

2024

Número 14

CUMBRES SCHOOL MAGAZINE

CONTENIDOS

Artículos, y reportajes realizados
por alumnos, padres y profesores
de Cumbres School

- Discurso de don Miguel Roca
- Creaciones literarias
- Recomendaciones para el verano
- Colaboraciones en inglés y valenciano
- Proyectos
- Lecturas para el verano

Y muchos contenidos más

*Feliz
Verano*



DESTACADOS

- 3** Discurso del acto de graduación de Bachiller
- 5** To Miguel Roca por Mark Campbell
- 6** Grecia siempre vuelve por Javier Hernández
- 8** Inteligencia artificial por Alejandro Aguilar
- 11** La importancia del ejercicio físico por Víctor Vallejo-García
- 14** *L'habitatge un dret per Ana Muñoz*
- 15** El hombre contra la máquina por Javier Ibarra
- 18** Las mujeres en la literatura por Mathilda Potton
- 25** ¿Unamuno? Por Juan López
- 29** Diary entry por Felipe Clausell
- 31** ¿Cómo vivirás el verano? Por Mar Benlloch
- 33** *Conferencia de Pedro García Aguado por Almudena Pons*
- 36** Els nostres pobles per alumnos de 1r d' ESO
- 42** Vicent Andrés Estellés per Vicent Gorgues
- 43** *Laura Gallego por Claudia Calderón*
- 44** *El amor en la literatura por Pepe Segura*
- 46** Vicente Manglano Gadea por Sofía Bolea
- 48** El problema del milenio por Gabriel Roselli
- 55** Lecturas para verano

DISCURSO DEL ACTO DE GRADUACIÓN DE BACHILLER

Miguel Roca profesor de Historia en Cumbres School

Estimado padre Wagner, queridos compañeros, Elena, tú también presente; apreciadas familias, queridos alumnos y alumnas. Buenas tardes a todos.

Para mí supone una gran responsabilidad prestar mi voz al profesorado y formadores que curso a curso os han acompañado hasta hoy, a algunos desde que aprendisteis las primeras palabras. Ha llegado el día, la hora. Pese a ser de letras, no sé si habré sido capaz de encontrar las palabras que puedan expresar tantas emociones y sentimientos. Sentimientos muy profundos, a veces contradictorios.

Por un lado, la alegría que supone veros ya como jóvenes formados en los valores que os hemos intentado transmitir. Jóvenes también preparados para vuestro nuevo reto universitario, futuros profesionales que podrán hacer un mundo más solidario y justo, impregnado de los valores cristianos.

Por otro lado, tristeza porque os vais. En definitiva, tristeza y alegría a partes iguales. Congoja, emociones a flor de piel. ¡Qué momento más especial y entrañable! Quizás recordéis cuando alguna vez en Secundaria os comentaba que el año de vuestra graduación también sería el de mi jubilación. Vosotros, con vuestra adolescencia de inmediateces me mirabais raro, como diciendo, ¡con lo que queda aún! Yo, dentro de mí, ya me iba preparando... Quienes contamos muchos años sabemos cómo corre el tiempo.

¡Pero entre tanta meditación sobre el tiempo vuestra adolescencia se imponía! ¡Secundaria! Pasó primero de Secundaria, con sus inolvidables tardes de estudio, y mi lucha por ir aprendiendo vuestros nombres, ya me conocéis. Por cierto, recuerdo muy bien que el primer nombre que me aprendí fue el de Daniel Penso, curioso. Y mientras yo iba aprendiendo nombres, algunos y algunas también aprendíais a contar pinos. Es que la vuestra fue una adolescencia digamos que “intensa”. Clases donde podía pasar de todo menos aburrirse. Erais, chicos y chicas, dos clases movidas, alegres, vitales, auténticas... ¡Como se ha de ser con trece años! Clases en las que entre algún que otro enfado (pocos, todo hay que decirlo) iba descubriendo los corazones tan grandes que tenía ante mí. Pronto fuisteis para mí mucho más que nombres.

Llegamos a cuarto y la pandemia no pudo con nosotros. Ibais madurando y en vuestra Confirmación, disteis un sí valiente a la fe transmitida por vuestros



padres, de generación en generación. El curso acabó con vuestra última fiesta de Secundaria, reina y rey incluidos.

Se iban calmando los impulsos de la adolescencia y comenzasteis Bachillerato. Nuevos retos que aumentaban el nivel de exigencia. Bachillerato también supuso que los dos grupos se partieran. De chicos y chicas, pasasteis a ser Ciencias y Letras. Fue un momento un poco triste para mí. Creí que perdería a quienes marchabais a Ciencias, pero me equivocaba. Me equivocaba porque seguí sintiendo vuestro cariño cada vez que me cruzaba con vosotros en los pasillos: nunca os faltaba el saludo, la sonrisa. Me daba cuenta de que, aunque os hubiera perdido de alumnos, os empezaba a ganar como amigos. Y a la clase de letras ¡qué os puedo decir que no sepáis! Siempre os agradeceré vuestra ayuda y confianza en un curso tan exigente como segundo de Bachillerato.

Ha sido un lujo haber sido vuestro tutor, solo os pedí confianza y la he recibido con creces. Y sin que os lo pidiera, un corazón entregado. Hemos superado la presión propia del curso con esfuerzo e implicación. Si el año que viene os falta tutor, ya sabéis, seguid contando conmigo.

Bachillerato también se abrió a nuevos compañeros de clase que acabaron siendo parte de nuestra familia Cumbres. Y dos nuevas peregrinaciones: Roma y Santiago. Viví con mucha ilusión Roma. Fui feliz de volver a compartir con las

dos clases, y sobre todo conocer mejor a muchos de vosotros. ¡Esos corazones eran aún más grandes de lo que creía! En Segundo, el camino de Santiago. Allí pusimos en práctica el valor del esfuerzo. ¡Nada que merezca la pena se consigue sin esfuerzo! Sólo con él podremos hacer realidad nuestros sueños y con constancia llegar a nuestras metas. No hagáis caso de esas tonterías de que “la vida está para disfrutarla”. En fin, ya sabéis ¡tonterías! Y si no me creéis a mí, preguntádselo a vuestros padres. Los tenéis ahí. Ellos os podrán hablar de la importancia del esfuerzo.

Padres y madres, esta noche también es la vuestra. Gracias por habernos confiado todos estos años aquello que más queréis: vuestros hijos. Gracias por vuestra confianza y apoyo. Poco hubiéramos podido hacer sin vuestra ayuda. Apostasteis por una enseñanza de calidad fundada en valores cristianos, y aquí tenéis a vuestros hijos: buenos ciudadanos y buenos cristianos. Chicos y chicas, ahora que ya habéis superado la rebeldía propia de la adolescencia, buscad en vuestros padres el mejor consejo y apoyo. Quiero recordaros la despedida de Héctor en la guerra de Troya, cuando sabiéndose próximo a la muerte, junto con su mujer Andrómaca alzó a su hijo al cielo orando con estas palabras:

“Zeus padre de todos los dioses, sólo te pido que algún día puedan decir de este hijo mío que fue mejor que sus padres”

¡Que algún día digan de vosotros que fuisteis mejor que vuestros padres! Estáis obligados a devolver de esta manera todo el amor recibido de ellos. Nunca olvidéis estas palabras que os ayudaran a no poneros límites y buscar siempre las más altas metas. Semper Altius.

Volviendo al Camino de Santiago, allí también vivimos momentos de gran compañerismo. ¡Qué bonito era ver como os ayudabais, como os dabais cuenta de que nunca estaréis solos en el camino de la vida! Que los compañeros eran compañía, palabras de ánimo, canciones, aplausos. Éramos colegio, iglesia militante y caminante. Y Jesús y María caminando con nosotros. Quizás como en Emaús algunos no os dierais cuenta, pero ellos también nos acompañaban. Hacedles sitio siempre en vuestro camino. Recordadlo: Jesús y María. El Camino fue una gran ocasión para conocernos mejor. En la entrada al Seminario de Orense donde pasamos las primeras noches había un gran mosaico con unas palabras de Jesús en latín: “Duc in altum”, “remad mar adentro”, “remad hacia adentro” caminad hacia vuestro interior para descubrir y compartir ese corazón tan grande que tenéis. Remad mar adentro y no caigáis en la superficialidad y culto a la imagen que ahora parece invadirlo todo. No sé si sois conscientes del tesoro tan grande que lleváis en vuestro interior. Por último, qué emoción tan grande llegar a la plaza del Obradoiro y visitar al Apóstol. Se acababa nuestro Camino, pero al

día siguiente Santiago nos pedía seguir caminando nuestra vida, esta vez transformados y fortalecidos en un nuevo comienzo. Alfa y omega, omega y alfa. Esta noche la plaza del Obradoiro se ha trasladado a Moncada para celebrar el final de vuestro camino en el cole. Camino, que habéis recorrido curso a curso, etapa a etapa. También con vuestros dolores, ampollas, sudores y cuestas interminables. Pero también con alegrías, muchas alegrías compartidas y compañerismo porque sois una gran promoción. Bona gent com deia sant Vicent. Nunca perdáis el espíritu de esta noche mágica y los valores que profesores y formadores os hemos transmitido durante todos los años de permanencia en el colegio.

Para mí, un año más quedarán unas aulas vacías y calladas, pero esta vez no tendré otro septiembre con nuevos alumnos que llenen vuestros huecos. Ahora seré yo el que se irá a contar pinos. Quedaré triste, es verdad, pero también feliz de haber compartido mi sueño de ser profesor con vosotros. Sueño que nunca pensé que sería tan bonito y que seguirá viviendo en mi corazón, ese lugar donde guardamos nuestros mejores recuerdos para siempre. La memoria acaba olvidando, el corazón conserva.

Os pido que esto no acabe aquí. Tenéis que volver, volved al cole que siempre será vuestra segunda casa. Aquí encontraréis vuestros profes de siempre para un consejo, o para compartir la simple alegría del reencuentro. Y a mí avisadme, por favor, ¡que yo también querré volver para veros!

Quisiera no acabar, pararía el tiempo para que nunca os fuerais, pero el tiempo no se deja detener. Partir es morir un poco, pero sólo un poco. Os vais, nos vamos, pero no para siempre que no ha de haber olvido cuando hay tanto amor. Os deseo lo mejor en esta nueva etapa de vuestra vida. Os deseo simplemente, toda la felicidad que me habéis dado estos años.

¡Buen Camino y que Dios os bendiga siempre!
¡Nunca os olvidaré!





TRIBUTE TO MIGUEL ROCA

Mark Campbell, exprofesor de Cumbres School

Rock of Ages, cleft for me,
Let me hide myself in thee.
Let the water and the blood,
From thy wounded side which flowed,
Be of sin the double cure,
Save me from wrath and make me pure.”
(Def Leppard)

The “Rock of Ages” can be defined as “an unfailing source of strength”. For King David, the Lord was his rock, his fortress, his strength and the horn of his salvation. A rock has always been a symbol of fortitude and reliability. In the Bible, we are advised to build our homes and lives upon the stable rock. This stable rock symbolises God’s love, wisdom and salvation.

In many ways, and this is my tribute to Miguel Roca, Miguel has been the rock upon which many students have built their futures. Miguel, a man of faith, personifies many of the virtues which the Rock exemplifies. He has given his students the strength to fulfil their dreams. Nobody can doubt his passion for teaching born through his vocation. Miguel is not only reliable, resourceful and decisive, but also full of wisdom. Even though he harbours great knowledge, he remains humble. His vocation lies in his love for his students. For him, every single student is special and unique deserving the best he can offer. I don’t think we will find one single student who will utter a negative word about him. His humanity eclipses the weaknesses he may hold.

Miguel will be sorely missed by everyone. He is an institution. Not only do his students adore him, but

also he is much respected by his work companions. It is not easy to be valued and appreciated by everybody. Miguel, however, is in everybody’s hearts and not one single derogatory word can be heard about him. He is truly respected by students, teachers, parents and peers.

Miguel “the Rock” will leave an enormous gap as he enters a new and well-deserved period of his life. Undoubtedly, the heart and soul of Cumbres School will always remain with him. Take care my friend and ... enjoy”

“Like a river flows,
Surely to the sea,
Miguel, so it goes,
Some things are meant to be.”





ALEJANDRO SANZ, TIM BUCKELEY Y LARRY BECKETT: GRECIA SIEMPRE VUELVE

Javier Hernández, profesor de Cumbres School y Doctor en Comunicación e interculturalidad

Si alguien tiene la oportunidad de viajar a Grecia les recomiendo encarecidamente que no dejen de visitar cabo Súnion (a 65 kilómetros al sureste de Atenas); allí podrán contemplar uno de los más bellos atardeceres junto al mar Egeo desde las elevadas ruinas de un templo dedicado a Poseidón, dios de los mares. Cuenta la leyenda que el rey Egeo, loco de dolor, se arrojó al mar desde allí cuando divisó en el horizonte las velas negras del barco que había de traerle a Teseo, su hijo, el cual olvidó cambiarlas por otras blancas, tal como había acordado con su padre, en señal de que regresaba con vida del enfrentamiento con el minotauro (del que Borges, muchos años después, dejó escrito que casi ni se defendió de Teseo, pero esa es otra historia para otro momento).

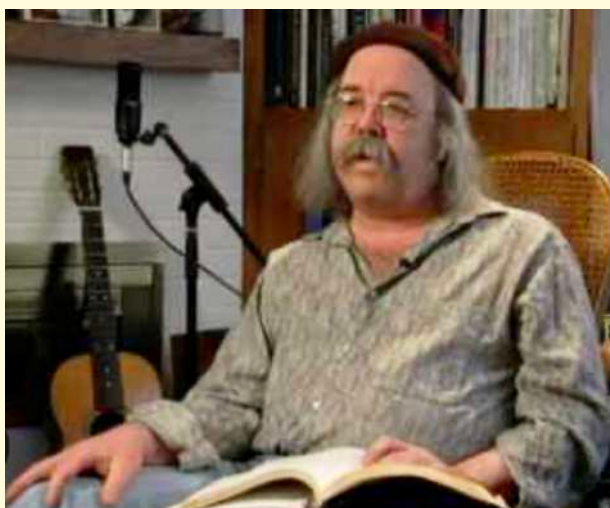
El encanto de todavía poder sorprender ecos de la historia resulta mayor por el hecho de que a pocos metros del mismo se alzó otro templo en honor de Atenea, diosa de la sabiduría y de la guerra justa; de la sabiduría y, por extensión, de la filosofía. Al mismo tiempo, resulta imposible no asociar tan bello emplazamiento con la obra literaria de Homero; por lo que, en tan poco espacio, tenemos concentrados dos símbolos de dos aspectos fundamentales, entre otros, que la cultura griega (cuna de Occidente junto con la cultura judeocristiana) nos legó: la filosofía y la literatura.

Quizá, conscientes de esto mismo, entre otras razones, los poetas Carles Riba y Vicent Andrés Estellés evocaron este lugar como símbolo de un esplendor cultural al que aspirar. Sin embargo, esa parte de la herencia griega va más allá del ámbito académico y su impronta está más arraigada de lo que parece incluso en niveles que aparentemente nada tienen que ver con Sócrates, Píndaro o Sófocles, por mencionar algunos. Resulta curioso comprobar cómo los hilos de aquella cultura siguen imbricándose en la nuestra, conscientemente en algunos casos e inconscientemente en muchos otros, lo que no debe interpretarse como una atribución de mayor o menor calidad o de mayor o menor mérito (nada más lejos de mi propósito).

En el caso de los primeros, los conscientes, encontramos una canción del músico estadounidense Tim Buckley (1947-1975) y del poeta, también estadounidense, Larry Beckett (1947) titulada *Song to the Siren* perteneciente al álbum *Starsailor* (1970). Canción que fue magníficamente versionada por el



grupo musical británico This Mortal Coil en 1983 y que, en cierta forma, vendría a conectar con el templo de Poseidón y la literatura en torno a él. En ella, por la parte de la literatura, encontramos una actualización o reformulación de la aventura de Ulises con las sirenas narrada en el duodécimo canto de *La Odisea* de Homero. En este caso, la historia de héroe griego se vuelve más actual, si cabe, ya que la canción nos habla de ese momento, en el solitario océano de la vida (otra de las muchas formas del laberinto y del desierto, como bien sabía Borges), por el que todos alguna vez pasamos, sin un rumbo fijo pero dando lo mejor de nosotros mismos (“On the floating, ship less oceans. I did all my best to smile...”); hasta que encontramos a alguien que nos mira y vemos sus pupilas llenas de nuestra imagen (“Till your singing eyes and fingers drew me loving into your eyes”). Mirada acompañada de una voz, de una canción que es una invitación (“And you sang, “Sail to me, sail to me, let me enfold you...””). Una de las diferencias con el relato homérico es que Ulises había sido advertido del mal que se esconde tras el canto de la sirena y por eso decide taponar los oídos de sus hombres y ordena que le aten al mástil para poder escuchar el canto sin peligro, sin embargo, por desgracia, en muchos casos, sólo “la experiencia es la madre de la ciencia”, por así decirlo, de manera que tenemos que enfrentarnos a esa lección de vida y aprender que hay personas que gustan de saberse queridas o deseadas por otros sin llegar a corresponder a nadie, alimentando falsas esperanzas por retener la atención, generando frustración y malestar ante una perspectiva que nunca se culmina, ese peligroso canto de sirena que venía a zozobrar las embarcaciones. Finalmente vamos despertando doloridos del hechizo: “Then I dreamed, you dreamed about me? Were you here when I was for sail? (...) Now my foolish boat is leaning, broken lovelorn on your rocks.”



Respecto de los (quizá) inconscientes, encontramos una canción del cantante español, Alejandro Sanz, *Y, ¿si fuera ella?* (publicada en su álbum *Más* en 1997). Canción que, desde cierto punto de vista, entronca con ese templo a la diosa de la sabiduría que mencionaba, y es que, por extraño que parezca, buena parte de su letra puede leerse desde la teoría de uno de los principales filósofos griegos, Platón. Ciertamente, antes de llegar a él, habrían otros eslabones o resonancias a otros autores como el poeta Pedro Salinas (“*¡Qué alegría más alta: vivir en los pronombres!*”), al poema goliardo *O Fortuna* (S. XIII, popularizado por el músico alemán Carl Orff) o al escritor prusiano E. T. A. Hoffmann y su versión del don juan en la que se trataría más de un hombre que busca incansable y agónicamente a la mujer que encarna su ideal de belleza que de un depravado seductor.

Volviendo al pensador griego y sintetizando mucho sus postulados, éste plantea que por encima de nuestro mundo accidental, aparente y mutable existe un mundo ideal o Mundo de las Ideas donde habitan las ideas o esencias de todas las cosas y personas, esencias perfectas y eternas del que nuestra realidad es un mero reflejo. Nuestra alma habitaría en él hasta el momento en que se adhiriera a un cuerpo en el nacimiento a este mundo; el trauma de dicho proceso implica olvidar temporalmente el conocimiento de las otras ideas. De hecho, para Platón, más que aprender, lo que hacemos al comprender o conocer algo nuevo es, en verdad, recordar. Así pues, desde esa óptica, es posible leer la letra de la canción precisamente como eso, como el lamento de un yo que busca desesperadamente ese ideal personal de mujer, que ya conoció una vez, y del que solo encuentra reflejos parciales en nuestro mutable mundo; una búsqueda que parece no tener fin y no lo tendrá precisamente por estar buscando “aquí” y no “allí” (Mundo de las ideas): “Sé que volveré a perderme / y la encontraré de nuevo / pero con otro rostro y otro nombre diferente / y otro cuerpo / pero sigue siendo ella. (...) Ella se hace fría y se hace eterna, / un suspiro en la tormenta, a la que tantas veces le

cambió la voz, / gente que va y que viene y siempre es ella”

Y pese a que se trate de un proceso mil veces repetido, la frustración, el dolor de la decepción y la duda siguen siendo tan intensos como la primera vez: “Pero me cuesta / cuando otro adiós se ve tan cerca / y la perderé de nuevo / y otra vez preguntaré mientras se va y no habrá respuesta / y si esa que se aleja, / la que estoy perdiendo / y, ¿si esa era?, / y ¿si fuera ella?”

El final de la canción resulta coherentemente platónico ya que supone el reconocimiento de la imposibilidad de llegar a conocer con seguridad ya que, mientras estemos en este mundo, todo es reflejo y apariencia del auténtico mundo de las ideas, por lo que ese yo está condenado a seguir buscando en lo que de esta vida le quede: “¿Quién me dice si era ella? / y si la vida es una rueda y va girando / y nadie sabe cuándo tiene que saltar, y la miro, y, ¿si fuera ella?” Sean Maguire, el personaje interpretado magistralmente por el actor Robin Williams en *El indomable Will Hunting* (1997), le habría contestado a la pregunta diciéndole aquello de que precisamente esa incertidumbre es, entre otras razones, lo que hace extraordinario al amor: aceptar o estar dispuestos a mostrarnos vulnerables ante alguien, a confiar en esa persona a sabiendas de que no es perfecta y tampoco nosotros lo somos pero quizá sí lo seamos como pareja... pero esa es otra historia para otro momento.

