

AMARG



"Un dios habita en nosotros,
cuando él se agita. Llénanse
de amor nuestros espíritus.
Este impulso es el que hace
germinar las semillas de la
celestes inspiración"

OVIDIO

17



**telèfons
d'interès**

AMARG	(972) 20 51 77
HOSPITAL GIRONA .	20 27 00
CLINICA GIRONA.....	20 45 00
HEMODIALISIS.....	21 52 50
NEFROLOGIA.....	22 38 38
Prog. Trasplantament (93)	339 83 03
Fundación Stella Sole (93)	265 07 87

1981 a 1995
 Catorze anys llargs
 d'història, contemplant aquesta
 publicació, que vol ésser una
 eina d'expressió creativa.
 Creiem que les disset publica-
 cions que han sortit, s'ha man-
 tingut el mateix sentiment de vo-
 luntat de servei i de fer més hu-
 mans els pobles i ciutats de les
 nostres comarques.



**1981-
1995**

1981 a 1995
 Aquesta Revista
 no és fruit d'improvisació
 i tot el que diu no és per
 ganes de dir-ho, sinó perquè
 convé, per reflectir l'actualitat,
 els problemes i aspiracions
 de l'Associació, i perquè
 tothom en prengui
 consciència.

AMARG? És l'Associació de malats renals de les
 comarques Gironines. Està integrada per tots els
 que pateixen d'insuficiència renal, així com per
 totes les persones que volen col.laborar en la solu-
 ció dels problemes que aquesta situació comporta.

"Bien dijo el que afirmó ser la música
 el lenguaje de los ángeles".

THOMAS CARLYLE

"La música es el arte que se halla más
 cercano a las lágrimas y a los
 recuerdos". **OSCAR WILDE**

"La esfera de la música
 es el sentimiento, no el pensamiento"
HARWEIS

"La música alivia los trabajos que
 nacen del espíritu" **CERVANTES**

"Lo que no vale la pena que se diga,
 se canta". **BEAUMARCHAIS**



**Gistalleries
Girona S.A.**

SOCIETAT INSCRITA AL REGISTRE MERCANTIL D'EMPRESSES DE SEGURETAT AMB EL NÚM. 396

Ctra. Sant Feliu, 22 - Tel. 21 38 16 - 17007 GIRONA
 C/. Lorenzana, 41 - Tel. 20 29 90 - 17002 GIRONA - Fax (972) 22 02 21

FABRICACIÓ PRÒPIA DE DOBLE VIDRE AÏLLANT TÈRMIC I ACÚSTIC
 EXTENSA GAMMA EN DECORACIÓ DE VIDRES I MIRALLS
 INSTAL·LACIONS DE TOT TIPUS DE VIDRES
 MAMPARES DE BANY

AMARG

Direcció:

Xavier Bonmatí Lladó

Composició, Disseny i Portada:

Dolors Coll Figueras

Xavier Bonmatí Lladó

Col.laboradors:

Fundació Stella Sole

Emili Teixidor

Teresa Puntí Sants

Joan Marias -Sànkara-

Rosa Bosch Bech

Jordi Juncosa -Junckie-

La revista AMARG editada per l'Associació de Malalts Renals de Girona, es publica sense cap finalitat lucrativa.

Redacció: Ctra de Barcelona 23, entresol 2^a de Girona. Telef. (972) 20 51 77
DIPOSIT LEGAL GE-215/ 1981

El Departament de Medi Ambient de la Generalitat de Catalunya, i en concret la Direcció General de Promoció i Educació Ambiental ens felicita.

Fa uns mesos el Director General Sr. Josep Ramon Dueso ens va adreçar al Sr. Ferran Miralles, responsable del Servei de Promoció per ampliació de informació sobre temes ambientals. El Sr. Miralles ens encoratja a seguir comunicant nos el seu agraïment.

PERRUQUERIA



Styl

ANNA NADAL • C/ Torres Jonama, 16 • Tel. 972 - 30 31 69 •

17200 PALAFRUGELL (Girona)

Segons l'informe sociològic que ha confeccionat la Universitat Complutense de Madrid "*La Societat Espanyola 1993-1994*", en un 28% de les llars de l'Estat no es va comprar cap llibre durant l'any 1993. A tots convé recordar el baix índex de lectura entre els ciutadans, a més de proclamar la manca d'estimació pels llibres així com l'escassa atenció que reflecteixen tots els mitjans escrits.

Manca, no en l'Informe sinó en la realitat, un pla d'actuacions per aconseguir retornar a uns hàbits de lectura més alts, i corregir la influència que exerceixen els mitjans àudio-visuals en tots els ciutadans, sobretot en els infants i els joves.

