

Versos que piensan

con la Salud Ocular



sOMOs
Más que
OJOS

José Luis González Cáceres

La mirada influenciada invita al poema y conecta con la fantasía surrealista, los cuentos y los cantes.



Símbolo del presente urbano, Nueva York.
Gafas colgantes que viven dignamente
en ojos del mundo como tú y como yo.

Versos que piensan con la salud ocular
porque la visión es la protagonista
de la realidad y cotidianidad.

Notas del autor

*Hay que ser materia para quemarse,
pensamiento para alcanzar esencias,
ser cómplice siendo participante.*

Con esta estrofa, apreciados lectores, que os ofrezco, me presento a vosotros tanto como amante del lenguaje poético como afectado de problemas de visión. Efectivamente, soy afectado de Baja Visión, que vive, analiza y reflexiona sus vivencias y aconteceres relacionados con la salud ocular.

En mi faceta de aficionado a la poesía como medio de expresión, deseo transmitiros textos poéticos reflexivos que pongo a vuestra disposición. Afortunadamente, la implicación de Gustavo Olmedo, músico y compositor, ha hecho posible que varios de los poemas se hayan musicado.

*Todo problema marca unas huellas
que la música embellece y las hace bellas.*

Mi agradecimiento a la escultora y pintora Inmaculada Delgado, de amplia experiencia artística, estudiosa de la figuración para el tacto.

*Reflexión visual, pacto de entendimiento
entre pintura y visión con sus silencios.*

Me resulta relevante citar a la Fundación Avanza por su filosofía de actuación socio-cultural y colaboracionista con causas de interés futurista, como la música en jóvenes valores, así como la literatura.

*Avanzar supone creer
y sembrar para crecer*

Si la primera parte del libro trata de ser poéticamente reflexiva y realista, en la segunda os invito a introduiros en dos espacios surrealistas: Surrealismo fotográfico ocular y un surrealismo imaginativo también con pinceladas oculares.

Es importante apuntar que este libro se inició con un proyecto titulado "La Poesía y el Cante con la Salud Ocular", que fue apoyado por la Fundación Cione, Ruta de la luz, en mayo del 2015. Dicho apoyo permitió la maquetación por parte de Selene Grabaciones, aunque no el diseño, reproducción y difusión de un CD con poemas recitados con efectos musicales y por cantes.

Mi agradecimiento a las cantaoras Isabel Lebrero y Pepa Bulnes, a mis compañeros poetas: Puri de la Riva y Ángel Núñez, y a mi nieto Samuel Chacón. Gracias al dominio informático de Andrés Chacón, muchas de las fotografías han podido ser retocadas y adaptadas al contenido de muchos de los textos.

Deseo resaltar la colaboración de personajes relevantes en mis trayectorias personal y social, que han elaborado textos significativos, expuestos en los apartados posteriores del presente libro.

Introducción poética

Versos que observan, cantan y cuentan

Visitando realidades,
compartiendo sintonías,
rescatando las verdades,
fabricando fantasías.

Somos más que ojos, poesía,
que en lenguaje pictórico
miden sus sentimientos
desde el arte a nuestros ojos.

Versos que sirven, sienten y siembran.

Que sienten necesidades
de un servir realista,
que siembran dificultades
por sus problemas de vista.

Versos con verbos
que impulsan deseos
y explican egos
y pensamientos.

Versos que entonan canciones del pueblo.

Cantes que pisan el suelo
con ritmos de Andalucía
y otros que suenan a eternos.

Cuentos que invitan al sueño
entre estrofas de poesía
para el entretenimiento

Versos que plantan, riegan e iluminan.
Situaciones personales,
conflictos con la visión,
cita con profesionales,
encuentros con la ilusión.



Cuando nos mira lo abstracto,
desde lo imaginativo
somos conciencia pensante
en un proyecto creativo.

somos
+ que ojos

PRÓLOGOS

Ceguera y arte

Cerré los ojos, y con ellos cerrados pensé en la ceguera y el arte, en cualquier cambio y el arte...

En mi caso, el cáncer me ayudó a fijarme en las cosas que tenían importancia y olvidar las que no la tienen. Para superarlo fue esencial agarrarme con fuerza al baile, a mi baile.

Me venía a la mente la bailarina Alicia Alonso, porque a menudo me preguntaba cómo se sentiría a medida que iba perdiendo la vista, y ella misma me explicaba que mientras oye la música baila en su mente, lo que le hace terminar muy cansada, pero que sin embargo, su ceguera acentuó su creatividad.

Me consta que en numerosas culturas ha habido numerosos literatos ciegos, incluso, al haber tantos en toda la geografía árabe, en ese idioma tienen distintos términos para calificar al invidente, al ciego total, al de nacimiento, al que casi no ve... y tanto en esta como en otras culturas llaman la atención sus constantes referencias a fenómenos o descripciones en los que la vista desempeña un papel fundamental, como si se tratara del fruto de una observación real cuando, en realidad, se trata de una figuración mental (en el caso de los ciegos de nacimiento) o de un recuerdo (en el caso de aquellos que padecieron ceguera sobrevenida) pero, en todo caso, la pérdida de la visión les incita a imaginarla o rememorarla con una agudeza que no encontramos en los poetas videntes.

Homero, que quizás no existió, (entre otras cosas porque muchas ciudades se disputan el honor de que hubiese nacido allí) sin embargo, y pese a tener una poesía muy visual, todos estaban de acuerdo en decir que era ciego. Borges decía que cuando algo concluye, hay que pensar que algo empieza... y ya que había perdido el querido mundo de las apariencias, debía crear otra cosa, sin patetismo, como otro estilo de vida... y así nació su libro "Elogio de las sombras". El echaba de menos el color rojo, ese color que para él, resplandecía en la poesía y tenía tan lindos nombres... scharlachrot en alemán, scarlet en inglés, écarlate en francés o escarlata en español...

Yo, a José Luis, le deseo que se agarre a la poesía, que recuerde el baile flamenco y su color más potente, que nunca olvide el rojo.

Cristina Hoyos

Le Grand Noir

Pensamientos para mi amigo José Luis, empujado hacia un camino que no buscado, que es inevitable y que está esperándole al final de este trayecto con un gris enigmático.

Con la redacción este prólogo debo expresar mi respeto a José Luis, que con la edición de este libro lucha con las sombras que seguramente han surgido con patologías amenazantes hacia posibles situaciones visuales conflictivas. Todos los que colaboramos con nuestros textos y sentimientos te acompañamos en este camino de esfuerzo y meditación. Pero estamos allí.

La ceguera es silencio. No poder ver conduce a un silencio más que visual, ignoro si es negro o si es otra cosa, tal vez un universo diferente. Ignoro también si no poder ver abre el ojo interno, facilita la comprensión del universo de una forma diferente, ya que crea otro tal vez más intenso, cambia el régimen de los valores, redefine la amistad, las relaciones y el sentido de la vida en sí.

Con la perdida de la vista aparece la soledad, ya que esta nueva 'no-experiencia' no se puede compartir. Se tarda hasta la acomodación. en este nuevo universo, que es exclusivamente personal. Aparecerá un nuevo compañero de viaje, incómodo, que te resta sueño, si lo consigue, que es el miedo en una situación para muchos completamente dominable.

Todas las metáforas poéticas pierden su sentido, ya que queda solo la sombra; la luna, el sol, el alba, el crepúsculo pierden sus significados y migran a la memoria visual, poblada de recuerdos que no sé si serán dolorosos, complacientes o un refugio. De todas las formas, no se pierden las palabras, y la poesía, haciéndose un mundo más intenso, sensible, medido y vulnerable.

Hace muchos años participé en una experiencia donde se iba a visitar un restaurante en una calle de París. Era un escenario montado en una nave industrial y tuvimos que cruzar la calle, buscar el camino entre coches mal aparcados, pedir la consumición, pagar ... en total oscuridad, lo que nos proyectó en la realidad del mundo de los ciegos, le Grand Noir. Solo nos guió una mujer joven y ciega y que nos ayudó a no perdernos. Tenía una preciosa voz, me la imaginaba bella, atractiva y me daba fuerzas, era como una estrella polar negra dentro de esta oscuridad. Su actitud positiva, el optimismo que vislumbrada a través de este negro envolvente y sin fisuras me hizo comprender que había algo detrás de mi ansiedad por encender una cerilla, algo que no captaba. Y este algo, José Luis, espera. No sé lo que es, pero sí sé que existe, ya que su aliento me besó en la mejilla, esa tarde, perdido en el Grand Noir de París.

Sevilla, 12 de Octubre 2018

Kurt Grötsch. Director del Museo del Baile Flamenco de Sevilla

PÓRTICO

La visión es el vehículo principal de nuestro lenguaje corporal y la forma que tenemos de tocar el mundo.

Los ojos son uno de los instrumentos de medida que el cerebro utiliza para conocer el mundo. La visión es, sin embargo, mucho más que un órgano, es una función psicofísica, cerca del 90% de las experiencias que nos relacionan con el entorno, tienen su origen o están moduladas por experiencias visuales.

"La visión es el pegamento que une nuestro mundo físico con nuestro mundo cognitivo. Dr. Carl Hillier

Cuando miramos a nuestro alrededor, estamos siendo bendecidos sin saberlo, para poder disfrutar de un acontecimiento mágico. Parte de las ondas electromagnéticas de la luz solar que nos llega, las convertimos en impulsos electro químicos ordenados y enviados al cerebro posterior que recompone las imágenes y comprende el significado de lo que estamos viendo.

Otras zonas del cerebro valoran lo que vemos y proponen una respuesta. La memoria y las emociones definen qué tipo de respuesta queremos dar según nuestra carta de valores. El componente emocional de la visión, se pone en marcha memorizando o eliminando selectivamente estas experiencias visuales.

En ocasiones, las enfermedades y el envejecimiento pueden favorecer la aparición de discapacidades que reducen la calidad de nuestra percepción visual colocando a la persona que lo padece en un estado que los especialistas definimos como **Baja Visión**. El paciente que se encuentra con esta alteración visual, puede llegar a sufrir un alto estado de ansiedad que penaliza todo su equilibrio físico y su autoestima emocional. Está demostrado que los sentimientos negativos y las parálisis emocionales pueden distorsionar y reducir aún más la percepción visual en cualquiera de sus facetas.

A pesar de todo, la Oftalmología y la Optometría disponen hoy de procedimientos y tratamientos de ayuda para rehabilitar algunas de esas funciones visuales dañadas, pudiendo así recuperar gran parte de las aficiones y tareas perdidas tras la enfermedad. Con voluntad, entrenamiento y perseverancia, las personas que sufren de baja

visión, mejoran sus habilidades visuales, su autovalimiento y por tanto su autoestima. "De nada sirven unos ojos perfectos a un cerebro que no quiere ver". Proverbio árabe.

Podemos decir pues, que la visión es una realidad objetiva llena de subjetividad. Los objetos que miramos no son lo que son, sino lo que nosotros vemos. A veces ni siquiera son lo que vemos sino lo que queremos ver. La riqueza emocional que se genera a partir de la maravillosa contemplación del mundo, es una cuestión ligada a la actitud personal y la capacidad que ponemos en marcha para movilizar las habilidades y los sentidos, necesarios para mejorar nuestra sensación de felicidad.

Los obstáculos son esas cosas espantosas que se ven cuando se apartan los ojos de la meta. -Henry Ford.

José Antonio Fuentes. Profesor de Optometría.

COMENTARIOS

ME RECUERDA ESTE EJEMPLAR DE VERSOS Y POEMAS, REGALO DE MI BUEN AMIGO Y PACIENTE JOSE LUIS, A AQUELLOS PERSONAJES HISTÓRICOS QUE COMO ALFONSO X EL SABIO, DEVOTO DE SANTA ANA Y QUE LE PEDÍA CADA DÍA POR LA SOLUCIÓN DE SU DOLOR DEL CLAVO, ENTONCES POR EL 1248, HOY LLAMADO GLAUCOMA AGUDO, O TAMBIÉN AL LAZARILLO DE TORMES, NOVELA ESPAÑOLA ANÓNIMA, Y QUE POR EL 1554 NOS RECUERDA QUE SE ACOMPAÑABA AL CIEGO PARA AYUDARLE EN SU VIDA DIARIA; Y TODAVÍA ESTANDO A FECHA DE HOY, CON LA CEGUERA CONTINUAMOS HACIENDO LITERATURA E HISTORIA, QUIZAS PORQUE EXISTA UNA FALTA DE BUEN ENTENDIMIENTO ENTRE LO QUE ES EL ORGANO VISUAL Y LA FUNCION DE LA VISIÓN, TAN CERCANAS ESPACIALMENTE Y A LA VEZ TAN LEJANAS EN EL DESARROLLO DE LAS CIENCIAS MÉDICAS, ESPEREMOS QUE EN BREVE PERIÓDO DE TIEMPO, LA TECNOLOGÍA PUEDA LLEGAR MÁS ALLÁ DEL OJO Y ALCANCE A LA SU FUNCIÓN, A NIVEL NEUROSENSORIAL.

DR. JOSÉ MARTÍN LÓPEZ. OFTALMÓLOGO.

"Enriquecedora obra que trasciende al propio sentido de la vista, te envuelve en sus versos de una forma tan abrumadora que te hace conectar con lo que puede suponer sufrir una patología que se traduce en una progresiva o inminente pérdida de visión. El autor consigue a partir de un ejercicio de introspección hacernos llegar un duro mensaje a la vez que enternecedor, empatizando con los más ancianos y no tanto, que sufren esta pérdida del sentido de la vista, a la vez que emite un mensaje para el enfermo cargado de esperanzas que se centra sobre todo en aguantar los embates de la enfermedad con una templanza estoica y de aceptación.

Metafísica de la vida, acertado análisis en el que no sólo interviene la vista sino lo más profundo del autor, ungüento para el miedo , la angustia , la tristeza y en general todo ese cúmulo de sensaciones displacenteras que supone el abismo de quedarse a oscuras y que se superpone al propio envejecimiento simplemente para abrazar la calidez , amor y esperanza"

Mercedes Pérez Verdugo,
directora del Conjunto Residencial de Mayores DomusVi

iCuánto me gustaba verte i

iCuánto me gustaba verte
y hoy qué mal te puedo ver!
Aunque sueño con la suerte
de contemplarte otra vez
mañana en cuanto despierte.