Nietzsche decía que cuando miramos mucho tiempo al abismo, el abismo nos mira también a nosotros... si somos capaces de contemplar esa herencia cultural, también, en cierta forma, se podría decir que Atenea y Poseidón, los saberes que representan, nos miran desde cabo Súnion. Grecia siempre vuelve.





CÓMO LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL CONVIVE EN NUESTRO ENTORNO

Alejandro Aguilar, padre de familia

Cómo la Inteligencia Artificial convive en nuestro entorno.

Seamos conscientes o no, la Inteligencia Artificial (IA) llegó para quedarse entre nosotros. Y como todo elemento disruptivo en la sociedad, nos genera incertidumbre por el desconocimiento y por la falta de experiencias previas. Esa reacción emocional, que puede variar de una persona a otra, suele conllevar ansiedad, miedo, preocupación y resistencia. Es una respuesta natural cuando salimos o nos sacan de nuestra zona de confort.

Pero... ¿es entonces una amenaza? Bueno, yo diría que depende de cómo se afronte. Puede ser una amenaza, pero también una oportunidad. Sin duda nos aportará infinidad de ventajas y también un gran número de inconvenientes. Lo que sí parece sensato es tratar de informarnos y educarnos convenientemente para integrarla con naturalidad en nuestras vidas, involucrándonos en un uso ético y responsable de la misma.

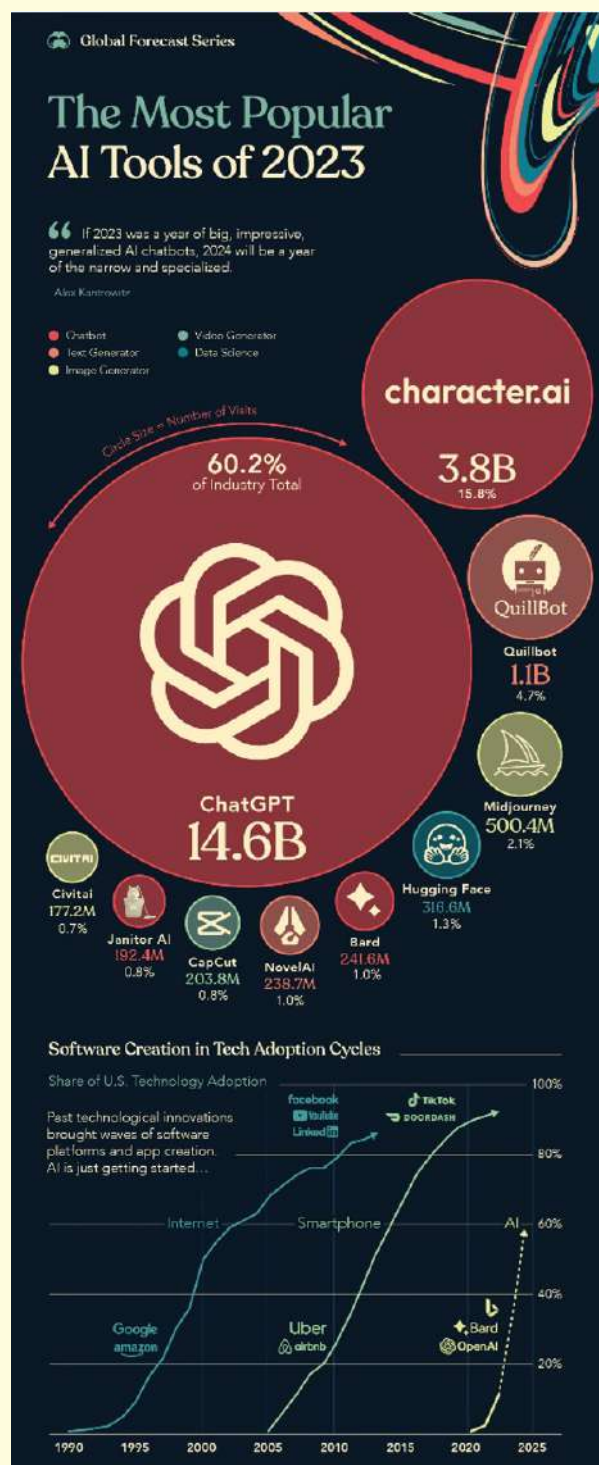
Es por todo esto que trataré en este artículo de arrojar algo de luz sobre esta cuestión. Espero que os guste.

¿Cuándo nació la Inteligencia Artificial?

Tras la aparición comercial de ChatGPT el pasado 30 de noviembre de 2022, parece que “acaba de llegar” la IA a nuestras vidas. Pero nada más alejado de la realidad. En 1950, Alan Turing publicó el primer artículo que daría pie al desarrollo de esta disciplina: “Computing machinery and intelligence”, donde se presentó la famosa prueba de Turing para determinar si una máquina podía ser inteligente. Unos años después, el matemático John McCarthy ya acuñó el término “Inteligencia Artificial” en la Conferencia de Dartmouth en 1956 (¡hace 70 años!). A partir de ese momento, todo empieza a correr...

¿Y qué es la Inteligencia Artificial?

Aunque no hay consenso único en cuanto a su definición, podríamos describirla como un sistema que utiliza algoritmos y modelos matemáticos para procesar grandes cantidades de datos y tomar decisiones basadas en patrones y reglas establecidas a través del aprendizaje automático.



Actualmente nos encontramos más presente en la fase de “IA Fuerte”, que está diseñada para tener una amplia gama de habilidades cognitivas y capacidad de aprendizaje autónomo, de manera que puede realizar múltiples tareas y aprender a medida que interactúa con el entorno. La IA fuerte tiene la capacidad de razonar, planificar y tomar decisiones complejas en un amplio espectro de situaciones.

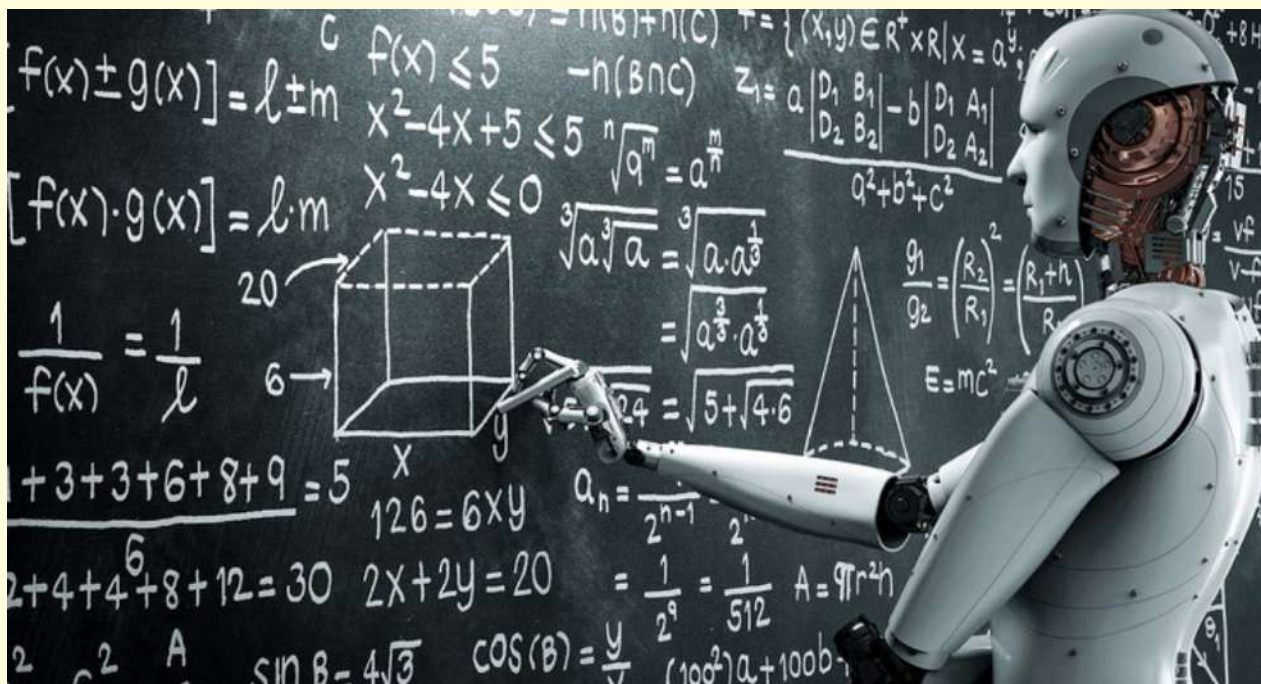
El siguiente paso que está trabajando es en la Inteligencia Artificial General (AGI), que sería una IA capaz de realizar “cualquier” tarea que un humano pueda hacer, con las mismas habilidades. Pero incluso ya existen artículos donde se está teorizando sobre la llamada “IA súper inteligente” (ASI), cuyo nivel de IA sería capaz de comprender el mundo de una manera que está más allá de la capacidad humana, y sería capaz de resolver problemas complejos a una velocidad y eficiencia que los seres humanos no pueden alcanzar. Pero tranquilo todo el mundo (de momento), pues es una forma teórica de IA, donde no hay consenso en la comunidad de científicos y que aún no ha sido desarrollada en la práctica.

Bueno, de acuerdo, pero... ¿cómo puede ayudar la IA en nuestras vidas? Pues sin ser muchas veces conscientes, la IA se encuentra ya presente en muchos ámbitos. Por ejemplo, en las compras por Internet y publicidad (recomendaciones personalizadas), en los motores de búsqueda (resultados relevantes),

asistentes personales digitales (los que tenemos en los móviles por ejemplo), software de traducción de idiomas, en nuestras casas y ciudades (domótica, regulación del tráfico...), en los vehículos (con la controvertida conducción autónoma y sistemas de seguridad avanzados), en temas de ciberseguridad (reconociendo patrones e impidiendo ataques), en la salud (por ejemplo para el diagnóstico de enfermedades, recomendación de tratamientos, realización de cirugías, monitoreo de pacientes, el KConnect project...), en la lucha contra el terrorismo (con los sistemas de reconocimiento biométrico, como el Prüm II, aprobado recientemente en el Parlamento Europeo), en la industria (uso de robots inteligentes para realizar tareas repetitivas y/o peligrosas, SatisFactory y la realidad aumentada, etc), en el sector primario (control de movimiento, temperatura y consumo de alimentos por los animales, sistemas autónomos de desbroce, alineamiento del terreno, abono y siembra...) y un sinfín de áreas más.

Y... ¿existen riesgos en el uso de la IA?

La respuesta es clara: sí. Empecemos pensando que los algoritmos de la IA pueden ser sesgados si se basan en datos incompletos o no representativos, ya sea intencionadamente o no. También existe la preocupación de que la IA pueda ser utilizada para fines malintencionados, como la guerra cibernética o la manipulación de la opinión pública. Además, y como muchas personas se cuestionan actualmente, tiene el



potencial de reemplazar a los trabajadores humanos en muchos campos, lo que podría tener un impacto negativo en la economía y la sociedad. Otro factor de preocupación es la dependencia que puede generar esta tecnología por su comodidad de uso. La brecha digital y la desigualdad reaparecen como preocupación para aquellas personas con menos habilidades y recursos. Y, por supuesto, la IA plantea como decíamos al principio, una serie de preocupaciones éticas relacionadas con la privacidad, seguridad y la responsabilidad.

Es por eso que el Parlamento Europeo aprobó el pasado 13 de marzo de 2024 la Ley de Inteligencia Artificial, que deberá garantizar la seguridad y el respeto de los derechos fundamentales.

Con todo ello, estamos ante una evolución vertiginosa de estas tecnologías a las que os invito a prestar atención y conocerlas, pues forman parte de nuestro día a día y que, de un modo u otro, tienen su repercusión en nuestro entorno.

Os dejo un listado de las aplicaciones IA más utilizadas en estos momentos, por si os animáis a explorarlas:

ChatGPT: aplicación de conversaciones. Básicamente le preguntas y te responde. Funciona mejor con Prompts (instrucciones específicas). Ejemplo: “hazme un resumen del libro YYY”

Character.ai: permite un personaje e interactuar con él. Ejemplo: chatear con Napoleón Bonaparte.

Quillbot: herramienta de paráfrasis que perfecciona la escritura, traduce y optimiza tus textos utilizando un lenguaje correcto y fluido.

Midjourney: puedes convertir en imágenes todo lo que le pidas (escribes un texto y te devuelve una imagen). Ejemplo: “Una mujer anciana en India. Estilo realista.”





LA IMPORTANCIA DEL EJERCICIO FÍSICO PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

Victor Vallejo-García MD, MSc, Cardiología Clínica e Imagen Cardíaca. Servicio de Cardiología IMED Valencia Tutor Clínico Cardiología. Universidad Católica San Vicente Martir. Padre de familia.

Como cardiólogo, recibo muchos pacientes que vienen a mi consulta y me preguntan cómo pueden mejorar su salud. De forma general, ya que habría que ir caso por caso, el ejercicio físico y la alimentación es quizá la recomendación en la que más hago más énfasis, ya que sus beneficios físicos y mentales son la mejor inversión a largo plazo. No hay una sola pastilla que tenga todos los beneficios del ejercicio físico, ya que el deporte de forma regular controla **todos** los principales factores de riesgo, observándose en distintos estudios y registros una prevalencia menor de enfermedad, y aparte lleva a tener un mejor estado de salud, que nos permite estar más activos, a sentirnos mejor y a poder disfrutar de nuestra vida. En términos económicos, también representa la mejor inversión a largo plazo, ya que el retorno supera con creces el tiempo y esfuerzo invertido.

En nuestro medio, las principales causas de enfermedad grave y mortalidad continúan siendo las enfermedades cardiovasculares y el cáncer. Son enfermedad multifactoriales, pero comparten muchos factores de riesgo ya conocidos por todos: hipertensión, diabetes, sobrepeso, dislipemia, tabaquismo e inactividad física.

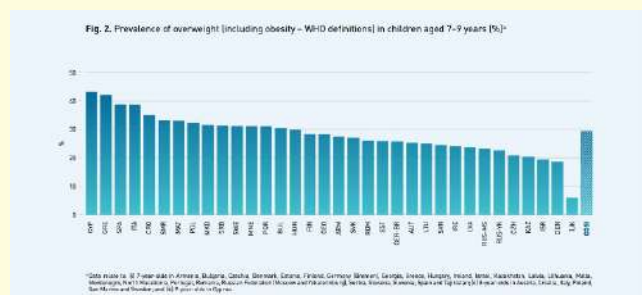
En los últimos años se ha visto una reducción significativa del tabaco y se está consiguiendo un mejor control del colesterol a nivel poblacional debido a que hay más herramientas terapéuticas, pero lo que está avanzando de forma drástica es la diabetes y el sobrepeso/obesidad, con previsiones que resultan alarmantes para los próximos años. De forma significativa, están aumentando sobre todo en la población infantil, siendo España uno de los tres países de la Unión Europea con mayor tasa de sobrepeso e inactividad a nivel infantil.

El promocionar el deporte desde la edad infantil es una prioridad, y diversos esfuerzos y campañas de promoción de la salud van dirigidas a este fin desde la Sociedad Española de Cardiología. Cualquier tipo de deporte es bueno, sobre todo si es uno con el que se disfruta y que podamos mantener a lo largo del tiempo, también en la edad adulta.

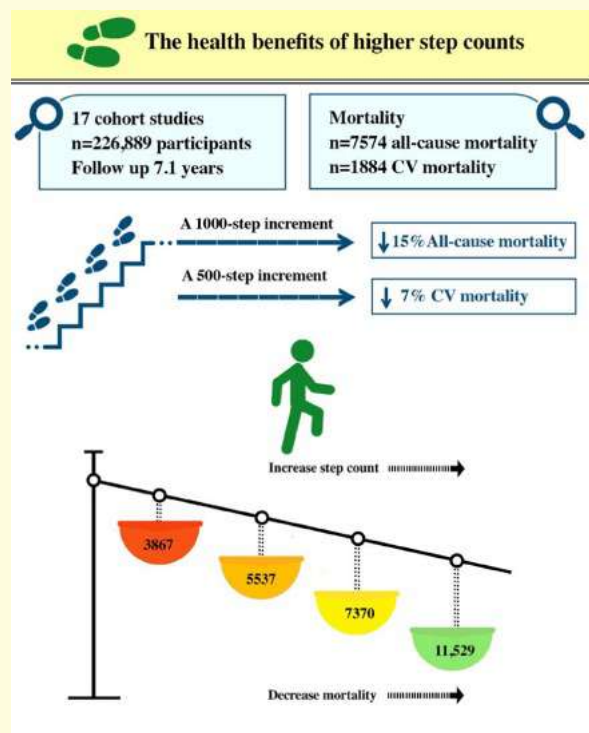
Para esto, creo que las iniciativas desde el Colegio resultan acertadas, ya que se enfocan en crear en los alumnos una base de hábitos saludables como una alimentación variada y basada en productos naturales, evitando alimentos procesados que resultan adictivos y con escaso valor nutricional y al fomentar el ejercicio físico desde infantil hasta bachillerato, con las distintas opciones disponibles en el Club Deportivo Cumbres. Como dijimos antes, esto no solo llevará a reducir enfermedad, también proporciona mejores resultados en salud, desempeño académico, vida laboral y calidad de vida.

¿Y cómo empezar, sobre todo en personas físicamente inactivas? Lo ideal es que el ejercicio físico (sobre todo en alguien que viene empezando) sea progresivo y adaptado, con un incremento gradual de la carga del ejercicio, tanto en volumen como en intensidad y frecuencia. Este acondicionamiento permite una adaptación progresiva al deporte y reduce el riesgo de lesiones, a la vez que mejora la adherencia y satisfacción con la actividad. Si existe la posibilidad de entrenar con un profesional (entrenador personal, gimnasios etc.) sería lo más recomendable, sobre todo para los primeros meses hasta que se obtenga mejor condición física y más conocimiento sobre los distintos tipos de entrenamiento.

Para alguien que no tiene mucho tiempo o que va a comenzar desde cero después de una temporada sin hacer deporte, caminar puede ser la mejor opción. Es un ejercicio fácil, de baja carga osteomuscular, y cuyos beneficios en la salud están más que demostrados (Imagen 2) habiendo una relación entre el número de pasos diarios y la mortalidad y la enfermedad. A más pasos, menos enfermedad, y en nuestro medio, que tenemos tanta disponibilidad con teléfonos móviles, relojes electrónicos y acelerómetros es muy fácil cuantificarlo y planificarlo.



World Health Organization. (n.d.). Who european childhood obesity surveillance initiative (COSI). World Health Organization. <https://www.who.int/europe/initiatives/who-european-childhood-obesity-surveillance-initiative-cosi>



Banach, M., Lewek, J., Surma, S., Penson, P. E., Sahebkar, A., Martin, S. S., Bajraktari, G., Henein, M. Y., Reiner, Ž., Bielecka-Dąbrowa, A., & Bytyçi, I. (2023). The association between Daily Step count and all-cause and cardiovascular mortality: A meta-analysis. *European Journal of Preventive Cardiology*, 30(18), 1975–1985. <https://doi.org/10.1093/eurjpc/zwad229>

De forma muy genérica, las recomendaciones actuales de actividad física están en 150 minutos de ejercicio físico aeróbico a la semana y entrenamiento de fuerza 2 días por semana. Desde muchos grupos de trabajo se está recomendando aumentar estas recomendaciones, debido a que se obtienen más beneficios con valores cercanos al doble de las recomendaciones actuales. No obstante, la perfección es enemiga de lo bueno. El mejor ejercicio es el que se hace y con el que se disfruta, por lo que principal es encontrar un deporte que se acople a nosotros y mantenerlo, y ya después aumentar el tiempo dedicado a ello y variar la intensidad de la actividad (entrenamientos polarizados).