Cal una col.laboració institucional juntament amb les dels corresponents departaments de les Comunitats autònomes, per despertar l'afany per la cultura i disposar dels programes concrets perquè el llibre sigui l'amic valuós e inseparable per assolir l'objectiu de fer-nos persones autònomes, cultes i solidàries.

A la **FUNDACIO Stella Sole**, els llibres tenen el seu lloc i s'engendra interès per la lectura, e incideix amb l'estimació i sensibilitat per expressar sentiments i emocions, trasmetre missatges e informacions. STELLA ens ajuda a reflexionar sobre el que fan sentir els llibres, i a habitar-nos a prendre una actitud de crítica positiva i espiritual enfront de la societat.

Diu **JOAN CORBELLA (Psiquiatra)**: "La creació literaria de Stella Sole l'hi permet aportar uns valors que poden il·luminar la foscor de una Humanitat en crisi", i també, "La capacitat de descriure les menudeses humanes amb tendresa i respecte cautivaran al lector més sensible". I remarca **JOSEP MARIA GIRONELLA (Escriptor)**, "A medida que doblaba las páginas me sentía envuelto en lo que Pio Baroja denominaba la -Atmósfera- de un relato (...) Stella mereceria convertirse en best-seller"

AMARG

205177



3

4 Una excepció



AMARG

INSUFICIÈNCIA RENAL

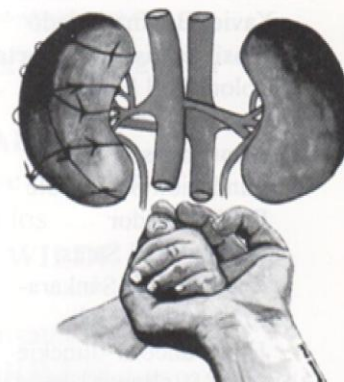
L'insuficiència renal és l'estat en què els ronyons són impossibilitats de complir dins un grau més o menys elevat, llurs funcions d'eliminació de productes de rebuig no volàtils. La causa d'aquesta afecció es deu, fonamentalment, a malalties adquirides o hereditàries, o a conseqüència d'alteracions per malformacions. El trasplantament renal és el tractament més adequat i definitiu. La Llei considera donant tota persona morta, els familiars de la qual no es neguin a cedir els òrgans. El trasplantament es realitza a partir d'una cessió voluntària d'un ronyó d'una persona viva que tingui unes característiques orgàniques similars a la persona afectada, o a partir d'un cadàver.

Podeu trobar més informació al
Telèfon (972) 20.51.77

(93) 339.83.03

Xavier BONMATI LLADO

FES ALGUNA COSA PER
SALVAR UNA VIDA...!



ELS TEUS RONYONS
PODEN SALVAR-NE DUES. DONALS ARA
PER QUAN JA NO ELS NECESSITIS.



En
aquesta revista
es pren esment
dels **ESCRITS** en
català i castellà



Xavier Bonmatí Llado

Jo em queixava de no tenir sabates fins que
vaig veure un home que no tenia cames. (Saadi)



La segunda Oportunidad

El secreto de la felicidad no está en la ausencia del dolor, de las enfermedades y de los problemas, sino en la capacidad de vencerlos uno tras otro conservando siempre la misma alegría de vivir...

-Esther Bartolomé-Pons.



Durante las interminables horas de espera y preparación desfiló ante mis ojos la película de mi vida

Era una fría noche de enero de 1991 que aún arrastraba la resaca de las fiestas navideñas, la noche del funeral por el anciano y carismático poeta a cuya tertulia en Barcelona yo había pertenecido durante diez años (años de silenciosa y secreta enfermedad no compartida). Fue la noche de mi adiós definitivo y emocionado a un ser muy querido, y fue también la noche en que yo volví a nacer...

Cuando poco después llegué al Hospital Clínico, donde, como tantas otras veces en los trece meses anteriores, iba a someterme a una nueva sesión de Diálisis, dos enfermeras me aguardaban en el vestuario. "No te cambies. Tienes trasplante", me dijeron. Entré en una fase de absoluto anonadamiento. Durante las interminables horas de espera y preparación desfiló ante mis ojos la película de mi vida. Me vi a mí misma a los diecinueve años, esclava de una insospechable diabetes mellitus que, si bien no me impidió estudiar tres carreras universitarias, escribir, viajar y sacar una plaza de profesora de instituto, sí condicionó muchas de mis actitudes. Tratando de adaptar mis deseos a mis necesidades, luchando siempre por conservar un modo de vida

TEIXITS
SELECTES

ELOY.