Con la Degeneración
de Mácula por la Edad
no se pierde la ilusión
pues la Ciencia de verdad
busca alguna solución.

Los milagros de la Ciencia
los debemos esperar
con valentía y paciencia
pues no dejan de estudiar
soluciones a conciencia.

Poema del periodista, escritor y poeta Enrique Hernández -Luike-, fundador de diversas revistas relacionadas con el mundo del motor de tirada nacional e internacional. Ilustre del mundo de la automoción. Medalla del trabajo. Letrista muy reconocido y premiado en El Cante de las Minas Afectado de DMAE.

Me piden que haga una pequeña reseña sobre los pacientes que sufren patologías oculares y, la verdad, es que es difícil ponerse en la situación de estas personas. Son asombrosas.

Se trata de acompañar una enfermedad que en muchos casos no tiene cura. Pero también la aceptación psicológica que conlleva ver el mundo de otra manera.

A ellos y a sus familiares, que son los que la padecen sin sufrirla, quiero hacerles mi humilde homenaje. Gracias por darnos una lección a todos. Gracias por enseñarnos que se puede ser feliz de muchas maneras. Esto es lo que puedo deciros que veo...detrás del mostrador.

María Luisa Alarcón Ceballos. Farmacéutica de barrio.

¿Qué importa lo que se ve o cuánto importa lo que no se ve? "Soy feliz con la mirada", escribe José L. González Cáceres, en este poemario. Les confieso que yo también soy feliz con la mirada. Para un periodista tanto como para un poeta las miradas son imprescindibles. La mirada lo es todo y todos poseemos miradas. Todos somos, porque estamos, y en el estar miramos. Lo hacemos desde nuestra conciencia de seres humanos, que sentimos, que nos dejamos seducir por cuanto acontece a nuestro alrededor. El mundo y los otros nos impregnán de sí mismos y en esa interacción surgen nuestras miradas. Son esas miradas las que verdaderamente importan, las que marcan la diferencia, porque ellas llevan nuestro propio sentir. Son las miradas que nos hacen felices. Prueba patente de nuestro ser y estar.

14 de mayo de 2018

**Nuria del Saz. Periodista y locutora invidente.
Poeta.**

ÍNDICE GENERAL

CAPÍTULO I.- POEMARIO

Subcapítulo 1.- Realidades cotidianas:

- 1.- Recurro al silencio
- 2.- Quiero ver
- 3.- El tiempo
- 4.- La verdad
- 5.- Somos lo que somos
- 6.- Contra el estrés la poesía
- 7.- La realidad
- 8.- La cotidianidad
- 9.- Conoce tus miedos
- 10.- Mis abuelos usan gafas
- 11.- Somos más que ojos

Subcapítulo 2.- El entorno ocular:

- 1.- La consulta oftalmológica
- 2.- Los oftalmólogos, doctores de la Consistencia
- 3.- Las ópticas
- 4.- Los párpados son ventanas a la vida
- 5.- La oscuridad y mis claridades
- 6.- La investigación oftalmológica
- 7.- Los ojos
- 8.- Las cataratas del río Tiempo
- 9.- Los medicamentos
- 10.- Las farmacias de guardia
- 11.- La vida y la vista

Subcapítulo 3.- Reflexiones y sentimientos visuales:

- 1.- Ama y ámate
- 2.- Visión se escribe con "P"
- 3.- La DMAE
- 4.- Al son de las sombras
- 5.- Déjate vivir con el presente
- 6.- La mirada invita al poema
- 7.- La visión y la autoestima
- 8.- Leer es sentir
- 9.- No es lo mismo
- 10.- NO
- 11.- Soy feliz con la mirada
- 12.- Los escalones de la observancia
- 13.- Versos oculares
- 14.- Cruce de miradas
- 15.- La mochila de mi abuelo
- 16.- Mayores con Baja Visión
- 17.- Peticiones desde la Baja Visión

Subcapítulo 4.- Otros poemas que han sido musicados:

- 1.- La salud ocular por Soleares de Triana
- 2.- La mácula y la retina, por Colombianas
- 3.- La visión, por Alegrías de Cádiz
- 4.- Cuando la azúcar amarga, por Sevillanas
- 5.- Un golpe de vista, con ritmo de Rap

Nota. - También han sido musicados algunos de los poemas incluidos en el poemario ya descrito.

Concretamente:

- 6.- Recurro al silencio
- 7.- El tiempo
- 8.- Somos lo que somos
- 9.- Peticiones desde la Baja Visión

CAPÍTULO II.-Surrealismo fotográfico ocular

Colección de fotografías realizadas por el autor de este poemario con el propósito de un puro entretenimiento.

CAPÍTULO III.- Surrealismo literario imaginativo

- 1.- Dos órganos musicales misteriosos.
- 2.- El cocodrilo del Guadalquivir.
- 3.- Una ciudad llamada Cristalina.
- 4.- La ciudad de Guau Guaioé.
- 5.- La cuchara de palo.
- 6.- Dos ancianos muy ancianos.
- 7.- Cinco reinos, cinco sentidos.

Notas. -

1.-Como finalización del libro se adjunta un CD titulado "La poesía y el cante con la Salud Ocular", trabajo previo a la elaboración del actual "Versos que piensan con la Salud Ocular".

Dicho CD contiene musicados y recitados con fondo musical los siguientes poemas, cuyos textos se han incluido en los capítulos anteriores:

POEMAS RECITADOS

Quiero ver

La Salud Ocular y la Baja Visión

Los párpados son ventanas a la vida

Reflexiones sobre la salud ocular

Cruce de miradas

La oscuridad y mis claridades

Golpe de vista

Los escalones de la observancia

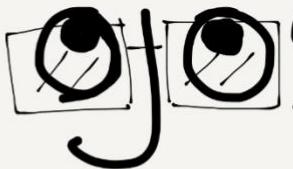
El optometrista

Los ojos

POEMAS CANTADOS

**Mácula Retina por Colombianas
Que se va la vista por Alegrías de Cádiz
La salud ocular por Soleares de Triana
La diabetes y la salud ocular por Sevillanas.**

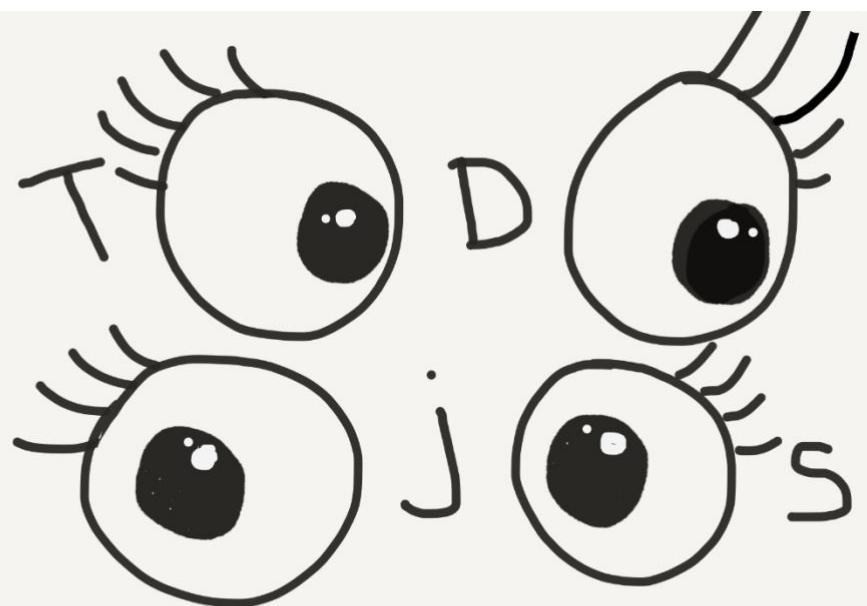
2.- Algunos poemas y canciones han cambiado su título en la nueva versión del CD, que saldrá próximamente.

mis ojos
tus ojos

CAPITULO I: POEMARIO

Subcapítulos:

- *Realidades cotidianas*
- *El entorno ocular*
- *Reflexiones y sentimientos visuales*
- *Poemas musicados*



Subcapítulo 1. Realidades cotidianas

- 1.- Recurro al silencio
- 2.- Quiero ver
- 3.- El tiempo
- 4.- La verdad
- 5.- Somos lo que somos
- 6.- Contra el estrés la poesía
- 7.- La realidad
- 8.- La cotidianidad
- 9.- Conoce tus miedos
- 10.- Mis abuelos usan gafas
- 11.- Somos más que ojos

01.- RECURRO AL SILENCIO

Recurro al silencio para tratar lo importante,
para los enfados ya tengo las palabras
y los escritos para las rupturas;
para las agresiones, los gestos;
para las frustraciones, los gritos;
para las euforias, los besos;
y las miradas...,
como recurso de rechazos y embelesos.

Pero siempre recurro al silencio para tratar lo importante.

Cierro, y me quedo dentro.

Bloqueo labios, oídos, párpados
y le abro de par en par la puerta a los pensamientos.
Que se encabriten,
que colisionen,
que digan lo que callan las palabras,
que se desnuden hasta el ridículo.

Recreo de pensamientos
sin leyes de conducta,
sin señales de correcto o incorrecto
ni verdades absolutas
ni siquiera realidades.

Me enclaustro con mi silencio
en desfile de palabras y de imágenes,
en íntimo blanco y negro.

Yo y mi yo y mis incisiones
y mi espiritualidad y mi cuerpo,
y mis debilidades y mis odios
y mis amores y mis misterios;
y mi alma de niño,
y mi sabiduría de viejo.

Porque siempre recurro al silencio para tratar lo importante.

Para los enfados ya tengo las palabras

y los escritos para las rupturas;
para las agresiones, los gestos;
para las frustraciones, los gritos;
para las euforias, los besos;
y las miradas...,
como recurso de rechazos y embelesos.

02.- QUIERO VER

Quiero ver
para sentir consecuencias
para esculpir realidades
y difundir mis vivencias.

Quiero ver
y que tú me veas.
Quiero sentir
y que tú me sientas.
Quiero vivir
y que tú me vivas.

Quiero ver el mundo desde mi azotea
y compartir los valores que da la belleza
y disfrutar los colores de las primaveras
y ver el sol, ver la luna y las estrellas.

Quiero ver
y que tú me veas.
Quiero sentir
y que tú me sientas.
Quiero vivir
y que tú me vivas.

Quiero comparar mi estatura a tu escultura.
Quiero regarme para ser mi propia fruta.
Quiero ver la oscuridad, que me oculte y me confunda.
Ser león y ser ratón. Ser arenal y se tundra

Quiero ver cómo son las arrugas de la edad
y la sonrisa de un niño y los pétalos de rosa;
ser imagen influyente, preguntar y conversar,
y ver las realidades y sus sombras.

03.- EL TIEMPO

El profundo significado del concepto NUNCA

El Tiempo es un río de cauce bravío
que no tiene pausas,
NUNCA tiene pausas.

La luna y el sol son testigos del Tiempo.
La tierra y las piedras,
la muerte, la vida,
el amor y el olvido
son del Tiempo testigos.

... El Hombre es cautivo.

El Tiempo es un río de cauce bravío
que marca con ritmo constante
la vida del Hombre,
y no tiene pausas,
NUNCA tiene pausas.

Viene de la nada
y va al infinito,
y no tiene pausas,
NUNCA tiene pausas.

El Tiempo no entiende de tiempos menores:
periodos, relojes,
lunas, diapasones.

Magnitud intangible
que ensalza a los dioses
y empobrece al Hombre,
y no tiene pausas,
NUNCA tiene pausas.

El Tiempo es un río de cauce bravío
que acompaña al Hombre
en su breve estancia.

El Tiempo es eterno.

El Hombre es mortal,
se cansa y se agota,
escancia su vida
apurando al máximo sus últimas gotas,
pero se retira, fallece y desaparece.
El Tiempo prosigue sin pausas,
NUNCA tiene pausas.



04.- LA VERDAD

¿DE QUIÉN SOY YO...?

¿De quién soy yo...?

¿De mis verdades o de mis mentiras?

¿De mis realidades o de mis sueños?

¿De mis búsquedas o de mis encuentros?

¿De mis angustias o de mi ira?

Dejémoslo...

¿De quién es la libertad:

de quien la tiene o de quien la desea?

¿De quién es la Tierra:

del ser humano o de la naturaleza?

¿De quién es la flor:

del insecto o del hombre?

¿De quién es el oxígeno:

del ser viviente o del Cosmos?

Dejémoslo... Es lo mismo.

¿De quién es la vida:

del que la da o del que la quita?

¿A quién pertenece la suerte,

a quien no la busca o a quien la desea?

¿Quién es más dueño de la alegría:

el que se ríe o el que llora?

Dejémoslo... No me importa.

¿Quién convive con la muerte:

el que vive o el que muere?

¿De quién son las plegarias:

de la divinidad o del orante?

¿De quién son las palabras:

del labio o del oído?

...y la poesía? ...y el amor?

...y la mirada? ...y la risa?

¿De quién...? ¿De quién es la verdad, si acaso existe?

La verdad, es que solo pretendía interrogar a la lógica y poco más.

05.- SOMOS LO QUE SOMOS

Somos lo que somos,
cuando somos,
cuando estamos,
cuando existimos.

Cuando dejamos de ser
dependemos del tiempo en el olvido,
porque somos mientras hagamos vibrar memoria ajena,
mientras lo que aportemos perviva;
mientras seamos macetas de nostalgia
y sea regada por vanidades que insistan;
mientras mantengamos la vela encendida
del recuerdo e incluso del hastío.

Somos inteligencia en movimiento,
verbos en indicativo,
conciencia de pasado y exigencia en futuro,
mientras vivimos.

Cuando dejamos de ser,
dependemos del tiempo en el olvido.

Somos aroma mientras crecemos
y crecemos mientras lucimos y nos inhalan
deseos de esperanza, de odio, de envidia, de admiración...

Cuando damos a oler indiferencia,
dependemos del tiempo en el olvido.

Somos imagen mientras pisamos
y nuestras huellas se vean en el camino.

Cuando llueven intereses de ignorancia,
dependemos del tiempo en el olvido.

