme.

...

¡Oh, flores del cerezo!,  
volad cual nubes/ para que se borre  
el camino de la vejez/ que llegar parece.

## **DESAYUNO CON DIAMANTES (Fragmento)**

¿Sabes lo que te pasa? No tienes valor, tienes miedo, miedo de enfrentarte contigo misma y decir está bien, la vida es una realidad, las personas se pertenecen las unas a las otras porque es la única forma de conseguir la verdadera felicidad. Tú te consideras un espíritu libre, un ser salvaje y te asusta la idea de que alguien pueda meterte en una jaula. Bueno nena, ya estás en una jaula, tú misma la has construido y en ella seguirás vayas a donde vayas, porque no importa dónde huyas, siempre acabarás tropezando contigo misma.

## **RAIMON, *D'un temps d'un país***

D'un temps que serà el nostre  
d'un país que mai no hem fet,



cante les esperances/ i plore la poca fe.  
No creguem en les pistoles,  
per a la vida s'ha fet l'home/ i no per a la mort s'ha fet.  
No creguem en la misèria,  
la misèria necessària, diuen/ de tanta gent.  
D'un temps que ja és un poc nostre,  
d'un país que ja anem fent,  
cante les esperances/ i plore la poca fe.  
Lluny som de records inútils/ i de velles passions.  
No anirem al darrera/ d'antics tambors.  
D'un temps que ja és un poc nostre,  
d'un país que ja anem fent.

*De un tiempo, de un país:* De un tiempo que será el nuestro/,  
de un país que no hemos hecho,/ canto a las esperanzas/ y  
lloro la poca fe./ No creamos en las pistolas,/ para la vida  
se ha hecho el hombre,/ no se ha hecho para la muerte./ No  
creamos en la miseria,/ la miseria esnecesaria, dicen,/ ide  
tanta gente!/ De un tiempo que es ya un poco nuestro,/ de  
un país que estamos ya haciendo,/ canto a las esperanzas/  
y lloro la poca fe./ Estamos llenos de recuerdos inútils/ y  
de viejas pasiones./No iremos detrás/ de antiguos tambores.

## **ALBERT PIKE**

Lo que hacemos por nosotros mismos muere con nosotros, lo que hacemos por los demás y por el mundo permanece y es inmortal.

**JOSÉ LUIS CANCHO**, en *Cuadernos de invierno*

Mirar

Permanecer sentado, escribir, alzar la vista, resplandecer de inutilidad. A eso, en esencia, se reduce tu vida. A ese poco, deberías añadir el silencio que te rodea, un silencio dotado de un gran poder consolador. Aquí has aprendido a mirar. Mirar da felicidad. Piensas en un ejemplo: el instante en que una hoja cae sin hacer ruido lo percibes en lo más hondo de ti mismo como canto. Para ser feliz de verdad hay que sumergirse hasta el fondo en lo que uno hace, no dejas de repetírtelo. Y tu tarea consiste sobre todo en contemplar, en mirar, en captar la materia especial de la luz, en ver la luz en el tránsito de la luz.(...)

Quisiera que mi casa se asemejase al viento marino, palpitante de gaviotas. Mi cuarto es celda y es mundo. Agazapado en mí mismo me conecto con los otros. En la intimidad, la casa crece y se expande. Soy un soñador de casas, de espacios íntimos, de patios a la sombra, de refugios en el boque...  
Bajo la lluvia la casa resplandece.

**MARGARET ATWOOD**, en *La puerta*

A nadie le importa quién gana

A nadie le importa quién gana las guerras.



Nos importa el momento de ganar,  
nos gustan los desfiles, los vítores;  
pero después, la victoria disminuye.  
Una copa de plata en la repisa de la chimenea  
grabada con alguna fecha,  
un tesoro de botones, arrancados a los cadáveres,  
como souvenirs; un gesto ignominioso  
cometido en un golpe de ira incandescente,  
apartado de la memoria.  
Tuviste pesadillas, te llevaste algo de botín.  
No hay mucho que decir(...)

**BALTASAR GRACIÁN, en *El arte de la prudencia***

Tener valor y prudencia. Hasta las liebres se atreven con el león muerto. Con el valor no hay bromas. Si se cede en lo primero, también habrá que ceder en lo segundo, y así hasta el final. La misma dificultad habrá que vencer después: más vale hacerlo ahora. El valor del ánimo es superior al del cuerpo. Es como la espada: debe ir siempre envainado en su prudencia hasta la ocasión oportuna. Es la defensa de la persona. Más daña la flaqueza del ánimo que la del cuerpo. Muchos tuvieron cualidades eminentes, pero por faltarles este aliento, parecieron muertos y acabaron sepultados en su flojedad.(...) Nervios y huesos hay en el cuerpo: que no sea el ánimo todo blandura.

**ERICH SCHEURMAN, *Los Papalagi*** (Los hombres blancos)

Los que tienen pocas cosas se llaman a sí mismos pobres o infelices. Ningún Papalagi canta o va por la vida con un destello en su mirada cuando su única posesión es un recipiente de comida como hacemos nosotros. Si los hombres y mujeres del mundo de los blancos residieran en nuestras cabañas, se lamentarían y afligirían, e irían a buscar rápidamente madera de los bosques y caparazones de tortuga, vidrios, fuerte alambre y llamativas piedras y mucho, mucho más. Y moverían sus manos de la mañana hasta la noche, hasta que la choza samoana estuviese llena de objetos enormes y pequeños que se rompen fácilmente y son destructibles por el fuego y la lluvia, y que por esto deben sustituirse todo el tiempo. Por esto las manos de los Papalagi nunca están quietas. Ésta es la razón por la que los rostros de la gente blanca parecen a menudo cansados y tristes, y la causa de que pocos de ellos puedan jugar en la plaza del pueblo, componer canciones felices o bailar en la luz de una fiesta y obtener placer de sus cuerpos saludables como es posible para todos nosotros.

**FÉLIX SAMANIEGO, de *Fábulas***

Las moscas

A un panal de rica miel/ dos mil moscas acudieron  
que por golosas murieron/ presas de patas en él.

Otra dentro de un pastel/ enterró su golosina.



Así, si bien se examina, /los humanos corazones  
perecen en las prisiones/ del vicio que los domina.

### **VÍCTOR JARA, *Plegaria de un labrador***

Levántate y mira la montaña  
de donde viene, el viento el sol y el agua.  
Tú que manejas el curso de los ríos,  
tu que sembraste el vuelo de tu alma...  
Levántate y mírate las manos,  
para crecer, estréchala a tu hermano,  
juntos iremos unidos en la sangre,  
hoy es el tiempo que puede ser mañana...  
Líbranos de aquel que nos domina en la miseria,  
tráenos tu reino de justicia e igualdad;  
sopla como el viento la flor de la quebrada,  
limpia como el fuego el cañón de tu fusil.