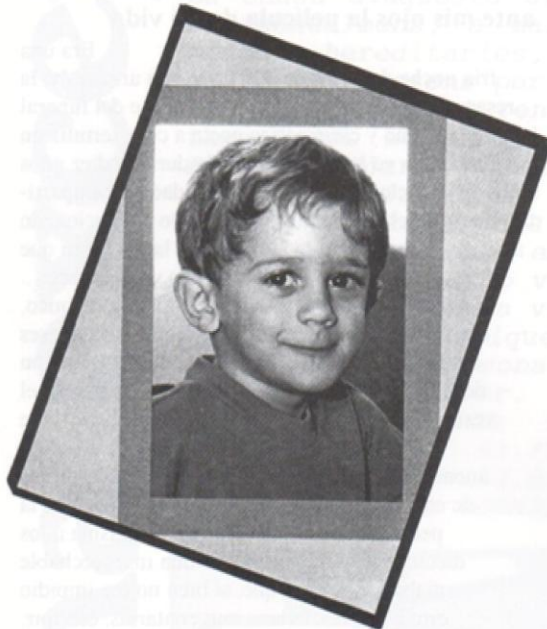
C/Bacià 1
Telèfon 20 32 26
17002 - GIRONA

5

que me puso varias veces al borde de la muerte, forzando quizá tanto a la naturaleza, que hacía ya unos tres años que mis riñones comenzaron a dejar de funcionar. Momentos antes de entrar en el quirófano, éstos y otros muchos recuerdos pasaron por mi mente, tal como dicen que sucede poco antes de morir. Pero yo estaba convencida de que ésta era una noche mágica en la que nada podía salir mal.

Y así fue. Me trasplantaron el páncreas y el riñón de un joven llamado Ricardo, que hoy sigue viviendo dentro de mí. Dos equipos de cirugía, ocho horas de trabajo, cuarenta y ocho de observación intensiva... y veinticinco días después

Es el primer niño que ha nacido en España de una doble trasplantada de riñón y páncreas, y el 5 del Mundo



6



Generalitat de Catalunya
**Departament de Sanitat
i Seguretat Social**

**Programa de
Trasplantament**
tel.: (93) 339 83 03

de aquella inolvidable madrugada me encontraba de nuevo en casa junto al hombre que en los últimos tres años -los más duros y difíciles de mi existencia- nunca se apartó de mi lado. Se iniciaba una nueva etapa de mi vida que presentaba mucho más rica, aunque lejos estaba de sospechar entonces que el trasplante también iba a cambiar mi destino...

Ya no me hallaba sujeta a una máquina tres veces por semana, no tenía que inyectarme periódicas dosis de insulina, podía viajar de nuevo libremente (lo que más había añorado durante mi año de diálisis). Me sentía más fuerte que nunca.

Reanudé con más ímpetu mis abandonadas costumbres de antaño, mis viajes, mis ensayos literarios, mi zascandileada tesis doctoral... Volví a vivir la adolescencia perdida. Tanto fue así que siete meses después del doble trasplante me quedé embarazada. Fue un embarazo casi perfecto, muy controlado por los ginecólogos del Clínico, donde pasé ingresada los dos últimos meses y donde, mediante una cesárea epidural practicada al octavo mes de gestación, el 30.03.92 nació mi pequeño Ezequiel Ricardo.

Es el primer niño que ha nacido en España de una doble trasplantada de riñón y páncreas, y el quinto en todo el mundo.

Hoy aquel bebé que pesó al nacer menos de dos kilos es un diablillo alto y fuerte, rebosante de

Restaurant **CAN POU**

Pau Casals, 15
Tels. 850 014 - 850 576

17411 VIDRERES
(Girona)

..aunque lejos estaba de sospechar entonces que el trasplante también iba a cambiar mi destino...

Esther Bartolome Pons.

salud, de cabellos rubios y ojos hechiceros, que se gana la simpatía de todo el mundo con su arrolladora vitalidad. No soy ni puedo ser una madre objetiva (suponiendo que alguna lo sea), para mí Ezequiel es el hijo más maravilloso que podía desear. Pero no olvido que el autor de este milagro es un muchacho de veinte años quien después de morir hizo posible mi resurrección y, lo que es igual de importante, la existencia de otro ser humano que, sin ese acto de supremo y desinteresado amor que es la donación de órganos, no habría llegado a nacer jamás. ¡Bendito sea!

Han transcurrido otros tres años desde aquella madrugada de enero en que tantas cosas empezaron a cambiar. Parece que fue ayer, tan intensamente los he vivido. Mientras escribo esto, miro por el rabillo del ojo a Ezequiel que se acerca al rincón del despacho donde su padre guarda el violín, lo levanta con sus fuertes bracitos y se lo entrega imperativamente. A los pocos segundos se oyen los acordes de "El Cant dels Ocells". El niño aplaude y ríe -tiene la sonrisa más hermosa de la Tierra- juega a dirigir con su mano al improvisado solista. Mientras les contemplo pienso que la felicidad consiste en cuadros como éste, en muchas escenas parecidas repetidas hasta el infinito. No hay nada más grande que la vida. Ellos dos son mi vida. En cuanto a mí, también me siento vivir. Y continúo luchando... ¡No a todos los seres humanos nos es dado el privilegio de una segunda oportunidad!