06.- CONTRA EL ESTRÉS, LA POESÍA

Contra el trabajo, la fuerza;
contra el estrés, la poesía.
Contra el cansancio, la ira;
contra el estrés, la poesía.
Contra el decaer, la rabia;
contra el estrés, la poesía.
Contra la adversidad del querer, repetir el renacer;
contra el estrés, la poesía.
Contra el andar sobre brasas, calcetines de agua fría;
contra el estrés, la poesía.
Contra el miedo, atrevimiento;
contra el agobio, el descanso; libertad de pensamientos
Contra el estrés, la poesía.

Contra el estrés, la poesía.
Una aventura gloriosa en la nube de los sueños.
Un paseo junto al mar con tu ego y sus misterios.
Es necesario saber, es conveniente entender
filosofías escondidas:
por qué entristece la luna,
cómo hablan las sonrisas,
qué trasciende a la esperanza,
cuando el beso se hace brisa.
Es necesario olvidar,
volar por el horizonte, pasear por las estrellas,
las musas de la poesía.
Es conveniente saber por qué cerramos los ojos
cuando soñamos de día;
Por qué nos gusta lo abstracto;
Por qué nos gusta lo amorfó, lo anodino y lo inconcreto.
... Contra el estrés, sabiamente la poesía

P O E S I A



08.- LA REALIDAD

La realidad mancha
con manchas de sangre.
La realidad duele
como lo hace el hambre.

La realidad construye
la suerte, casualidad,
soledades, compañías,
odio, generosidad.

La realidad nos demuestra
fortalezas y contrastes.
Nos entra en charcos y dunas
y entre montañas y mares.

La realidad es contundente,
es caprichosa, inesperada,
compañera de algunos dioses,
siempre afirmativa y deseada.

La realidad ata y contrata.
Nos exige ser su fiel amante
y nos traslada por sensaciones
incontroladas, incontrolables.

El día a día, la suerte, las relaciones
que promueven e impulsan las vivencias
y marcan al humano en su existir,
le ponen sobre autovías o veredas.

El humano nunca es dueño de su vida,
pues depende de factores cotidianos,
de fuerzas y de equilibrios de su historia
e incluso ciertos momentos planetarios.

09.- LA COTIDIANIDAD

Cotidianidad horaria,
que impone ritmos de vida,
es familiar y es humana,
siendo genérica y fría

Aunque es íntima y cercana,
es universal y eterna
que convive y acompaña
conductas simples, complejas.

Influye en las relaciones.
Muchas veces nos sorprende
con su eco y con sus voces
modificando el presente.

Cotidianidad: vivencias,
desarrollo evolutivo,
continuidad o problemas;
todo igual, nuevos destinos.

Compañera de equipajes
administrando alegrías,
Fabricando adversidades;
expectación día tras día

Con la cotidianidad,
convivimos, caminamos,
vivimos la realidad
asumiendo sus mandatos.

07.- CONOCE TUS MIEDOS

Conoce a fondo tus miedos,
tus debilidades y tus
rincones secos.

Conoce a fondo tus miedos.
utiliza las funciones
que hay en tu intelecto.

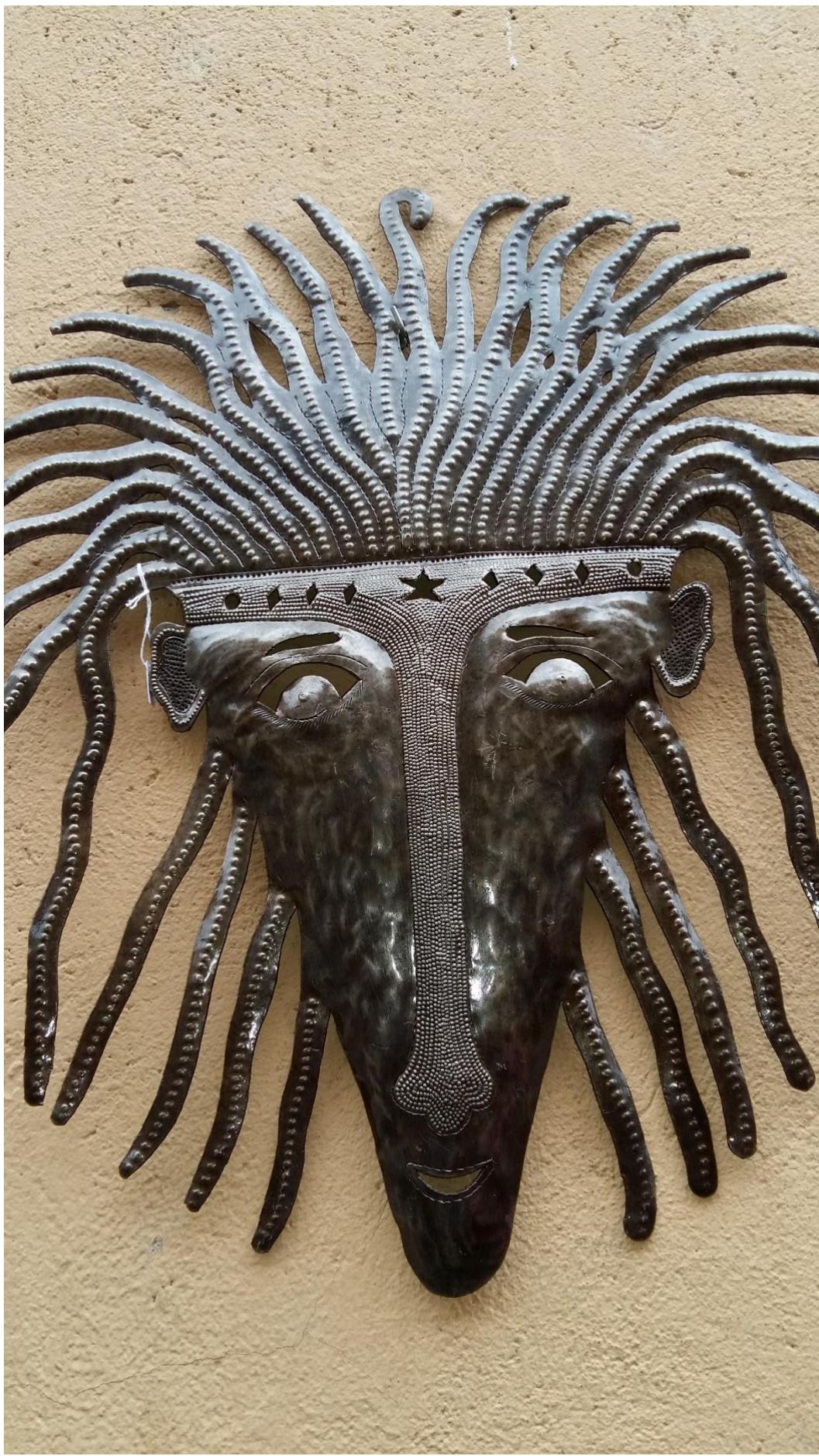
Conoce a fondo tus miedos.
analiza bien sus raíces;
sé tú su dueño.

Cuando ya sientes el temblor del miedo,
el temor a ser juzgado
es permanente.

Cuando los miedos se instalan en ti,
la dependencia del otro
se hace evidente.

Los miedos rompen estabilidades,
desequilibrان estados
de cuerpo y mente.

No rehúyas mirar de frente a tus miedos.
Ese valor te suma fuerzas
si eres consciente.



10.- MIS ABUELOS USAN GAFAS

Mis abuelos usan gafas
porque me quieren tener
muy cerquita de sus ojos,
la fuente de su querer.

Mis abuelos usan gafas
para observar lo probable,
lo posible y lo imposible,
y leen las necesidades
de sus nietos y sus nietas,
errores y variedades.

Quiero a mis abuelos
con la Q de Queso,
Con la U de bUenos,
Con la E de bEsos,
la R media de caRiño
Y la O final de mimO

Cuando mis abuelos miran,
lo hacen con fuerza y con ganas
de observar con interés
que les regalan sus gafas.

Mis abuelos son refugio
de estrategias y de andanzas
de sus nietas y sus nietos,
a los que acogen y abrazan,
y observan sus movimientos
con la maestría de sus gafas.

11.- SOMOS MÁS QUE OJOS

Somos más que ojos,
nos mueve la inteligencia,
la relación
y vivimos consecuencias.

Con miradas interiores
somos más que ojos.
La reflexión nos convierte
en filósofos

Somos más que ojos
cuando somos pensamientos,
saber y ciencia
e incursiones en lo eterno.

Nuestro motor: las vivencias.
Somos más que ojos
que buscan la trascendencia:
ser ideólogos.

Somos más que ojos
mientras nuestra mente viaje
entre importancias
que sean, dejen e impacten.

En la realidad humana,
somos más que ojos
porque entre humanos radiamos
más amor que odio.

Somos más que ojos
siendo espíritus creativos.
por ser creadores
de esperanzas con destinos.

ojos

amistosos

Subcapítulo 2.- El entorno ocular

- 1.- La consulta oftalmológica
- 2.- Los oftalmólogos, doctores de la Consistencia
- 3.- Las ópticas
- 4.- Los párpados son ventanas a la vida
- 5.- La oscuridad y mis claridades
- 6.- La investigación oftalmológica
- 7.- Los ojos
- 8.- Las cataratas del Río Tiempo
- 9.- Los medicamentos
- 10.- Las farmacias de barrio
- 11.- La vida y la vista

01.- LA CONSULTA OFTALMOLÓGICA

La transcendencia: el paciente.
Un interventor: la ciencia.
Una invitada: la vista.
Importante: la experiencia.

La inquietud, se respira.
La preocupación transciende.
La tranquilidad se instala
cuando observan al paciente.

Dos visiones diferentes
la instrumentación separa:
la visión especialista,
y la visión afectada.

La sabiduría se instala
entre lentes correctoras
de patologías visuales
y su saber las mejoras.

Las mentes piensan, meditan,
inmersas en el pronóstico:
quien acumula la esencia.
quien elabora el diagnóstico.

Consulta oftalmológica,
lugar de encuentro vital
en solucionar problemas
de gran impacto social.

02.-LOS OFTALMÓLOGOS, DOCTORES DE LA CONSISTENCIA

Los doctores Consistencia te citan,
se acercan y observan tus ojos, muy cerca,
reflexionan, se conectan, investigan,
con los instrumentos que les da la ciencia

Los doctores Consistencia te invitan
a que sepas dominar tus ausencias,
que controles esencias de tu vista
siendo dueño de dudas y certezas.

La doctora Consistencia te explora
y se hace preguntas con tu mirada,
y con tu mirada piensa y razona
porque tu vista la alerta y la llama.

Dos silencios sentados frente a frente.
Solo los razonamientos trabajan
donde la profesión liga y entiende
lo que una lesión ocular reclama.

La ciencia y la preocupación dialogan
desde la expectación y la sonrisa.
El doctor Consistencia siente y añora
felicidad asociada a la vista.

03.- LAS ÓPTICAS

Ante los ojos que observan
y los objetos observados
se colocan el cristal y su ciencia.

La ciencia al servicio de la vista,
su estudio, su complementación,
su adaptación, su estética, su analítica.
Siguiendo un estricto protocolo,
son funciones de un personaje cercano
que socialmente denominamos óptico
y, más técnicamente, es llamado optometrista.

Acercar imágenes,
confirmar lecturas,
compensar defectos,
analizar molduras,
conformar nitideces,
armonizar distancias...,
son las funciones técnicas de las lentes.

Las lentes: compañeros necesarios
de equilibrio y estabilidad social,
elementos de visión, complementarios
en el llevar y compartir la realidad.

OPTICA

SE GRADUA LA VISTA



04.- LOS PÁRPADOS SON VENTANAS A LA VIDA

Los párpados son ventanas a la vida
y visten volantes flamencos en sus pestañas
en épocas de juventud,
para lucir y lucirse con la mirada.;
y protegen a sus ojos con perfecta exactitud
en su función de guardias de vigilancia
de unos órganos vitales que marcan la senectud.

Y se cierran y se abren cuando los sueños los llaman,
y vibran con sus aventuras,
con sus problemas se alarman,
tiemblan con sus temores, sus miedos;
en sus lágrimas se bañan
en máxima excitación.
Y en el reposo...se calman.

Cuando bailan las miradas, las pestañas
revolotean como colibrís venciendo gravedades,
y se visten de colores como pétalos de rosa,
como parte de unos ojos que transpiran complacencias,
y que disfrutan y gozan de plena salud ocular.

Pero el tiempo es infalible y como el fruto se desgrana,
sellando estancias, cancelando predominios,
y culmina los estados de bonanza.
Los párpados, hijos del tiempo, se entristecen
y se pliegan, se endurecen y se cansan,
y arrastran sus pestañas con flaqueza,
porque el tiempo es infalible, pesa y manda.
Los párpados son ventanas a la vida



05.- LA OSCURIDAD Y MIS CLARIDADES (Desde un invidente)

La oscuridad me da luz
para gozar los aromas de la vida,
me da sosiego interior
para escanciar vivencias y fantasías.

La oscuridad me da aire
para respirar tanta angustia contenida
que a veces me enreda entre mis sombras
y me induce a plantearme la justicia.
La mayoría de las veces, me da fuerza
para saltar barreras y rozar los límites
de la sensatez y la delicia,
de la paciencia y de la espera.

Mis claridades me llenan de complacencia,
me engancho a la vida, me llenan de gratitud,
disfruto de bondades y de inocencias
aunque me falte la esencia que da la luz.

Mis claridades me llevan a las distancias
que marcan las abstracciones,
me trasladan más allá de las fragancias
a un amplio paraíso de emociones,
a un vergel con imágenes soñadas,
al Edén de los placeres oídos,
al Parnaso de las sensaciones amadas,
porque me siento un experto utilitario
de inexplorados secretos de los sentidos.

06.- LA INVESTIGACIÓN VISUAL

La naturaleza es sabia
en lo ínfimo y lo infinito,
y generosa,
que al ser humano,
su hijo predilecto, favorito,
se da gustosa.

El ser humano
Piensa, investiga, evoluciona
y quiere ser.
Su madre naturaleza le ofrece
su alto grado en el saber.

En su deseo de alcanzar
las cotas de perfección,
el ser humano investiga
y la realidad le instiga
a las verdades ocultas
más allá de su conciencia.