Los beneficios del ejercicio se pueden obtener en cualquier edad. Nunca es tarde para empezar, e incluso en personas mayores está demostrado que la práctica de ejercicio físico de forma regular tiene

muchos beneficios, no solo en reducir enfermedad si no en mejorar estado de ánimo, mejorar equilibrio y fuerza, reducir riesgo de caídas y en dar más funcionalidad



Beneficios del Ejercicio físico sobre la salud en el adulto mayor: InMuv Sevilla - Centro de Entrenamiento, nutrición y Fisioterapia. InMuv Sevilla - Centro de entrenamiento, nutrición y fisioterapia | Servicios de recuperación funcional, entrenamiento, fisioterapia, podología y traumatología. (2023, April 3). <https://inmuv.es/beneficios-ejercicio-adulto-mayor/>

Por último, aparte del ejercicio físico, es imprescindible también formar a los alumnos y profesores y si es posible a sus familiares en técnicas de reanimación cardiopulmonar. Las revisiones médicas e incluso las pruebas previas a la participación deportiva pueden resultar interesantes de forma individualizada (sin diferencias entre deportistas federados o recreativos y más útiles sobre todo a partir de los 35 años), pero el acceso a técnicas de RCP es la mejor manera de reducir problemas graves asociados a la práctica deportiva. Es algo que todos podemos y deberíamos aprender para hacer deporte de forma más segura, por lo que me gustaría animaros a realizar alguna actividad formativa en técnicas de reanimación básica.



LA DONA

Emanuel Peña 4t de la ESO

En la societat actual la dona desafia els rols tradicionals per a ocupar un lloc divers i essencial. La seua contribució abasta des de l'àmbit laboral fins al familiar, marcant una presència significativa en l'evolució social. No obstant això, persisteixen desafiaments que reflectixen la necessitat de promoure la igualtat de gènere.

En l'actualitat el rol de la dona s'ha expandit més enllà de les limitacions històriques. Les dones exercixen rols clau en diversos sectors, aportant idees i habilitats úniques. La igualtat de gènere ha guanyat rellevància, però encara persisteixen desigualtats que requereixen atenció i acció col·lectiva.

Les dones són arquitectes fonamentals de les nostres vides. La seua influència abasta des de la infantesa, on les figures maternes modelen valors, fins a l'àmbit professional, on col·legues i líders femenines inspiren amb els seus assoliments. Reconèixer el paper multifacètic de les dones enforteix la cohesió social i la diversitat de perspectives.

El 8 de març, Dia Internacional de la Dona, commemora els assoliments i destaca els desafiaments persistents. És una oportunitat per a reflexionar sobre els avanços i comprometre's a abordar les desigualtats restants. La igualtat de gènere, un pilar essencial per al progrés social, requereix atenció constant.

Les desigualtats de gènere es manifesten de diverses formes, des de disparitats salarials fins a la discriminació en rols de lideratge. La càrrega desproporcionada del treball domèstic i la falta de reconeixement sovint limiten les oportunitats de les dones. La violència i explotació sexual, el matrimoni infantil i la mutilació genital femenina són manifestacions extremes d'una profunda desigualtat arrelada.

Combatre estes desigualtats exigeix accions concretes. En l'àmbit laboral, la implementació de polítiques equitatives i la promoció de lideratge inclusiu són crucials. Redistribuir les responsabilitats del treball domèstic i garantir la igualtat salarial són passos fonamentals cap a l'equitat. A nivell global, advocar per lleis i polítiques que protegeixen contra la violència de gènere és essencial.

En conclusió, la dona juga un paper vital en la societat actual, desafiant rols establits. Encara que s'han aconseguit avanços, persisteixen desafiaments que requereixen una atenció contínua. El Dia Internacional de la Dona servix com a recordatori per a reflexionar sobre la igualtat de gènere i motivar accions que conduïsquen a una societat més justa i equitativa.





L'HABITATGE, UN DRET?

Ana Muñoz, professora de Matemàtiques



Una problemàtica social actual a València és la dificultat dels ciutadans a accedir a una vivenda a un preu just. Aquest fet està creant debat en la nostra societat i especialment ara que els preus pugen.

Primer de tot, l'accés a una vivenda digna és un dret de tots els espanyols, segons diu la constitució. Per això em pregunte: Què ocorre perquè l'accés a la llar siga una missió impossible a casa nostra?

La resposta és clara: a hores d'ara, el turista és el protagonista. Per això, el fenomen que viu Espanya actualment, especialment en ciutats molt turístiques és que, primerament, s'experimenta una transformació dels barris més concorreguts, on l'arrendament residencial es transforma en un arrendament turístic. Això provoca l'augment dels preus de lloguer i, per això, viure al centre històric és una proesa a hores d'ara.

A més a més, els propietaris de vivendes i locals comercials s'aprofiten de la situació i guanyen molts més diners pels locals arrendats gràcies a la turisticació. Pel que fa a aquest fet, la legislació turística afavoreix aquest tipus d'arrendament, no

sols si parlem de plataformes de vivendes de lloguer turístic com airbnb, sinó que la gestió d'edificis públics als barris afectats es destinen també a activitats turístiques.

Paral·lelament, ens trobem el fenomen de gentrificació que consisteix en què un barri que estava devaluat, on hi ha gent obrera i on els preus eren assequibles, de sobte hi ha tota una sèrie de persones adinerades que trien viure allí, per tant compren els pisos molt barats, els reformen i comença una tendència de tota esta classe social a anar a viure a eixos barris icom a conseqüència, els preus van pujant. Tant és així, que arriba un moment en què els veïns de classe obrera, que sempre havien viscut allà, comencen a no poder pagar els lloguers i, davant aquesta situació, se senten "obligats" a anar a l'extraradi. Cal afegir-hi que desapareixen els comerços de proximitat i són substituïts per locals destinats al lloguer de bicicletes, souvenirs o establiments hotelers.

En resum, tot això es tradueix en una transformació de barri i, en conseqüència, en la pèrdua de cultura i tradicions locals.





EL HOMBRE CONTRA LA MÁQUINA

Javier Ibarra, 4º de la ESO

2º premio del Writing Contest 2024 de los colegios RC

El debate entre el hombre y la máquina es un tema fascinante que ha intrigado a filósofos, científicos y futuristas durante décadas. Desde los albores de la Revolución Industrial hasta la era de la inteligencia artificial, hemos visto cómo las máquinas han transformado nuestra sociedad, cambiando la forma en que trabajamos, vivimos y nos relacionamos. Sin embargo, a medida que la tecnología avanza, surge la pregunta: ¿estamos en una lucha contra las máquinas o estamos colaborando con ellas para mejorar nuestras vidas?

En un lado de la contienda, están aquellos que ven a las máquinas como una amenaza para la humanidad. Argumentan que la automatización y la inteligencia artificial están desplazando a los trabajadores, eliminando empleos y exacerbando las desigualdades sociales. Temen que las máquinas eventualmente superen la inteligencia humana y tomen el control, llevando a escenarios distópicos donde los humanos sean relegados a un papel secundario.

Por otro lado, están aquellos que defienden la colaboración entre humanos y máquinas. Ven el potencial de la tecnología para mejorar nuestras vidas, aumentar la productividad y liberarnos de tareas mundanas y repetitivas. Argumentan que la automatización no solo puede crear nuevos trabajos, sino también liberar tiempo y recursos para que los humanos se dediquen a actividades más creativas, significativas y gratificantes.

Es evidente que la relación entre el hombre y la máquina es compleja y multifacética. Si bien es cierto que la tecnología ha causado cambios disruptivos en nuestra sociedad, también ha brindado innumerables beneficios. Desde la medicina hasta la educación, la tecnología ha mejorado la calidad de vida de millones de personas en todo el mundo.

Sin embargo, es importante reconocer los desafíos y riesgos que conlleva esta relación. La automatización puede llevar a la pérdida de empleos y a la concentración de riqueza en manos de unos pocos. Además, la creciente dependencia de la tecnología plantea preocupaciones sobre la privacidad, la seguridad y el control sobre nuestras propias vidas.

Para abordar estos desafíos, es crucial adoptar un enfoque equilibrado que aproveche los beneficios de la tecnología mientras se mitigan sus impactos negativos. Esto implica invertir en educación y capacitación para preparar a los trabajadores para la economía del futuro, promover políticas que garanticen la equidad y la inclusión en la era digital, y desarrollar marcos regulatorios que protejan los derechos y la privacidad de los individuos.

En última instancia, la relación entre el hombre y la máquina no es una lucha binaria, sino una colaboración en constante evolución. Al aprovechar el poder de la tecnología de manera ética y responsable, podemos construir un futuro donde humanos y máquinas trabajen juntos para alcanzar un mayor progreso y bienestar para todos.





ELS DRETS HUMANS DAVANT ELS REPTES DEL MÓN ACTUAL

Beltrán López, 2n de la ESO

En el món actual en què vivim comencem a tindre un greu problema, ja que sovint es produeixen moltes vulneracions dels drets humans.

Cada vegada és més freqüent trobar-nos amb un món dominat per l'ús abusiu d'internet, on cada vegada es dona més protagonisme a la intel·ligència artificial, i on les xarxes socials formen part essencial de la nostra quotidianitat. La gent penja la seua vida en les xarxes, deixant al descobert una part important de la seua intimitat.

D'altra banda, a part del tema digital, hi ha altres factors importants que vulnereu els drets humans com les migracions, la desigualtat de la distribució de la riquesa, la violència de gènere o l'emergència climàtica.

Si ens centrem en el tema de la migració, és clar que homes, dones i xiquets de tot el món es veuen obligats a abandonar els seus països d'origen per diverses circumstàncies, com crisis en els seus diferents països o guerres, com és el cas de la guerra d'Ucraïna.

El dret internacional recull el dret a migrar i a l'asil com un dret humà, així com el principi de no devolució, que estableix la prohibició dels estats de retornar a les persones que arriben com a refugiades al seu territori, a un país considerat no segur, però: quin país està disposat a acollir a gent que emigra d'altres països buscant una vida millor? Aquest és un debat que a vegades es planteja, perquè les polítiques corruptes de cada país organitzen al seu antull a aquest "ramat" de gent innocent, que només busca viure o tal vegada sobreviure en un món que mira cap a un altre costat.

Quant a l'emergència climàtica, també suposa una crisi dels drets humans, ja que amenaça el gaudir dels drets civils, polítics, econòmics, socials i culturals de les generacions presents i futures i, en última instància, del futur de la humanitat".



Hi ha un munt d'organitzacions tipus Green Peace que actua a favor d'evitar la contaminació de mars i oceans, o associacions per a frenar l'efecte d'hivernacle, el problema radica en el fet que la majoria de la gent veu el problema com molt llunyà i no posa fre al problema de fons, un que cada vegada es veu més a prop, però que no es pren amb la serietat que mereix.

Cal dir també que la violència de gènere constitueix una greu violació als drets humans; al mateix temps, posa en risc la vida de les víctimes i té implicacions de salut i protecció. Quan les persones es veuen forçades a abandonar les seues llars, corren encara més risc de patir violència física, sexual i psicològica com: violacions, abus sexual, tràfic de persones i prostitució forçada.

A més a més tenim el problema de la distribució desigual de la riquesa i, per tant, de la pobresa. Aquest fet és un problema de drets humans perquè, no comptar amb les condicions econòmiques i materials dignes, repercuteix en el compliment d'altres drets humans com l'educació, la salut, el descans, la família, etcètera. A això se sumen els diferents impactes que la pobresa té sobre diferents grups poblacionals, i els obstacles afegits que representa per a dones, persones amb discapacitat, persones racialitzades, indígenes, migrants i altres.

Finalment i tornant al tema digital, les xarxes socials cada vegada posen en risc el ple respecte de la dignitat humana, ja que cada dia es generen insults, burles i discriminacions que danyen tristament eixe valor d'ésser humà.

Els actes d'aquesta naturalesa han de ser erradicats amb educació i amb els plantejaments de lleis eficaces, disposades a posar regles rígides de control a les xarxes socials d'internet en el mal ús d'aquelles dins del nostre territori nacional, perquè, d'aquesta manera, es complirà una de les finalitats de l'Estat: protegir la dignitat humana de les persones.

L'impacte que tenen les tecnologies digitals en la vida quotidiana és cada vegada més elevat i s'han convertit en una porta d'entrada obligatòria per a moltes gestions del dia a dia com: consultar el saldo del teu compte bancari o rebre els resultats d'unes anàlisis. Si, pel motiu que siga, no pots accedir a elles o et vas quedant arrere en el seu ús, es creen desigualtats o s'empitjoren les que ja estaven.

Així també, l'ús de sistemes d'intel·ligència artificial pot vulnerar drets com la igualtat, la privacitat i la llibertat d'expressió. En eixe escenari, el dret necessita respondre als nous reptes que es plantegen i oferir respostes jurídiques avantguardistes.





LAS MUJERES EN LA LITERATURA

Mathilda Potton, 3º ESO

Si vas pasando la páginas de un libro de historia cualquiera, verás que una grandísima parte de los nombres de aquellos personajes que cambiaron el mundo, cuyas hazañas y descubrimientos quedaron inscritos en la historia, destinados a ser recordados durante generaciones son nombres masculinos. Dudo que sea porque las mujeres raramente son capaces de hacer grandes proezas o porque muy pocas ejercieron papeles fundamentales en la historia de la humanidad, sino porque ellas siempre han sido las grandes olvidadas. Hoy en día, en un intento de alcanzar la igualdad, se está animando a las niñas a apuntar alto y a perseguir una carrera en el ámbito científico, por ejemplo. Esto es porque en este sector, durante mucho tiempo dominado por los hombres, a las mujeres no se les reconocía por sus descubrimientos, siendo muchas veces atribuidos a sus maridos o directamente les fueron robados. Desafortunadamente, no pasó solo en el campo científico, sino en casi todos: en el arte, en la política, en la literatura, etc. En este último vamos a enfocar este texto.

Antes, cuando la alfabetización no era algo común, a las mujeres no se les enseñaba ni a leer ni a escribir. En la Edad Media, por ejemplo, solo sabían escribir aquellas que trabajaban como copistas y la única formación que recibían era aquella relacionada con el ámbito eclesiástico. Sin embargo, algunas mujeres desafiaron los roles de género y se atrevieron a recibir una educación y a escribir obras literarias que han trascendidos hasta nuestros tiempos.

Enheduanna: Nos remontamos hace muchísimo tiempo, a la primera civilización: Mesopotamia. Aquí se inventó el primer tipo de escritura, llamada cuneiforme. Entre todos los textos escritos en tablas con este tipo de escritura, hay unos que destacan de manera particular. Estos son los primeros textos narrados en primera persona y llaman la atención por su carácter tan íntimo y personal. Además fue la primera vez que alguien firmaba con su nombre algo que había escrito. Así es, todos estos textos acababan con: *Esta tabla fue compilada por Enheduanna*. La primera persona, no solamente mujer, en firmar

su trabajo fue la sacerdotisa Enheduanna en el siglo veintitrés antes de Cristo. Ella era hija del rey Sargon de Acadia, que estableció el imperio Acadio. Él nombró a su hija sacerdotisa de Nanna, dios de la luna, hasta que el rey le quitó su cargo y la exilió. Escribió sobre este acontecimiento en su poema *La exaltación de Inanna* en la que pedía a la diosa que le devolviera su cargo. Lo escribe con mucho sentimiento y personalidad.

Sappho: Fue una poetisa griega conocida por la belleza de su estilo literario, tanto que se le apodó *la décima musa*. Las musas eran unas diosas griegas que inspiraban cada una un tipo diferente de arte, así que para que fuese considerada una especie de diosa, tenía que tener mucho talento y ser muy admirada. Sappho es considerada una de las mejores poetisas griegas, entre hombres y mujeres. Se expresaba de forma clara y concisa pero todavía manteniendo la habilidad de describir las cosas desde una perspectiva muy pintoresca, expresando sus emociones intensamente pero siempre desde la tranquilidad. Aunque mucha de su obra se perdió y el único poema suyo que tenemos entero es *Oda a Afrodita*, de los fragmentos que se han hallado de su poesía podemos encontrar una temática común: el mundo femenino. Para invocar este tema, Sappho utilizaba imágenes de flores, guirnaldas, la naturaleza idealizada, ungüentos perfumados y a la diosa que usaba como musa: Afrodita, diosa de la belleza y del amor. Sappho era una fuerte defensora de los derechos de las mujeres y luchó para que tuvieran una educación.

Wallada: Ella fue una princesa omeya (la primera dinastía islámica) nacida en Córdoba que escribió con total libertad, sin que nadie le impusiese obstáculos. Su obra tuvo mucho éxito y ella fue admirada por muchísimas personas como artistas, poetas y políticos por su talento a la hora de expresarse. Hija de un califa sin herederos varones, al morir su padre, Wallada se llevó la herencia y se alejó de la realeza. Recordada por su carácter decidido e independiente, ella siempre hizo lo que quiso y al abandonar la realeza, se

quedó soltera y libre de toda tutela masculina. Abrió un palacio y salón literario en el que enseñaba escritura, poesía y canto a chicas de todo tipo de orígenes, sin importar que fueran de buena familia o esclavas. Los temas más comunes en su obra fueron el amor y la sátira. A su salón acudían poetas y literatos muy importantes que la admiraban por su talento, belleza y carácter fuerte. Era una mujer indomable y culta que andaba por la calle sin velo y con sus propios versos bordados en los hombros de sus vestidos. La princesa Wallada fue una inspiración para muchas y hoy en día sigue siendo un ejemplo a seguir para muchas mujeres, inspirándolas a seguir su propio camino sin permitir que nadie las controle ni les intente cambiar ni silenciar. Ella luchó para que las mujeres tuvieran una voz propia, especialmente en un tiempo en el que no eran consideradas iguales al hombre.

Sor Isabel de Villena: Pasando a territorio más local, ahora hablaré de Sor Isabel de Villena, la primera escritora conocida en el idioma valenciano. Ella fue una abadesa que siguió una vida muy piadosa y espiritual. La única obra que se conserva de ella es *Vita Christi*, que narra la vida de Jesucristo desde un punto de vista que da más enfoque a las mujeres que jugaron un papel relevante en la vida de Jesús, como la virgen María, Santa Ana o María Magdalena. Este mundo femenino sirvió de argumento para defender a las mujeres de la abundante literatura misógina de la época. Sor Isabel fue una gran defensora de la educación de las chicas, siendo una pionera en este ámbito.

Jane Austen: Para cerrar, hablaré por último de una de las escritoras más célebres y relevantes de la literatura universal, cuyas novelas se leen mucho incluso hoy. No estoy describiendo a nadie más ni a nadie menos que a la legendaria Jane Austen. Esta escritora inglesa, conocida por títulos como *Orgullo y Prejuicio*, *Sensatez* y *Sentimientos* y *Emma*, era una mujer que destacaba por su sinceridad, a veces incluso brutal. Muchos datos de su vida se perdieron, debido a que su hermana y amiga más cercana, Cassandra, quemó muchas de las cartas que se intercambiaban en un intento de proteger la reputación de Jane, ya que esta decía cosas sin pelos en la lengua sobre vecinos y familiares que se consideraban 'impropias' para una mujer de la época. Jane empezó a escribir historias y poemas



a los once años para su entretenimiento y el de su familia. Desde siempre sus obras compartieron algunas características y temáticas: la crítica social, el realismo (a veces exagerado), los sentimientos complejos, el uso de la ironía, las historias de amor y la diferencia entre clases; por supuesto, siempre expresado con su absoluta sinceridad característica. Considerada predecesora de la novela romántica moderna, irónicamente nunca se casó, dedicándose en cambio a la escritura por completo. De hecho, ella fue la creadora de muchos clichés literarios muy comunes en las historias de amor de hoy en día: los triángulos amorosos, los celos y los sentimientos complicados que nos hace sentir el amor a los jóvenes. La mayoría de obras de Jane Austen han pasado a la historia como clásicos y son novelas claves de la literatura universal.

Como ellas han habido a lo largo de la historia muchísimas mujeres que aportaron al campo de literatura aunque la mayoría son olvidadas debido a toda la misoginia y al mundo patriarcal en el que vivían. Estas mujeres son un ejemplo de que las chicas podemos hacer grandes cosas y desafiar los roles de género para lograr que nuestro nombre se quede inmortalizado en los libros de historia. Nos enseñan que nuestra voz es valiosa y que tenemos cosas importantes que decir, por lo que debemos ser escuchadas. Os animo a investigar sobre otras mujeres que cambiaron el mundo y la literatura. Estoy segura de que estén donde estén, les llenará de alegría a todas saber que sus palabras y los mensajes que querían transmitir han perdurado durante siglos hasta llegar hasta ti.



MI EXPERIENCIA LECTORA

Blanca Balaguer, 3º de la ESO

Muchos expertos afirman los beneficios que ofrece la lectura: la atención, el desarrollo de la imaginación, el conocer nuevas culturas, nuevo léxico y muchas más.