Esta narración ha sido galardonada en el concurso nacional "Testimonio de Vida" 1993, que convocan anualmente Sandoz Pharma S.A. y la Organización Nacional de Trasplantes.

El qui somriu
és més fort
que el qui
s'enfada

(Proverbi Japonès)

Foc al bosc...



TERESA PUNTI I SANTS

Mai no se sabrà si va ser imprudència dels pastors, que calaren foc a l'herba seca, o els descuit d'algun caçador que va llençar una cerilla encesa entre els matolls, o que sap si va ser el poc mirament del mossos d'en Ciso, que no apagaren el caliu on hi havien rescalfat el menjar del repàs del migdia. Ningú mai no podria esbrinar-ho. L'entrellat que se'n va treure, fou que dematí a trenc d'alba, que una gran fumerada i una grossa resplendor rogenca els feu canviar de ruta, en comptes d'anar cap a la feina hagueren d'enfilar-se cap amunt d'aquell pujol que semblava inaccessible.

Era un ple estiu, feia una llarga temporada que no havia plogut i tot el baix bosc semblava un lloquet. De sobte l'incendi va agafar unes proporcions exagerades. En Ciso, havia anat a mercat al poble veí, però no va pas trigar massa d'assabentar-se'n. Les males notícies corren de seguida i la fumarola es deixava veure d'un tros lluny. Entre el garbuix de tota aquella gentada va trobar un fadri del seu raval.

- Ciso que no saps? Tenim el bosc encès! Llavors en Ciso, cames ajudeu-me va arrencar a córrer cap a l'indret d'on sortia la flamarada.

En Ciso preguntava: que ha estat? -Noi no ho sabem, però amb aquesta secada la muntanya crema com un lloquet.- Afanyem-nos! - Em temo que s'anirà



Foc al bosc...



Afanyem-nos! - Em temo que s'anirà engrescant, perquè comença a bufar la tramuntana i nois de renois ja ens podem cordar les esperdenyes!

D'un tros lluny ja va veure la gran fumarola. La foscor cobria gairabé tota la carena. Quin desconsol! Totes aquelles feixes que tant esforç havia calgut per deixar-les una mica preperades per fer-hi un minso conreu.

Cada vegada apressava més el pas no podia pair que tot el seu esforç fos menja del foc. Quan va ser dalt d'un pujol va quedar espavordit. Era una veritable catàstrofe. El vessant sud era tot uona brasa. El foc avançava sense pensar-s'hi. A vegades feia la impressió que no es movia, però al cap de poc feia una esbranzida i semblava que anava a preu fet. Després del primer instant de terror i d'angoixa, en Ciso va baixar corrents cap al fondal. El foc amenaçava tot allò que en tant temps havia arranjat. El perill li feia tenir molt clares les idees. Saltava de roca en roca, no hi veia el gros perill que corria., volia desafiar el foc.

Només hi havia una esperança d'aturar el gros desgavell. Aillar el foc. Calia fer una rega ben ampla, per on les flames no hi poguessin passar.

Abans d'arribar al lloc del sinistre va trobar els seus jornalers que de tan espantats no feien ben res estaven inmòbils.

Què redimonis foteu? Va cridar en Ciso.

Es volien excusar tot explicant que hi veien un atroç perill, però en Ciso replicava: S'ha d'anar per feina o sinó quedarem ací envoltats i ben presoners de les flames. No veieu que en un tancar d'ulls el foc se'n menjarà tot el nostre patrimoni! de seguida tothom es va posar mans a l'obra.

Alguns cap avall d'altres a l'esquerre. Dos homes varen anar a demanar auxili a un poble veí. Varen disposar una mena d'atalaia des d'on podien esguardar els avenços que feia aquella remaleïda crema.

Varen fer diverses colles: l'una estassava branques d'arran de terra, l'altra amb destrals, tallava les soques de poca amplada, els últims eren els

El foc, però, anava prenent terreny, com una serp s'esmunyia pel mig dels matolls.

No es pot descriure la pena de tota aquella munió de gent que perdia amb l'incendi una colla d'anys d'esforços...

encarregats d'endru-se'n totes les branques que ja eren arraconades. Tothom treballava esvararts. De tant en tant se sentia la veu d'en Ciso que els encoratjava: vinga minyons que aviat ho dominarem. Penseu que defensem el nostre pa de cada dia. Si aconseguim apagar el foc, tornarem ser amos de la muntanya i també de les nostres terres. Si no ho fem nosaltres qui ho farà?