Cuando el ser humano es aire
y se expande y se hace etéreo,
quiere alcanzar las estrellas.
Su privilegio: su vista,
la observación de lo externo.

El ser humano es perfecto
y los ojos son la muestra
de una adaptación al medio
en rigor y consistencia.

El ser humano es perfecto
hasta en las imperfecciones,
pues se implica en lo correcto
de buscar las soluciones.

La investigación es un poema que satisface y expresa,
y encumbra la realidad implicando a la belleza.

La investigación nos acerca al horizonte
y los deseos de perfección lo recorren.

07.- LOS OJOS

Mis ojos son los dueños de mi conciencia.
Mis ojos, puerta de la inteligencia visual,
se llenan de lágrimas cuando los agobia el tiempo
y son ilusión y esperanza cuando los llama la ciencia.

La luz, el color, certifican su alegría
la claridad es dueña, embellece.
los matices andan sueltos.
Abro bien los ojos para enriquecer mi estancia...

Con los ojos convertimos imágenes en conceptos,
pensamientos en caminos, relaciones en preceptos.

Los gestos, las apariencias, certifican su vivencia.
Pasa la tarde, oscurece.
El sol se oculta.
Cierro los ojos y me dejo invadir por la música.

Los ojos son manantiales de conexión con la vida,
detectando rituales, certificando iniciativas.

La ubicación, la belleza, certifican su armonía.
Entra la noche, ennegrece,
se instalan las sombras.
Encarcelo los ojos y juego al escondite con los sueños.

Los ojos son los dioses del camino que marca nuestra esencia,
ojos que piensan, restan, suman y vigilan conveniencias



08.- LAS CATARATAS DEL RIO TIEMPO

Nuestros ojos son los ríos
que dan sentido a la vista.
Los cristalinos, el agua
pura y limpia de partida.

En vivencias cotidianas,
el agua brota y circula,
satisface realidades
y lo que Arrastra, acumula.

Adversidades, tendencias,
nieblas ocultas, contextos,
factores que crean conflictos;
otro importante es el tiempo.

Diagnóstico: cataratas.
Su foco es el cristalino.
La visión: protagonista.
El bienestar, su destino.

Cristalinos imperfectos
como ríos con aguas sucias
que la inteligencia opera
porque las ciencias lo estudian.

09.- LOS MEDICAMENTOS

La química es nuestra amiga
concentrada y comprimida.

En los tiempos de vivencia actualizada
objetivo principal es el dominio
Y el control de tecnologías avanzadas
alargando y mejorando los caminos
del vivir y de la permanencia humana.

La química es nuestra amiga
concentrada y comprimida.

Los deseos son sumados a la observancia
y a la excelsa perfección del cuerpo humano
más el interés en prolongar la vida
hacen los medicamentos más cercanos.

La química es nuestra amiga
concentrada y comprimida

10.- LAS FARMACIAS DE BARRIO

Poema inspirado en una farmacia concreta situada en el barrio de Nervión (Ciudad de Sevilla)

Farmacia de barrio, lugar de encuentro
de los deseos con los medicamentos.

Lugar afable, de visita inquieta,
recoge inquietudes dando respuestas.

Reúne sentimientos con relaciones,
entregando motivos, porqué y dóndes.

Farmacia de barrio, saber en bata,
amistad que escucha, ciencia en palabras.

Miradas que informan, gestos que explican,
compra acompañada de pedagogía.

Farmacia con tacto, cercanía cómplice
aclarando reglas, códigos y códices.

Farmacia de barrio, reino de aciertos
creando conciencias y alejando miedos.

Farmacia de barrio, asesoramiento.
Confías en la química. Conocen tu cuerpo.



11.- LA VIDA Y LA VISTA

La vida y la vista
son buenas amigas
que unidas en versos
comparten las rimas
y ligan conceptos,
sentencias que afirman.
No siempre asonantes,
veces consonantes.

La vida es consistencia.
la vista es diligencia.
La vida es transitoria.
La vista compensatoria.

La vida es horizonte.
La vista es cuando y donde.

La vida supone un regalo.
La vista exige cuidados.

En la vida se comparten vivencias.
Con la vista se almacenan esencias.

En la vida se ejecutan pensamientos.
Con la vista se confirman los encuentros.



oos
de regio

Subcapítulo 3.- Reflexiones y sentimientos visuales

- 1.- Ama y ámate
- 2.- Visión se escribe con "P"
- 3.- La DMAE
- 4.- Al son de las sombras
- 5.- Déjate vivir con el presente
- 6.- La mirada invita al poema
- 7.- La visión y la autoestima
- 8.- Leer es sentir
- 9.- No es lo mismo
- 10.- NO
- 11.- Soy feliz con la mirada
- 12.- Los escalones de la observancia
- 13.- Versos oculares
- 14.- Cruce de miradas
- 15.- La mochila de mi abuelo
- 16.- Mayores con Baja Visión
- 17.- Peticiones desde la Baja Visión

01.- AMA Y ÁMATE

Sé consciente de tu realidad visual.
Ama y ámate.
Conociendo bien tus deficiencias oculares,
nunca dejes de amar y amarte.
Trabaja esta credibilidad dual
siendo amado y siendo amante.
La visión es religión trascendente
y el amor es catedral.
Olvida incidencias que parezcan ofensivas.
Apuesta por el amor: ama y ámate.
Asume comentarios que respira la calle.
Rompe comodidades. Ama y ámate.
Comparte vuelo con otras dificultades
Baraja conscientemente tu desigualdad visual
como conducta operante
responde con ilusionante amor.
Sintoniza con la vida cotidiana
Recréate en la intimidad del silencio.
Sé fuerza inspiradora de esperanzas.
Potencia tus pensamientos.
Y carga en tu mochila el “Ama y ámate”.

02.- VISIÓN SE ESCRIBE CON P

*Transcurriendo un congreso de pacientes,
Lo dijo un oftalmólogo importante:
La visión, impulsora de aptitudes,
Usa la "p" como gran consonante.*

Visión se escribe con "p"
con la "p" de los pacientes,
la de los profesionales
y paciencia de las mentes.

Visión se escribe con "P,
letra que inicia Pensar,
reflexionar situaciones
con fuerza y necesidad.

Visión se escribe con "P",
con "p" de profundidades
de las investigaciones,
y sin culpabilidades.

Visión se escribe con "P",
que inicia la Proporción
que en cada individuo alcanza
el nivel de su lesión.

Visión se escribe con "P",
la "p" de profesionales
que analizan e investigan
situaciones visuales.

Visión se escribe con "P",
con la "p" de perfección
en diagnósticos, conductas,
genética, aceptación.

03.- LA DMAE

Deja fluir el humor
Masticá tus vanidades
Acacia la esperanza
Enriquece tus bondades.

La DMAE: Degeneración Macular,
asociada a la Edad del individuo.
Las células oculares se agotan
y dan por cerrado su compromiso.

Desalójate de penas.
Matiza tus inquietudes
Acomódate a lo nuevo
Encendiendo nuevas luces.

DMAE, afección de visual consistencia
que perturba relaciones sociales
Es causa de silencios que hablan solos
y fuente de aislamiento y soledades.

Dogmatiza su importancia.
Matricúlate en conceptos.
Abrázate a la esperanza.
Engánchate a los inventos.



04.- AL SON DE LAS SOMBRA

Cuando las sombras se instalan en ti,
y se debilitan tus nitideces,
Y las dudas se convierten en doctrinas,
y se sofocan la lógica y tu mente...
Un problema de visión se te aproxima
Y te incita a preocuparte en tu vivir.

Las dudas van en aumento
si la visión disminuye,
dudas, que son un tormento
y que con la vista fluyen.
Los errores, confusiones, tropiezos
Son compañeros de viaje
que se mueven con sufrido embeleso
y afrontan sus realidades.

Las dudas florecen con la oscuridad
en el intimista reino de las sombras
que ocultan, engañan, están y no están.

Supera las dudas con alegría
e ilumina las sombras con fantasía.

05.- DÉJATE CONVIVIR CON EL PRESENTE

Déjate convivir con el presente,
pero nunca olvides que eres pasado,
hasta ayer tu fuerza convincente
y elemento esencial de tu ideario.

Si miras hacia atrás, marcas caminos
fijando condiciones de importancia.
Cada cual analiza su destino
y elige su sombrero y su paraguas.

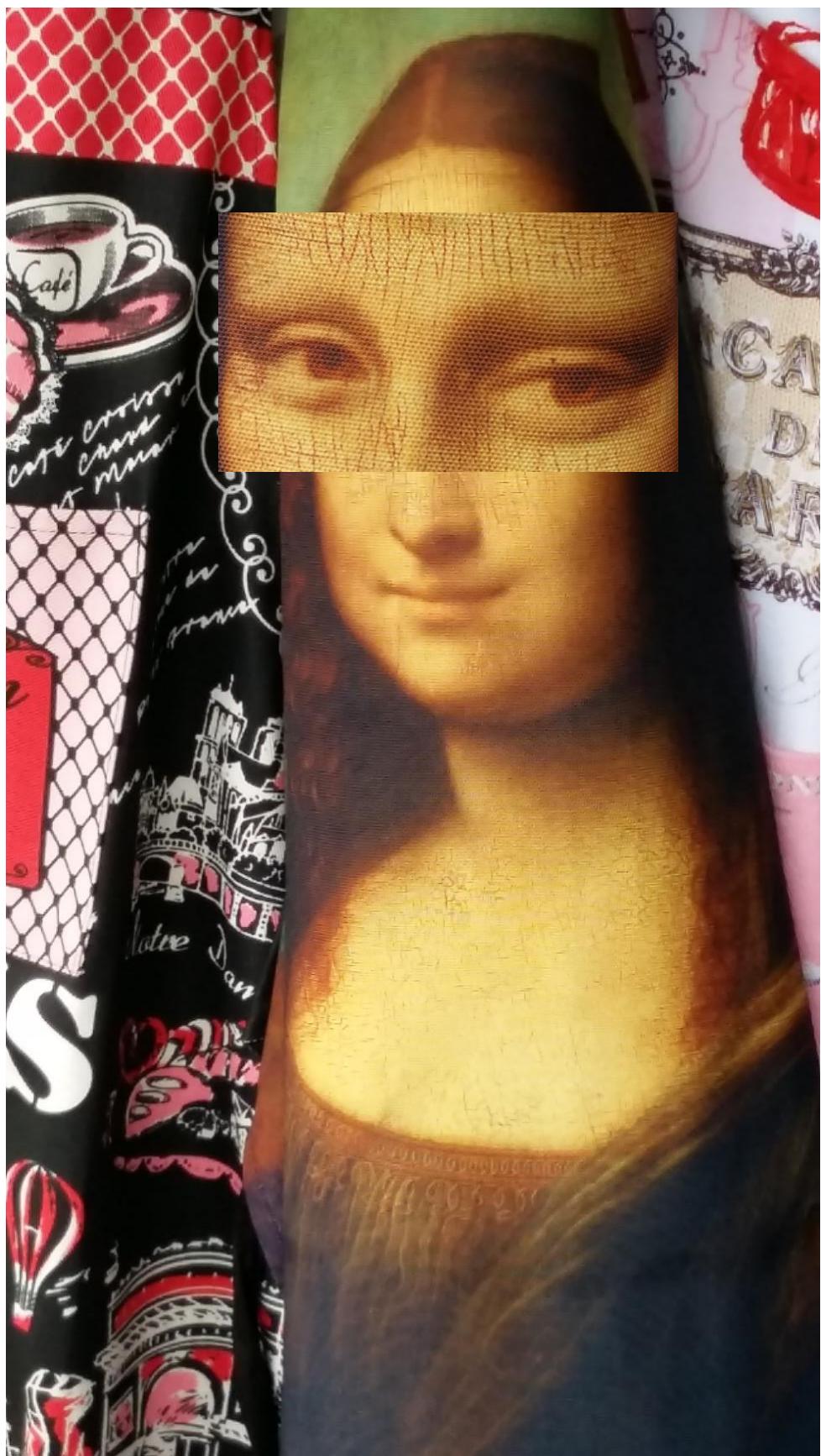
Nos impone esta vida condiciones,
circunstancias ajenas a nosotros,
ligadas a vivencias y emociones,
muchas de ellas afectan a los ojos.

Déjate compartir con el presente
abrazado a problemas que te acucian,
superando retos e inconvenientes
compensados por creencias que te empujan.

06.- LA MIRADA INVITA AL POEMA

La mirada invita al poema
y conecta con cuentos y cantes
a los que se acerca.
La mirada crea imaginación
y confirma la belleza.
La mirada es vínculo de unión con la amistad
y establece su firmeza.
La mirada camina entre realidades
que la convierten en encendida vela.
La mirada es cercana
y es etérea.
La mirada te lleva por silencios consistentes
y, ya con ellos, te encierras.
Con la mirada eres, estás, vives, dueles,
razonas y vuelas.

Cuida tu mirada
y da tu vida por ella.



07.- LA VISIÓN Y LA AUTOESTIMA

Dos conceptos solidarios:
la visión y la autoestima;
Amigos participantes
del camino por la vida.

La visión va con el cuerpo,
la autoestima con el alma;
unidas son conveniencia
dando armonía y bonanza.

Siempre juntas, compartiendo,
que no cunda la estampida,
que la vida es muy compleja
y refleja situaciones
de roturas y tensiones
que perjudican la vista.

La visión y la autoestima
no deben de ser distantes;
la necesidad les une
la entereza la comparten.

Una visión deficiente,
una visión conflictiva,
dificulta situaciones
ganadas por la autoestima.

08.- LEER ES SENTIR

Leer para crecer
en intelectualidad y cordura.

Leer para instruir
y ser fuente informativa de cultura.

Leer para escribir,
dejando huellas para otros de lectura.

No poder leer es no poder crecer,
limitar acceso a otras sensaciones,
oler sin olor. Sabor sin saber.

La lectura
supone alcanzar cotas de aprender.
aceptar y sentir las relaciones,
dejar entrar, digerir, comprender.

Pero leer es sentir
y se puede sentir con la audición,
matizando sentires por la voz.

También leer es palpar,
que te llegue la información con el contacto,
de células sensitivas que saben tanto.