Hágase por fin tu voluntad aquí en la tierra,  
danos tu fuerza y valor al combatir;  
sopla como el viento la flor de la quebrada,  
limpia como el fuego el cañón de tu fusil  
Levántate y mírate las manos,  
para crecer estréchala a tu hermano  
Juntos iremos unidos en la sangre,  
ahora y en la hora de nuestra muerte, amén.

## **MARINA GARCÉS, en *Escuela de aprendices***

La educación no es un asunto que se pueda resolver solamente con innovación ni, tampoco, solamente con metodologías más sofisticadas. Es una práctica de renovación constante que pone en juego metodologías diversas, pero que se juega su sentido en otra pregunta: ¿Por qué aprendemos? (...) Los aprendizajes nos inscriben en un mundo y al mismo tiempo hacen que lo desbordemos, que lo contestemos, que deseemos transformarlo. (...) Nos permiten entender de dónde venimos y nos hacen ver a dónde no queremos ir.

## **HERMAN HUPFELD, *El tiempo pasará /As time goes by* (CASABLANCA)**

Debes recordar esto: /un beso sigue siendo un beso,  
un suspiro es solo un suspiro.

Las cosas fundamentales adquieren valor  
a medida que pasa el tiempo.

Y cuando dos amantes se atraen,  
todavía dicen: “Te quiero”.

En eso puedes confiar,  
no importa lo que traiga el futuro,  
a medida que pasa el tiempo.

La luz de la luna y las canciones de amor,  
nunca pasan de moda.

Los corazones llenos de pasión,/ celos y odio.



La mujer necesita al hombre,  
y el hombre debe tener su compañera,  
eso, nadie lo puede negar.  
Es todavía la misma vieja historia,  
una lucha por el amor y la gloria,  
un caso de morir o matar.  
El mundo siempre dará la/ bienvenida a los amantes,  
a medida que pasa el tiempo.

### **HENRY DAVID THOREAU**, en *Desobediencia Civil*

Acepto de todo corazón la máxima: “El mejor gobierno es el que menos gobierna” y me gustaría verla aplicada de una manera más rápida y sistemática. Llevada hasta sus últimas consecuencias conduciría a esta otra, en la que también creo: “El mejor gobierno es el que no tiene que gobernar en absoluto.” Cuando los hombres estén preparados para ello, este será el tipo de gobierno que tendrán.

¿Es la democracia, tal como la conocemos, el último logro asequible en materia de gobierno? ¿No podemos dar un paso más a fin de reconocer y organizar los derechos del hombre? Ningún Estado podrá jamás ser realmente libre e ilustrado sino hasta que reconozca al individuo como un poder superior e independiente, del que se deriva su propio poder y autoridad, y lo trate en consecuencia.

## **GIBRAN KHALIL, *El jardín del profeta***

Maestro: enséñanos todo; y como tu sangre fluye en nuestras venas y nuestro aliento está hecho de tu fragancia, acaso comprendamos.

Entonces él les respondió, y el viento estuvo en su voz cuando dijo: “¿Me habéis traído a la isla de mi nacimiento para hacer de mí un profesor? Aún no he sido encarcelado por la sabiduría. Demasiado joven soy y demasiado ingenuo para hablar de otra cosa que no sea reflejo de mí mismo, lo que nunca es nada más que el abismo invocando al abismo. Dejad al que quiera la sabiduría buscarla en la hierba o en un puñado de arcilla roja. Yo soy todavía cantor. Todavía debo cantar a la tierra, y cantar debo vuestro perdido ensueño que recorre el día entre sueño y sueño. Pero mantendré la mirada fija en el mar.”

## **ELVIRA SASTRE, en *Baluartes***

2.22

Dime algo que no sepa,/ por ejemplo:  
que tu tristeza siempre fue una excusa,  
que mis dedos fueron flores subiendo por tu costado,  
que me echas de menos y sabes a sal.  
que te destrozó no intentarlo,  
que tu cama es el lugar más frío de esta parte  
del mundo,/ que llegas tarde a todos los sitios  
porque vives en el pasado.



Dime algo que no sepa,/ por ejemplo:  
que no me quieres,/ que eres feliz  
o que, de puntillas,  
llegas a tocar las nubes de mi cabeza.

## **FLORBELA ESPANCA, *Inconstância***

Procurei o amor que me mentiu.  
Pedi à Vida mais do que ela dava.  
Eterna sonhadora edificava  
meu Castelo de luz que me caiu!

Passei a vida a amar e a esquecer...  
Um sol a apagar-se e outro a acender  
nas brumas dos atalhos por onde ando...

E este amor que assim me vai funfindo  
é igual a outro amor que vai srgindo,  
que há-de partir também... nem eu sei quando...

*Inconstancia.* Busqué el amor que me mintió./ Pedí a la Vida  
más de lo que daba./ ¡Eterna soñadora, edificaba/ mi castillo  
de luz que se cayó! // Pasé mi vida amando y olvidando.../  
Un sol se apaga, otro se encenderá,/ alumbrando los sen-  
deros por donde ando...// Y este amor que así se me va  
escapando/ es como otro amor que va surgiendo ya/ y se irá  
también... ni yo sé cuándo.

## **HÉCTOR ABAD GÓMEZ**, de *Manual de tolerancia*

La humanidad, como un todo, es la verdadera protagonista y hacedora de la historia. Como células que somos de este gran cuerpo universal humano somos, sin embargo, conscientes de que cada uno de nosotros puede hacer algo para mejorar el mundo en que vivimos y en el que vivirán los que nos sigan.(...)

El mero conocimiento no es sabiduría. La sabiduría sola tampoco basta. Son necesarias la sabiduría y la bondad para enseñar y gobernar a los hombres. Aunque podríamos decir que todo hombre es sabio, si verdaderamente lo es, tiene también que ser bueno.(...)

Si quieres que tu hijo sea bueno, hazlo feliz. Si quieres que sea mejor, hazlo más feliz. Los hacemos felices para que sean buenos y para que luego su bondad aumente su felicidad.(...)

## **MARTA PESARRODONA**, en *Berlin Suite*

Schöneberg

Com sempre, ha estat un afer casual:

amistas d'amistats, aquí, allà, / al Nord, al Sud.

No m'agrades, de primer.

Potser et veig els meus defectes

(difícil trobada d'escorpins!)

i vull sempre miralls / de la visió més perfecta.



Tot d'una (mentre “actúes”)/ ens troben i ens sentim.  
“Treu” és un adjectiu/ que m'havia acabat d'aprendre,  
i m'és molt útil per aquesta vetllada.

El vi i la nit segueixen i ens separen.  
Hi ha, però, la meva fidelitat,  
temporal i absoluta, pel teu cos, / pel meu tacte.

