



CANTO RODADO  
ANA GAITERO

## MUROS

Donald Trump quiere construir un muro en Río Grande para sellar la frontera con México. Y ha tenido la ocurrencia de que los ladrillos, y suponemos que la mano de obra, los ponga el vecino del sur. Perfuma su mensaje con un aroma a sentido común como para desmayarse.

El mismo olor que cuando Rajoy afirma que hay que esperar a que llueva para que baje el precio del kilowatio. Casi convence de que en realidad no hay nada que hacer. Sólo esperar. Igual que hace él... Y le va fenomenal.

El muro de Trump causa asombro en Europa. Se hacen chistes con el presidente americano, ora haciendo calvos al mundo, ora con la ironía del periódico satírico holandés que publicó una viñeta en la que Holanda construye un océano para separarse de América.

### La paja y la viga

Con los muros pasa lo de la Biblia. Vemos la paja en el ojo ajeno, pero ignoramos la viga que tapa nuestras pupilas. El muro de Trump es inmenso y escandaloso. Mientras la valla de Ceuta y Melilla y las concertinas que la rematan, relucientes de sangre africana, se ha borrado del imaginario de la Europa hipócrita y bienpensante.

Pero hay testigos. Conozco a un fotógrafo que tiene en ese muro su tajo, un campo de trabajo de saltos y sobresaltos. Antonio Ruiz ha retratado decenas de 'bosa, bosa', la victoria de quienes logran cruzar a este lado de la frontera sur de Europa. Conoce muy bien el monte Gurugú, donde se amontonan los hombres, y el campo Bolingo, donde las mujeres y sus criaturas, muchas concebidas en el camino, algunas fruto de violaciones o de obligados servicios sexuales para continuar el camino, aguardan su oportunidad. Y conoce bien, también los ha retratado, a los niños que vagan por las calles de Melilla. Nadie piensa en darse la vuelta. Nadie dará marcha atrás. Aunque les cueste la vida. Enormes y poderosas razones les atraen y agarran a la valla.



LOS ÚNICOS MUROS QUE  
AHORA SE CAEN SON  
LOS DE NUESTROS  
PUEBLOS, LAS CASAS DE  
PIEDRA, ESA BELLEZA  
MARAGATA QUE AHORA  
COTEMPLEO MIRANDO AL  
TELENO

### Manolo Jular

Y el muro del Mediterráneo? Ese muro de frío y nieve que dejamos que caiga sobre las miles de personas que huyen de la guerra. El mundo está lleno de muros, ¿verdad Manolo Jular? Hubo un tiempo, el que tú viviste, como militante del PCE, dirigente y agitador clandestino, como maquetista de periódicos y humorista gráfico, como pintor en ciernes, que el mundo quería derribar muros. El muro del silencio, de la ignorancia y el miedo.

Rompiste el muro de la censura con tu pícaro mirada unas fiestas de San Froilán cuando colaste en el cartel oficial de las fiestas del patrón un burro con la bandera tricolor y las alforjas cargadas de libros. En plena dictadura. Para que aprendieran. Lo mismo que tu padre, Tasio, burlaba al régimen surtiendo de libros prohibidos a la progresía de la ciudad en la trastienda del kiosko que Eulalia, tu madre, y él convirtieron en librería.

No había caído el telón de acero cuando te conocí en Pallarés. León parecía despertar. A tus casi 78 años, seguías siendo una conciencia lúcida y crítica. Te vas con ella y tu heterónimo femenino, tu otro yo, Marta Delgado de Klee. Y te fuiste, seguro, con una reflexión incómoda en la punta de lengua. Y unos brochazos de Photoshop e ironía para pintar la cruda realidad. Quien algo deja aquí, siempre estará.

Ahora los únicos muros que se caen son las sebes de nuestros pueblos, las cortinas de piedra conservadas durante siglos para guardar el ganado y las fincas, las casas de tierra y piedra arrumbadas. Los muros de supervivencia y belleza maragata que contemplo mirando al Teleno.

Ahora los rusos ya no son la amenaza soviética de la carrera espacial que USA pudo perder por racista. Cuentan que un puñado de mujeres negras, computadoras humanas, les sacaron del apuro. Y los americanos pisaron la Luna. Ahora ponen muros para aislarse del mundo mientras las mafias rusas copan los mercados de lujo y China se prepara para el último asalto a la economía mundial. Amén, que diría Jular.