La lectura
educa y modifica las vivencias
y entra en el humano por varias puertas.

09.- NO ES LO MISMO

No es lo mismo, amiga, amigo
con buena visión,
que lees este poema y piensas.

No es lo mismo
que un afectado de baja visión
vea un objeto pequeño en el suelo.
No es lo mismo. Piénsalo.

Tampoco lo es
sí tiene una mancha visible en su traje,
se tropieza con un objeto visible
porque es visible su baja visión.

No es lo mismo
un silencio necesario e intencionado
en un ambiente de miradas consultivas
donde el silencio entiende a la visión.
No es lo mismo. Piénsalo.

Como tampoco lo es
ser motivo de observancia en tu conducta
y observar que eres motivo de preguntas,
pues tu conducta se enfrenta a la visión.
No es lo mismo. Piénsalo.



10.- NO

No con el NO.

No, no te dejes llevar por el NO.

No seas el objetivo de su pregón.

Si eres afectado de baja visión,
ciérrale tu puerta
o mejor, déjala entreabierta.

Vigila sus incursiones
y salva tus ilusiones.

NO,

no conduzcas tu vida montado en el NO
de los fracasos y de las frustraciones
y las decepciones.

Súbete en el SI de lo posible
de la reflexión y lo comprensible.

NO,

no cedas a la facilidad del NO.

Controla tus pensamientos,
bloquea tu debilidad,
razona tus sentimientos.
retrasa tu actualidad.

Nunca te dejes llevar por el NO
cuando te acose la baja visión.

11.- SOY FELIZ CON LA MIRADA

Soy feliz con lo vivido
digiriendo realidades.
Soy feliz con lo sentido
visualizando certezas.
Soy feliz con ser humano,
pensar, replantearme verdades
y analizando bellezas.

Soy feliz con la mirada,
siendo observador y objeto.
Soy feliz con la esperanza
de vivir intensamente.
Soy feliz mientras sea ave
y navegue entre misterios.
que den trabajo a mi mente.

Soy feliz con ser retina
del acontecer humano.
Soy feliz con ser pupila
y retener las vivencias.
Soy feliz siendo testigo
de verdades y de engaños
y objetivo de la ciencia.

12.- LOS ESCALONES DE LA OBSERVANCIA

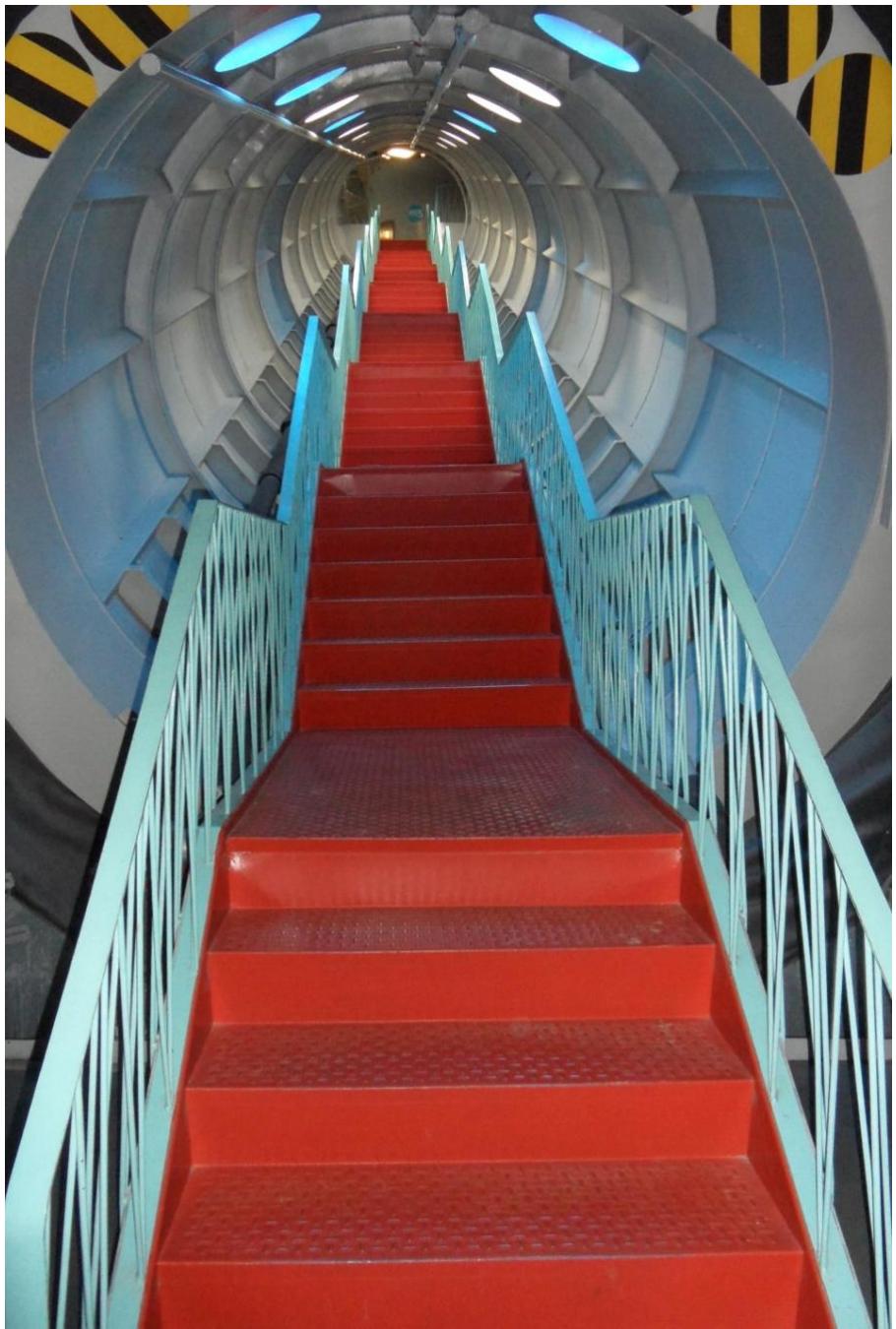
Poema dedicado a aquellas personas con patologías oculares agudas que deben tener un cuidado especial al subir o bajar escaleras.

**Ver.
Mirar.
Contemplar.
“Enricrecer”,
Embelesarse.**

Bajar
con
gusto
a
las
bondades
cotidianas.

**Ser receptor de emociones.
Ser sujeto y ser motivo de miradas,
porque las miradas conectan con el presente transitorio,
con la sensible e invisible luminosidad del alma,
con la riqueza que inducen los colores,
con la realidad social y la vida humana,
con la visión que construye,
con la esperanza,**

observancia
Ver.
Mirar.
Contemplar.
“Enricrecer”.
Embelesarse.
la
de
escalones
los
Subir



13.- VERSOS OCULARES

Versos oculares,
poesía que enlaza,
lenguaje del cuerpo,
relación humana.

Mirar sintiendo,
reconocer
Sentir mirando
y ser aquél.

Imágenes vistas:
belleza que luce,
emoción servida,
miradas que fluyen.

Vuelan pensamientos
en noches de luna;
con ojos cerrados
son sueños que suman

Versos oculares
en ojos que sueñan,
quieren ser luceros
que cantan y cuentan.

14.- CRUCE DE MIRADAS

Me gusta utilizar la vista para verte,
que se refleje en tu mirada mi sonrisa
y seamos un todo iluminado y consecuente.

Me gusta buscar tus ojos y encontrarte
en la inquietud poderosa del recuerdo
porque entrar en tu visión es recordarte.

Me gusta convertirme en tu horizonte,
que mi mirada se cruce con la tuya
y dialogar con gestos que disloquen.

Me gusta conversar con tu silencio
e intercambiar contigo conveniencias,
disolver contiendas y compartir deseos.

Me gusta ser tu presente inmediato,
cómplice en consumir los tiempos
y con miradas repartir regalos.

Me gustan tus garbosos parpadeos,
versificando escenas con miradas,
convirtiendo en eterno lo concreto.

15.- LA MOCHILA DE MI ABUELO

Cuando se pierde visión,
se pierde calidad de vida.
Cuando los ojos se cansan de ser perfectos,
obligan al humano a ser consecuente.
Cuando la mirada no es dueña de la presencia
florece la tristeza en el alma humana.
Si la realidad obstaculiza la visión,
hay que aprender a enfrentarse con la realidad.
Hay calidades de visión perdidas
que nos devuelve la óptica estudiada.

Disculpad, lectores,
jóvenes y mayores, compañeros
y lejanos, que como mi abuelo
lleváis mochila de paciente.
Disculpad que no haya usado la rima,
pues no siempre es de la reflexión amiga.

En las próximas estrofas y versos
trataré de cumplir este precepto.

Cuando se pierde un grado de visión,
se gana un grado de preocupación.

Cuida tus ojos, cultiva tu mirada
y triunfarás en relaciones humanas.

Una dieta saludable y una conducta oportuna,
abren caminos y puentes para que la vista fluya.

Nunca dejes de atenderte, consultar y preguntar
sobre métodos y formas con la salud ocular.



16.- MAYORES CON BAJA VISIÓN

Gime la salud ocular,
-que poca gente la escucha-.
y la sufren los mayores
con resignación, sin lucha.

Grita la Baja Visión
desde un sufrimiento oculto,
caminando paso a paso
entre incidentes y sustos.

Siendo la salud ocular,
necesaria, aunque costosa.
abandonar su cuidado
encarcela y es dolosa.

Baja Visión, un estado
de vigilancia y consulta.
Los mayores se acobardan,
y son débiles y exculpan.

17.- PETICIONES DESDE LA BAJA VISIÓN

Generosidad, cariño,
muchas comprensión, ternura,
nos Pide un Baja Visión
en su estado de amarguras.

Aceptación, sintonía,
entra en mis dificultades,
convive con mis ausencias,
haz tuyas mis realidades.

Benevolencia, empatía,
entiende mis deficiencias
por acumular errores
y perdona impertinencias.

Son fáciles los enfados
conmigo, mi yo expectante,
a cambios inesperados
y una realidad cambiante.

Visión y psicología,
influyente emocional
en relaciones humanas
con repercusión social.

Cercanía, culto al silencio,
estudio, resignación,
análisis de los gestos
y de la respiración.

Quien ha visto normalmente
y alcanza Baja Visión,
vive momentos difíciles
que piden resolución.

ojos

juguetes

Subcapítulo 4.- Otras poemas que han sido musicados

- 1.- La salud ocular, por Soleares de Triana
- 2.- La Mácula y la retina, por colombianas
- 3.- La visión, por Alegrías de Cádiz
- 4.- Cuando la azúcar amarga, por Sevillanas reflexivas
- 5.- Un golpe de vista, con ritmo de Rap

Nota. - También han sido musicados algunos de los poemas incluidos en el poemario ya descrito.
Concretamente:

- 6.- Recurro al silencio
- 7.- El tiempo
- 8.- Somos lo que
- 9.- Peticiones desde la Baja Visión

01.- LA SALUD OCULAR

(*Musicado a ritmo de SOLEARES DE TRIANA*)

La visión marca la vida,
motiva las relaciones,
condiciona la autoestima
y disculpa los errores.
Sobre la baja visión,
familiares de pacientes,
hay que fijar la atención,
ayudar, ser consecuentes.
La edad marca barreras
no siempre bien definidas.
Se degeneran las células,
la mácula y la retina.
Para una buena visión
es necesario cuidarse,
cuidar la alimentación
y vigilar las constantes.
El oculista y el óptico,
dos consultas importantes,
para cuidar de los ojos,
sentir y relacionarse.

02.- LA MÁCULA Y LA RETINA

(Musicado a ritmo de COLOMBIANAS)

Mácula y Retina,
ojos que ven esperanzas
con retinas decadentes
y degeneradas máculas;
El agobio y la inquietud los pierde.
El sueño y la ilusión los gana.

Retina y Macula,
principales del encuentro
del humano con su entorno,
vigías del pensamiento,
relevantes sin adornos,
enormes siendo pequeños.

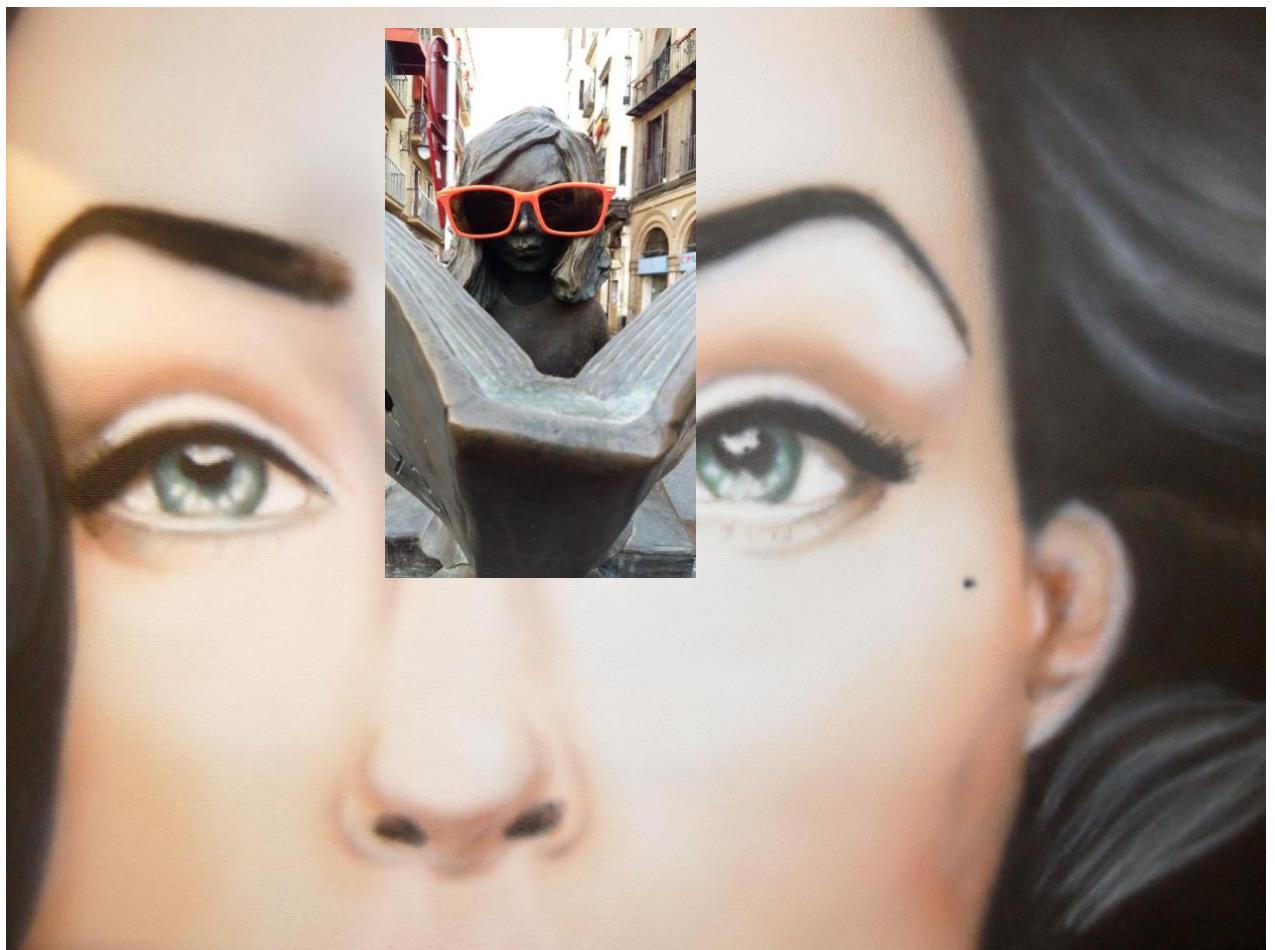
La Mácula y la Retina
son dos órganos vitales
de capital trascendencia:
un detector de señales
y un controlador de esencias
en interior y en las calles.