El foc, però, anava prenent terreny, com una serp s'esmunyia pel mig dels matolls. Només alguns arbres, per la seva altura, semblaven que se'n pairien de la crema. Però que va! No respectava res, tot d'una s'abrandaven les seves branques. Les fulles quedaven socarrimades i cruixien com si volguessin protestar per aquella intrusió. Les soques

8

Cada vegada apressava més el pas, no podia pair que tot el seu esforç fos menja del foc.

... El perill li feia tenir molt clares les idees...

Els ulls d'aquella gent eren ben esparverats...

petaven esberlades i feien com una mena de gemecs de la seva agonia. Tot era incandescent. Les llàgrimes d'en Ciso corrien cara avall. No es pot descriure la pena de tota aquella munió de gent que perdia amb l'incendi una colla d'anys d'esforços! En Ciso que era el propietari més rellevant de la contrada arribà a prometre una bona paga a tot aquell que no hi escatimés delit. No abandonaren la tasca malgrat que les hores anaven transcorrent gairabé sense notar-se els bons resultats que tots destijaven. Els braços destralejaven amb fúria, no ho feien pas per la paga promesa, sinó que s'adonaven que aquell monstre se'ls menjava a tots les mateixes entranyes. Diverses dones anaven fent tragines d'aigua, hi havia una completa comunió: només es pensava defensar-se d'aquella impetuosa bestia. A vegades semblava que la rega oberta al bosc no deixava avançar el foc, però tot d'una s'alçava la flama i arribava al branctge mes alt, no respectava res. Era una lluita molt desigual, desesperada, tots, amaratats de suor, s'hi feien amb ràbia. A estones semblava que apaigavava, però era com un avar que de cap manera volia deixar la presa. Els arbres centenaris feien una fressa com un terratrèmol. El sol quedava net. Aquells homes tenien l'esperança que quan arribés la flama al roquim, pararia. Però es veis ben clar que aquella fúria no tenia ganes de recular i l'enginy humà no va tenir-hi la victòria que en un començament semblava. Un fort tramuntanal va avivar la foguera quan ja semblava que l'home dominava la qüestió. El vent fort i violent ho va tornar a engrascar. Les flames semblaven boges de contentes. L'incendi avançà a la velocitat del temporal de vent. Els esforços de l'home fou endebades. En Ciso i els seus companys varen lluitar com braus per vèncer-lo, però aquesta vegades la malèfica foguera feia de les seves. Feia una basarda tan fonda que a vegades aquells homes tenien ganes d'abandonar la tasca. Malgrat la cura que hi tenien, quan el tenien dominat en un cantó, rebrollava un tros més a la dreta. Només aconseguien exposar la vida sense veure'n profit. Les flames eren traïdores, tot d'una una veu de l'atalaia els avisava: marxeu a corre-cuita perquè sinó quedareu encerclats. Les flames corrien d'una banda a l'altre com dimonis encesos. Varen agafar podalls per obrir-se camí i anaven fugint per la boscuria. El bleix de la crema se sentia a pertot arreu. La ventada feia uns udols esgarrifosos. El foc corria d'un costat a l'altre de mantonya. No quedava gairabé ni un petit boei de bosc que no flamagés. Els ulls de aquella gent eren esparverats, els obrien com dues taronges.

Algú digué i amb raó: només la vida val la pena.

Quan varen adonar-se de la inutilitat dels seus esforços decidiren d'anar-se'n. Algú digué i amb raó: només la vida val la pena! Havien de fugir perquè la bravada de l'incendi ja gairebé no els deixava respirar. El fum que venia de tots cantons els ofegava. Calia no perdre temps era un panorama esgarrifant. La calor els mig rostia. Les flames xiulaven, les branques cruïxen, també havien d'esquivar la pluja de guspies. Es una experiència que no s'oblida mai. Semblava que es trobaven enmig d'una mar de foc. Les forces humanes foren inútils i impotents contra la força bruta del foc barrejada amb vendaval que sense parar bufava. Molts dies va cremar el bosc, si mal no recordo foren vuit, llavors quan ningú s'ho pensava el vent amainà i una forta nuvolada tapà el firmament, la pluja va fer en poca estona allò que ni en Ciso ni els seus mossos aconseguiren. Si, tot el foc s'acabà, però penseu que de totes aquelles terres que amb tossuderia havien fet conreables només en quedaren una misèria de vessanes. Llavors la majoria van haver d'allunyar-se'n i anar a buscar un refugi a ciutat. Si en fa de mal el foc!