Desde mi perspectiva yo veo la lectura como una manera de desconectar y relajarme. Cuando era pequeña, no me llamaba la atención la lectura, sino todo lo contrario, lo veía más una obligación que una forma de relejarse. Fue en 5º de primaria cuando empecé un libro que me regaló mi tía llamado *La Diversión de Martina*, un libro infantil muy sencillo, pero que me hizo ver la lectura como una forma de entretenimiento. Es como descubrir otro mundo paralelo, en el que tú eliges.

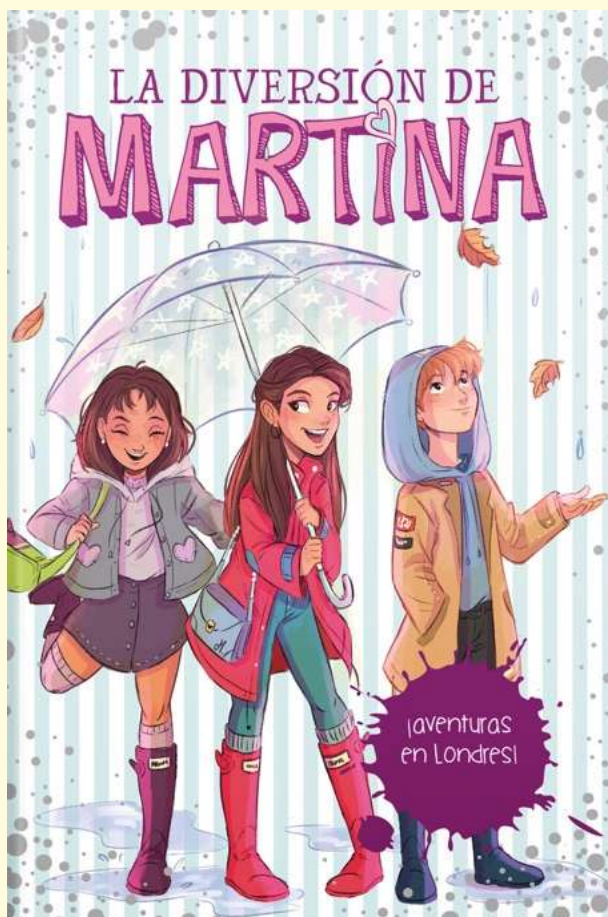
Me acuerdo que mi profesora Maria Ángeles me decía que hasta que no encontrase un libro que me enganchara no lo iba a ver divertido, y no le puedo dar más la razón. En mi opinión, tienes que leer libros que te gusten, los puedes buscar en las librerías e investigar cuáles son los que te apasionan, o seguir la recomendación de una amiga, que te cuente su experiencia a ver si te interesa.

En mi caso, me encanta leer libros de amor y ficción. Cuando empecé a leer vi que me expresaba mucho mejor y, sobretodo, no cometía tantas faltas de ortografía. Además, yo soy una persona poco paciente e intranquila, por lo que noto cómo leer me tranquiliza y me sosiega. Incluso considero que he aprendido mucha cultura general, curiosidades que antes no sabía.

Hace poco hubo una polémica en redes sobre los libros clásicos que ponen en los colegios, que si son una forma de obligar a los niños a leer cosas que no les entretienen. Pero lo que no están contemplando

es que es una inversión para ellos mismos, y para sus capacidades. Y que no falte comentar que aprendemos sobre la cultura y la época en la que fue escrita la obra, y muchas de las enseñanzas de estos libros también se pueden trasladar a experiencias más actuales.

Encuentra tu libro, léelo y te sorprenderás.





DE LA VISITA QUE ME HIZO DON QUIJOTE DE LA MANCHA

Javier Gavilá, 2º de la ESO

Era el 18 de enero de 2024 y empezaba este día con un amanecer impresionante, se veía de lejos la sombra del caballero andante más conocido de la historia, don Quijote de La Mancha. Iba con su caballo, también conocido como Rocinante y su escudero Sancho. Los dos a la luz del nuevo día parecían unas estatuas negras y brillantes las cuales admiraban a cualquiera. Poco después llegaron a mi lado y, antes de que pudieran verme corrí a por mi libro *Don Quijote de La Mancha* para hablar con él y dárselo para que me recordara. Sin embargo cuando volví de coger el libro ¡ya no estaban!, se habían marchado, no me habían esperado. En ese momento decidí correr hasta encontrarlos, lo cual no tardé mucho tiempo y cuando por fin había llegado les grité y me ignoraron, me puse delante de ellos y casi me atropellaron. Muchos niños se quedaban en sus balcones saludándoles y ellos les respondían, no entendía lo que estaba pasando. Pero, sin esperármelo, alguien me cogió y me montó al caballo, había sido Don Quijote, en ese momento me di cuenta de que la gente también me vitoreaba a mí, no entendía por qué, pero estaba sucediendo. Cuando cruzamos todo el pueblo, don Quijote me ayudó a desmontar y empezó a contarme todo lo que estaba pasando. ¡El y Sancho habían venido a buscarme para hablar conmigo! Tenían carteles que ponían: Se busca a Javier Gavilá, si le conocen díganoslo y acérquense. Le pregunté entonces:

—¿Por qué me buscabais?

—Porque queremos que nos digas qué han contado de nosotros en ese libro que tienes en la mano. Dijo Sancho.

—¿Por qué yo exactamente?— Pregunté.

—Porque nadie se lo había leído excepto tú en todo tu pueblo. Dijo don Quijote como si fuera obvio.

—¿Solo yo? No es posible, pero de todos modos vayamos a mi casa y hablemos allí más cómodamente.

Entramos en mi adosado y se quedaron asombrados, no habían visto una casa así en su vida. Como estaban tan obsesionados con ella, se la enseñé poco a poco para que entendieran todo, aunque entender lo que era una televisión les costó bastante trabajo. En el salón proseguimos con la conversación que habíamos empezado anteriormente, don Quijote tomó la palabra diciendo:

—Mi fiel escudero Sancho y yo hemos venido a hacerte esta pregunta, ¿Qué han contado de nosotros ahí? Dijo señalando mi libro.

—Si queréis os lo puedo prestar para que lo leáis vosotros mismos. En ese instante, Don Quijote empezó a leer el libro en voz alta comentando cosas que no le parecían bien, como las palizas que le daban a él o a Sancho o lo que habían tramado sus compañeros el cura y el barbero. En ningún momento él dejó de leer, no se cansaba, era impresionante. Cuando lo estaba acabando me pidió algo de beber, le pregunté si quería una bebida refrescante, me dijo que sí.

—Igual no os gusta pero probadla los dos, tomad. Dije dándoles dos vasos de Fanta. En cuanto lo probaron los dos me comentaron:

—¡Este es el más rico trago que he probado nunca!

—¿Os traigo más?— pregunté.

—¡Sí, por favor!— respondió Sancho emocionado.

Después de beberse unos cuantos vasos de Fanta, don Quijote prosiguió con la lectura de su libro, ya sólo quedaba un capítulo. Cuando terminó de leer el libro Sancho me empezó a pedir algo de comer, entonces le di patatas y un poco de fruta y se quedó igual que después de tomarse la Fanta, medio loco. De repente, don Quijote se fijó en el sol el cual estaba yéndose ya. Me despedí de ellos e igual que vinieron se fueron. Se habían llevado algo de comida y una botella de Fanta para el camino. Como dos figuras negras al atardecer desaparecieron de mi vista.





UNA TORTUGA CON FORTUNA

Álvaro Burguera, 2º de la ESO

Proyecto de novela

CAPÍTULO I

Me pellizqué, ¿esto no era un sueño! ¡Estaba ahí de verdad! El caluroso verano ya casi envolvía cada rincón de ese hermoso lugar. Los niños, todos más felices que nunca, gozaban del tiempo favorable en que la brisa marina les había envuelto. Inventaban construcciones de arena que demostraban aquel carácter infantil que otros habían guardado en su cajón del olvido que jamás volverían a abrir. A cada compás del viento, la arena de la playa se movía, como siguiendo una dulce y armoniosa melodía, de la que también gustaban las personas mayores, en sus últimos años de vida. Al fondo, algún minúsculo barco de vela parecía emerger del horizonte.

Ángel, un muchacho de apenas 12 años, suspiró y, como si se hubiera bebido una botella entera de alivio y envuelto de una paz satisfactoria reemprendió el hermoso viaje de la vida, que tanto le estaba regalando. Se levantó, mientras acababa de contemplar la playa de Dénia y comenzó a pasear serenamente, quedándose maravillado al observar el reflejo del sol en el mar, que se encontraba en calma.

De repente, el mar se agitó y una ola inmensa invadió súbitamente la playa, mientras los niños huían temerosos al ver semejante fenómeno. Algo después, Ángel se recuperó del susto, y no podía creer que, en la arena, yacían millares de peces de todos los tamaños, entre la gran variedad de animales marinos que, en un último aliento, intentaban transmitir algún mensaje. Entonces, al volver en sí comprendió el origen de todo aquel alboroto: los glaciares se habían derretido por la contaminación global y el aumento de las temperaturas, arrastrando ciertos animales que se entrecruzaron en su camino.

Pero hubo un pequeño detalle que le llamó la atención. En la arena de la playa yacía una tortuga de tamaño notable que, en su último aliento de vida, empujó con su lengua su diminuto bebé tortuga que era, a su vez, del tamaño de una mano adulta. Poco después, la cría avanzaba lentamente, justo en el momento en que su progenitora cerraba los ojos para siempre, sabiendo que su instinto maternal había salvado a la cría.

Con sumo cuidado, Ángel recogió a la pequeña exhausta con mimo y extrema delicadez. Por su aspecto, inocente, asustado, indefenso, intuyó que estaba hambrienta, así que salió en búsqueda de unas

frescas hojas. Al volver a la arena, y tras ofrecérselas, la cría, algo desconfiada, se las comía pausadamente.

Pasaron los años, y Ángel observaba cómo la cría, ya con rasgos juveniles, se iba recuperando poco a poco, haciéndose aparentemente más fuerte, y ya estaba surgiendo una amistad incommovible entre ellos.

—Un amigo es un regalo — es como resumía todo Ángel y, con una sonrisa, contemplaba el colorido caparazón de aquella hermosa tortuga de Cumberland.



CAPÍTULO II

Ángel, ya adolescente, se convertía cada vez más en un inseparable amigo de la tortuga, y decidió que debía ponerle nombre para apreciarle más.

—Te llamaré Félix, que significa afortunado— y este, a su vez, esbozó una leve y discreta sonrisa, casi asintiendo con la cabeza.

Después de mucho esfuerzo, Ángel aprendió a nadar igual de bien que él, y Félix consiguió hablar con toda normalidad. Un día, mientras ambos paseaban por la playa contemplando nostálgicos el lugar donde ocurrió el milagro, Ángel clavó la mirada en el robusto caparazón de la tortuga y exclamó:

—¿Qué son esas figuras brillantes que están apareciendo? parece... ¡una ruta!

—Sí, más o menos. Es...un mapa —contestó preocupado.



—Pero ¿de qué?

—Es un mapa del lugar en el que se encuentran los pocos parientes de mi familia que sobrevivieron a la catástrofe.

—¿Cómo?! —exclamó el adolescente en una mezcla entre atónito, curioso y algo enfadado—. Espera... ¿Por qué nunca me lo habías contado?

—Desgraciadamente, no sabía hablar. Esa fue la razón por la que no te lo pude contar.

—Entonces, ¿por qué no aprendes otro idioma? Así me contarás algo más, ¿no?

—Eres extremadamente gracioso —repuso Félix irónicamente.

—Volviendo al caso, ¡vamos a por tu familia!

—¡Bien, así por fin podré conocer a mis antepasados!

Y ambos llegaron a la conclusión de emprender un viaje emocionante que, a su vez, se convertiría en algo peligroso: encontrar a la lejana familia de Félix.

Un mes después, tras realizar sus tareas matutinas, se reunieron bajo el impetuoso faro herrumbrado del puerto. Habían juntado sus ahorros, ropas y comidas, ya no podían esperar más. Según el caparazón de la tortuga, debían llegar a Malta, algo más debajo de la extensa isla de Sicilia. Durante la travesía, disfrutaron tal vez demasiado de la brisa marina, pero no resultó ser tan emocionante. Al principio, Ángel estaba eufórico, pero, tras varias horas de continua oscilación, comenzó a marearse, incluso llegó a devolver de tanto en tanto. Este abatimiento atacó también a Félix, porque al ser una tortuga que hablaba, la gente hasta se desmayaba del susto.

Tras varios días de desagradables experiencias, por fin arribaron a su destino: la frondosa, y bien agradable isla. Ángel, en un medio suspiro, se contentó de haber

llegado, mas todavía tenía la cara pálida. Su inseparable amigo, en cambio, quiso lanzarse a disfrutar del delicioso manjar que ofrecían los dátiles caídos de las muchas palmeras que adornaban la playa. Tras la inhóspita decisión, ambos decidieron almorzar juntos bajo la sombra de una palmera.

Les sorprendió observar la modernidad de la costa, puesto que los grandes ingenieros de Italia y Francia se habían juntado en 2049 para crear un mundo más modernizado. Por ello, el puerto no estaba muy abarrotado, pero lo que sí que abundaba era la cantidad de barcos metálicos de gran tamaño y calidad que hasta reflejaban la luz solar por la modernidad de sus partes. Como almendras estiradas, destacaban medianamente, debido a su forma plana.

—¿Y ahora qué? —inquirió Ángel, ansioso por haber perdido el tiempo.

—Pues... no lo sé.

—Miremos el mapa de mi caparazón —se dio la vuelta costosamente.

—¡Mira, Félix, el mapa se ha extendido, y ha cambiado de posición! Esto señala... ¡Albania!

—¿Dónde se encuentra eso? —preguntó Félix.

—Está en frente de Italia, pero el barco en el que hemos viajado hasta aquí ya ha partido —puntualizó Ángel—. ¿Te cuesta nadar?

—¡Si soy una tortuga!

—¿Y si me subo a tu caparazón? Así podré ir observándolo.

La decisión fue tomada.

CAPÍTULO III

El improvisado viaje transcurrió con toda normalidad. Tras varios minutos de silencio contemplativo por el amplio océano, se vieron solos en medio del mar, con apenas una docena de dátiles y seis plátanos. Ángel chapoteaba animadamente los pies, porque era su segunda vez que viajaba por lo marino, a excepción del día de cumpleaños de su padre.

—Espero que los papás no se enfaden. Les he dicho que nos íbamos a casa de unos amigos durante varios días, para celebrar el fin de curso.

—Creo que les deberíamos decir la verdad —pensó Félix.

—De todas formas, lo hecho, hecho está.



Dos días más tarde, la cansada tortuga y su acompañante decidieron descansar en una boya color carmesí que yacía allí, y que era inusualmente limpia. De repente, en el horizonte emergió una claroscuro y diminuta figura triangular que, con lentitud, se acercaba hacia ellos. Ambos amigos se estremecieron, temiéndose lo peor, y sabiendo que al posible ataque del animal no habría escapatoria posible. Se les acercaba un ejemplar de unos 6 metros de una de las especies más peligrosas que existen, el tiburón blanco. Seguidamente, se pusieron a gritar, alarmados. No había escapatoria. Félix no sabía nadar tan rápido. Tan rápido como un rayo, el colosal tiburón saltó enérgicamente del agua, generando un tremendo estruendo.

Pocos segundos más tarde, reinaba un nuevo imperio: el silencio. El hambriento tiburón había engullido completamente a los desafortunados amigos, y nadaba mar abierto. Se puso a pensar, se arrepintió y llegó a una isla, Othonoi, donde vivía su futura presa. Se encontraba ya cerca del continente albanés, era pequeña, máximo 10 metros de diámetro, mucha arena y poca vegetación. Esta sólo habitaba en torno al centro, donde una joven palmera había logrado crecer. Con cautela, los devolvió a la superficie, y resultaron

intactos, pero temblaban por lo sucedido. Estaban abrazados el uno al otro.

Tras incrédulas exclamaciones gritando a viva voz, se recompusieron y, con expectación temerosa recibieron las más honestas disculpas por parte del animal que explicó el porqué de su reacción de la siguiente manera:

—Me llamo Fred. Os he hecho esto porque en mi familia solamente me han enseñado a ser malvado y caprichoso con mis placeres tan...apetecibles..., perdonadme de nuevo. Lo que digo es que yo quiero ser un tiburón justo y a la vez compasivo, pero, al no conseguirlo, pierdo mis amigos y siempre estoy nadando en soledad por las profundidades del mar. Me siento solo y triste, y ese es el motivo por el que os he salvado de mi condena: necesito que me ayudéis a sacar adelante mi situación.

Entonces tomó la palabra Félix:

—Un consejo que te doy es que intentes ser un tiburón algo más amable, sin hablar con brusquedad, procurando hacer que los demás se sientan acogidos a tu alrededor y, si es necesario, de vez en cuando también puedes hacer bromas. No olvides tampoco expresar tus emociones a tus familiares más cercanos, ¡seguro que ellos te pueden ayudar! Si haces esto serás no solo divertido, sino el más original de los animales acuáticos.

—Además —añadió Ángel—, ya has conseguido dos nuevos amigos: Félix y yo, Ángel.

—¡Gracias! —exclamó conmovido Fred—, ¡muchas gracias! ¿Hay algo que pueda hacer por vosotros?

—Pues dadas las circunstancias en las que nos encontramos y el milagro de nuestra evitada muerte gracias a tu bondad, no estaría mal que nos ayudaras a llegar hasta la laguna Patok, para que ya nosotros entremos en el país.

Pasaron las horas en una combinación de gozosos silencios y animadas conversaciones, mientras que el viaje transcurría poco a poco. El nuevo trío de amigos estaba muy radiante.



¿UNAMUNO?

Juan López, 2º de la ESO

Aquella tranquila mañana estaba decidido a escribir mi relato hablando con un personaje sacado de la ficción, iba a utilizar alguna figura de *Los Vengadores*, *Star Wars*, o algo por el estilo. Entonces, justo cuando lo tenía todo preparado para escribir, sonó el timbre; me quedé paralizado al mirar por el telefonillo, no me lo podía creer, era el mismísimo Don Miguel de Unamuno. Enseguida abrí la puerta del patio y empecé a escuchar pasos entremezclados con el sonido de un bastón subiendo por la escalera, unos minutos más tarde estaba enfrente de mí.

—¡Cuántas escaleras, parecen que no tengan fin! —exclamó fatigado —esto de construir tantas plantas resulta un suplicio para los más mayores— continuó hablando.

—Podría haber utilizado el ascensor, con simplemente pulsar un botón le sube hasta la planta que desee— le respondí.

— ¡Y poner mi vida en peligro! Prefiero las escaleras. Pero ese no es el tema ¿es usted Juan López?— dijo dejándome fascinado al saber mi nombre.

—Sí, soy yo— contesté rápidamente.

—¡Por fin le encuentro! No puede escribir su relato sobre esa clase de tonterías, no mientras yo lo pueda impedir.

—¿Por qué?— pregunté.

—Porque me resulta imperdonable que manche el arte de los relatos escribiendo cosas tan infantiles

—¿Y de qué voy a escribir si no? No se me ocurre nada.

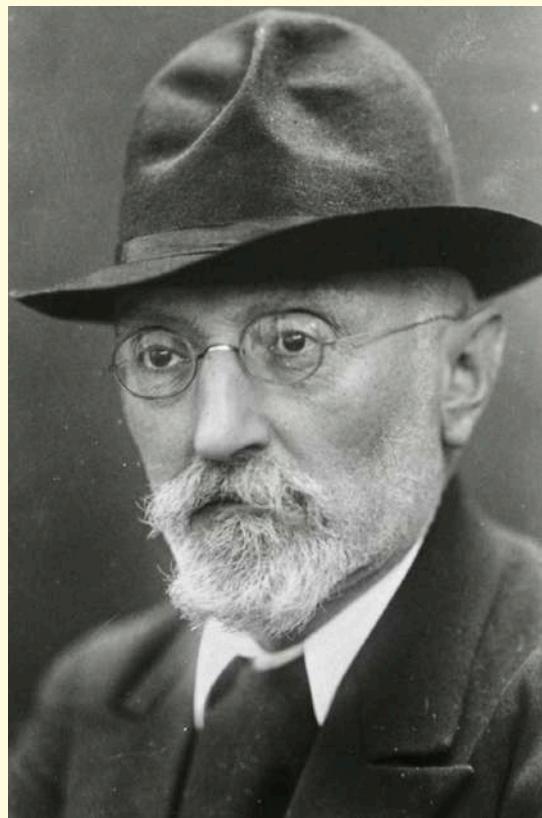
—Pues puede escribir sobre mí, que para eso he venido—proclamó.

—No, me niego a escribir sobre usted— repliqué.

—Sí que lo hará si quiere un buen relato. Además, estoy seguro de que piensa, igual que yo, que es un tema impropio para su edad.