*Schöneberg.* Como siempre, fue un affaire casual:/ amista-  
des de amistades, aquí, allá,/ en el Norte, en el Sur...// Al  
principio no me gustas./ Quizás reconozca en ti mis defec-  
tos/ (idifícil encuentro entre escorpiones!)/ y siempre quie-  
ro espejos/ de la imagen perfecta.// De repente (mientras  
“actúas”)/ nos encontramos y nos sentimos.// “Treu” es un  
adjetivo/ que acababa de aprender,/ y me resultaba muy útil  
` para esta velada.// El vino y la noche prosiguen y nos sepa-  
ran./ Queda, sin embargo, mi fidelidad, / temporal y absolu-  
ta, a tu cuerpo,/ a mi tacto.

## **ALBERT EINSTEIN, en *Religión y ciencia***

La concepción ética de un hombre debería basarse en realidad en la compasión, la educación y los lazos y necesidades sociales; no hace falta ninguna base religiosa. Triste sería la condición del hombre si tuviese que contenerse por miedo al castigo y por la esperanza de una recompensa después de la muerte.

## **RICARDO REIS, (FERNANDO PESSOA), *Sim, sei bem***

Sim, sei bem/ que nunca serei alguém.  
Sei de sobra / que nunca terei uma obra.  
Eis, enfim, / que nunca saberei de mim.  
Sim, mas agora, / enquanto dura esta hora,  
este lugar, eses ramos, / esta paz, em que estamos,  
deixem-me me crer/ o que nunca poderei ser.

*Sí, sé bien/ que nunca seré alguien./ Sé de sobra/ que nunca  
tendré una obra./ En fin, sé/ que nunca me conoceré./ Sí,  
pero ahora,/ mientras dura esta hora,/ esta luna, estos  
ramos,/ esta paz en la que estamos,/ dejadme creer/ lo que  
nunca podré ser.*

## **MARÍA DE ZAYAS, *Celos tuve, mas, querida***

Celos tuve, mas, querida, / de los celos me burlaba;  
antes en ellos hallaba / sainetes para la vida;  
ya, sola y aborrecida,  
Tántalo en sus glorias soy;/ rabiando de sed estoy,  
¡ay, qué penas! ¡ay, qué agravios!,  
pues con el agua a los labios,  
mayor tormento me doy.  
¡Oh tú, que vives segura/ y contenta en casa ajena!  
de mi fuego queda llena, / y algún día vivirá,  
y la tuya abrasará;  
toma escarmiento en mi pena.



**DAVID FOSTER WALLACE, *Discurso de Graduación de la promoción de 2005 en Kenyon College***

Porque aquí hay otro asunto más que es extraño pero cierto: en las trincheras del día a día de la vida adulta, en realidad no hay nada parecido al ateísmo. No hay nada que no implique adoración. Todo el mundo adora. La única elección que hacemos es qué adorar. Y la razón irresistible por la que quizá elegimos alguna clase de dios o cosa de tipo espiritual que adorar —sea Jesucristo o Alá, sea Yavé o la Diosa Madre Wiccan, o las Cuatro Nobles Verdades, o algún conjunto inviolable de principios éticos— es que casi cualquier otra cosa que adores te comerá vivo. Si adoráis el dinero y las cosas materiales (...) entonces nunca tendréis bastante, nunca sentiréis que tenéis bastante. Esa es la verdad. Adorad vuestro cuerpo y vuestra belleza y vuestro atractivo sexual y siempre os sentiréis feos. Y cuando el tiempo y la edad comiencen a mostrarse, moriréis un millón de muertes antes de que finalmente la sintáis. (...) Adorad el poder y terminaréis sintiándoos débiles y temerosos, y necesitaréis incluso más poder sobre los demás para libraros de vuestro propio miedo. Adorad vuestra inteligencia, adorad ser vistos como gente inteligente, y terminaréis sintiándoos estúpidos, fraudes, siempre a punto de ser descubiertos. Pero lo insidioso de estas clases de adoración no es que sean perversas o pecaminosas, es que son inconscientes. Son configuraciones por defecto.



## DESTILACIONES (O ESENCIAS)

### ANNA KULLICK LACKNER

No me interesa conocerte. Hoy me aplico a desconocerte.

Siempre te digo adiós por si acaso ya te hubieras ido.

Yo viajo en las personas. Jamás me quedo.

La peor de las libertades es aquella que se ejerce a solas, sin nadie con quien vivirla.

Al igual que los deportes, los amores son para jugarse y nunca para narrarse.

La sinrazón de la vida es la razón de tanta muerte.

### VOLTAIRE

Buscamos la felicidad, pero sin saber dónde, como los borrachos buscan su casa, sabiendo que tienen una.

El primero que comparó a la mujer con una flor, fue un poeta; el segundo, un imbécil.

La estupidez es una enfermedad extraordinaria, no es el enfermo el que sufre por ella, sino los demás.

La ignorancia afirma o niega rotundamente; la ciencia duda.

No quisiera ser feliz a condición de ser imbécil.

Suerte es lo que sucede cuando la preparación y la oportunidad se encuentran y fusionan.



## MARÍA ZAMBRANO

Toda forma es una cárcel.

El peligro para la vida es asfixiarse bajo el peso de la existencia.

Pertenece a la esencia trágica de la vida el necesitar del otro aun para la libertad.

Ser libre es ser responsable.

Pensar es, ante todo, descifrar lo que se siente

## EMIL CIORAN

Si no hubiéramos tenido alma, nos la habría creado la música.

Los dolores imaginarios son, con mucho, los más, reales ya que se les necesita constantemente y se inventan porque no es posible prescindir de ellos.

El que habla en nombre de otros es siempre un impostor.

La lucidez es el único vicio que hace al hombre libre: libre en un desierto.

El progreso es la injusticia que cada generación comete con respecto a la que le precede.

En cada hombre duerme un profeta, y cuando se despierta hay un poco más de mal en el mundo.

Mi misión es matar el tiempo y la de éste matarme a su vez. ¡Qué cómodo se encuentra uno entre asesinos!

## **MIREN AGUR MEABE, *Los tres deseos***

El viento me trae un recuerdo.  
Es la misma brisa  
de cuando mi alma brillaba como las rocas.  
Tenía dieciséis años y tres deseos:/ cabeza de lechuza,  
corazón de cierva,/ sexo de pantera.

El viento, veinte años más tarde,  
mece al *Árbol de la Vida*.  
Contemplo los frutos maduros a sus pies,  
cómo rezuman la ironía del tiempo  
cómo se pudren, impotentes y asombrados  
por el hoy de aquella joven que se rebautizó a sí  
misma  
Yo Soy Yo y Sólo Yo.

## **JORGE LUIS BORGES, *Aquí, Hoy***

Ya somos el olvido que seremos.  
El polvo elemental que nos ignora  
y que fue el rojo Adán y que es ahora  
todos los hombres y que no veremos.

Ya somos en la tumba las dos fechas  
del principio y del término, la caja,  
la obscena corrupción y la mortaja,  
los ritos de la muerte y las endechas.