OM SHANTI



El ser humano necesita conocer quién es y descubrir que sentido tiene esta vida. Una vez clarificado, más o menos, el objetivo, se precisa un método o instrumento para encauzar los esfuerzos en esa dirección. El Yoga es el camino y a la vez la meta. Cada individuo es algo muy complejo que obedece a un programa de vida preestablecido. Un programa que ha sido adquirido, la mayoría de las veces, de una forma pasiva, fruto de las circunstancias particulares del contexto socio-cultural e histórico en el que se mueve. Circunstancias, comunmente, cargadas de errores, ajenas a su voluntad o a su propia experiencia. Eso se traduce en inseguridad, fanatismo, intolerancia.



TODO HOMBRE, TODA MUJER QUE
SE ESFUERCE, CRECE...

9



La fe está basada en la creencia en las facultades infinitas que uno encierra. No hay que temer nada...

Si el individuo quiere ser libre, debe ir poniendo su propio programa de vida.

Si el individuo quiere ser libre, debe ir poniendo su propio programa de vida. Casi siempre es el dolor el que despierta y lo encausa. Pero ocurre, muy amenudo, que una vez el dolor se aleja un poco, vuelve a abandonarse estupidamente sin haber llegado a ninguna conclusión clara. El resultado es que lo convencional vuelve a conducirlo a la frustración y a la ignorancia.

En el camino de la superación personal no hay que tener prisa pero tampoco hay que detenerse. La humildad, la paciencia y la perseverancia, son las primeras virtudes a desarrollar. Es necesario -sobre todo al principio- un entorno adecuado en el que sentirse arropado y una referencia que nos marque el camino, ya que las circunstancias tienden a arrastrarnos y a la mente a engañarnos. Aunque, naturalmente, uno debe ser siempre responsable de sí mismo y debe prevalecer siempre el criterio personal.

Todo hombre, toda mujer que se esfuerce crece. Nadie puede detenerse. Buscamos la paz, el conocimiento, la inmortalidad. Pero la paz no es completa hasta que no abarca todas las dimensiones del individuo. Cda experiencia es un paso que nos acerca a lo esencial, a esa plenitud, a esa perfección que nos hace libres. Debe desarrollarse una disciplina que permita controlar las riendas de la vida para dirigirla a voluntad. Hay que desatar las trabas que impiden el avance y favorecer la reconciliación con la naturaleza interna y externa, estableciendo una relación armónica que permitirá tener unas perspectivas más claras de la realidad.

Veo a la humanidad semejante a un océano. A veces embravecido, a veces calmado.

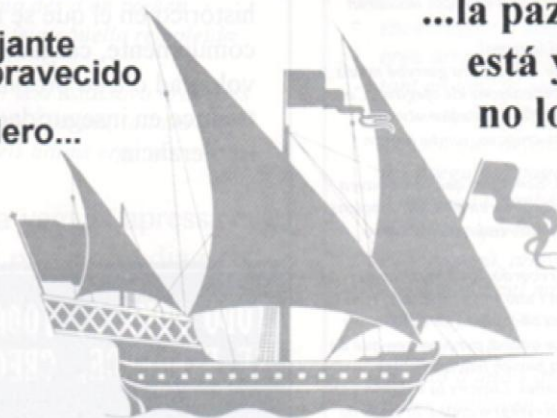
Absorbido por la Luna o empujado por el viento. En ocasiones elevado como nube, fluyendo como río, naciendo como manantial o reposando como lago.

El hombre es como un velero. Puede simplemente flotar en el océano o puede surcarlo. El mastil es la esperanza, la fe es su vela desplegada, la voluntad su timón, el intelecto el timonel. En su camarote está encerrado el rey del Universo.

**...la paz está a tú alcance,
está ya dentro de ti,
no lo dudes.**

**veo a la humanidad semejante
a un océano. A veces embravecido
a veces calmado.
El hombre es como un velero...**

10



**Paz física.
Paz psíquica.
Paz espiritual.**

Ante todo en la vida se necesita fe. Fe es la fuerza creativa de este mundo, es lo que nos impulsa a progresar. Creer es poder. La fe está basada en la creencia, en las facultades infinitas que uno encierra. No hay que temer nada, todo debe conducirnos a la potenciación de esas facultades. Jamás deben fustificarse las debilidades. Todo propósito debe ser medido inteligentemente de acuerdo con las posibilidades del momento, y una vez establecido, debe ser acometido a toda costa. Nunca debería perderse una batalla contra la mente, pues entonces la siguiente será mucho más dura. Aunque la vida no debe entenderse como una batalla, en sentido negativo, sino como un fluir con esfuerzo hacia lo positivo, hacia la perfección, hacia la paz. El único enemigo es el ego. El único pecado es perder el tiempo. La vida encierra grandes posibilidades. No te quedes en la superficie, busca las profundidades. Se regular en tus prácticas. Libérate del stress, la ansiedad, la depresión. Reencuentra tú equilibrio natural y descubre la plenitud de la vida. No esperes ni un minuto más, la paz está a tú alcance, está ya dentro de ti, no lo dudes. Tan solo tienes que reconciliarte con tú cuerpo, con tú mente y establecerte en tú interior para así poder expandirte hacia todos los seres, todas las cosas y experimentar la verdadera vida, el auténtico AMOR. De la práctica del Yoga se deriva la paz, y de ahí surgen todas las respuestas, se despejan todas las dudas y se disipan todos los temores. El Yoga es para los fuertes o para los que quieran serlo. El Yoga es para los sanos (física y psíquicamente) o para los que quieran serlo. El Yoga es para los inteligentes o para los que quieran serlo.