—Eso tiene razón, pero ¿por qué tanto interés en que hable sobre usted?— contesté intrigado.

—Le contestaré con otra pregunta, ¿entendió el fragmento de Niebla?



—La verdad es que no del todo, me resulta muy raro que un escritor haga un dialogo hablando con sus personajes, no tiene mucho sentido— me sinceré.

—Ahí encuentra su respuesta, para que la gente de su edad entienda que escribir es una forma de expresar tus pensamientos, y, en mi caso, lo hacía a través de la forma de ser de mis personajes. Por ejemplo, Augusto representaba el vacío de mi corazón por la pérdida de mi mujer y mi hijo— me explicó con un tono amable.

—¿Entonces sus personajes son usted?

—Eso tendrá que descubrirlo solo, a mí se me está haciendo tarde, me tengo que ir— terminó.

Entonces bajé la cabeza para anotar algunas ideas y al levantarla ya no estaba, en ese momento surgió la pregunta: ¿había sido real esta conversación o era fruto de mis preocupaciones? Esa noche me fui a dormir con esta duda existencial.



AVENTURA EN LA SELVA

Víctor Garrote, 2º de la ESO

Álvaro levantó la vista y lo que vio lo dejó horrorizado. Una enorme criatura alada había pasado por encima de la espesa mata de árboles, tan altos como un edificio de siete pisos. De repente, oyó un ligero ruido. Era como un gemido de alguna pequeña criatura. Avanzó lentamente sobre el suelo enfangado hacia aquel extravagante sonido. Apartó unos matorrales y vio una pequeña sombra deslizándose de tronco a tronco a una velocidad de vértigo. En las sombras vio unos ojos penetrantes de color azul. Entonces notó como si le asestaran un golpe en la nuca con un objeto grande y pesado y todo se volvió negro. Al despertar, aún le dolía el cuello y cuando se tocó la zona herida, se dio cuenta de que tenía una especie de hojas que la rodeaban. Cuando se le aclaró la vista, volvió a ver esos mismos ojos. Álvaro se quedó atónito y paralizado. Los ojos se acercaron y en ellos se notaba cierta curiosidad y también un poco de nostalgia. El ser salió de su oscuro rincón y era lo que Álvaro menos se esperaba.!

-¡Era un hombre!

-¿Qué o quién eres? —preguntó.

-Soy lord Arthur Mayers, señor de las tierras de Birmingham. O al menos lo era antes de quedar atrapado en esta especie de cueva poblada de extrañas criaturas. Pero, dejemos de hablar de mí, ¿cómo has llegado a parar aquí?.

-Bueno, —contestó Álvaro— yo me llamo Álvaro Chust. Desde hace poco vivía en un piso en Valencia, una ciudad de España. Hace más o menos tres semanas hice un viaje hacia México para explorar la selva, pero, una noche, acampé al lado de un cenote y un extraño animal me atacó y me caí. En aquel agujero, había una especie de cueva subterránea y entré.

-Espere un momento, ¿usted me dejó sin sentido! —replicó.

-Ah sí, perdona, —se disculpó Arthur. Pero tenía una buena razón. Aquel tigre alado te iba a atacar por la espalda.

-¿Un tigre alado?! —exclamó Álvaro.

-Sí, en esta cueva, el clima y la reacción con el núcleo de la tierra ha hecho emerger hábitats extraños y las criaturas que hay aquí evolucionan físicamente, aunque siguen siendo igual de salvajes —explicó Arthur. Álvaro se impresionó mucho con su explicación y se fue a dormir con las ganas de saber más sobre la mutación de los animales.



A la mañana siguiente, ambos fueron a comprobar las trampas construidas por Arthur alrededor de su cabaña. Al cabo de unos minutos, se encontraron un gran conejo con dos enormes colmillos tan grandes como puñales encerrado en una jaula hecha de palos atados por lianas. El conejo chillaba de una manera tan ensordecedora que casi les rompen los tímpanos. En ese momento de distracción, el animal destrozó la trampa con sus dientes y salió disparado hacia un claro del bosque. Instintivamente, Álvaro se puso a perseguirlo. Le costaba avanzar ya que el suelo estaba lleno de unas raíces de un tamaño considerable, aunque pudo seguir el rastro del conejo ya que dejaba huellas y marcas de zarpazos en los troncos de los árboles cercanos. El muchacho llegó al claro donde vio al conejo escabullirse en una madriguera. El chico se sintió fastidiado y gritó. Fue un grave error porque un tigre de dos metros de largo apareció entre los matorrales. Dando un salto, desplegó unas alas llenas de plumas que podían doblar a las de un águila. Álvaro no había tenido más miedo en toda su vida, salió corriendo desesperadamente hacia la espesura de los árboles, a lo mejor podría despistar a la monstruosa criatura. El tigre lo intentó perseguir, pero no podía alcanzarlo porque sus alas le entorpecían su carrera. Álvaro frenó en seco y se escondió detrás de unas flores rojas igual de altas que un armario. El tigre alado olisqueó la zona en busca de su ansiada presa. Se acercó a las flores, pero el polen que desprendían le hacía estornudar. El muchacho aguantó la respiración. De repente, una idea le vino a la cabeza. Cogió un pedrusco y lo lanzó en dirección a un río que fluía cerca. La criatura picó, salió

disparada hacia aquel lugar y Álvaro se fue corriendo en la otra dirección. Estaba desesperado. En su cabeza solo había una cosa, salir de allí. Corrió y corrió hasta sentirse desfallecido. Tenía que encontrar un refugio cuanto antes ya que, tarde o temprano, el tigre alado le encontraría. Iba tan deprisa que se tropezó con un pedrusco y salió rodando cuesta abajo hasta que se chocó con un gigante muro de piedra amarillenta.

Cuando se recuperó, alzó la vista. No podía creerse lo que estaba viendo. Era una enorme pirámide maya en ruinas. Ese era el motivo por el que había abandonado la comodidad de su vida rutinaria y había viajado hasta América Central para investigarlas. Poco a poco, subió los escalones hasta la cima, donde se hacían los sacrificios. Álvaro contempló la hermosa vista que tenía ante sus ojos. Cascadas, bosques y ríos. Por una vez, el muchacho sentía satisfacción. La satisfacción de haber conseguido su propósito y se sentía muy orgulloso. De repente, oyó un crujido detrás de él. Lentamente, se volvió y ahí estaba el tigre alado. Solo le quedaba una salida. No se lo pensó y se lanzó. Cogió una bocanada de aire y se zambulló en el río. Con el golpe, perdió el sentido. Alguien se zambulló rápidamente en el agua y le rescató. A Álvaro le costaba respirar y tenía la vista borrosa. “Álvaro” escuchó levemente. No pudo contestar porque se volvió a desmayar.

Al despertar, estaba en una habitación muy blanca con unos extraños aparatos. Un señor con una bata blanca se acercó y le tomó el pulso.

-¿Quién es usted? —preguntó Álvaro.

-Ah, ya estás despierto—comentó— Soy el doctor López. Estabas en un examen en clase de Historia dando los mayas y te desmayaste. Tenías mucha tensión. Tu profesor llamó a una ambulancia y te llevaron aquí. Estás en Urgencias.

-Entonces, ¿era un sueño?

-¿Un sueño? —preguntó el doctor.

Álvaro le contó su sueño. Al acabar el profesor le dijo que necesitaba mucho descanso y tranquilidad.

El chico pensó

-Qué raro, el sueño parecía muy real.

Entonces volvió el doctor y le dio un periódico y le dijo:

-He pensado que podría interesarte esto.

Álvaro miró la página principal y se quedó atónito. El título dictaba: *Lord Arthur Mayers, el hombre desaparecido hace veinte años, reaparece en una ciudad en México.*





BOOKS

Sofía Herraiz, 3º de la ESO

Books are my house
Books are my world
Books are all I think about
When I'm doing work.

Books are why I go tired to school
Because I didn't sleep
Reading that important part
That never ends.

Books are reading
And reading is me,
I am that person
Who reads one word then can't stop.

When I read
I change worlds
I am not Sofía Herráiz anymore,
I am Katniss Everdeen,
I am Clarke,
I am Tris,
And lately, I am Mackenzie White.

If you don't like reading,
Try,
Because there will always be one book
That you will like.





DIARY ENTRY (FIRST PRIZE)

Felipe Clausell, 3º de la ESO

4ª edición del Semper Altius Writing Contest 2024 RC Schools

22nd of May, 2224

Dear Diary,

Today was a long day at work. It started off with just two reports on laughter at street 01001 which resulted in the extermination of a male and two females. However, the second detector keeps on picking up on more and more emotions every day. At this rate all the vermin will be gone before the end of the 23rd century.

24th of May, 2224

Dear Diary,

I finally witnessed crying. Until this day I had only ever heard about it but I had never imagined it to be anything quite like how I'm about to describe. The female was crying her eyes out. I'm not sure why, it was holding one of the small ones in her arms but it wasn't doing that awful breathing that vermin usually do. I wasn't sure if the tears trailing down its cheeks would damage my circuit so I made sure to keep my distance until it was exterminated.

25th of May, 2224

Dear Diary,

As you know when I was created I was programmed to despise humans but today I met one of the small ones, a child they call themselves and he was not at all how my program says. He didn't hurt me, he just kept on giggling and playing with my wires. I know I should report him but I don't have the heart to.

26th of May, 2224

Dear Diary,

You won't believe what an amazing day I had today. This morning I saw the child again. He was lying on the ground playing with a battery when I saw him and as soon as he spotted me he began to run straight towards me smiling from ear to ear. I wonder what smiling feels like. Then the child even taught me how to hug!

30th of May, 2224

Dear Diary,

This is the last time you'll ever hear from me. There appears to be an error in my system and I must be reset. I wish I could cry.





NUEVO COMIENZO DIFUSO

Ester Ramos, 1º de Bachillerato

Miedo, y tengo miedo de crecer, de que todo se quede en recuerdos, de que esto no sea eterno. Miedo, miedo de lo rápido que pasa el tiempo, miedo de ser prisionera de él, de encadenarnos a segundos, minutos, horas, días y años. Miedo del futuro, de lo que está por venir, de responsabilidades las cuales no entiendo. Miedo de que todo cambie y haya que acostumbrarse a una nueva realidad. Miedo del tiempo...

Y son en esos momentos en los que la vida hace que pongas los pies en la tierra, bajes de las nubes y olvides lo que no deja a tu mente descansar. Por fin paras y piensas; todo aquello que está a punto de llegar a su fin, todos los recuerdos que has construido y que anhelas, sin querer dejarlos marchar.

Se supone que a los adolescentes el tiempo se les pasa muy despacio, están ansiosos por el futuro y desean pasar a las siguientes etapas de su vida. Pero, ¿y esos adolescentes que sienten que todo se les pasa volando? Aquellos inquietos que no saben a dónde irán a parar sus sueños y planes de vida.

Los cambios pueden parecer aterradores, no sabes qué te espera afuera de esta burbuja, las emociones están a flor de piel y te vuelves vulnerable.

Aquellos momentos que parecen que fuesen ayer cuando entrabas a un lugar desconocido de la etapa escolar, cuando empezabas un nuevo trabajo o



cuando entrabas en descanso eterno como recompensa del duro esfuerzo.

Esos son los mismos que están a punto de cerrar otro ciclo después de tantos años. Tu segundo hogar, esas paredes que te vieron crecer, caerte y levantarte, que te acogieron cuando eras principiante en este camino de vida y te guiaron hacia el camino correcto.

Un nuevo ciclo llega a su fin, las hojas de los grandes árboles por fin se tornan marrones y ya se puede oler el frío.



¿CÓMO VIVIRÁS ESTE VERANO: REPRIMIDO, ADICTO O COMO DISFRUTÓN?

Por Mar Benlloch Salinas, miembro del Regnum Christi, alumni Cumbres.

La parábola de los Talentos (Mt 25, 14-30), enfocándola con la Teología del Cuerpo, nos puede dar mucha luz para este verano que comienza. Muchos jóvenes de la sección del Regnum Christi nos hemos visto envueltos en esta revolución del amor con las enseñanzas de San Juan Pablo II sobre el amor humano, transmitido en el retiro Yíós que los jóvenes estamos organizando. Es en este contexto que presento esta reflexión hecha para leerla a los pies de la Eucaristía, luego de leer la parábola presentada, para ayudarnos a vivir de mejor forma este verano muy unido a Jesucristo.

Esta parábola, da mucho que pensar, nos abre las puertas a millones de preguntas: ¿Jesús, entonces qué pasa si arriesgo y no gano? ¿no es mejor no arriesgar y me quedo como estoy?... ¿Qué talentos tengo? ¿Cómo los puedo utilizar?

Queridos amigos, se acerca el verano y esta pregunta va a surgir mucho más de lo que creéis... ¿salgo? no, mejor no salgo; ¿una copa? ¿me pido otra? no, beber es malo... ¿qué deseo tengo?, ¿cómo sacio este deseo que tengo?, ¿qué busco en todo esto?, ¿busco de verdad aquello que es bueno, bonito y verdadero en la vida?

Tenemos tres simples formas de vivir todo esto. En primer lugar, como hombre reprimido, el cual no hace nada por si acaso, se esconde, se encierra en sí mismo, es el que vive sin vivir. Luego tenemos el hombre adicto, el que dice que sí a todo y tiene como lema de vida "solo vives una vez", "a por todas"... el que vive de los excesos y nada le sacia. Por último, tenemos al disfrutón, al que sabe encontrar el equilibrio entre todo esto, el que sabe poner un límite y el que no se olvida de que lo más importante sea siempre lo más importante.

Aquí con Cristo presente, pregúntate: ¿qué es lo más importante para mí?, ¿cómo puedo hacer que lo más importante sea lo más importante?, ¿cómo puedo vivir en equilibrio y comunión con mis deseos?

Y es que Cristo, no te ha creado, pensado y amado para que te quedes en casa, no te ha soñado para que vivas de excesos. Te ha creado para que disfrutes, para que vivas, para que goces, para que sepas verle hasta en las cosas más pequeñas.

Ahora que estamos frente a la Eucaristía, es muy fácil ver a Cristo, pues está literalmente presente aquí en el Sagrario... pero luego viene lo difícil, llegan las vacaciones y ponemos el modo avión. Viene el momento de saber ver a Jesús en todo esto, en buscar el



momento para ir a Misa, acordarse de que es domingo. Y de verdad, sé que hay veces que tienes el super planazo justo el domingo todo el día y no... es que tengo que llegar el primero e irme el último, entonces me salto la Misa, no pasa nada... es solo un día, ¿no?, ¿qué más da? Pero chicos... ¿cómo os vais a saltar una probadita de cielo? muchos anticipos del cielo se dan en la Eucaristía y, como hijos de Dios amados, estamos llamados para vivir un banquete. Y, en cada Misa se da este gran banquete y ese poder de disfrutar del cielo en la tierra.

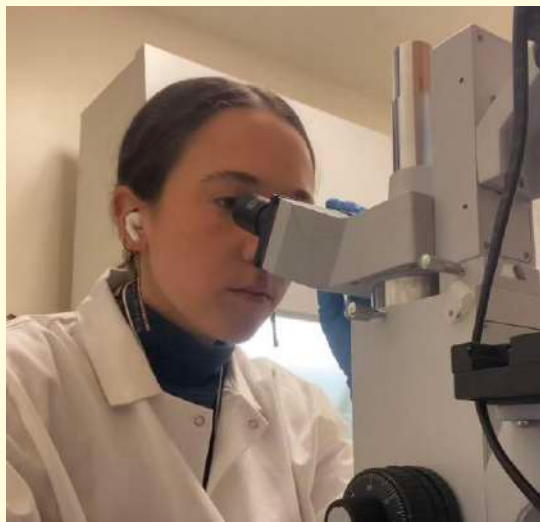
Pídele a Jesús hoy, aquí con el aquí presente, en esta probadita de cielo... que te ayude a vivir como ese místico disfrutón y sepas encontrar el equilibrio en este ritmo frenético que llevamos, y, recordad que sois hijos en el hijo, amados y muy bien hechos.

El cielo lo debemos vivir desde aquí hoy. Hay que ser conscientes de que el cielo, es nuestro destino último como Hijos Amados que somos. Siendo conscientes de que estas "probaditas de cielo" realmente están presentes en esta tierra y tenemos que saber gozar de ellas. Se consciente de que el cielo baja en los sacramentos.

Date cuenta hoy y aquí de lo que estás llamado a cuidar:

- Cuida tus ojos, con ellos mirarás a Cristo.
- Cuida tus brazos, porque con ellos abrazarás al Padre.
- Cuida tus piernas, porque con ellas te dirigirás a Cristo.
- Cuida tu cuerpo, porque con él resucitarás y gozarás de la vida eterna.
- Cuida tu corazón, porque ahí es donde Cristo habita en ti.

MARÍA RUEDA, BECADA EN EEUU



Nuestra exalumna, María Rueda Ibáñez, de la promoción 34, acaba de cursar 4º de carrera, graduándose como Ingeniera Biomédica por la Universidad Politécnica de Valencia. Durante el segundo semestre de este curso ha sido becada para realizar una estancia de investigación en la Universidad de Colorado Boulder, en Estados Unidos.

Esta beca, concedida por ambas universidades, se enmarca dentro del programa internacional "Europe-Colorado Program", que busca dar oportunidades de investigación a alumnos europeos en dicha universidad americana.

María ha realizado una estancia de cinco meses en el Departamento de Ingeniería Química y Biológica, participando en un proyecto en el área de la immunoingeniería. Este proyecto consiste en el desarrollo de una terapia de inmunomodulación contra el cáncer mediante el uso de nanopartículas como sistema de liberación controlada de fármacos. Su labor se ha centrado en optimizar la carga de nanopartículas en el interior de las células del sistema inmunológico, con el objetivo de lograr una terapia efectiva.

Tras esta estancia, María ha sido seleccionada por la Universidad de Colorado Boulder para continuar sus estudios de máster y doctorado en Ingeniería Biomédica durante los próximos años, habiendo recibido además una beca de excelencia y otra de liderazgo, otorgadas ambas por el decano de la facultad de ingeniería de esta universidad.

La Universidad de Colorado Boulder es una de las 34 instituciones públicas de investigación en EEUU que pertenecen a la prestigiosa Asociación de Universidades Americanas. Se encuentra en el top 30 en el ránking de universidades americanas para ingeniería, contando entre sus profesores con seis premios Nobel en Física y en Química, así como con exalumnos brillantes como Steve Wozniak, cofundador de Apple.





CONFERENCIA DE PEDRO GARCÍA AGUADO

Almudena Pons, 3º de la ESO

“El reto de educar hoy. Claves para un acompañamiento efectivo y la búsqueda de talento”.

El pasado 20 de febrero de 2024, Pedro García Aguado visitó el Colegio Cumbres School Valencia, para dar una conferencia. El tema era “El reto de educar hoy. Claves para un acompañamiento efectivo y la búsqueda de talento”.

Pedro García Aguado es un exjugador español de waterpolo. Fue medalla de plata en los Juegos Olímpicos de Barcelona (1992) y medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Atlanta (1996). Es, además, presentador de televisión, escritor y conferenciante. Ha canalizado su propia experiencia vital y sus estudios y se dedica fundamentalmente a la conferencia motivacional y educación parental y a ayudar en la lucha contra las adicciones.



Esta es una conferencia que él califica como “un viaje de aprendizaje”, a partir de su propia trayectoria vital, desde su infancia, desde su experiencia en el deporte de élite y su paso por la adicción a diversas sustancias que lo llevaron a un centro de desintoxicación.

“Es importante como padres y madres, controlar qué mensajes damos a los hijos. Hay que alentar a los hijos a que nos enseñen su talento.”

Hay que tener cuidado con lo que le decimos a los hijos y la forma en la que les hablamos. A veces el esfuerzo

está en hacer las cosas de forma diferente, a veces el éxito depende de dónde parte cada uno. Porque, pregunta, “¿sabéis en qué son buenos vuestros hijos?”. Explica que es como el efecto Pigmalión: si le decimos a los hijos “no vas a llegar a nada”, no llegarán a nada. Pero si le alientas será capaz de alcanzar muchas metas. Muchas veces nos limitamos a nosotros mismos, y quizá sí estamos preparados para hacerlo. Hay que alentar a los hijos a que nos enseñen su talento. Su talento, el esfuerzo, y saber manejar la presión.

“Adicciones. Mantener la postura del NO”

Hablando de su vida, cuenta cómo estuvo veinte años metido en el mundo de la adicción, del consumo de sustancias adictivas y tuvo que ingresar en un centro de desintoxicación porque, aunque él minimizaba su adicción, era politoxicómano, tomaba muchas sustancias tóxicas. Pero su madre, a la que había odiado (porque la hacía responsable de algunos problemas de su infancia), fue a ayudarlo. Estuvo con él tres años, y él aprendió que los padres y las madres lo hacen lo mejor o peor que saben.