La Retina con la mácula
ventanas que abren al mundo
imágenes de armonía,
investigación y estudio;
y hacen las fotografías
de su humildad y su orgullo.

03.- LA VISIÓN

(Musicado a ritmo de ALEGRÍAS DE CÁDIZ)

"Que se me va la visión ".
-Dijo con pena y sin gloria
una persona mayor
con magnífica memoria-.
La edad no perdona, hermano,
la vista se degenera
y se nos va de las manos
con el ritmo que ella quiera.
"La mirada es un tesoro"
-Sentenció el Dios Creador
cuando diseñó los ojos
dotándoles de visión-.
Todo lo que ves es nada
Si la oscuridad es tu dueña
Robándote la mirada.
Los sueños en la almohada.
Los deseos en la mente.
La confianza en el alma
Y los ojos para verte.
La ciencia está con la vista,
como la ley con el orden
y estudia e investiga
en buscar cuándos y dóndes.



04.- CUANDO EL AZÚCAR AMARGA

(Musicado a ritmo de SEVILLANAS)

Estríbillo sonoro 1:

Aunque la diabetes calla,
tú eres motivo, eres causa.
Cuando la diabetes habla,
no te calles, pide, exclama.

Cuando la diabetes se instala en ti,
fíjate con esmero en su observancia.
Imponte la templanza en la cocina.
y prudencia en tu forma de vivir.

Estríbillo sonoro 2:

Con glucosa intensa en sangre
lo mejor es preocuparse:
bien medicada, coraje
y ejercicio saludable

Cuando la diabetes se ha hecho fuerte
y quita intimidades personales,
que la voluntad supere a la apatía
y la sensatez se imponga a los placeres.

Estríbillo sonoro 1:

Aunque la diabetes calla,
tú eres motivo, eres causa.
Cuando la diabetes habla,
no te calles, pide, exclama.

Es preciso ser valiente con diabetes.
Hay que ser consciente siendo diabético;
consecuente, bien informado y feliz
siendo diabético sin ser doliente.

Estríbillo sonoro 2:

Con glucosa intensa en sangre
lo mejor es preocuparse:
bien medicada, coraje
y ejercicio saludable

La diabetes se acompaña de influencias
con vital importancia en la visión.
¡Qué suerte que se estudie y se investigue!
De interés primordial para la Ciencia.

05.- UN GOLPE DE VISTA

Un golpe de vista
y despertó tu mente.

Un golpe de vista
y se enganchó a la suerte.

Un golpe de vista
y descubrió el misterio
de observar su entorno sin velos.

Un golpe de vista.
y sintió la esperanza
de entrar en el todo y abandonar la nada.

Un golpe de vista
y cambia la historia:
Te sales del charco y te subes en la noria.

Un golpe de vista
y abandonas la apatía
y te conviertes en flor abierta a la alegría.

Un golpe de vista
y izas!, te descubres
que eres inteligencia y que eres lumbre.

ojos
curiosos

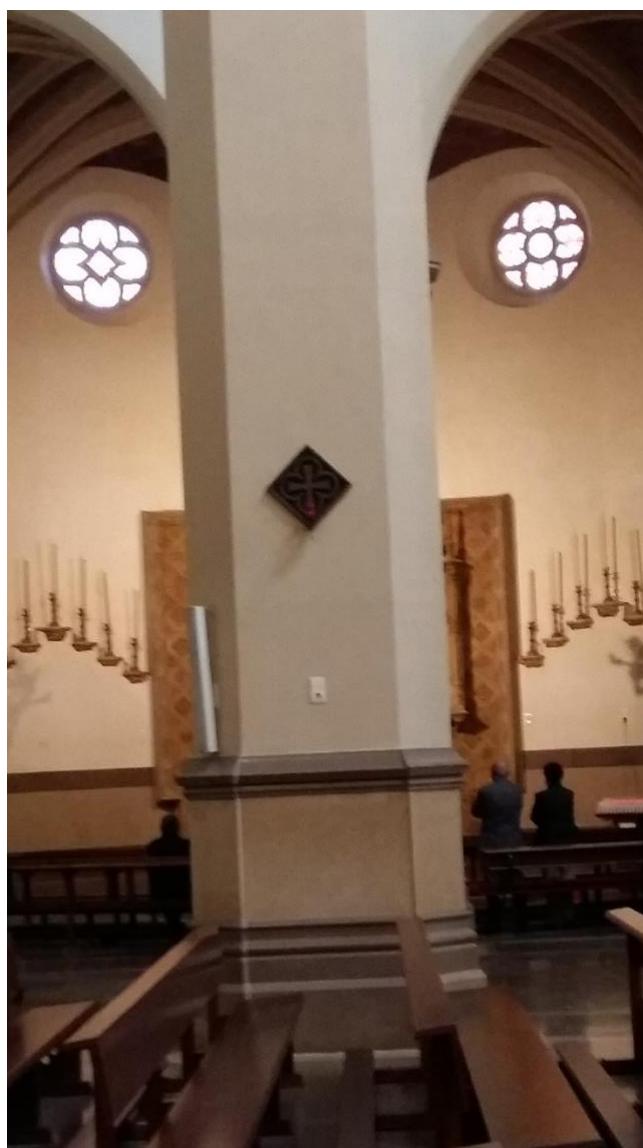
CAPITULO II:

**SURREALISMO FOTOGRÁFICO
OCULAR**

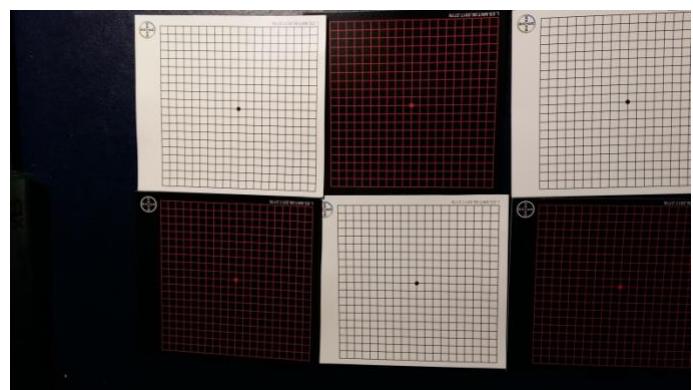
Tras el capítulo poético anterior, puramente descriptivo y reflexivo, me permito en los dos próximos capítulos introducirme en el mundo imaginativo y, en sus facetas fotográficas y de literatura fantasiosa, donde el protagonismo principal recae elementos oculares o relacionados con el entorno visual.

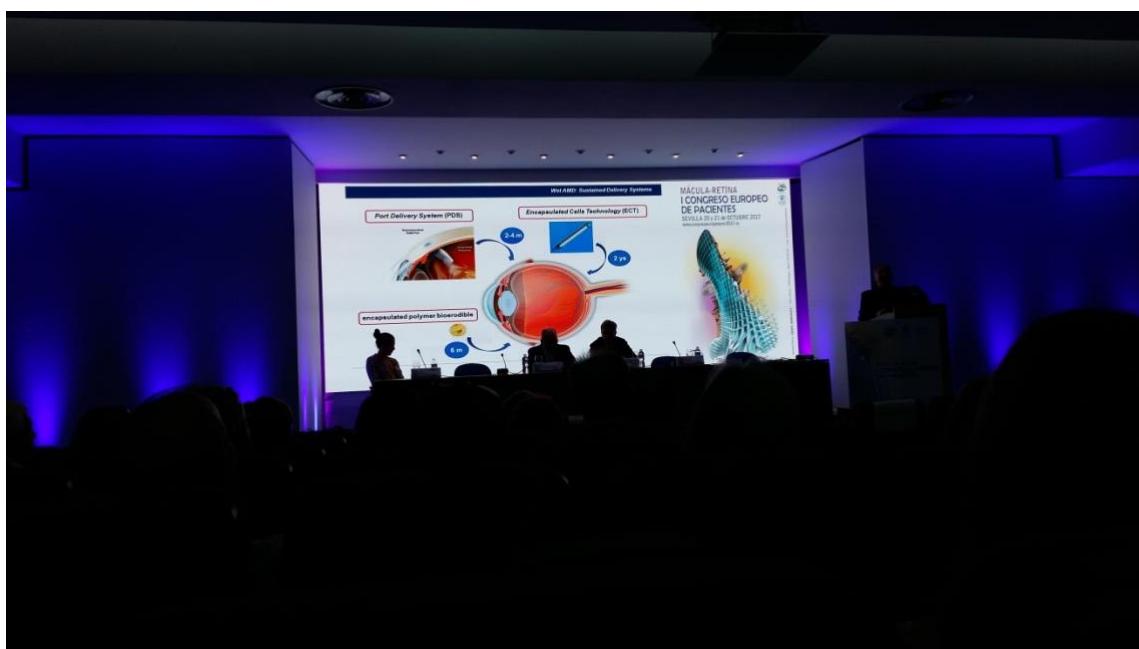
A continuación, os ofrezco una sucesión de imágenes, principalmente callejeras que tratan de sintonizar con el entorno ocular.