VANESSA  
CARREÑO

## PENSADO MAL

Cómo se queda usted si le digo que, de media, el ochenta por ciento de nuestros pensamientos son negativos? Tal vez se sorprenda o tal vez se sienta identificado, quién sabe. ¿Y si le cuento que un minuto dándole vueltas a algo negativo es capaz de dejar su sistema inmunitario, que es el que le protege frente a virus, bacterias y tumores, tocado durante seis horas? Me imagino que ahora, o está alucinando, o empieza a preocuparse del efecto que puede estar teniendo en usted tanta negatividad.

Por supuesto que todo es relativo y que nadie va a enfermarse simplemente por pensar mal. Influyen muchos otros factores, como la genética, la alimentación o el estilo de vida. Pero desde luego que tener pensamientos negativos no ayuda.

Ni cuando se pone usted a infravalorarse con un diálogo interno que le mina la autoestima, como no valgo, no soy capaz, no me lo merezco, soy un inútil o no tengo futuro... Si algo de esto le suena, encienda las alarmas.



Ni cuando se pone en plan victimista y piensa que nadie le entiende, que su vida es horrible, que los demás lo tienen más fácil y que usted no tiene tanta suerte... ¡Cambie esa actitud! Aunque lo que piensa fuera cierto, quejándose no va a conseguir nada.

Ni tampoco cuando se pone a exigirse como si fuera su peor enemigo: no me puedo equivocar, no puedo hacerlo mal, tengo que tenerlo todo controlado, tengo que terminar estoy hoy, debería estar más atento... ¿Se da cuenta de que es usted su propio carcelero?

Y mucho menos cuando se pone en plan agorero: seguro que no encuentro trabajo, seguro que me echan, seguro que tengo algo grave, al final me voy a quedar solo... Y tantas, y tantas cosas que nunca pasarán.

Si sus pensamientos son así de machacantes, lo primero es que tenga claro que puede cambiarlos. Que hay muchas técnicas y caminos y le toca ver cuál le funciona mejor: si aceptarlos, si cuestionarlos, si reírse de ellos, si buscar su intención positiva, si darles la vuelta o si dejarlos pasar como si se los llevara el viento. O, si no, todo a la vez.

www.coachingtobe.es



## EL 17 DE JUNIO TOCA GOLPE DE ESTADO

ANDRÉS ABERASTURI

Se ha vuelto loco el ex juez y hasta ahora senador de ERC Santi Vidal? No se sabe pero hasta ahora todos los datos apuntan que mantiene el juicio pese a unas declaraciones que parece que han sorprendido a muchos: el Govern tiene de forma «ilegal» los datos fiscales de los catalanes, que dispone de una partida camuflada de 400 millones de euros para construir estructuras del Estado, que investiga a los jueces establecidos en Cataluña, que un gobierno extranjero no europeo está formando a los Mossos en materia de contraespionaje, que el consejero de Exteriores, Raül Romeva, tiene un «preacuerdo» para que una Cataluña independiente, sin fuerzas armadas, participe en la

Otan, y que los estados de la UE apoyarán una declaración de independencia.

Puesto así, todo seguido, no es de extrañar que hayan saltado todas las alarmas no sólo sobre la verdad o mentira de lo dicho por el ex juez sino sobre su «extravagante» forma de comportarse. Nunca se sabe, pero el hasta ahora senador Vidal ha dejado de serlo inmediatamente. El golpe será el 17 de Junio de este año: «Todo estará preparado: dónde se imprimen los pasaportes, cómo se ponen los Mossos en la frontera con Andorra...» y así un largo etcétera de despropósitos la mayoría absolutamente disparatados que culminan con una pregunta que se hace y se contesta el propio Partal: «¿Cómo se hará todo esto? Pues muy sencillo, el gobierno de Cataluña dirá a todos los bancos:

escuche (sic) la cuenta corriente donde nos debe ingresar es esta. ¿Y si no obedecen? Pues el ministerio de Economía tendrá la facultad de retirar la cédula bancaria de aquel banco y que no pueda operar en Cataluña y verás tú que rápido se cuadran».

Por eso digo que ya no se disparatan estos personajes o se limitan a ser portavoces de los disparates de algunos iluminados: Cataluña en la Otan, los estados de la UE reconociendo la independencia... Pero no debería ser una sorpresa. Ya se filtró en su momento como la ANC tenía preparado como debería ser el ejército de Cataluña. Es todo tan absolutamente onírico que ya no sé si realmente el sueño de la independencia en lugar de producir sentimientos produce monstruos.