Desde su experiencia intenta ayudar a otras personas. Sobre este tema, en 2008 escribió el libro “Mañana lo dejo”. En relación con el consumo de sustancias, afirma que es muy importante hacer el trabajo antes de los 12 años.

Explica que según la OMS (Organización Mundial de la Salud), droga es toda aquella sustancia que una vez ingerida es capaz de alterar y modificar el comportamiento y la toma de decisiones y, además, es susceptible de crear dependencia. Y dice que, si queremos utilizar la prevención, hay que decir que parte de esta bebida es etanol y que esto es una droga. Pero que hay que hablar, no demonizar. Y si te “intoxicas” una vez con bebida lo tienes que hablar. Y que la OMS habla del listado de sustancias, pero habla poco de la inteligencia emocional, es decir, de mantener la postura del NO. Hay que educar a los hijos en este aspecto, pero se debe hablar desde la prevención, no desde el miedo. Si él lo hubiese sabido no hubiera tomado su primera cerveza, a la edad de 14 años.

“Modelos educativos. Ahora estamos en modelos educativos más “friendly.”

Habla a continuación de los modelos educativos actuales, a los que califica como más “friendly”, donde todo ha de ser “fácil”, y que eso no favorece el

saber esperar, saber afrontar la frustración, la recompensa retardada. Hay padres, madres y sus estilos educativos (recomienda ver un documental llamado “Niños trofeo”) y hace mención a distintos modelos educativos

1. Modelo autoritario.
2. Modelo de sobreprotección.
3. Modelo educativo de “amigos” (los “padres colegas”)
4. Modelo educativo “democrático” (de pactar y consensuar)

Y también habla de lo que llama, “tipos de hijos e hijas”: “El niño redondo”, aquellos hijos en los que va todo rodado, todo fluye, y por otra parte “el niño cuadrado”, aquellos en los que hay que aprender a gestionarlo y ponen a prueba nuestras habilidades como padres.

“Y llega la adolescencia. La irrupción de las nuevas tecnologías ha propiciado dificultades que antes no existían. Pero en realidad, las redes sociales (las de verdad) es estar con las personas.”

Pero llega la adolescencia, y es importante prepararse como padres y preparar a los hijos. Los padres tienen que ser comprensivos, pero no permisivos. Los adolescentes son y se comportan como adolescentes. Menciona que el periodista Carles Capdevila y el médico psicoterapeuta Antonio Ríos, explican estas cuestiones muy bien.

Pero ahora hay una dificultad añadida: las redes sociales. Explica García Aguado que la irrupción de las nuevas tecnologías ha propiciado dificultades que antes no existían. Pero que, en realidad, las redes sociales (las de verdad) es estar con las personas. En las redes sociales virtuales, tú ahí no tienes amigos, tienes seguidores. Pero el teléfono tiene un poder enorme (comunicación, trabajo, ocio, juegos...) y además está Facebook, Instagram, Tik Tok (en este caso, el poder adictivo de su algoritmo está estudiado en la Unión Europea), y ya entramos en la dependencia.

Según explica García Aguado, la tecnología activa los mismos circuitos del cerebro que cuando uno toma una copa o se fuma un porro. La adicción es dolorosa y sibilina. Hay que entrenar la gestión emocional y establecer límites (recomienda el documental “El dilema de las redes”). Observa varios tipos de padres:

- Padres censuradores: que no quieren que sus hijos estén en contacto con esa tecnología.
- Padres desconectados: que viven en el mundo tecnológico, pero no conocen el mundo tecnológico.



- Padres “follower”: pero los hijos no quieren que estés ahí, no te quieren como “seguidor”.

- Padres conectados: conocen las redes y acompañan a sus hijos, les enseñan y les hablan. Es muy importante conocer y entender a quién siguen nuestros hijos en las redes, a quién escuchan, de qué fuentes beben. Y los hijos deben saber qué peligros acechan en las redes, como, por ejemplo, qué es el grooming u otros delitos. No se trata de demonizar las redes. Dice que los padres deben supervisar y hay que conseguir el espacio de confianza en que los hijos les cuenten con quién hablan, de qué hablan... Debemos tener en cuenta unas normas: en la habitación no debe haber teléfonos, las notificaciones nos distraen continuamente. Y busquemos espacios libres de tecnología.

“La familia debe ser la red principal. Hemos de educar al hijo que tenemos, no al que queremos tener.”

Y, para terminar, señala que es muy importante la comunicación. Que los padres intenten hablar con los hijos en el mismo “canal afectivo” (según explica muy bien Antonio Ríos). Si nos vienen a contar algo, no hay que interrumpirles, hay que escuchar y usar palabras “abrepuestas”. Antonio Ríos lo distingue de la “comunicación efectiva”, donde hay que ser concisos y nunca decirle a tu hijo “tenemos que hablar”, porque entonces juegan al despiste. Y utilizar al máximo la “comunicación superficial”, a partir de la que se irá llegando a una comunicación más profunda. Y que los espacios con los hijos sean espacios de valores, con respeto, para educar en el respeto y en la capacidad de sobreponerse a la adversidad. Educar desde el afecto, porque la familia debe ser la red principal. Y abrazar a nuestro hijo cuando menos lo merezca. Hemos de educar al hijo que tenemos, no al que queremos tener.



ELS SECRETS DE LA CATEDRAL DE VALÈNCIA

Alberto Wefer, 3º de la ESO

La primera construcció de la catedral va ser per la porta de l'Almoina al segle XIII, on trobem capitells amb la història de l'antic testament, així com un vitrall amb les imatges de les parelles que van repoblar la ciutat. Si la bordeges arribem a la porta gòtica, considerada una de les portes més importants. Aquesta porta també es coneix com la dels dotze apòstols, on trobem imatges d'ells i de la mare de Déu envoltada d'àngels. Trobem un rosassa preciosa amb una estrella de David. Si seguim bordejant la catedral per fora, arribem a la porta barroca o porta principal, el seu estil és completament diferent i molt recarregat, la seua forma ens convida a entrar immediatament en aquesta meravella de temple, que reuneix grans obres d'art i el tan buscat i resguardat Sant Calze, utilitzat en l'últim sopar de Jesús.

Al soterrani de la catedral trobem restes romanes, visigòtiques i islàmiques. La nau central té una alçada de 22 metres, que contrasta amb els 40 metres del cimbori. Aquesta construcció arquitectònica caracteritza la nostra catedral, ja que normalment sobre l'altar es troba una cúpula, i el cimbori és un sostre pla de forma octogonal, que permet que els seus huit suports uneixquen parets perforades i deixen entrar la llum al campanar anomenat "Micalet", en honor al nom d'una de les seues campanes. Es va començar a construir al



segle XIV i es va acabar al segle XV. També del segle XV és la porta gòtica dels apòstols. Els àngels músics es troben a l'interior, al sostre de la capella major, fets per dos artistes que van començar la seua decoració al segle XV. El retaule major de plata es va fondre durant la guerra d'independència.

A l'interior trobem pintures de Juan de Juanes, Francisco de Goya, Francisco Ribalta i José Vergara Gimeno, entre altres. Al museu de la catedral podem trobar la custòdia monumental de la Festa del Corpus Christi, reliquiaries, pintures, i observar les excavacions arqueològiques. Els esdeveniments més importants són el 9 d'octubre de 1238, quan es dedica la mesquita com a catedral de Santa Maria, el 2 de juny de 1261, primera pedra per a la porta de l'Almoina o romànica. Al segle XIV es construeix la porta dels Apòstols i comença el cimbori. Al segle XV es conclou el campanar o Micalet. El 18 de març de 1437, es fa l'entrega del Sant Calze per Alfons el Magnànim. Al 1773, es realitza una reforma neoclàssica a l'interior de la catedral. En 1778, Francisco de Goya pinta dos quadres per a la capella de Sant Francesc de Borja. Del 1974 al 1982, es realitza una restauració gòtica de les naus i el cimbori. El 8 de novembre del 1982, el Papa Sant Juan Pablo II visità la catedral. El 8 de juliol de 2006 el Papa Benedicto XVI, la visità i el 8 de febrer de 2007, s'inaugurà la capella major restaurada. De novembre de 2015 a novembre de 2016 se celebra el primer any jubilar en honor al Sant Calze.





ALTEA

Carlos Higes, 1r de la ESO

El meu poble es diu Altea, està situat a la província d'Alacant, en la Marina Baixa, i té al voltant de 22.000 habitants.

Este poble té les cases blanques i altes, els carrers són estrets i les places molt grans. Les meues places favorites són la plaça de l'Església que va ser construïda en 1607 i reconstruïda en 1900, i Bellaguarda una plaça amb un mirador on es pot veure tot el poble.

Altea té dues zones, està la zona de la platja i la de la muntanya, jo solc passar

A Altea no t'avorriràs, siempre pots fer moltes coses

més temps a la muntanya perquè és on tinc la meua casa, però m'encanta baixar a la platja i recórrer el passeig marítim que és preciós. Al passeig marítim hi ha moltíssimes tendes de turisme.

Tinc molts records de quan anava a Altea de xicotet, un d'ells és quan la meua mare i jo anàvem a un bar de la platja que es diu

El Caliu, un altre quan anava a la piscina amb els meus amics de La Colla, que són els fills dels millors amics de la meua mare de quan anava a *La Colla* que era un col·legi a Altea. M'encanta anar a Altea a l'estiu perquè fa molt bon temps i puc aprofitar per fer activitats que no puc realitzar a l'hivern com són anar a la platja o a la piscina. Les festes típiques del poble són *Els moros i cristians* que se celebren a la Tardor i fan moltíssimes desfilades.

Al passeig marítim hi ha un muntó de botigues per a turistes, gelateries i restaurants. M'encanta anar amb la meua tia Maria a desdejunar a *Valor*, una xocolateria que recomana a tothom, fan uns xurros riquíssims! Un plat molt típic d'Altea és l'arròs amb fressols i naps, que a més a més d'estar riquíssim és molt demandat pels turistes.

Aquest és el meu poble preferit.



Altea està situada a 50Km d'Alacant, a 10Km de Benidorm i a 130 Km de València, a la província d'Alacant. El seu terme municipal limita amb molts més municipis, com l'Alfàs del Pi, Benissa, Calp, Callosa d'A Sarrià, Xaló i La Nucia.



DÉNIA

Pedro Fenellós , 1r de la ESO

El meu poble es diu Dénia, pertany a la província d'Alacant. Es tracta d'un poble gran, situat a la costa. És molt bonic, les cases són blanques, de pedra pulida i fusta. Els carrers són estrets, amb moltes pujades i baixades. Hi ha un munt de botigues, des de tendes de roba com Nike o Joma, fins a peixateries i carnisseries. També hi ha molts restaurants, de pizzas, de paella i algun que altre xinés. A la meitat del poble hi ha una plaça amb una font en el centre, plena de botigues.

Al sud del poble hi ha un bar anomenat *Los tres bigotes* que sempre està plé de gent i és molt famós en la província.

“Si un dia estàs per Alacant, anima't a visitar Dénia i gaudix”

L'església és molt antiga i té molta història. Als voltants del temple hi ha un llac molt bonic que s'anomena llac de les Bassestes. A mi

m'agrada molt anar amb bicicleta al parc natural del Montgó, una muntanya altíssima que als seus voltants té un llac i una via verda que és com un carrer natural on veus el llac, la naturalesa i els arbres mil·lenaris. La platja on jo vaig s'anomena la Punta Negra, és molt gran i té moltes roques. Als meus amics i a mi ens agrada anar en estiu per a banyar-nos i després passejar per Dénia.



Dénia és la capital de la comarca de la Marina Alta i també de la comarca històrica del Marquesat de Dénia. Té 41.553 habitants És el municipi de l'Estat que més estiuejants rep, segons les xifres de població estacional del Ministeri de Turisme.



MANISES

Santiago Peraire, 1r de la ESO

El meu poble es diu Manises està situat a deu minuts de València amb cotxe en la comarca Horta Sud. És conegut per tindre l'aeroport de València i per la seua ceràmica. Es tracta d'un poble prou gran, amb 31.573. El 22 de desembre de 1924, el rei d'Espanya d'aleshores, Alfons XIII, concedia a Manises, mitjançant un decret, el títol de Ciutat Històrica i Laboriosa, deixant així arrere la nomenclatura de "vila".

El poble és molt bonic, les cases són baixes, de tres o quatre pisos amb algunes excepcions, generalment estan fetes de rajola, donant-li un ambient antic. Manises té una part més antiga i

Manises,

un lloc

**espectacular
per a passar
l'estiu**

una altra moderna, això esnota especialment pels materials usats en les edificacions.

Els carrers són estrets i el lloc més visitat és el Museu de la Ceràmica. Té diverses places, encara que l'única que jo conec és la pròxima

a la casa dels meus iaïos, anomenada Plaça Rafael Atard; és molt gran i allí és on jugue amb els meus amics a futbol.

En Manises hi ha moltes botigues, bars, basars, farmàcies, carnisseries... Hi ha diverses esglésies, encara que l'única que jo conec és la Parròquia de l'Immaculat Cor de Maria, ja que la meua família porta anant allí des de sempre i som molt amics del retor.

M'agrada anar a Manises tots els estius durant el mes de Juliol. Els meus iaïos tenen una piscina i un jardí a la seua casa on ho passe genial! També m'agrada anar perquè tots els dimecres al matí es posen mercats ambulants. És un lloc espectacular per a passar l'estiu i, al meu entendre, el millor és passar el temps amb els meus iaïos.



Manises és un municipi situat a la comarca de l'Horta Sud. En 2018 tenia 30.693 habitants, és famós per la ceràmica que s'hi fabrica i és conegut perquè al terme municipal hi ha l'aeroport de València.



SAGUNT

Adrián Martínez, 1r de la ESO

El meu poble es diu Sagunt. És un municipi de la província de València, que està situat al nord de la Comunitat Valenciana. Amb 70.486 habitants, és el dècim municipi valencià amb més població.

Es tracta d'un poble gran de muntanya, situat a la costa. El poble és molt bonic, les cases són antigues i rurals. Els carrers són estrets i té una plaça major molt bonica. La ciutat vella" és el cor del centre històric de Sagunt, una successió de carrerons, ermites, places i antigues portes d'accés a la ciutat.

"M'agrada molt passar l'estiu a Sagunt. La gent és molt oberta i amable i a més, parlen valencià i puc practicar-lo."

Les festes se celebren en Falles del 15 al 19 i en la setmana Santa saguntina. Sagunt és molt conegut per les seues influències àrabs i per este motiu destaquen les desfilades i cercaviles dels moros i cristians pels seus carrers,



Sagunt disposa de huit ermites d'època moderna. L'ermita de la sang, seu de la confraria de la Puríssima sang de Crist és la més important i també la del Sant Greal

de la Catedral de València.

Pel que fa a la gastronomia, el casc antic està replet de bars, en qualsevol d'ells el menjar està boníssim. A la meua família i a mí ens agrada anar a la *Sopa frita* i al *Xiringuito* de Canet, perquè està molt prop de Sagunt.

A Sagunt destaca el "centro comercial Epicentre, un nou espai de moda, complements, bellesa i gastronomia, a més de les típiques botigues de barri com els quioscs o les fruiteries. Als seus voltants podem anar al Marjal de l'Almardà dels moros, que és una zona humida propera al mar.

No pots anar a Sagunt i no visitar el seu castell, una fortalesa del segle XI que conserva muralles de diferents cultures com: iberes, romanes, medievals i modernes.

Sagunt, població de la província de València, està situada al nord de la Comunitat Valenciana. Amb 70.486 habitants, és el dècim municipi valencià més poblat.



TÉCNICAS DE APRENDIZAJE Y ESTUDIO

Ricardo Gorgues Polo, profesor del Instituto Luis Vives

Publicado en 1977 en el número 1 de la revista Albatros

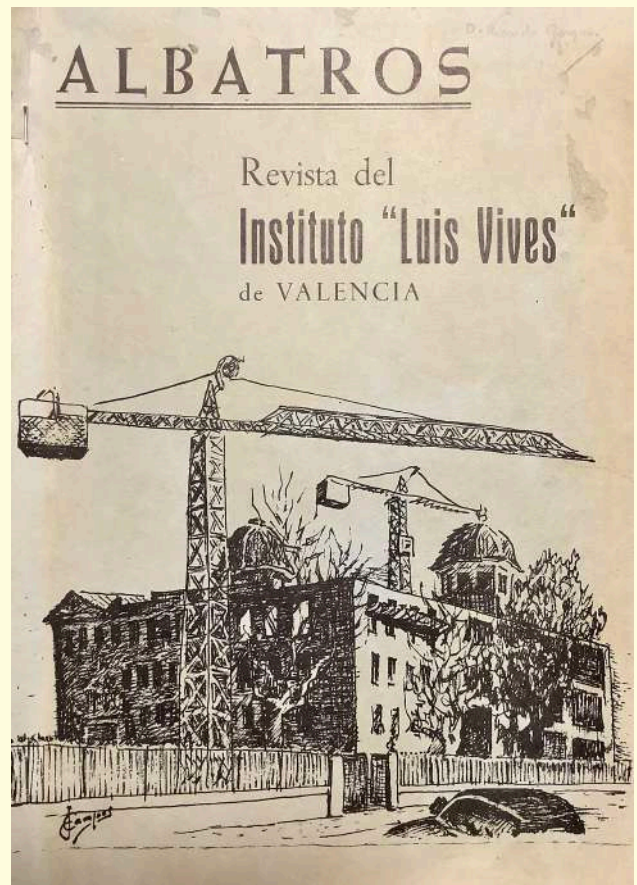
Hemos creído muy útil ofrecer a nuestros alumnos, a través de las páginas de la revista Albatros, orientaciones y consejos prácticos para su posible mejoramiento en las técnicas de aprendizaje y estudio.

Con mucha frecuencia observamos que el rendimiento escolar de ciertos alumnos mejoraría si sus técnicas de estudio reuniesen condiciones adecuadas y si adquiriesen hábitos de trabajo sometidos a horarios fijos que permitiesen simultanear el estudio con el descanso y la distracción. No ocurre así; no se estudia -es decir, no se trabaja intelectualmente- de acuerdo con un horario que con autodisciplina debe imponerse el interesado. Es él quien tiene que proponerse como meta el cumplimiento de un horario regular de estudio, hasta lograr convertirlo en un hábito agradable.

Sin embargo, la mayoría de los alumnos sólo estudia en vísperas de ejercicios, para justificar calificaciones positivas, cuando los profesores proponen pruebas para establecer evaluaciones de sus niveles de rendimiento. Grave error este que se paga caro porque mientras los profesores explican las materias de sus cuestionarios -que requieren tiempo-, los alumnos no pueden ser controlados eficazmente, y se limitan a ser sujetos pasivos asistentes a clase, acumulándose entre tanto el trabajo de reflexión, de retención y de comprensión mental que de las materias explicadas en clase deberían efectuar a diario.

Según recientes encuestas realizadas entre profesores y alumnos de enseñanza superior por el Instituto de Ciencias de la Educación (I.C.E.) y otros organismos, las dificultades que encontraban los alumnos estaban motivadas por falta de orientación del trabajo personal. Todos los encuestados coincidían en destacar los siguientes puntos:

- No se sabe estudiar con eficacia.
- No se estudia con regularidad.
- Hay dificultades para sintetizar.
- Se produce una acumulación de conocimientos no estructurados ni interrelacionados.
- Faltan técnicas de estudio y, sobre todo, de organización personal en cuanto a las horas de trabajo
- No se sabe tomar apuntes.
- Se memoriza excesivamente.



Ante la evidente importancia del tema, conviene que en estas páginas de nuestra revista -que puede y debe ser instrumento de diálogo entre los profesores y alumnos- reflexionemos sobre dos cuestiones básicas que juzgamos necesarias para mejorar el rendimiento escolar y la capacidad de recepción de los alumnos:

1. ¿Qué es el estudio?.
2. ¿Cómo aprender a tomar apuntes y notas personales, y a utilizarlos?

¿Qué es el estudio?

Podemos afirmar rotundamente que estudiar es leer, comprendiendo y asimilando. Para efectuar un buen estudio hay que saber leer previamente lo que se nos ofrece a reflexión. Al pasar la vista por lo escrito hemos de captar conjuntos de palabras, no palabras ni letras sueltas. Debemos comprender las ideas expuestas y abarcar en un solo golpe de vista el mayor número de palabras posible. La rapidez deseable en la lectura requiere la eliminación bucal. La lectura perfecta capta el contenido de los signos gráficos. No hay para ello un método mágico. Leer es un hábito. Solo el ejercicio diario en la lectura ayuda a adquirir rapidez y comprensión de la misma.