No soy el insensato que se aferra



al mágico sonido de su nombre;  
pienso con esperanza en aquel hombre  
que no sabrá que fui sobre la tierra.

Bajo el indiferente azul del cielo  
esta meditación es un consuelo.

### **ANTONIO GARRIGUES, *Poema contra el futuro***

No es que las cosas sean  
como tienen que ser / porque no es necesario morir,  
ni estar ausente, / ni sentir lo imposible  
como algo natural y necesario.  
Las cosas verdaderas solo son apariencia  
de todo lo aparente  
y suceden de forma imprevisible  
para que nos sintamos / en peligro inmediato  
de descubrir las cosas / más terribles,  
como así por ejemplo, / el final de una obra de teatro  
o la muerte de un niño que se muere  
o el sol que se ha ocultado / para siempre  
porque ya no hay mañana / ni tiempo  
ni nada que nos mida / esta existencia absurda  
en busca de las cosas / que nunca han existido.  
O sea que es así,  
de una manera irremediable y fría.  
Pero somos humanos, esa es la gran disculpa.  
Sólo somos humanos.

## **ANA LUÍSA AMARAL, *Los cristales honestos***

Psicoanálisis de la escritura  
Aunque hable de sol y montañas,  
aunque cante los pequeños espacios  
o las grandes verdades,  
todo el poema / habla de aquel / que sobre él escribe  
Cuando las huellas de sí mismo  
parecen excluirse de las palabras,  
aun así, es a sí mismo que se describe  
al escribirse en el texto / que es escisión de sí  
Todo el poema / es un estado de pasión  
cortejando el reflejo/ el que lo creó  
Todo el poema / habla de aquel / que sobre él escribe  
y así se ama de manera desmedida,  
en la medida del verso en que se contempla  
y en vértigo / se ahoga.

## **INMA CHACÓN, *Ahora viviré por ti*, en *Arcanos***

Y ahora viviré por ti. / Abriré las puertas del mundo  
Y dejaré que entre el aire.

Viviré por ti./ Sí  
Vestida del rojo de las amapolas.  
La envidia (nieve de bastos)  
Enroscado a tu cintura  
se vislumbra un animal / invertebrado



que parece dirigirse / hacia tu boca  
tenaz/ con la memoria intacta  
y los bolsillos llenos/ de agravios antiguos.  
En su cabeza sin oídos / retumban los ecos de las iras  
que lo alimentan y engordan  
A veces se camufla entre sus pliegues  
Disfrazado de anillos/ y otras muestran sin vergüenza  
en todo su esplendor  
brillante/ cóncavo/ zaíno  
decidido a reclamar/ cada tributo  
con que te inmoviliza/ y te amordaza.

**CARLOS DEL AMOR, *Sobre El abrazo, de Juan Genovés*, en *Emocionarte***

Te quiero, te echo de menos, no te olvidaré nunca. Has sido mi amigo, mi compañero y aunque todo se haya acabado quizá dentro de un tiempo volvamos a coincidir. Hemos celebrado muchas victorias y nos hemos lamido las heridas en la derrota. Tengo miedo y necesito tus brazos, fuertes y delicados, que quizá no tenga más. Toca decir adiós, pero vendrán otras batallas aunque las pasadas caigan en el olvido. Hemos sido hermanos, cómplices, hemos querido conquistar un mundo cruel, hemos saltado en los parques y nos hemos escondido en las esquinas. No fuimos siempre los mejores, pero cada día lo intentamos. Hemos sido ayer y hemos sido hoy y quizá dentro de un tiempo seamos mañana. Abrazame sin más. Abrazame.

**VACLAV HAVEL**, en *¿Quién amenaza nuestra identidad?* (EL PAÍS, 20.05.01)

¿Quién inyecta los venenos de la disensión, el juego sucio, el egoísmo, el odio y la envidia en nuestra vida política y pública? ¿Quién nos está guiando -bastante taimadamente- hacia el máximo endurecimiento de la sensibilidad y hacia el punto en el que estaremos acostumbrados al hecho de que todos pueden mentir acerca de todo, de cualquier cosa?

**PAU DONÉS**, *Eso que tú me das*

Eso que tú me das,/ es mucho más de lo que pido.  
Todo lo que me das/ es lo que ahora necesito.  
Eso que tú me das/ no creo lo tenga merecido.  
Todo lo que me das/ te estaré siempre agradecido.  
Así que gracias por estar,  
por tu amistad y tu compañía,  
eres lo mejor que me ha dado la vida,  
por todo lo que recibí/ estar aquí vale la pena.  
Gracias a ti seguí/ remando contra la marea.  
Con todo lo que recibí,/ ahora sé que no estoy solo,  
ahora te tengo a ti,/ amigo mío, mi tesoro.  
Así que gracias por estar,  
por tu amistad y tu compañía,  
eres lo mejor que me ha dado la vida.  
Todo te lo voy a dar/ por tu calidad, por tu alegría,  
me ayudaste a remontar,



a superarme día a día  
Todo te lo voy a dar,/ fuiste mi mejor medicina.  
Todo te lo daré,/ sea lo que sea, lo que pidas.  
Y eso que tú me das,/ es mucho más  
de lo que nunca te he pedido.  
Todo lo que me das/ es mucho más  
de lo que nunca he merecido.

**PALOMA PEDRERO, *Perder la casa*** La Razón,  
26.09.21

Perder la casa es como perder el alma. Un ser humano no puede prescindir de un lugar en el que cerrar la puerta y quitarse la ropa, la máscara, la pena, el cansancio, la calle, a los otros. No se puede vivir sin agua, sin luz, sin retrete, sin armario. Porque si no tienes nada de eso no puedes organizar tu hogar interior, el que has ido amueblando con el esfuerzo de tu existencia, de tu trabajo, de tu condición única; el que realmente necesitas para ser persona única. Porque la casa es el reflejo de lo que somos. Sólo unos pocos seres muy especiales disfrutaban de vagabundear por el mundo, y no quieren llave ni buzón. Los demás necesitamos nuestro nido como los pájaros, nuestra cueva como los lobos, nuestra gruta como los peces.

## **RAFAEL SÁNCHEZ FERLOSIO,**

«Casi» y «Algo», nombres de dos cadáveres que yacen en el fondo del barranco.

Cuando la acción se ha vuelto inercia y rutina, ya solo la omisión es resistencia, deliberación y libertad.

El que quiera mandar guarde al menos el último respeto hacia el que ha de obedecer: absténgase de darle explicaciones.

No hay que tener miedo: el mundo es fuerte y siempre vuelve a la normalidad.

El que quiera mandar guarde al menos el último respeto hacia el que ha de obedecer: absténgase de darle explicaciones.

## **MIGUEL HERNÁNDEZ, *Menos tu vientre, en Cancionero y romancero de ausencias***

Menos tu vientre,/ todo es confuso.