Mientras tanto, uno tiene que sufrir muchas frustraciones y desengaños. Es preciso madurar en la escuela de la vida. Cuando el dolor agujonea, es una bendición tener algo que te eleve y te libere. Es la antorcha milenaria de la sabiduría práctica del Yoga. Sepamos recogerla para nuestro beneficio y entregarla a otros como el más preciado tesoro.

Recuerda: Más vale un grano de práctica que toneladas de palabras. Tú ya tienes todas las respuestas. Ve hacia dentro.

en quatre ratlles



Dinar de germanor



L'apat va transcórrer amb gran animació...

El passat mes d'octubre es va celebrar en un conegut restaurant de Banyoles, una *trobada-dinar* que va aplegar malalts, familiars, personal de la revista i trasplantats.

L'apat, va servir per retrobar-nos amb companys trasplantats que van omplir-nos d'il·lusió en veure el seu magnífic estat de salut.

Tan solo tienes que reconciliarte con tú cuerpo, con tú mente y establecerte en tú interior para así poder expandirte hacia todos los seres, todas las cosas y experimentar la verdadera vida, el auténtico AMOR.



Un dia plujos del mes de novembre de 1992. La empresa "Solidatt DRG3" convoca a tots el seus directius a una reunió de treball a un Hotel de la provincia.



A la reunió el Director Sr. Q. Moral prend la paraula i tot seguit comença a parlar del Sr. B. Pau, ridiculitzan.lo i llençant calificatius e impropis molt gruxuts...



...fent.lo quedar molt malament

POLITICA DISCIPLINARIA



Més tard, ja a casa seva, l. hi diu a la seva dona

que no estrova bé i per això no vol pas sopar...



Els fets es posant en coneixement de la Justícia.



2 hores abans del judici , Solidatt DRG3, crida als directius a una reunió...

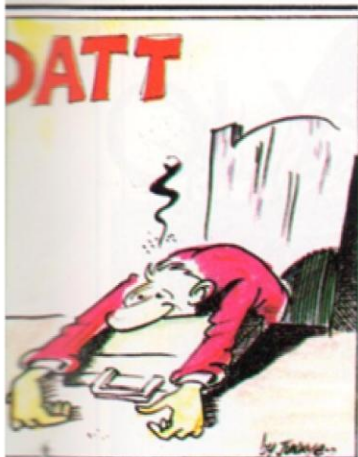


El jutge fa la pregunta: Jura dir la veritat? -Sí Juro!! -diu un Directiu

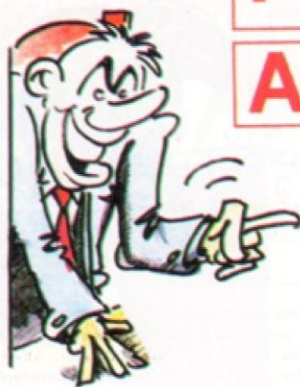


i aques alega com se

Poder i Autoritat



En Pau queda afectat!

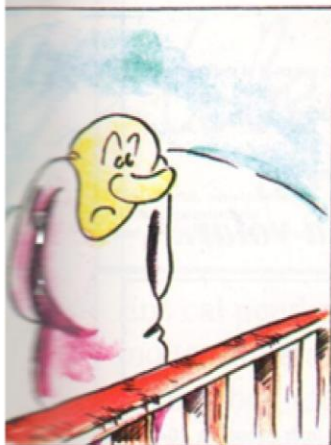


PODER:
Agredir els altres exercint el totalitarisme mitjançant la imposició de normes o lleis.

AUTORITAT:
La persuasió d'un mateix davant la uniformitat de la vida.

DOLORS COLL FIGUERAS.

En Pau mort. (e.p.d.)



Aquest (amic d'en Pau) alega que tot havia anat com sempre...



... i justament era el testimoni de l'acusació, i va canviar d'opinió !!!