El proceso del estudio requiere, en principio, situación del tema objeto de estudio en el conjunto de la materia. A tal efecto, es aconsejable una atenta lectura del índice del libro, si es la primera vez, o una revisión rápida de los capítulos anteriores para enlazar su contenido con el que se va a estudiar. Una vez hecho todo esto, hay que centrarse en uno de los apartados y leerlo atentamente, intentando comprender todas las palabras, términos o ideas con la ayuda del diccionario o, si fuera preciso, de algún otro libro. En una segunda lectura es conveniente, para deslindar las ideas principales de las accesorias, subrayar el texto, a ser posible con lápiz rojo.

Hay que intentar después recordar el contenido y, si no es posible hacerlo, deberá repartirse la operación tantas veces como sea preciso, hasta que se haya logrado comprender y asimilar lo que se ha leído, en lugar de aprenderlo de memoria. Con objeto de que las ideas que se van captando queden más fijas, es muy útil extraer notas, así de como resumir, en redacción personal, las ideas más importantes.

Es también muy práctico y aconsejable entablar diálogo con algún compañero sobre los temas tratados. Pueden formarse equipos integrados por un par de compañeros para trabajar juntos en días de repaso, vísperas de pruebas o realización de ejercicios. Somos seres sociables y hemos de caminar juntos con nuestro recíproco apoyo.

¿Cómo aprender a tomar apuntes y notas personales, y a utilizarlos?

Las notas personales requieren por parte de quien las escribe interés y comprensión. Son un buen ejercicio mental, porque obligan con agilidad a estructurar y realizar síntesis rápidas y precisas para la propia mente, y según el estilo personal de cada uno. Se pueden tomar notas en clase, de algún libro o revista que se tenga a mano, etc. Estas notas deben organizarse con un orden lógico. Hay que procurar ser conciso y buscar el estilo sencillo; pero no deben omitirse, en atención a la brevedad, detalles necesarios para una mejor comprensión del tema.

En relación con los apuntes personales que se toman en el transcurso de las clases es necesario recalcar que la concentración que debe prestarse a las palabras del profesor hace que dichas notas no puedan quedar redactadas en forma definitiva. Conviene revisarlas el mismo día en que se han tomado. Si por fallos de la memoria o por no haber entendido algo quedan lagunas, pueden subsanarse recurriendo a libros, a compañeros y, sobre todo, al profesor, que estará siempre dispuesto a aclarar cuantas dudas tengan los alumnos.

Es imprescindible una revisión periódica de los apuntes, que pueden reorganizarse en cuadros sinópticos, cuyas ventajas son evidentes: con una simple ojeada se recuerdan las ideas fundamentales de las distintas materias. El dejar amplios márgenes de papel en blanco permite añadir en cualquier momento nuevas notas.

Algunas sugerencias de orden externo.

- Utilizar una carpeta de hojas cambiables.
- No mezclar nunca anotaciones de diferentes materias en una misma hoja.
- No escribir los apuntes con demasiadas abreviaturas; después costará trabajo descifrarlas.
- Utilizar la carpeta de hojas cambiables con separatas de distintos colores.
- Finalmente recomendamos que se imprima a los apuntes un sello personal, y que éstos se adapten a las peculiaridades de expresión y comprensión de cada uno.



VICENT ANDRÉS ESTELLÉS

Vicente Gorgues, professor de Castellà i Valencià en Cumbres School



Dibuix realitzat per Maria Vasylieva 2n ESO

Enguany es compleixen cent anys del naixement de Vicent Andrés Estellés, raó per la qual s'estan celebrant al llarg de la Comunitat Valenciana tota classe d'actes per commemorar el millor poeta valencià del segle XX. Amb la seua poesia va dignificar la nostra llengua convertint-se en un cronista del seu temps,

Començà treballant d'aprenent de forner al costat de son pare que era paler. Molt jovenet aprengué a escriure a màquina el que li va servir per treballar de mecanògraf en un departament sindical de magatzemistes colonials a València. Després va treballar en una agrupació de xocolaters. Casualment conegué al director del diari *Jornada* a qui li entregà uns versos escrits en valencià. Aquest es va quedar meravellat i li digué al xic que si escrivia en prosa el publicava. Estellés no ho dubtà i al dia següent de conèixer el director li va entregar un article periodístic que isqué publicat als pocs dies. Per este article li pagaren 75 pessetes. A partir d'aleshores publicà

setmanalment una col·laboració. En veure la seua vàlua fou becat en L'Escola de Periodisme de Madrid al 1942. Allí es trobà una ciutat gris. Tot i que l'ambient cultural era miserable conegué a Camilo José Cela i a Vicente Aleixandre. Al 1946 feu el servici militar a Pamplona i dos anys després entrà a treballar al periòdic *Las Provincias* del qual arribaria a ser redactor en cap fins que l'acomiadaren el 1978.

Estellés és un cas insòlit en les lletres valencianes. Fou autodidacta amb una producció poètica prou extensa. Al principi escrivia en silenci, realitzava una tasca pacient amb poques esperances de que els seus versos foren publicats. La seua poesia en ocasions és autobiogràfica i ens commou, ens ensenya a arribar a la felicitat a través de la senzillesa. Llegint Estellés entenem perfectament la València de postguerra. Al *Llibre de Meravelles* poetitza sobre la quotidianitat: carrers, amors juvenils, cinemes, roba estesa als balcons, esdeveniments banals de la vida; tot es converteix en xicotetes meravelles. La mort i les tristeses d'aquell temps està molt present amb històries de desapareguts, famílies en dol, dones que no tenen res que fer per a menjar, cues, pors... L'amor també és un tema molt present als seus versos així com la consciència col·lectiva com a poble.

Estelles es considerava un entre tants, però cents anys després del seu naixement podem dir que fou un poeta excepcional que sabé conjugar passat i present sent totalment fidel al seu poble i a la seua llengua.



Cent d'Estellés
1924-2024



LAURA GALLEGO GARCÍA

Claudia Calderón, 3º de la ESO

Todos tenemos aficiones, la mía es leer. Yo llevo desde de los ocho años leyendo y sinceramente, la escritora que me ha hecho amar más la lectura es Laura Gallego. La manera en la que escribe hace que te enganches al libro nada más empezar hasta acabarlo. Te lo digo de verdad, escribe maravillosamente bien. Ha escrito novelas de fantasía, de misterio y libros infantiles. Al estar especializada en temática fantástica, la mayoría son de fantasía pero no niego la buena calidad que tienen los otros.

Desde que Laura tenía 11 años, la escritura ya la tenía cautivada. Ha escrito casi 40 novelas y, de hecho, ganó dos premios de El Barco de Vapor con sus obras 'Finis Mundi', en 1999, y tres años después, con 'La leyenda del Rey Errante'. También recibió, en 2011, el premio Cervantes Chico por sus obras literarias infantiles y juveniles en castellano, y otro premio más por su libro 'Donde los árboles cantan'. La mayoría de sus libros están traducidos a 16 idiomas. Dato curioso; ¿Sabías que es valenciana? Me enorgullece bastante saber que una novelista tan formidable como Laura Gallego sea precisamente de nuestra comunidad, Valencia.

Seguramente habrás oído hablar de la trilogía 'Memorias de Idhún', ¿verdad? Se hizo muy popular en su día. De todas las novelas que ha publicado, mi favorita es 'Mandrágora' y la trilogía que más disfruté leer es 'Los Guardianes de la Ciudadela', la cual recomiendo. A los 21 años, publicó su primer libro, 'Finis Mundi', que coincide con el primer premio que le entregaron. Ese libro era su decimocuarta novela escrita, ya que las trece anteriores no fueron escogidas cuando se las envió a El Barco de Vapor, pero a partir de esta, las demás novelas fueron un éxito. Estudió Filología Hispánica en la Universidad de Valencia. Al acabar la carrera, realizó un doctorado especializándose en literatura medieval y libros de caballerías; sin embargo, no llegó a ser profesora de literatura, ya que escribir le ocupa mucho tiempo.

En cuanto a libros, en total tiene cinco sagas de literatura juvenil, formada por una tetralogía, *Las*

Crónicas De la Torre; dos duologías, *Memorias de Idhún* y *Los Guardianes de la Ciudadela* y *Hadas Madrinas* y *Ahriel*; y además tiene trece novelas para jóvenes, cinco cuentos infantiles, diez libros para un público de 8 a 12 años.

Anteriormente he mencionado que antes de publicar su primer libro, había otros trece antes. Pues te alegrará saber que estas historias están subidas a su web y puedes leerlas. Yo he leído algunas, y he de decir, que son magníficas.

Y para terminar, os contaré que le escribí una carta, y ¡me respondió! Algunos consejos que me dio para mejorar a la hora de escribir que me gustaría compartir son: practicar mucho, tener bastante paciencia y escribir no es cosa de inspiración, sino de trabajo y reflexión. Por último siempre escribe tus ideas para luego desarrollarlas.

Laura Gallego es una de las mejores escritoras, en mi opinión, y verdaderamente os recomiendo leer sus libros porque valen la pena. Hoy en día, sigue inspirándose y escribiendo maravillosas historias, y, por cierto, hace unas semanas que sacó un libro nuevo. Yo me lo he leído y es estupendo.





EL AMOR EN LA LITERATURA

Pepe Segura, 3º de la ESO

En la literatura, el tema del amor ha sido una constante a lo largo de la historia, y ha evolucionado de manera significativa en las diferentes épocas literarias. En este artículo nos ocuparemos de su evolución durante la Edad Media, el Renacimiento y el Barroco.

En la Edad Media surgió el amor cortés, donde se idealizaba el amor platónico entre caballeros y damas. Este tipo de amor se basaba en la adoración de la mujer amada, a menudo inalcanzable, convirtiéndose en motivo de inspiración para la creación de poemas y canciones de trovadores y juglares. Una de las obras más destacadas de este periodo es "El Cantar de Mio Cid", donde se refleja la devoción y el respeto que el héroe siente por su esposa. En contraste, el "Libro de buen amor" del Arcipreste de Hita es una obra medieval en la que se parodia y satiriza el amor cortés, ofreciendo una visión más humorística y vulgar del amor.

En el Renacimiento, la concepción del amor se transforma, dejando atrás el amor cortés idealizado para dar paso a una visión más realista y apasionada. Se exploran temas como el amor físico, la sensualidad y las emociones. Poetas como

Garcilaso de la Vega introducen el amor de Petrarca, donde se exalta la belleza de la dama amada de forma idealizada y melancólica. Sin embargo, en la poesía mística del periodo, el amor se eleva a un plano espiritual, representando la unión del alma con lo divino a través de anáforas, paradojas y simbolismos que reflejan una experiencia íntima y trascendental con lo sagrado. Obras como "La Celestina" de Fernando de Rojas, presentan una visión más cruda y realista del amor y los conflictos en las relaciones amorosas.

En la época del Barroco, el tema del amor se vuelve más complejo y oscuro, con una mirada mucho más realista y desesperanzada, reflejando la crisis y la inestabilidad de la época. El amor en esta literatura destaca debido a sus características contradictorias como el amor y el odio. Además, se exploran conceptos como el amor después de la muerte que perdura para toda la eternidad.

En conclusión, a lo largo de la historia de la literatura el amor ha sido una fuente inagotable de inspiración y reflexión literaria, abordándose de diversas formas, reflejando las creencias, valores y la cultura de cada periodo. Desde la idealización, la exaltación y la complejidad.





CARMEN MARTÍN GAITE

Mariia Vasylieva, 2º de la ESO

Carmen Martín Gaité es una escritora, periodista, crítica literaria, guionista y traductora española. Nació en Salamanca donde estudió filosofía en la Universidad de Salamanca. Después de graduarse, Gaité colaboró con publicaciones como *Trabajos y Días* y *Revista Nueva*. Tras trasladarse a la capital de España, la futura escritora ingresó en la Universidad de Madrid donde conoció a muchos escritores. Aunque, según la propia Gaité, escribió desde los ocho años, su primer cuento, *Un día de libertad*, se publicó en 1953. Su primera novela, *El balneario* (1955), le valió numerosos premios y la simpatía de la crítica. Tres años después se publicó la novela más significativa de la escritora, *Entre visillos*, galardonada con el Premio Nadal. En los años 60, Gaité escribió varias obras significativas, entre ellas *Las ataduras* (1960) y *Ritmo lento* (1963). En los años setenta publica colecciones de ensayos, poemas y artículos.

Datos interesantes:

Carmen Martín Gaité se convirtió en la primera mujer en recibir el Premio Nacional de Literatura (en 1978 por la novela *El cuarto de atrás*).



Dibujo de Mariia Vasylieva

Gaité también se dedicó a la crítica literaria y a la traducción, y en su haber ha traducido a Flaubert, Rainer Maria Rilke y Emilia Brontë.

La escritora estuvo casada con Rafael Sánchez Ferlosio, importante escritor y lingüista español, representante de la Generación de los 50.

-Escribió el cuento *La reina de las Nieves* en honor a su hija Marta.

Títulos, premios y bonificaciones

Premio Nadal de novela (1957)
Premio Anagrama de Ensayo y el Libro de Oro de los libreros españoles (1987)
Premio Príncipe de Asturias (1988)
El Premio Acebo de Honor (1988)
el Premio Castilla y León de las Letras (1992)
Medalla de Oro del Círculo de Bellas Artes (1997)
Pluma de Plata del Círculo de la Escritura (1999)

Obras

Novelas

Entre Visillos (1957); *Ritmo lento* (1963); *Retahílas* (1974); *Fragmentos de interior* (1976); *El cuarto de atrás* (1978); *variables de nubosidad* (1992); *La Reina de las Nieves* (1994); *Irse de casa* (1998); *La trastienda* (2000); Traducción de *El cuarto de atrás*, (1978)

Cuentos

El balneario (1954); *Las ataduras* (1960); *Cuentos completos* (1978)

Para niños

El castillo de las tres murallas (1981); *El pastel del diablo* (1985); *Caperucita en Manhattan* (1990)

Poesía

Una racha (1976)

Ensayo

El proceso de Macanaz (1969); *Usos amorosos del dieciocho en España* (1972); *La búsqueda de...*



VICENTE MANGLANO GADEA

Sofía Bolea, 2º de la ESO

Vicente Manglano Gadea nace en Valencia el día 10 de febrero de 1919, hijo de José María y María Ángeles, en el seno de una familia de larga y noble raigambre en el Reino de Valencia. Licenciado en Derecho por la Universidad de Valencia, ejerció por un tiempo la abogacía, pasando pronto a trabajar en la Caja de Ahorros de Valencia, donde terminó ocupando puestos directivos. Siempre se definió como español y católico. Fue coherente con sus ideas.

Vivió con pasión y entrega hacia Dios siguiendo los principios de la Fe católica. Respetó y veneró a su mujer, Sofía, su gran, único y apasionado amor. Desde que la conoció solo vivió para ella. Los versos que presentamos son solo una parte de todos los que le dedicó y muestran la admiración, el asombro, la veneración que son parte del amor verdadero y que supo mantener, alimentar, acrisolar y concretar en toda una vida de entrega y sacrificio.

Los dos, abrazados a la Voluntad de Dios, y confiados en Él, fundaron una familia de 9 hijos, y supieron, a través de su amor, llevarla hacia Dios y a la Mare de Déu con un amor humano, sincero, sencillo, entregado, y completo. Su fidelidad y unión se convirtió en un icono de las calles de Valencia cuando paseaban diariamente del brazo, hablando, unidos, apoyados el uno en el otro, mirándose con los ojos del primer amor y admiración que prolongaron y se profesaron siempre.

Vivió y murió mirando, asombrado, agradecido, a su mujer, sabiendo que ella era su camino hacia el Cielo; dulce y amable camino, personificación del Amor de Dios hacia y para él.



Amor no es una ilusión
de una ardiente fantasía,
ni es fruto de una pasión;
Amor es... ¡abnegación!
Es dolor... y es alegría.

El amor que es verdadero
nada pide por amar,
y si se da, se da entero,
es constante y es sincero,
sabe sufrir y callar.

Amor es sólo anhelar
el bien de la cosa amada,
por conseguirlo, luchar,
hasta lograrlo, esperar,
dar mucho y no pedir nada.

Amor es sentir placer
en causar gozo al amado,
es confiar, sin temer,
sacrificarse y no ver
si el sacrificio ha costado.

Amor es suave emoción
que endulza todas las cosas,
es vida del corazón,
es fuerza y es decisión
en las horas dolorosas.

El amor calla y olvida,
es audaz y es precavido,
va más allá de esta vida,
descansa al ver conseguida
la ilusión que ha perseguido.

Amor indica grandeza,
indica fuerza y valor,
amor, si es puro, es nobleza,
el amor sin la pureza
¡no puede llamarse amor!

Amor no es una quimera
de cosa breve y banal,
amor es fuerza que impera,
es algo espiritual
que del cielo nos viniera.

Amor es luz que nos llama,
es fuerza que nos sostiene,
es ardor que nos inflama,
es deber que nos reclama,
y es lazo... que nos retiene.

Amor es como una luz
que se quema suavemente...,
que no produce inquietud,
que es paz, es calma, es virtud,
es templado y es ardiente;
que se eleva noblemente
sobre lo que es vano, vil,
y es más puro y más sutil
¡cuanto más hondo se siente!

El amor, si es material,
como la materia, muere;
pero... pero el amor que es caudal
de un alma que espera y quiere...
¡no puede morir jamás!
Que aunque al amor se le hiera,
perdona, olvida y espera,
y al mismo tiempo ¡ama más!

Eso es amor verdadero,
eso es amar de verdad,
eso es sentir el sincero
goce, eterno y verdadero,
del que ha amado en realidad.

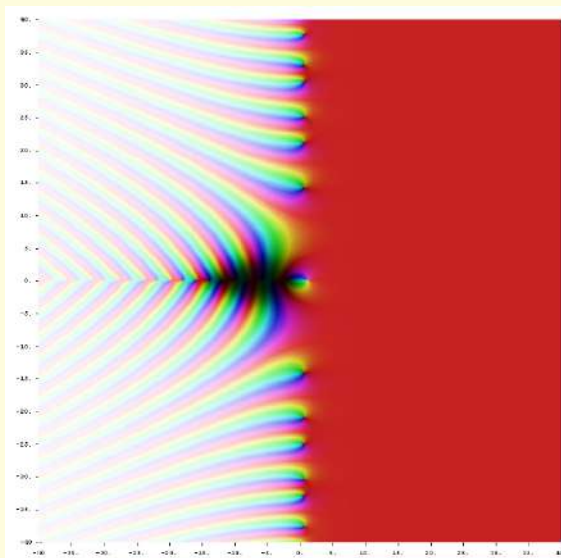




EL PROBLEMA DEL MILENIO

Gabriel Roselli, 1º Bachillerato

Puede ser que os estéis preguntando, ¿qué es esa imagen? Posiblemente un nuevo movimiento artístico, o una interpretación nueva de alguna partícula cuántica, o puede que algún punto o coma mal colocado en el código de la inteligencia artificial que lo haya creado. Pero, ¿si os digo que esta imagen es una de las más importantes, sino la que más, en el conjunto de problemas matemáticos sin resolver de los últimos dos siglos? Esta es la representación de la función zeta de Riemann, que deriva hacia la famosa hipótesis de Riemann, uno de los Problemas del Milenio, cuya solución aguarda junto a un millón de dólares y la inmortalidad en las matemáticas.



Representación de la gráfica que deriva de la hipótesis

Para entender la magnitud de la importancia de este problema, que aún no se ha demostrado, se puede decir que ramas de la ciencia como la criptografía o la física cuántica asumen que esta hipótesis es cierta, por lo que es crítico que se demuestre.

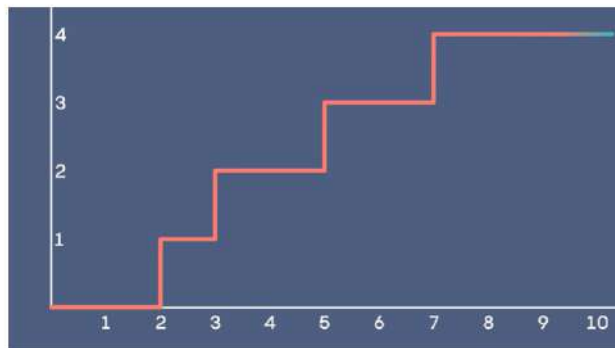
Pero claro, ¿qué es la hipótesis de Riemann? Para explicar bien esta teoría, hay que contextualizar el campo en el que se mueve.