Menos tu vientre, /todo es futuro fugaz, pasado/ baldío, turbio.

Menos tu vientre, todo es oculto.

Menos tu vientre, /todo inseguro, todo postrero,/ polvo sin mundo.

Menos tu vientre, /todo es oscuro.

Menos tu vientre claro y profundo.

## FRANZ KAFKA



El gesto de amargura del hombre es, con frecuencia, solo el petrificado azoramiento de un niño.

Una de las formas de seducción del mal más efectivas es la incitación a la lucha.

Vivir es desviarnos incesantemente. De tal manera nos desviamos, que la confusión nos impide saber de qué nos estamos desviando.

Reflexionar serena, muy serenamente, es mejor que tomar decisiones desesperadas.

Quien busca no halla, pero quien no busca es hallado.

La juventud es feliz porque tiene la capacidad de ver la belleza. Cualquiera que conserve la capacidad de ver la belleza jamás envejece.

Debo confesar que una vez envidié mucho a alguien porque era amado, cuidado, defendido de la razón y de la fuerza y porque yacía en paz bajo las flores. Yo siempre tengo la envidia al alcance de la mano.

## MARWAN

Meritocracia. Tanta gente con talento sin contactos.  
Tanta gente con contactos sin talento.

## MAYA ANGELOU, *Y aún así, me levanto*

Tú puedes escribirme en la historia  
con tus amargas, torcidas mentiras,  
puedes aventarme al fango  
y aún así, como el polvo... me levanto. (...)

Como lunas y como soles,  
con la certeza de las mareas,  
como las esperanzas brincando alto,  
así... yo me levanto.

¿Me quieres ver destrozada?  
cabeza agachada y ojos bajos,  
hombros caídos como lágrimas,  
debilitados por mi llanto desconsolado.

¿Mi arrogancia te ofende?  
No lo tomes tan a pecho,  
porque yo río como si tuviera minas de oro  
excavándose en el mismo patio de mi casa.

Puedes dispararme con tus palabras,  
puedes herirme con tus ojos,  
puedes matarme con tu odio,  
y aún así, como el aire, me levanto. (...)

De las barracas de vergüenza de la historia  
yo me levanto  
desde el pasado enraizado en dolor/ yo me levanto  
soy un negro océano, amplio e inquieto, / manando  
me extendiendo, sobre la marea,  
dejando atrás noches de temor, de terror, / me levanto,



a un amanecer maravillosamente claro,  
me levanto,  
brindado los regalos legados por mis ancestros.  
Yo soy el sueño y la esperanza del esclavo.  
Me levanto.

## **EPICTETO, *El Enquiridión***

XVII. Si quieres progresar en sabiduría, soporta pasar por necio e insensato, haciendo ver lo poco que te importan los bienes exteriores. No intentes pasar por sabio, y si te miran como un personaje importante, desconfía de ti mismo. Pues debes saber que es difícil conservar las dos cosas a la vez: tu voluntad conforme a recta razón y ocuparse al mismo tiempo en las cosas ajenas; porque es preciso descuidar lo uno si te atareas en lo otro.

XXIV. Puedes ser invencible si no te implicas en combate alguno cuya victoria no dependa de ti. Viendo a alguien colmado de honores o elevado a un gran poder, o floreciendo de alguna manera, cuídate de, llevado por tu imaginación, creerlo feliz. Pues, si la esencia de lo verdadero consiste en cosas que no dependen de nosotros, ni la envidia, ni la emulación, ni los celos tendrán cabida, y tú mismo no querrás ser ni negociante, ni político, ni general, sino libre. Y para eso hay una sola vía: el desprecio de todo lo que no dependa de nosotros.

## CUENTO ZEN

Los dos esclavos

Una vez el sultán iba cabalgando por las calles de Estambul, rodeado de cortesanos y soldados. (...) Al pasar, todo el mundo le hacía una reverencia. Todos menos un derviche harapiento.

El sultán detuvo la procesión e hizo que trajeran al derviche ante él. Exigió saber por qué no se había inclinado como los demás.

El derviche contestó:

— Que toda esa gente se incline ante ti significa que todos ellos anhelan lo que tú tienes: dinero, poder, posición social. Gracias a Dios esas cosas ya no significan nada para mí. Así pues, ¿por qué habría de inclinarme ante ti, si soy dueño de dos esclavos que para ti son tus señores?

La muchedumbre contuvo la respiración y el sultán se puso blanco de cólera.

— ¿Qué quieres decir con eso? ! Yo soy sultán indiscutible de todas estas tierras, todo está bajo mis dominios y todos responden ante mí! — gritó.

— Mis dos esclavos, que para ti son los señores que dominan tu vida, son la ira y la codicia.

Dándose cuenta de que lo que había escuchado era cierto, el sultán se inclinó ante el derviche.

*En la toma de posesión de Biden*

Señor Presidente, Dra. Biden, (...): Hemos desafiado el vientre de la bestia. Hemos aprendido que la tranquilidad no siempre es paz. En las normas y nociones de lo que es justo, no siempre es justicia. Y, sin embargo, el amanecer es nuestro antes de que nos diéramos cuenta. De alguna manera lo hacemos. De alguna manera hemos resistido y hemos sido testigos de una nación que no está rota, sino simplemente inacabada. Nosotros, los sucesores de un país y una época en que una chica negra flaca, descendiente de esclavos y criada por una madre soltera, podemos soñar con convertirse en presidente o encontrarse recitando para uno.

**TERESA DE CALCUTA**

La mayor enfermedad hoy día no es la lepra ni la tuberculosis sino más bien el sentirse no querido, no cuidado y abandonado por todos. El mayor mal es la falta de amor y caridad, la terrible indiferencia hacia nuestro vecino que vive al lado de la calle, asaltado por la explotación, corrupción, pobreza y enfermedad.

**LA ROCHEFOULCAULD**

Nadie merece ser alabado por su bondad si no tiene la fuerza de ser malo.

**MARWAN**, en *Una mujer en la garganta*

*El caballo de Troya*

Dicen que el amor es una fortaleza.

Y claro que lo es.

Lo que sucede es que el desamor  
espera paciente su momento  
y encuentra la manera de penetrar  
llevándose todo por delante.

Nos dicen que el amor es una fortaleza  
y eso lo tenemos claro.

Lo que nadie nos explica  
es que el desamor  
es el Caballo de Troya.

**MARGUERITE YOURCENAR**, en *Fuegos*

Se dice: loco de alegría. También podría decirse: cuerdo de dolor.

El amor es un castigo. Somos castigados por no haber podido quedarnos solos.

Hay que amar mucho a una persona para arriesgarse a padecer. Tengo que amarte mucho para ser capaz de padecerte.

No me mataré. Se olvidan tan pronto de los muertos...



Amar con los ojos cerrados es amar como un ciego.

Amar con los ojos abiertos tal vez sea amar como un loco: es aceptarlo todo apasionadamente. Yo te amo como una loca.