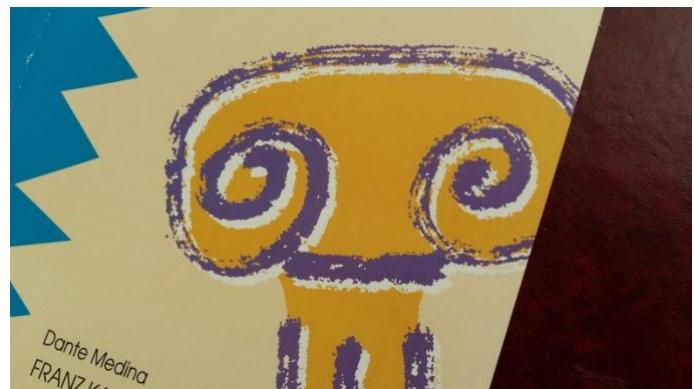


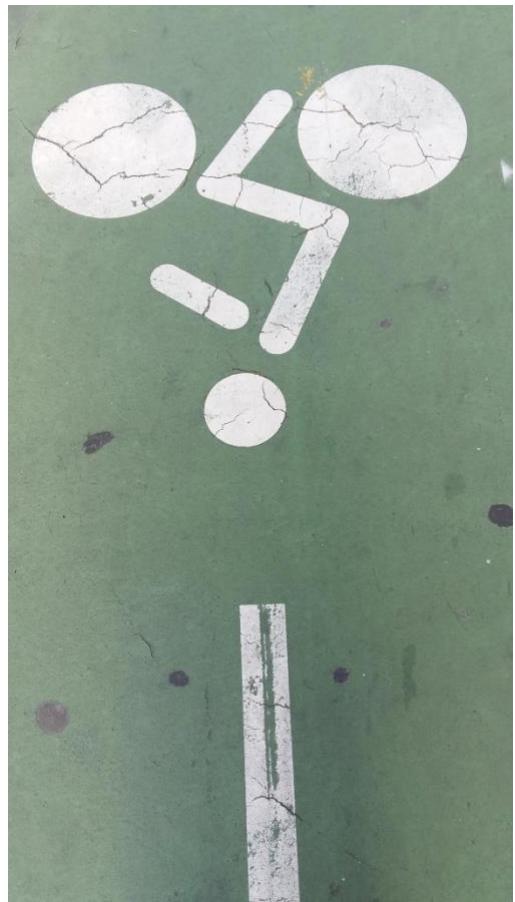




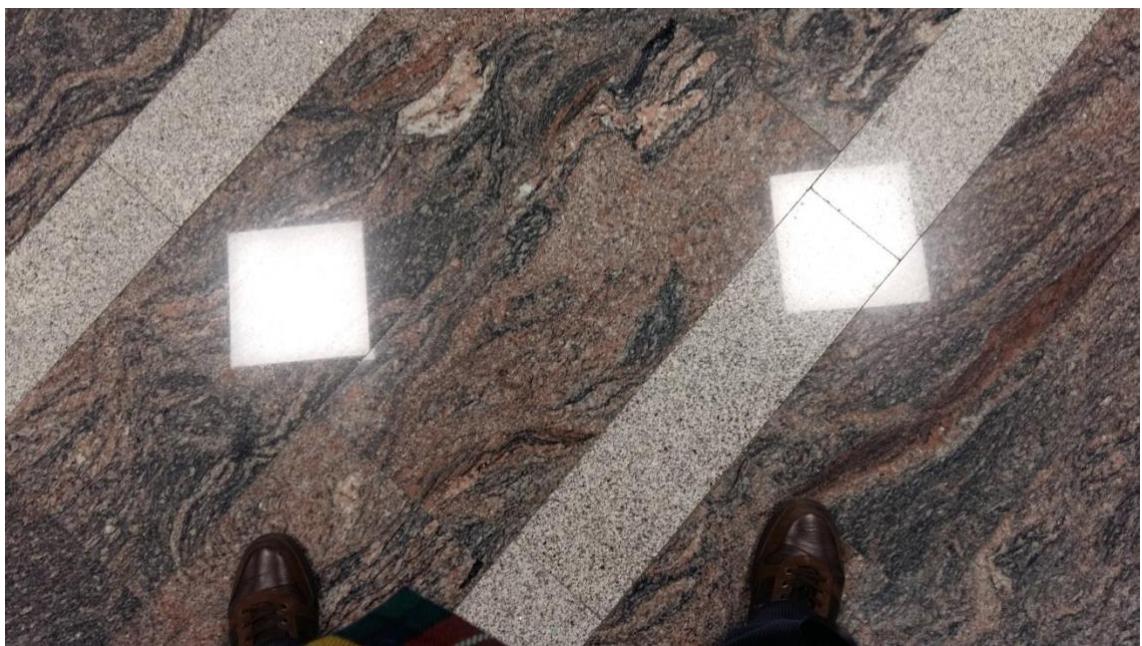


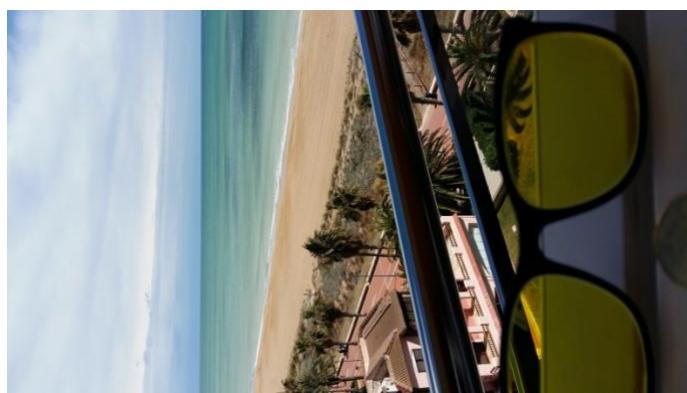
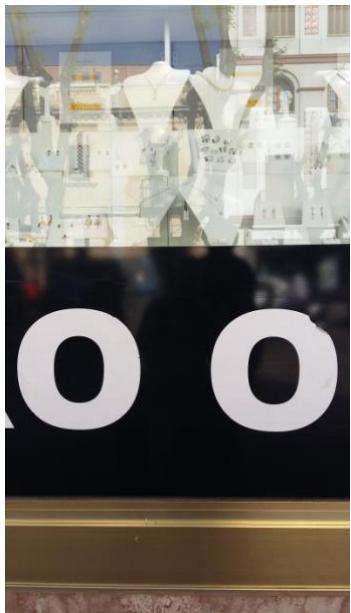


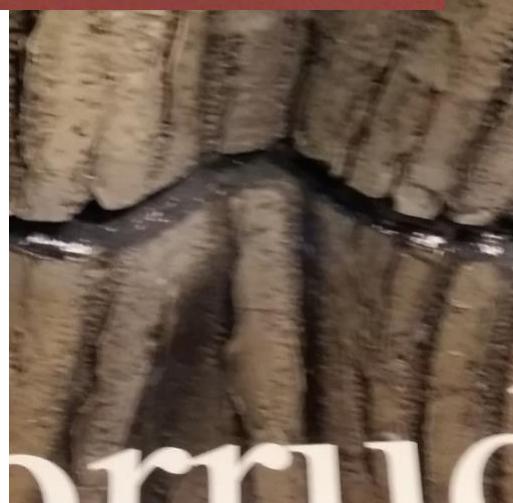




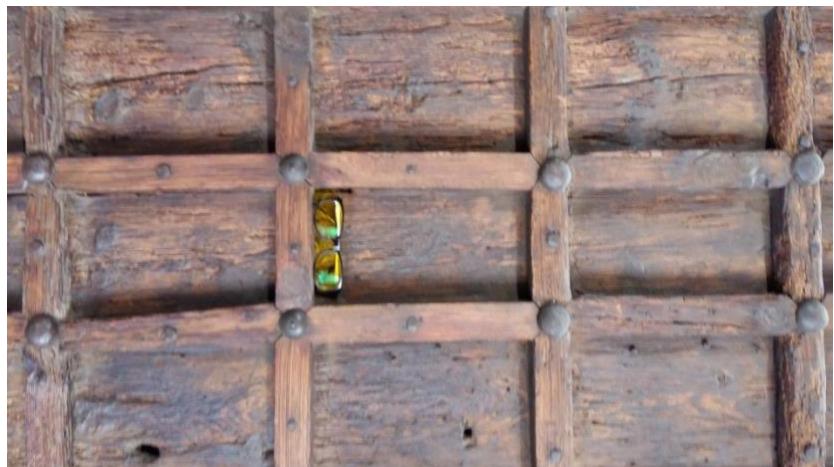








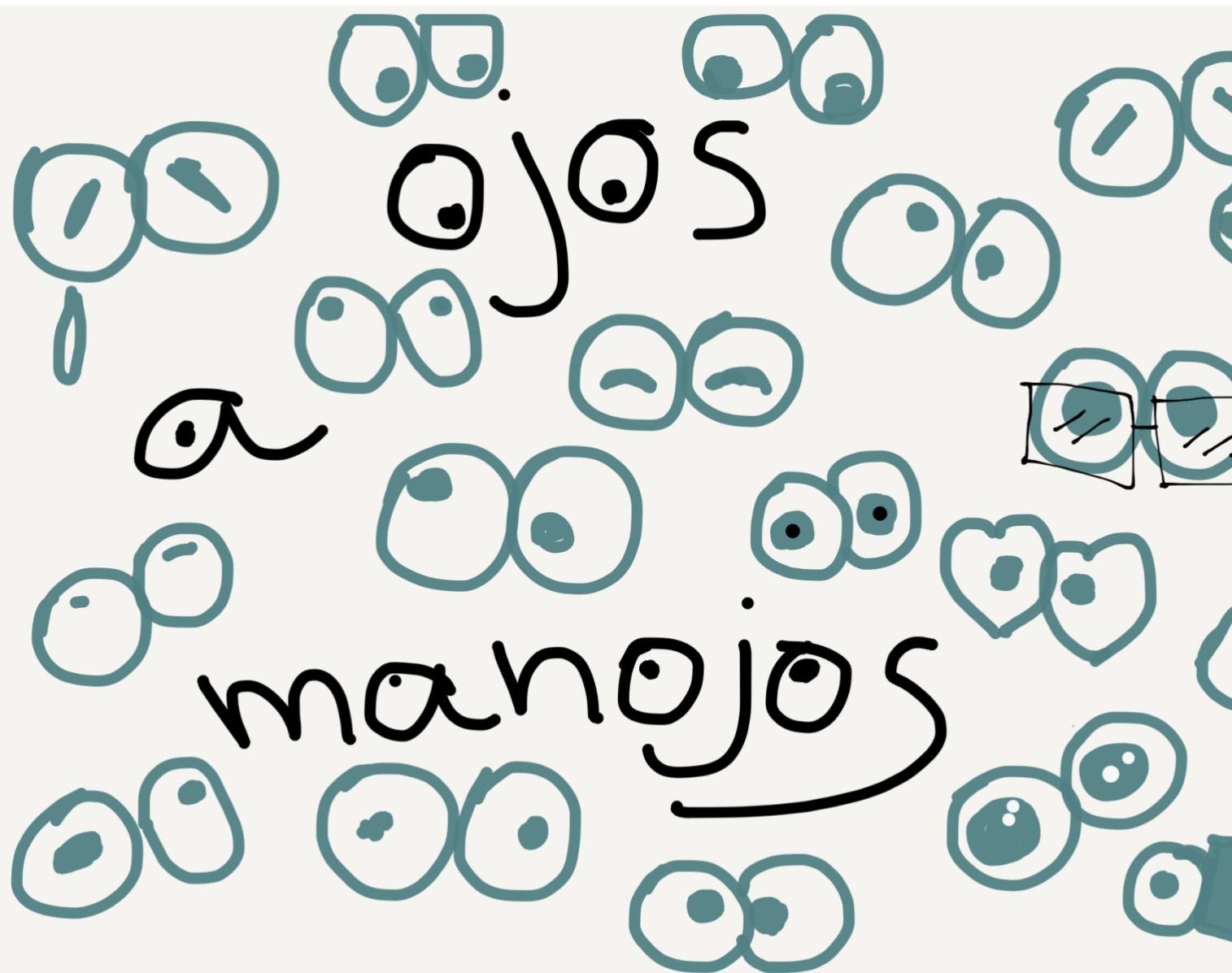






Me despido de este capítulo dedicado al surrealismo fotográfico ocular con esta selección de sílabas extraídas de un letrero callejero al que asocio una petición:

Ponle tú el o los acentos que estimes oportunos.



CAPITULO III:

SURREALISMO LITERARIO IMAGINATIVO

Al igual que en el Capítulo I, dedicado al espacio poético, he procurado desplazarme por las esencias de la realidad, en este último capítulo lo voy a hacer por la fantasía. Bueno, queridos lectores, en algunos de los textos mezclo la necesaria fantasía con la irrefutable realidad. Eso sí, utilizando en la mayor parte de los textos la poesía como elemento vincular.

Estos son mis textos que denomino surrealistas:

- 1.- Dos órganos musicales misteriosos.
- 2.- El cocodrilo del Guadalquivir.
- 3.- Una ciudad llamada Cristalina.
- 4.- La ciudad de Guau Guaioé.
- 5.- La cuchara de palo.
- 6.- Dos ancianos muy ancianos.
- 7.- Cinco reinos, cinco sentidos.

1.- DOS ÓRGANOS MUSICALES MISTERIOSOS

Dos órganos en Sevilla
llevan misterio en su son:
uno lo describe Bécquer
y el otro os lo cuento yo.

Las notas musicales están celebrando fiesta:
Dos órganos de Sevilla les han dado una sorpresa.

Dos músicos organistas venían de Argentina queriendo investigar dicho misterio. En el avión, viéndose la ciudad de Sevilla, uno de los músicos le preguntó al otro: - ¿Queda mucho para llegar? El Compañero le respondió con una sonrisa picarona: -Allí ves. Une las palabras y dilas al revés. Ambos se cruzaron miradas de complicidad.

Dos órganos en Sevilla
suenan sin dedos que marcan:
Convento de Santa Inés
Y Jardines del Alcázar.

Sabido esto, ambos músicos fueron al Convento de Santa Inés donde pudieron contemplar el famoso órgano, que, según la leyenda de Gustavo Adolfo Bécquer, sonó en aquella iglesia, de manera majestuosa, una noche de Nochebuena, en la llamada Misa del Gallo. El misterio fue que quien realmente pulsaba las teclas del órgano era el espíritu de Maese Pérez El Organista, pues su cuerpo había fallecido momentos después de sentarse ante el órgano, previos al concierto. Tal había sido la sintonía entre órgano y organista, que ni el órgano quería que le tocaran otras manos, ni el organista, sabiendo que iba a morir, permitió que le llevaran a otro lugar que no fuera a dicho convento., para dar su último concierto.

Dos órganos en Sevilla
que fascinan y que encantan:
El Órgano de Maese Pérez
y La Fuente de La Fama.

Sabiendo del interés de los organistas argentinos, los busqué para contarles que Hay un órgano en los jardines del Alcázar de Sevilla, que sorprende y su misterio te llama. Cada hora, el agua de la Fuente de La Fama se convierte en organista y ofrece a los paseantes acordes musicales extraídos de conciertos del siglo diecisiete. El órgano, el agua, la estructura de la fuente, la sorpresa, el encanto de la música, el aire acariciante de verdores, los cruces de miradas sorpresivas hacen que el sorprendido viva momentos de satisfacción.

Dos músicos argentinos
han descubierto el encanto
de escuchar música de órgano
sin organista y sus manos.



2.- EL COCODRILO DEL GUADALQUIVIR

Cantan antiguas lenguas que creen en la fantasía, la estrofa que ahora os indico y que aconteció en Sevilla:

*Allá en el siglo dieciocho,
desde El Arenal a Triana,
se rastreaba un cocodrilo
por aquel puente de barcas.*

Muchos hablaban de un animal monstruoso o porque era un cocodrilo, pero la verdad del caso es que con su conducta, arrastrando su cuerpo y zigzagueando su cola, ya bien entrada la noche, algunos días, no todos, de luna llena, dejaba el puente bien limpio. Aunque se había extendido una leyenda que hablaba de su curiosa existencia, contadas personas podían afirmar haberle visto. El cocodrilo vivía asustado por la luna por lo que os voy a contar.

El cocodrilo del Guadalquivir, que vivía en una cueva sumergida del litoral de Triana, tenía miedo de la luna, porque en cualquiera de sus estados menguante o creciente, su reflejo en el río le pudiera pinchar en sus ojos saltones. De hecho, en muchas tabernas del antiguo Arenal de Sevilla y en las de Triana se cantaba esta estrofa por fandango:

*La vista, protagonista
en el Río Guadalquivir.
La luna en cuarto pincharte,
cocodrilo sin subir.*

Cuando antes he dicho "No todas las noches de luna llena" Es porque, según cuentan ciertas leyendas, aquel cocodrilo tenía seguidores y enemigos. Todos conocían su miedo a la luna pinchante. Por ello, los enemigos le colocaban imágenes de una luna con dos grandes cuernos pinchantes las noches de luna llena. Noches muy contadas porque los mantenedores del puente de barcas, sabiendo de la afición del cocodrilo en limpiar el puente con el zigzagueo de su cuerpo, la retiraban.