Todos conocemos los números primos: cualquier número más grande que uno que no se pueda dividir entre otro número entero que no sea el uno o él mismo. Aparentemente, estos números aparecen espontáneamente entre los números naturales, sin patrón alguno. Pero nosotros, intrínsecamente curiosos, descubrimos esta peculiaridad ya hace siglos, y nos sentimos en la necesidad de indagar más en el misterio.

Los números primos son infinitos, como ya probó Euclides de Alejandría unos trescientos años antes de Cristo, pero, dependiendo de dónde estés en la recta de

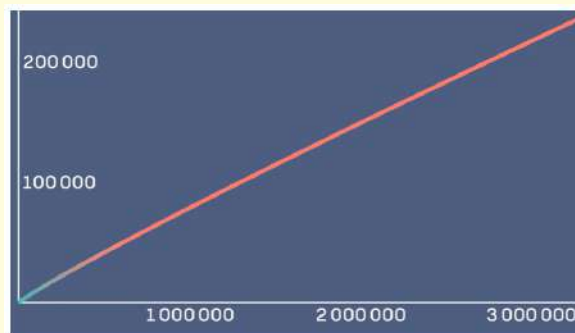
los números reales, puede ser que te preguntes qué números naturales son primos a tu derecha y a tu izquierda, y si hay un patrón para discernir.

Ahora es cuando viene nuestro primer protagonista, ya a finales del siglo XVIII: Carl Friedrich Gauss. Muchos lo conocen por la campana de Gauss, o por el método de resolución de sistemas de tres ecuaciones lineales, pero hizo mucho más. Al parecer, Gauss tenía mucho tiempo libre, proporcional a sus ganas de resolver este rompecabezas de los números primos, y es por eso que calculó una enorme cantidad de números primos, para ser precisos, tres millones. Una vez contados todos esos primos, buscó patrones, algo que se repitiese y pudiese aplicar al resto de la serie. Plasmó los números de la siguiente manera en la gráfica: una línea plana hasta que se encontrase un número primo en el eje de abscisas (el eje x), momento en el cual subiría una unidad en el eje de ordenadas (el eje y) y seguiría hasta el siguiente primo.



Ejemplo de la función

De esta manera, vistos todos los primos que había calculado plasmados de esa manera, conocida como la función contadora de primos, las imperfecciones de la función se verían como una línea perfecta en una escala tan magna.



Función vista desde una escala de magnitud de 3.000.000 de números

Gauss, entonces, se preguntó qué función matemática existía tal que cumpliera lo que esa función de números primos había representado. Y encontró la función del logaritmo integral:

$$\text{li}(x) = \int_0^x \frac{dt}{\ln(t)}$$

Fórmula del logaritmo integral, función que se aproxima a la anterior

La pendiente de esta función es $1/\log x$, y esa es la proporción aproximada que hay para encontrar números primos en el entorno de un número natural cualquiera. Esto se conoce como la conjetura de Gauss, y después de que el célebre matemático la publicase, su alumno, Bernhard Riemann, hizo un avance impresionante relacionado con los números complejos.

Sin embargo, Riemann aplicó otros conceptos de las matemáticas para poder darle una solución a lo que su maestro no pudo; pero para poder explicar cómo usó esas herramientas, hay que explicarlas primero.

Es 1707, nace en abril Leonhard Euler, uno de los primeros estudiantes de cálculo y uno de los matemáticos más influyentes de la historia, responsable del lenguaje matemático actual. Así que, si alguna madrugada te frustraste porque no entendías lo que iba después del $f(x)$, puedes culpar a Euler. Durante su vida, intentó comprender la estructura general de las series infinitas, que significa la suma de un conjunto de números. Por muy contradictorio que suene, algunas sumas infinitas de números son finitas, es decir: tiene un límite. A estas series se les llama convergentes. Otras sí tienden a números más grandes que cualquier otro, el infinito. Se les llaman divergentes.

Observemos la siguiente serie:

$$\sum_{k=1}^{\infty} \frac{1}{k} = 1 + \frac{1}{2} + \frac{1}{3} + \frac{1}{4} + \frac{1}{5} + \frac{1}{6} + \frac{1}{7} \dots$$

Sumatoria de los inversos de los números naturales

Esta serie, aunque los números se vayan haciendo cada vez más pequeños, es divergente. Ahora, ¿qué pasa si elevamos al cuadrado el denominador? Bueno, esa pregunta se la hicieron los contemporáneos de Euler, que sabían que convergía, pero no dónde. En otras palabras, no determinaron el límite de esa suma infinita de números. Euler, no obstante, pudo determinar ese límite, que contiene a pi, lo que puede

picar vuestra curiosidad, pero eso será un artículo para otra ocasión. La cuestión es que determinó los límites si el exponente del denominador era 3, 4, 5, 6, 7, etc. Entonces, se puede reescribir esto como una sola función: la función Zeta. Esta función converge solo si, al plasmar un número, este es mayor que 1.

$$\zeta(s) = \sum_{n=1}^{\infty} \frac{1}{n^s}$$

Función zeta de Riemann

Si plasmamos el 4, pues obtenemos la siguiente serie:

$$\zeta(4) = \frac{1}{1^4} + \frac{1}{2^4} + \frac{1}{3^4} + \frac{1}{4^4} + \frac{1}{5^4} + \dots$$

Función zeta de Riemann cuando se introduce el número 4

Voy a necesitar que visualicéis lo siguiente: si cogemos la serie y plasmamos un número primo donde va la n , y a cada sucesión de la serie es ese número elevado al anterior, resultando en una serie específica, y la multiplicamos por esa misma serie pero con todos los números primos, obtenemos la función zeta. Observad la siguiente foto:

$$\begin{aligned} & \left(\frac{1}{1^s} + \frac{1}{2^s} + \frac{1}{4^s} + \frac{1}{8^s} + \frac{1}{16^s} + \dots \right) \times \\ & \left(\frac{1}{1^s} + \frac{1}{3^s} + \frac{1}{9^s} + \frac{1}{27^s} + \frac{1}{81^s} + \dots \right) \times \\ & \left(\frac{1}{1^s} + \frac{1}{5^s} + \frac{1}{25^s} + \frac{1}{125^s} + \frac{1}{625^s} + \dots \right) \times \\ & \left(\frac{1}{1^s} + \frac{1}{7^s} + \frac{1}{7^{2s}} + \frac{1}{7^{3s}} + \frac{1}{7^{4s}} + \dots \right) \times \\ & \left(\frac{1}{1^s} + \frac{1}{11^s} + \frac{1}{11^{2s}} + \frac{1}{11^{3s}} + \frac{1}{11^{4s}} + \dots \right) \times \end{aligned}$$

Serie de multiplicaciones de los inversos de todos los números primos elevados a "s"

Eso es equivalente a la función zeta, por lo que se deduce una íntima conexión entre los números primos y la función. Volvamos cien años más tarde con nuestro Bernhard Riemann.

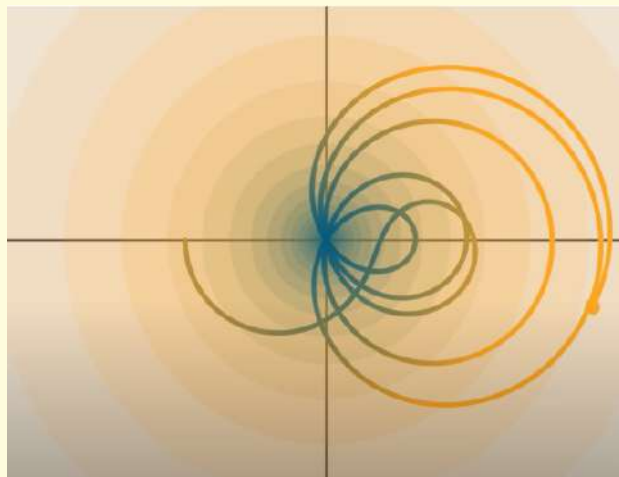
Nuestro tercer protagonista construyó las bases matemáticas sobre las que se fundamentaría más tarde la teoría de relatividad de Einstein, fue uno de los pioneros del análisis complejo, que consiste en plasmar números complejos en funciones que ya existían.

Un número complejo es, valga la redundancia, complejo. A todos desde pequeños nos han dicho que no existe la raíz cuadrada de un número negativo, o que no hay un número real al cuadrado cuyo resultado sea negativo. La cuestión es que, para las matemáticas, resultaba bastante útil que un número elevado a sí mismo fuese negativo. Es por ello que se ideó el número i , que es lo mismo que escribir la raíz cuadrada de -1 . O sea, que si veis $2i$, o $4i$, es ese número real, ya sea el 2 o el 4, multiplicado por la raíz de -1 . Eso es un número complejo, o imaginario, con su parte real y su parte imaginaria.

Estos números se expresan en una gráfica de dos dimensiones, a la cual llamamos el plano complejo. Riemann, experto en este campo de las matemáticas, agarró las riendas del caballo desbocado que representaba el complejo y viejo problema de los números primos. Se encontró ante la duda de qué pasaría si la función zeta tomase valores complejos. De esta manera logró trasladar la función zeta al plano complejo.

Pero, como he mencionado antes, la función zeta solo converge cuando el número que plasmamos en la función es mayor que 1. Lo que hizo Riemann, que es una aplicación fascinante, fue una continuación analítica de la función, que, en cristiano, es expandir el dominio de una función a través de otra función, burdamente. Entonces, se están analizando dos funciones al mismo tiempo.

Al representar esta función en el plano complejo, se observaba que, a veces, la función evaluaba a cero, es decir, que pasaba por el origen. Hay algunos números para los cuales zeta es 0 que son fáciles de explicar. Por ejemplo, si la parte real del número complejo que vayamos a poner en la función es un número negativo entero par, pues la función es 0. Estos se llaman los ceros “triviales”. Donde está el problema es en los ceros “no triviales”. Existe una zona en el plano complejo que se conoce como la franja crítica, y es donde se encuentran todas las partes reales de los valores que se le pueden dar a zeta para que den 0. Esta franja es el intervalo entre el 0 y el 1.



Representación de los ceros no triviales de la función

La hipótesis de Riemann conjetura que todos esos números están en lo que se conoce la línea crítica, y esa es la de $\frac{1}{2}$. Es decir, que para todos los ceros no triviales, la parte real que se plasma en la función es siempre $\frac{1}{2}$.

Pero, ¿qué tiene todo esto que ver con los números primos de antes? Aunque parece que nos hayamos desviado del tema por completo, estos ceros no triviales tienen una relación esencial con la distribución aparentemente espontánea de los números primos. Volvamos a la función contadora de primos de Gauss. En vez de que suba una unidad al llegar a un primo cualquiera, un número p , hagamos que suba el logaritmo de p . Al poner los valores de los ceros no triviales de la función zeta en otra función, se va pareciendo cada vez más a la anterior. Es decir, si se confirma que todos los ceros no triviales se encuentran en esa línea vertical de $\frac{1}{2}$, se podrían predecir con precisión todos los números primos existentes.

Hubo, hace relativamente poco, un estudio realizado con ordenadores super potentes que probaban números cuya parte real era $\frac{1}{2}$, y de los trillones que probaron, todos evaluaban a cero. Con un solo valor que no diese cero, la hipótesis se desmentiría, y tendríamos que buscar otra relación hacia estos números. Pero estos ordenadores, por muy potentes que fueran, no pueden comprobar valores infinitamente.

El que sea capaz de quitarle esta piedra del zapato a los matemáticos de hoy en día será galardonado con el mayor de los honores y una gran cantidad de dinero, merecida tras semejante hazaña. Pues ya sabéis, si os aburrís y tenéis tiempo libre, dedicaos a esto, y veréis lo que ellos no vieron. ¡Buena suerte!



EL CD CUMBRES, CAMPEONAS DE VÓLEY

Carmen Oltra, 3º de la ESO



El club deportivo de Cumbres el pasado jueves 13 de Junio consiguió otra victoria por parte de sus jugadoras del cadete en la final de vóley. Gracias a su esfuerzo y dedicación pudo hacerse realidad el sueño de muchas de nuestras jugadoras de llevarnos el primer puesto en la liga femenina.

Comenzamos la liga con mal pie, con muchos desánimos viendo que debíamos esforzarnos más para llegar a donde nosotras queríamos. Empezamos a entrenar con más dedicación, constancia, esfuerzo y compromiso y fuimos mejorando cada día más hasta convertirnos en el equipo que somos ahora gracias a nuestro entrenador Franco que ha sido quien nos ha ayudado a llegar tan lejos.

A lo largo del año hemos ido mejorando tanto nuestras técnicas como nuestro compañerismo y respeto entre nuestras compañeras de equipo pero también con nuestros rivales. Hemos aprendido

muchas cosas gracias a este deporte y el valor que más apreciamos y agradecemos que nos hayan enseñado es el respeto, con el que trabajamos día a día para mejorar y llegar a ser grandes jugadoras y también grandes personas.

Gracias a todo esto, a nuestras jugadoras y nuestro entrenador hemos llegado a donde estamos ahora, ¡campeonas de la liga femenina de vóley!. Estamos muy orgullosas de nuestros resultados y del equipo que hemos construido, dispuestas a seguir trabajando día tras día y año tras año para dar lo mejor de nosotras tanto dentro de la pista como fuera en nuestro día a día.

El año que viene seguiremos trabajando duro para mantenernos aquí arriba en el puesto número uno llevándonos todas estas victorias merecidas.

Estamos muy contentas de nuestro trabajo y de nuestros logros. 1, 2, 3... CUMBRES!





MY BEDROOM

Claudia Calderón, 3º de la ESO



This is a perspective work we had to do in Arts and Design. I've always enjoyed painting and I've been improving over the years. My inspiration for this drawing were my hobbies, reading and drawing. On the left, I drew a shelf full of fantasy books, which I've read, not all of the novels but some, as well as a ladder to reach them. To the right of my illustration, there's a wooden table and a marker organizer

because I love drawing and coloring. In the center, I added a huge window from which you can see a beautiful landscape with a sunset. I added some more details for decoration, such as a clock in Roman numerals and a constellation on the ceiling. Lastly, I included a staircase which leads you to another room.

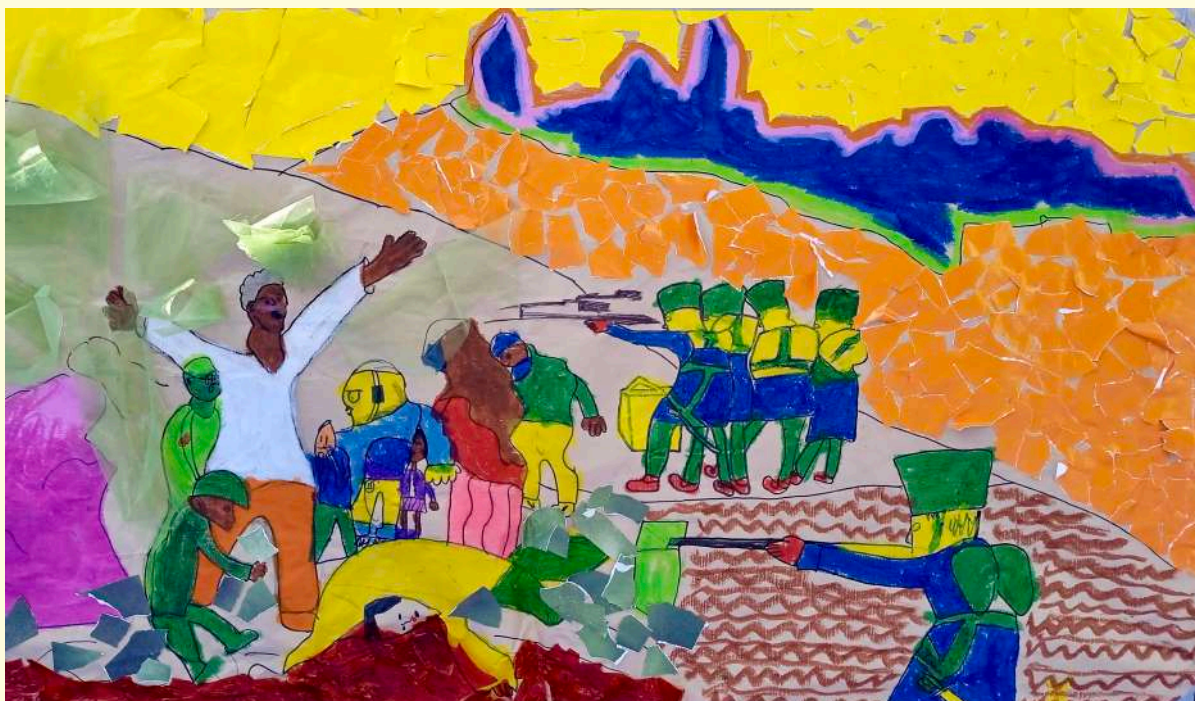
PROYECT-ARTE

TALLERES EN 6° DE PRIMARIA

EXPOSICIÓN TEMPORAL

I Seleccionamos obra. II Investigamos sobre el autor. III La obra. IV Nuestra versión





SELECCIÓN DE BUENAS LECTURAS PARA VERANO

Guía revista *Misión*.

En muchas ocasiones nos preguntamos qué pueden leer nuestros alumnos o nuestros hijos en verano. En la revista *Misión* nos dan luz al respecto. A continuación ofrecemos algunos de los libros seleccionados para dicha publicación por Miguel Sanmartín Fenollera.

De 0 a 6 años

A los más pequeños hay que leerles y animarlos a que comiencen a leer. Podemos hacerlo con los siguientes títulos:

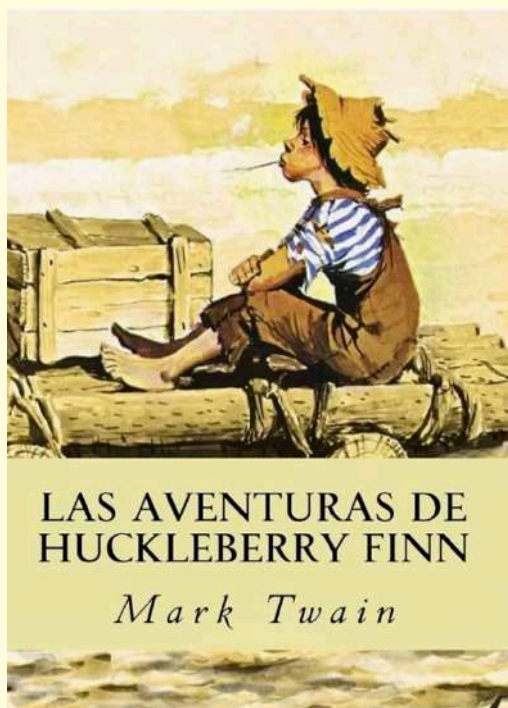
Rimas y canciones tradicionales recopiladas por Carmen Bravo-Villasante.

El viento en los saucos de Kenneth Grahame.

Cuentos de hadas de los hermanos Grimm, Andersen, Perrault.

Fábulas de Espoo, Samaniego e Iriarte.

Historias de Winnie de Pooh de Alan Alexander Milne.



De 7 a 11 años

Peter Pan y Wendy de J.M. Barrie.

El libro de la selva Rudyard Kipling.

Crónicas de Narnia de C. S. Lewis.

Alicia en el país de las maravillas de Lewis Carroll.

El jardín secreto de Frances Hodgson.

Las aventuras de Huckleberry Finn de Mark Twain.

Las aventuras de Tom Sawyer de Mark Twain.



De 12 a 14 años

El hobbit de J. R. R. Tolkien.

Oliver Twist de Charles Dickens.

La vuelta al mundo en ochenta días de Julio Verne.

La isla del tesoro de R.L. Stevenson.

Ana y las tejas verdes L. M. Montgomery.

Las montañas blancas de John Christopher.

Algunas historias de Ana María Matute.

A partir de los 15 años

Orgullo y prejuicio de Jane Austen.

Jane Eyre de Charlotte Brontë.

Secuestrado R.L. Stevenson.

El señor de los anillos de J.R.R. Tolkien.

La pimpinela Escarlata de la baronesa de Orczy.

Jardín umbrío y sonatas de Valle-Inclán.

A partir de los 17

El Quijote de Miguel de Cervantes.

La tempestad y Ricardo III de William Shakespeare.

Cumbres borrascosas de Emily Brontë.

Kristina Lavransdatter y Olav Audunssøn de Sigrid Undset.



CUMBRES SCHOOL MAGAZINE

Edita: Cumbres School

Director: P. Wagner Campopiano LC

Coordinador: Vicente Gorgues

Consejo Editorial: Profesorado de Cumbres School.

Redacción: Mari Carmen Prósper, Javier Hernández, Carmen Sospedra y Vicente Gorgues

Edición y Maquetación: Vicente Gorgues