Un dios que quiere que yo viva te ha ordenado que dejes de amarme.

Soledad... Yo no creo como ellos creen, no vivo como ellos viven, no amo como ellos aman... Moriré como ellos mueren.

Existe entre nosotros algo mejor que un amor: una complicidad

### **CARLOS MARZAL, *Aforismos* en *Medidas Cautelares***

Lo único tonto es no usar un consuelo, por muy consuelo de tontos que sea.

Una de las formas en que se manifiesta el avance de la vejez consiste en tomarse cada vez menos la molestia de resultar amable.

La felicidad tiene tantas formas que parece mentira que sea solo una: la felicidad.

Ser feliz consiste en creer que uno lo es.

Mi Paraíso es la salud del cuerpo.

**ROBERT POYNTON, Entrevista** en La Vanguardia,  
04.11.20

En la vida, como en el arte, hay que dar un paso atrás para verlo claro. Lo que pasa es que estar siempre atareados encubre la ansiedad que nos genera pensar en lo que podría pasar si paramos. Es algo existencial: para mantener la calma seguimos hacia delante. Pero la vida consiste en algo más que en hacer cosas.

**BARTOLOMÉ FERRANDO**, de *In-significancias poéticas*

Hay notas musicales  
que están trepando  
por las cuerdas del pentagrama

con el fin de tener  
una voz / más aguda

-

la escalera / está apoyada en la pared

la pared / se queja de dolor

**HORACIO**

*Dimidium facti, qui coepit, habet: **sapere aude**, incipe.*  
Tiene medio camino hecho quien ha empezado: atrévete a pensar, empieza.

**DAVID FOSTER WALLACE**, en *Esto es agua*



En realidad, aprender a pensar quiere decir ejercitar un cierto control, sobre qué piensas y cómo piensas. Quiere decir ser lo bastante consciente y estar lo bastante alerta como para escoger a qué prestas atención y escoger de qué manera construyes sentido a partir de la experiencia.

## **FERNANDO SAVATER**

Quizá la palabra “yo” sea una especie de localizador verbal, como los términos “aquí” y “ahora”.

La alegría se las arregla para sacar de lo real más de lo que nos brinda.

La mayor diferencia entre un enfermo real y un enfermo ideológico es que el primero quiere que lo curen a él, y el segundo reclama curación de la sociedad.

¿Cómo va a descubrir el sentido del mundo alguien tan bobo como para creer que puede descubrirlo?

Mala señal -filosóficamente hablando- la premura en edificar certezas que sustituyan de inmediato a las recién derribadas.

Con los años aumenta el orgullo y por lo tanto disminuye la vanidad.

## **CASTELAO, *Onde hai un cruceiro*, en *Cousas***

Onde hai un cruceiro houbo sempre un pecado, e cada cruceiro é una oración de pedra que fixo baixar un perdón do Ceo, polo arrepentimento de quen o pagou e polo gran sentimento de quen o fixo.

¿Tendes reparado nos nosos cruceiros aldeans? Pois parade.

A Virxe das Angustias, enclavada no reverso de moitas cruces de pedra, non é a Piedá dos escultores; é a Piedades creada polos canteiros.

Os nosos canteiros, deixándose levar polo sentimento, non podían maxinar un home no colo do nai.

Para os artistas canteiros, Xesucristo sempre é pequeno, sempre é o Neno, porque é o Fillo, e os fillos sempre somos pequenos nos colos das nosas nais.

Reparade nos cruceros e descubriredes moitos tesouros.

Donde hay una cruz de piedra hubo siempre un pecado, y cada cruz es una oración de piedra que trajo un perdón del Cielo, por el arrepentimiento de quien la pagó y por el gran sentimiento de quien la hizo.

¿Se han fijado en nuestros cruceros aldeanos? Háganlo.

La Virgen de los Dolores, clavada en el reverso de muchas cruces de piedra, no es la Piedad de los escultores, son las Piedades creadas por los canteros.

Nuestros canteros, dejándose llevar por el sentimiento, no



podían imaginar a un hombre en el regazo de la madre. Para los canteros, Jesucristo siempre es pequeño, siempre es el Niño, porque es el Hijo, y los hijos siempre somos pequeños en el regazo de nuestras madres. Fíjense en los cruceros y descubrirán muchos tesoros.

### **MARIO BENEDETTI, *Su amor no era sencillo***

Los detuvieron por atentado al pudor. Y nadie les creyó cuando el hombre y la mujer trataron de explicarse. En realidad, su amor no era sencillo. Él padecía claustrofobia, y ella, agorafobia. Era sólo por eso que fornicaban en los umbrales.

### **PAUL VALERY**

Mi método soy yo.

Es lo que de desconocido hay en mí mismo lo que me hacer ser yo.

Comprender es transformar.

Cada cosa que es, en el caso de no ser, habrá sido enormemente improbable.

Nada cierra: siempre, por algún sitito, se escapa lo que existe, huye.

## **MÀRIUS TORRES, *Aniversari***

Que en els meus anys de joia recomenci  
sense esborrar cap cicatriu de l'esperit.  
O Pare de la nit, del mar i del silenci,  
jo vull la pau -però no vull l'oblit.

*Aniversario.* Que en mis años de alegría recomience / sin  
borrar del espíritu ninguna cicatriz./ Oh, Padre de la noche,  
del mar y del silencio,/ yo quiero la paz -pero no el olvido.

## **CHAMFORT (Sebastian Roch Nicolas), *Máximas***

Se adelantaría mucho en el estudio de la moral, si  
supiéramos distinguir todos los rasgos que diferencian  
el orgullo y la vanidad. El primero es elevado, calmo,  
noble, tranquilo, incommovible. La segunda es vil, inse-  
gura, tornadiza, inquieta y vacilante. El uno engrandece  
al hombre, la otra lo hincha. El primero es fuente de mil  
virtudes, la segunda de casi todos los vicios y defectos.  
Existe un género de orgullo en el cual se encierran todos  
los madamientos de Dios y un género de vanidad que  
comprende todos los pecados capitales.

En absoluto se conoce al hombre, si no se le conoce  
muy bien: mas pocos humanos merecen estudio.  
De aquí se sigue que el hombre de auténtico mérito,  
debiera tener en general poco celo por ser conocido.  
Sabe que escasas personas pueden apreciarlo, que en



ese pequeño número cada cual tiene sus vínculos, sus intereses, su amor propio, que le impiden acordar al mérito la atención que precisa, a fin de colocarlo en su lugar. En cuanto a los elogios comunes y sobados que se le tributan cuando se sospecha de su existencia, el mérito jamás podrá sentirse halagado.

## **CHARLES SIMIC, *Poemas***

### *La ventisca*

Oh, quién estuviera dentro de un buzón  
en una esquina de la calle cubierta de nieve  
acurrucado a una carta  
que envía amor y ardientes besos  
para algún tipo afortunado de ahí afuera.