Y aunque os apunto una estrofa de despedida, os transmito mi intención de distinguir a este miedoso y servicial animal por su recorrido histórico.:

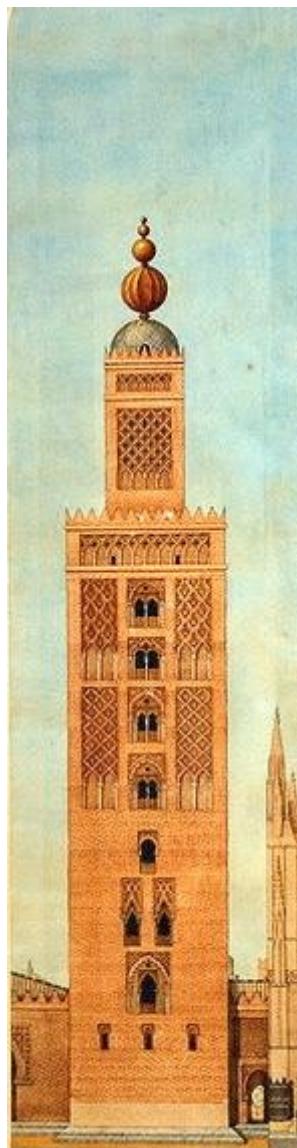
Se limpia el Puente de Barcas
en el Río Guadalquivir,
siempre con la luna llena:
misterio por descubrir.

Efectivamente, queridos lectores, retomo el último párrafo insistiendo en construir una leyenda que establezca relaciones entre dos grandes reptiles, de cuerpo majestuoso e histórico recorrido, uno real y el otro fingido.

Y, ahora sí, me despido de vosotros con una estrofa final que relaciona a ambos majestuosos reptiles.

Dicen textos inventados,
que este cocodrilo fue
un ejemplar distinguido
que deseaba investigar
lo que había sucedido
entre nuestro rey "El Sabio"
y el entonces rey de Egipto.

A los pies de La Giralda,
colgado desde hace siglos,
está el que dicen que fue
interés de nuestro amigo



3.- UNA CIUDAD LLAMADA CRISTALINA

Los que creemos en la fantasía decimos que existió una ciudad llamada Cristalina, donde siempre reinaba la imaginación infantil. Y sus habitantes tenían la costumbre de construirles a sus animales domésticos casitas transparentes.

La familia Cristal tenía una hija llamada Cristina que gustaba cuidar a su gato llamado Paco.

El gato Paco era un gato muy mimado que cuando jugaba a dar saltos llegaba hasta el tejado.

La mimosa era Cristina queriendo satisfacer el capricho de Paco en comer hormigas; y lo vestía con una prenda bordada y unos elásticos zapatos. Como el gato no distinguía a las hormigas ni en la hierba ni en el barro, Cristina le colocó una lupa en los zapatos.



Junto a Cristina vivía un niño llamado Clemente que tenía una perra llamada Fedra, que, como Paco, vivía en una casita transparente. Como a la perra Fedra le gustaban los mosquitos, el niño Clemente le colocó una lupa en el hocico. Y tres casas más arriba, a una ardilla saltarina su dueña le colocó una lupa en la barriga. Al primer salto que dio la lupa se le cayó.

Muy conocida de niños y de mayores era la vieja Rebeca, una mujer muy esbelta y contundente, que cada cuarto menguante estrenaba nuevas lentes y tenía dos mascotas: una coneja y una oveja, que vivían independientes en dos casitas transparentes. La vieja Rebeca, para no ser menos que sus vecinos, a sus dos acompañantes les colgaba lupas de las orejas

En otra de las casas de la ciudad de Cristalina, vivían un hombre muy gordo y una mujer bastante flaca que tenían en su jardín una cuadra transparente con un caballo y una vaca, a los que siguiendo el rito de la ciudad Cristalina les colgaban de sus cuellos una lupa con lacito.

Pasado algún tiempo y debido a tan cristalina relación de los animales con los humanos, una cualidad muy social y muy humana, opuesta a la intimidad, que llamamos LA VERGÜENZA, invisible y trascendente, disfrazada de fantasma, se estableció en las casitas y las cuadras transparentes. Y todos los animales perdieron su intimidad. Como no estaban contentos, se reunieron en la plaza y llamarón al mono Perico que era muy listo y tenía mucho ingenio.

¿Sabéis que hizo Perico? Cogió barro de los charcos y todo lo transparente lo convirtió en opaco. Luego les pidió las lupas y las orientó hacia el sol, y concentrando los rayos, convirtiéndolos en calor, fue marcando en cada casa el nombre del propietario.

Y colorín, colorado, este cuento se ha acabado.

4.- LA CIUDAD DE GUAU GUAIOÉ

Una vez más, apreciado lector, abro para ti las puertas del reservado universo de la imaginación, donde suceden cosas extrañas, sorprendentes y misteriosas. En esta ocasión vamos a intentar localizar la ciudad de Guau Guaioé, donde dicen que mucho de lo que allí acontece cuanto menos sorprende. Mantente pegado al cuento porque en el próximo párrafo te hablaré ya desde allí.

Bueno, pues aquí estoy, en la ciudad de Guau Guaioé, donde, como se puede apreciar suceden cosas difíciles de creer, que os relato:

Los humanos acompañan a los perros, los obedecen y los conducen por las arboladas calles de la ciudad.

Las calles de la ciudad de Guau Guaioé están sembradas de una infinita variedad de árboles, en cuyos troncos hay elegantes departamentos urinarios reservados al uso humano.

En Guau Guaioé los perros piensan y los humanos hablan. Pero no se queda ahí la cosa. Todo lo que los humanos hablan lo interpretan los perros, lo reflexionan y lo que les interesa lo ponen en marcha.

En Guau Guaioé, cuando un humano tiene problemas de visión, todo son atenciones y preocupación. En el estamento perril.

Otra curiosidad encontrada en Guau Guaioé es el amor que tienen sus habitantes principales, los perros, por las vocales. Si, las vocales alfabéticas: "a, e, i, o, u". Y lo demuestran en el nombre oficial de la ciudad. También tienen un gusto especial por el ritmo poético, circunstancia que se manifiesta visiblemente en sus andares. Raro es el perro o la perra que no anda con un ritmo poético.

Cuando en Guau Guaioé a un perro o a una perra no le gusta lo que ve, se pone inmediatamente a ladrar, pero cambiando en el ladrido la "a" por la "e". En lugar de ladrar "iguau, guau!" ladran "iguie, guie! con dos "es"

En Guau Guaioé los perros dan de comer a los humanos y los compran bonitos collares y les ponen nombres de árboles, de los



¡Hola humanos!
Amigos de convivencia
acompañada,
bienvenidos a la ciudad
"Del Revés".
Os saluda Guau Mayor,
alcalde de Guau Guaioé.

muchos que allí se pueden ver por sus calles, y muchos de ellos, hasta oler.

En la ciudad de Guau Guaioé, los perros se inscriben en sus registros civiles con nombres largos. Y hablando de nombres largos, junto a nosotros se encuentran dos perros que pueden representar a la ciudad de Guau Guaioé. Aquí están, os presento, lectores, amigos, a dos perros que están ante nosotros por si queremos que nos lean los pensamientos. Son la perrita Uakañaka y el perro Plicliwibri.

¿Por qué os marcháis, lectores amigos? ¡Venid!, ¡Venid!

. - LA CUCHARA DE PALO

Abrir vuestro pensamiento que vais a leer una historia que no hace mucho tiempo le sucedió a un filósofo. Se encontraba bajo un árbol robusto y consolidado, un ejemplar centenario, uno de los vecinos afincados en aquel ecosistema natural de la alta Extremadura, en aquellas vías pecuarias que marcaba la trashumancia pastoril, buscando meditaciones filosofías de la existencia humana. En un acto inconsciente de ubicación, tocó un objeto que le llamó la atención por su peculiar estructura. Le costó asumir lo que danzaba en sus manos: una cuchara de palo.

Colocó aquella figura bellamente esculpida en madera entre sus manos como si fuera una imagen religiosa y fijando su mirada en ella, tras un gesto de admiración controlada, se vio obligado a ordenar la enorme cantidad de pensamientos reflexivos que le estaban llegando a su mente:

- Veía una maravillosa relación filial del arte con la naturaleza al imaginar a un pastor esculpiendo aquel elemento vital.
- Valoraba la inspiradora soledad, generosa con el tiempo y las distancias, intimista amiga de la naturaleza.
- A un pastor, la soledad prolongada le permite crear y recrearse sin valoraciones externas.
- El silencio solidario asociado al valor contemplativo de un pastor y sus vivencias y sus circunstancias.
- El ser humano frente a la necesidad. Un pastor que ha llevado la satisfacción de su hambre en el bolsillo.
- Una situación más en la que la inteligencia humana ha sabido dar solución a una necesidad.
- El filósofo, que sentía un cierto sentir poético cuando se comunicaba mediante la observación con aquel objeto, se dejó llevar por la métrica y la rima. Y dejó escrito en un papel:



Si una cuchara de palo
capta tu imaginación,
la gula ya no es pecado,
alimenta tu ilusión.

El filósofo hizo un montículo de tierra con piedras en posiciones estudiadas para que protegieran la estrofa recién construida, y en su cúspide colocó la cuchara de palo a forma de monumento escultórico.

Yo me despido de vosotros, los lectores cerrando los ojos y haciendo una exaltación a la permanencia en el tiempo de la cualidad humana de la adaptación.

6.- DOS ANCIANOS MUY ANCIANOS

Toda la vida mirándose. Toda la vida queriéndose.

En el umbral de su casa, a dos peldaños del suelo. Allí se sentaban todas las tardes aquellos dos ancianos muy ancianos, ella judía y el cristiano.

Ambos sabios, en relaciones humanas y relaciones divinas, sus trayectorias han sido dos vidas comprometidas en superar inconvenientes y, apoyado uno en otro, escalar sociales cimas, Siempre juntos, siempre unidos, venciendo contradicciones, superando inconformismos, concepciones religiosas, enfrentamientos y abismos.

Toda la vida observándose. Toda la vida queriéndose.

Siempre ha habido similitudes entre la naturaleza y la inteligente acción humana.

Estos dos sabios ancianos, expertos en dominar la visión, aunque en ellos, por motivos de su avanzada edad, fuera escasa, gustaban filosofar con relaciones geográficas. La estructura de los ríos les fascinaba.

Una pareja de ancianos con edades soberanas, universales los dos, felices con sus recuerdos, ella judía y el cristiano, residentes en la ciudad de los sueños. Querían ser llamados Tigris y Éufrates, como los dos ríos ancestrales, que la Historia ha hecho eternos.

Toda la vida aceptándose e. Toda la vida queriéndose.

Viendo próxima la llamada hacia lo infinito, los ancianos Tigris y Éufrates, queriendo imitar Asus ríos evocadores, que antes de desembocar y desaparecer en el Golfo Pérsico, se unen en un único cauce, llamado Chat el Arab.

Su deseo, pues, era repetir este esquema y descansar juntos, bajo la tierra, en un único lugar. Pero sus creencias religiosas se lo impedían.

Pero la fuerza de su amor superaba cualquier obstáculo. En su deseo de sintonizar con sus nombres, queriendo imitar lo llevado a cabo por los ríos Tigris y Éufrates de fusionarse en un solo rio antes de entregar su agua a la infinitud marítima, se cogieron de la mano y con paso firme y seguro, comenzaron a adentrarse en las azuladas aguas del Río Chat el Arab.



Dios universal, que les estaba observando, potenciador del amor, el equilibrio universal y la equidad, ordenó a los ancianos Tigris y Éufrates salir de aquellas aguas y a colocarse de pie, en dos lugares cercanos, mirándose de frente. En un instante, ambos personajes se convirtieron, impulsados por la generosidad de la Tierra, en un olivo y una higuera cargados de fruto. Una nube de aves viajeras picoteó los frutos y esparcieron sus semillas por todo el planeta

Dos árboles muy ancianos, un olivo y una higuera, allá, en las orillas del río Chat el Arab, siguen, hoy en día, entregando sus esencias.

7.- CINCO REINOS, LOS CINCO SENTIDOS

Tenemos cinco sentidos
que impulsan cinco reinados,
que gobiernan vuestras vidas
y endiosan al ser humano

Todas dan la felicidad,
estas cinco majestades
siendo motivo y esencia
de sueños y realidades.

Es bonito visitar los reinos que hacen al ser humano diferente del resto de seres vivientes en el planeta Tierra.

La reina Visión portentosa.
El rey Sonido, expectante.
El rey Tacto confirmador.
El rey Olfato consistente
y El rey Gusto intimista.

En estas cinco casas reales se hace imprescindible un personaje con la mayor de las relevancias, en tiempos pasados llamado Valido, que en nuestros reinos llamamos Inteligencia. Dependiendo de la citada inteligencia, en base a su autoridad, siguiendo el símil histórico, la nobleza. Hay condicionantes naturales y cualidades humanas que encajan en esta y ocupan cargos permanentes en todos y cada uno de estos cinco de los sentidos reinos: La realidad, la necesidad, la conveniencia, la sociabilidad, la estrategia, y un largo etcétera que el lector puede completar según sus criterios.

Las cinco casas reales inician sus reinados protegidas por poderosos ejércitos que defienden su bienestar y, protegiendo sus peculiaridades y sus particulares trayectorias.

Como cualquier otro reino conocido, los nuestros, nuestros cinco reinados de los sentidos, deben defenderse de las adversidades y de esperados e inesperados enemigos: La casualidad y la mala suerte son



los atacantes más cercanos. Eso sí, nuestros reinos de los sentidos coinciden con los reinos históricos en que tienen que atender a una cualidad que les amenaza desde lo invisible: la vulnerabilidad.

Es raro no conocer a ciudadanos que no hayan tenido y tengan problemas y soporten conflictos de habitabilidad en uno o varios de estos nuestros reinos personales. Yo, de hecho, autor de estos textos, Tengo condicionada la cédula de habitabilidad en el Reino de la Vista.

Y me despido de ti, lector, compartiendo contigo de manera gozosa y gratificante para nuestros cinco reinos la que en los reinos tradicionales es una relación contradictoria: El vasallaje y la felicidad. En estos nuestros reinos, esta asociación es verdaderamente placentera.

VERSONS QUE PIENSAN CON LA SALUD OCULAR

Y junto a ella se enhebran,
se convierten en mensaje
para la Baja Visión,
que en muchos es su equipaje.

No olvidar, queridos lectores,
Somos mucho más que ojos.
Inteligencia y Verdad,
un todo dentro de un todo.