## **ANTONIO DI BENEDETTO**

Yo era un tenaz fumador. Una noche me quedé dormido con un tabaco en la boca. Desperté con miedo de despertar. Parece que lo sabía: me había nacido un ala de murciélago. Con repugnancia, en la oscuridad busqué mi cuchillo mayor. Me la corté. Caída, a la luz del día, era una mujer morena y yo decía que la amaba. Me llevaron a prisión.

## **LUIS DEL VAL**, en *Memoria y olvido*

Por fortuna, la injusticia es algo que todavía me sobreviva. Sobre todo cuando la injusticia la ejerce el poderoso sobre el débil. Entonces, a pesar de la edad, me transformo en un indignado adolescente que olvida lo escaso de sus fuerzas físicas, pero no me importa, porque en la calle aprendí que la falta de fuerzas lleva a la desesperación, y ante la desesperación los prepotentes se quedan asombrados y no saben cómo reaccionar. Aquello que decía Napoleón de que no hay nada que incite más a quebrantar las leyes que las leyes estrictas e injustas puede aplicarse a la presión sobre el débil, porque si la presión llega a ser excesiva, el débil cae en la desesperación, y un desesperado es alguien temible, porque no le importan los riesgos ni siente temor.

## **ERIKA MARTÍNEZ**

Una pared desnuda ofrece a nuestra imaginación el paisaje más fértil.

Somos capaces de sentir con cada parte de nuestro cuerpo. Quisiéramos poder pensar de esa manera.

Perdonar como quien repuebla un bosque.

Los hijos caminan hacia nosotros alejándose.

El feminismo es una carrera de relevos sin meta.

El mar es un monólogo interior.



Una larga convalecencia engendra novelistas. La proximidad de una catástrofe, poetas. ¿De qué agujero salen los aforistas?

## **LOURDES OÑEDERRA, *Ez zait gustatzen poesia***

ez zait gustatzen poesia/iruzur egiten duelako

esaten du, udaberriak loreak dakartza  
baina denboraren igarotzeaz ari da

esaten du, joan zinenetik egunak kolorea galdu du  
baina askotan da eguna urdin zerua urre zu gabe ere

gainera, ez zinen joan/ hil egin zinen  
esaten du neskak larroxak direla edo lili-loreak  
baina badakigu ez garela inoiz loreak izan

ez zait gustatzen poesia  
ezinak hitzez mozorrotzen dituelako

*No me gusta la poesía.* No me gusta la poesía/ porque hace trampas// Dice “la primavera trae flores”/ pero habla del paso del tiempo// Dice “desde que te fuiste los días han perdido color”/ pero muchas veces los días son azules y de cielo dorado también sin ti.// Además no te fuiste/ has muerto.// Dice que las chicas son rosas o lirios/ pero ya sabemos que nunca hemos sido flores.// No me gusta la poesía// porque disfraza la impotencia con palabras.

## **IDRIES SHAH, *El uso de una lámpara***

- Yo puedo ver en la oscuridad -se jactaba cierta vez Nasrudín en la casa de té.
- Si es así, ¿por qué algunas noches lo hemos visto llevando una lámpara por las calles?
- Es solo para que los otros no tropiecen conmigo.

## **ERICH FROMM, en *La desobediencia como problema psicológico y moral***

Si la capacidad de desobediencia constituyó el comienzo de la historia humana, la obediencia podría muy bien, provocar el fin de la historia humana. No estoy hablando en términos simbólicos o poéticos. Existe la probabilidad de que la raza humana destruya la civilización y también toda la vida sobre la tierra. Estamos viviendo técnicamente en la era atómica, pero la mayoría de los hombres -incluida la mayoría de los que están en el poder- viven aún emocionalmente en la Edad de Piedra. Si la humanidad se suicida, será porque la gente obedecerá a quienes le ordenan apretar los botones de la muerte; porque obedecerá a las pasiones arcaicas de temor, odio, codicia; porque obedecerá a los clisés obsoletos de soberanía estatal y honor nacional. (...)

El hombre ha perdido su capacidad de desobedecer, ni siquiera se da cuenta del hecho de que obedece. En



este punto de la historia, la capacidad de dudar, de criticar y de desobedecer puede ser todo lo que media entre la posibilidad de un futuro para la humanidad, y el fin de la civilización.

## **CONCEPCIÓN ARENAL**

Un hombre aislado se siente débil, y lo es.

Abrid escuelas y se cerrarán cárceles.

Las virtudes son hermanas que se abrazan estrechamente; cuando una cae, todas vacilan; cuando una se levanta, todas cobran ánimo.

Hay gran diferencia entre impresionarse con los males de nuestros hermanos y afligirse. Para lo primero basta imaginación, y se necesita corazón para lo segundo.

La ley es la conciencia de la humanidad.

Hacer bien a los que nos inspiran simpatía es un goce: la virtud consiste en favorecer a los que no nos la inspiran.

Hay como una amarga complacencia en sufrir una injusticia, que parece legitimar el odio.

Las malas leyes hallarán siempre, y contribuirán a formar, hombres peores que ellas, encargados de ejecutarlas.

En muchos casos hacemos por vanidad o por miedo, lo que deberíamos hacer por deber.

El mejor homenaje que puede tributarse a las personas buenas es imitarlas.

### **VIGGO MORTENSEN, *Te veo***

Te veo como si aún estuvieras sentada a mi lado  
te oiré hasta que olvide por qué no te quise más  
este invierno  
guardo el peine que dejaste  
la miel que curó tu herida  
y la perla negra de mi duda.

### **MANUEL MEJÍA VALLEJO**

Es cierto, la bala entró debajo de la clavícula izquierda  
y no quiso buscar salida al otro lado: allí se quedó para  
atestiguar y vigilar su muerte.

### **ENRIQUE MORENTE, *Mi Pena***

Mi pena es muy mala porque es una pena  
que yo no quisiera que se me quitara.  
Vino como viene,/ sin saber de donde,  
el agua a los mares,/ las flores a mayo,  
los vientos al bosque:/ vino y se ha quedao.



En mi corazón,/ como el amargo  
en la corteza verde,/ verde verde verde,  
verde del verde limon  
Como las raíces/ de la enredadera,  
se va alimentando la pena,/ la pena en mi pecho  
con sangre de mis venas.  
Yo no sé por donde,  
ni por donde no,/ se me ha liao  
esta soguilla al cuerpo,/ sin saber de dónde.  
Mi pena es muy mala porque es una pena  
que yo no quisiera que se me quitara

**SUSAN SONTAG**, en *Cuestión de énfasis*  
(El País, 06.01.2007)

Lo femenino y lo masculino son una polaridad inclinada. La igualdad de derechos de los hombres nunca ha merecido una manifestación o una huelga de hambre. En ningún país los hombres son menores de edad jurídica, como lo fueron las mujeres hasta bien entrado el siglo XX en muchos países europeos, y todavía lo son en muchos musulmanes, de Marruecos a Afganistán. Ningún país otorgó el derecho al voto a las mujeres antes que a los hombres. Nadie pensó nunca en los hombres como el segundo sexo. (...)

**ALINA DIACONU**



Cuando te equivoques con tus hijos, entenderás a tus padres.

Un zapato de hombre en la calle. Uno solo. ¡Qué cosa más perturbadora!

**JUAN MAYORGA**, de *Últimas palabras de Copito de nieve*

MONO BLANCO: (...) Nunca. Nunca he tenido nada contra el oso panda del zoo de Madrid. Es lo primero que deseo declarar en este grave momento. Siempre intentaron enfrentarnos. ¿Cuántas veces no lo habré oído decir?: “El gorila albino del zoo de Barcelona es mucho más importante que el oso panda del zoo de Madrid.”

Probablemente es así, pero deseo declarar, con toda solemnidad, que yo nunca alimenté esa polémica. Siempre tuve el mayor respeto por el difunto Chu-Lin. Siempre lo consideré un buen profesional, y me habría gustado acudir a su entierro. No lo hice porque yo jamás salgo de este recinto. No digo “recinto” en tono despectivo: es el mejor recinto del zoo.

**CARMEN LAFORET**

Unos seres nacen para vivir, otros para trabajar, otros para mirar la vida.

## RITA LEVI MONTALCINI



El futuro del planeta depende la posibilidad de dar a todas las mujeres el acceso a la instrucción y al liderazgo. A las mujeres les es dada, de hecho, la tarea más difícil y ardua, pero (a la vez) la más constructiva: inventar y mantener la paz.

### **ICÍAR MUGUERZA, *Toda rosa es sangre***

Cada pétalo encierra/ una espina en sus alas...

La belleza no existe/ sin su tara sagrada...

El futuro es crecer/ en perfumes y heridas...

La vida/ todo lo ama...

### **AUGUSTO MONTERROSO, *La Oveja negra***

En un lejano país existió hace muchos años una Oveja negra.

Fue fusilada.

Un siglo después, el rebaño arrepentido levantó una estatua ecuestre que quedó muy bien en el parque.

Así, en lo sucesivo, cada vez que aparecían ovejas negras eran rápidamente pasadas por las armas para que las futuras generaciones de ovejas comunes y corrientes pudieran ejercitarse también en la escultura.



Mira que rara verdad:  
el que da lo que no tiene/ se queda con la mitad.

Copla andaluza:  
De noche, en tu alcoba, /¡quién fuera la luz,  
que se apaga y se queda/ donde duermes tú!

**IRENE VALLEJO**, en *El infinito en un junco*

Somos los únicos animales que fabulan, que ahuyentan la oscuridad con cuentos, que gracias a los relatos aprenden a convivir con el caos, que avivan los rescoldos de las hogueras con el aire de sus palabras, que recorren largas distancias para llevar sus historias a los extraños. Y cuando compartimos los mismos relatos, dejamos de ser extraños. Hay algo asombroso en el hecho de haber conseguido preservar las ficciones urdidas hace milenios.. (...) Al fin y al cabo, ¿qué es un cuento? Una secuencia de palabras. Un soplo. (...) Parece imposible salvar algo tan frágil. Pero la humanidad desafió la soberanía absoluta de la destrucción al inventar la escritura y los libros- Gracias a esos hallazgos, nació un espacio inmenso de encuentro con los otros y se produjo un fantástico incremento en la esperanza de vida de las ideas.







## ANA PÉREZ CAÑAMARES

Para que nos engañen, uno siempre tiene que poner algo de su parte.

Todas las ruinas son sagradas porque alguien un día las llamó hogar.

Hay padres de la patria que hacen que añoremos la orfandad.

Más útil que subir y bajar escaleras es aprender a vivir en el equilibrio de un peldaño.

No son tesoros los que nos faltan, sino islas donde enterrarlos.

La vanidad es un globo que hay que estar siempre hinchando.

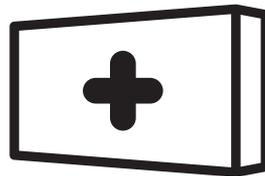
El ingenio puede acabar por ser una forma de esclavitud autoinfligida.

El reloj interno que te despierta a las siete del sábado es el capitalismo hecho entraña.

Los buenos amigos te dan caña para que no te conviertas en un personaje basado en la persona que solías ser.

Los corazones grandes, en los que entra y sale mucha gente, de vez en cuando necesitan cerrar al público para hacer limpieza e inventario.

La vida: breves vacaciones en medio de la eternidad.



KIT DE BOLSILLO

---

# KIT DE SUPER VIVENCIA 2022

GIMNASIA MENTAL

---

elmuro

1995-2022

## JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

La conformidad del interlocutor nos deja indiferentes. La contradicción nos hace productivos y eficaces.

Es peligroso aquel que no tiene nada que perder.

¿Cuál es el mejor gobierno? El que nos enseña a gobernarnos a nosotros mismos.

Nadie puede saltar por encima de su sombra.

El talento se educa en la calma, y el carácter en la tempestad.

Feliz el que reconoce a tiempo que sus deseos no van de acuerdo con sus facultades.

La maldad no necesita razones, le basta con un pretexto.

El hombre que siente miedo sin peligro, inventa el peligro para justificar su miedo.

El niño es realista; el muchacho, idealista; el hombre, escéptico, y el viejo místico.

Los sentidos no engañan, engaña el juicio.

Nada muestra tan claramente nuestro carácter como la cosa que nos hace reír.

Quien al vulgo le exige deberes sin avenirse a concederle derechos, lo habrá de pagar caro.

Lo que importa más nunca debe de estar a merced de lo que importa menos.

## JOSÉ ORTEGA Y GASSET

Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella no me salvo yo.

Siempre que enseñes, enseña a dudar de lo que enseñes.

Mientras el tigre no puede dejar de ser tigre, no puede destigrarse, el hombre vive en riesgo permanente de des-humanizarse.

La vida humana eterna sería insoportable. Cobra valor precisamente porque su brevedad la aprieta, densifica y hace compacta.

La civilización no dura porque a los hombres sólo les interesan los resultados de la misma: los anestésicos, los automóviles, la radio. Pero nada de lo que da la civilización es fruto natural de un árbol endémico. Todo es resultado de un esfuerzo. Sólo se aguanta una civilización si muchos aportan su colaboración al esfuerzo. Si todos prefieren gozar el fruto, la civilización se hunde.

Sorprenderse, extrañarse, es comenzar a entender.

La juventud necesita creerse, a priori, superior. Claro que se equivoca, pero este es precisamente el gran derecho de la juventud.

Nuestras convicciones más arraigadas, más indubitables, son las más sospechosas. Ellas constituyen nuestro límite, nuestros confines, nuestra prisión.