Quan era petita i anava a l'escola, recordo que de tant en tant la professora ens deia: "Demà vindrà el Sr. Inspector! Vull que tothom posi les llibretes -al dia- i que siguin ben presentables, ja sabeu que el Sr. Inspector és la màxima autoritat de l'Escola. Jo llavors no apreciava la diferència que hi ha entre "Autoritat i Poder" però ara entenc que aquell senyor no tenia cap mena d'autoritat envers nosaltres, sinó que solament exercia el seu propi poder. Per distingir entre aquests dos conceptes, sols ens cal donar un cop d'ull a personatges de la Història, actuen de diferent manera segons el seu nivell d'autoritat o poder.

D' Adolf Hitler tots sabem que actuava mogut per la seva pròpia prepotència. La gent l'havia d'obeir o sinó eren afusellats.

Stalin era un home que per por que el trepitessin ell humiliava els altres, i així, aniríem fent un llarg diccionari encapçalat per tota mena de dictadors. La tirania, el despotisme, el totalitarisme eren els seus aliats més forts i en agredir els altres sols exercien la seva fortalesa amb l'única finalitat d'omplir-se de poder.

En l'autoritat s'hi reflecteix la pròpia persuasió d'un mateix davant la uniformitat de la vida.

Gandi sempre va actuar amb la màxima autoritat, governant de forma reixida a tots els seus seguidors, els quals li atorgaren el domini perquè ell exercís les seves pròpies decisions.

En l'escola de la vida hauríem d'entendre que únicament l'autoritat és hàbil per al progrés. Però que aquesta ha de passar pel sedàs de la reverberació abans de donar-li llicència, ja que avui són poques les persones que actuen per plena autoritat, malgrat de viure en democràcia, ja que quan un està en el poder, aquesta s'esmicola.

La intel·ligència, la comprensió envers al altres, la fidelitat i l'autoestima en un mateix espresseran el límits de més o menys autoritat i poder en que una persona disposa, perquè com diu Raimundo Panniker, "a més autoritat menys poder i a més poder més poca autoritat".

El Poder es agafat. L' Autoritat s'atorga.

REFLEXIONS:

-es va presentar un testimoni per a perdre el Judici. ? Parlem de Solidaritat, i després no la practiquem.

EL LIMIT DE LA INCONSISTENCIA.

13

L'Àguila que no sabia volar



Ella havia nascut en mig de gallines i pollets. Quina frustració per una petita àguila no poder volar! De fet, ni ella sabia que ho podia fer i per això tampoc ho va intentar. Ella sentia que d'alguna manera era diferent, però li era tant difícil enfrontar-se a la idea de que no havien nascut per volar, que van haver de passar molts anys abans de que decidís a prova -ho.

L'oportunitat se li va presentar en forma d'indiots. El va veure quan es tirava del corral del veí. Quin aterratge! I quan el va sentir parlar... Quin accent! Era una barreja entre el Nord i el Sud. Que diferent dels altres!

Tenia que fer-ho. Tenia que deixar el corral i aprendre a volar juntament amb l'indiots. I així ho va fer. Sabia que, de moment, s'haurien d'accontentar en córrer, perquè ella no sabia volar, però volia intentar-ho.

Al principi li era molt difícil seguir a l'indiots però aprenia tantes coses i ell l'ensenyava amb tant d'interés, que tots els esforços li semblaven pocs per aconseguir el seu somni. Varen passar els anys. Havia après moltes coses, però encara no sabia volar.

Fins que un dia va decidir anar a un poblet petit on havia sentit dir que hi havia una gran mestra. Li va explicar que tot anava molt bé. Que tenia una relació amb l'indiots que molts voldrien. No, no tenien fills ni veien a gairebé ningú. Però es tenien l'un a l'altre i això era suficient. El seu problema era que ara es veia en cor de volar però que no en sabia. I que si n'aprenia segur que l'indiots també volaria més alt.

Quin alivi saber que, per fi, algú la podia entendre i ajudar. De cop tot li va semblar possible. Va començar a estudiar i a estudiar. Va fer algunes pràctiques de vol ras i cada cop estava més entusiasmada.

Però hi havia una cosa que la posava trista i que l'impedia continuar: "com és que l'indiots no volia anar mai amb ella?" Prou que insistia i que l'hi explicava el que deien els llibres, però l'indiots cada cop s'entossudia més en que això de volar els podia fer perdre el cap. Ell estava content saltant del teulat i corrent.

De cap manera podia ella accontentar-se en córrer. Tenia que volar i si no era amb l'indiots ho faria sola. Sola! Havia dit "sola"! De sobte ho va veure tot clar. Mai havia fet res sola. Sempre havia necessitat a algú altre per fer les coses. Com podia ésser la vida si es posava a fer les coses ella sola?

Va sentir por. Es va quedar quieta i el silenci li va dir que no tingués por, que no estaria mai sola.

I així és com va començar a volar. Cada cop més alt. Ella sabia que podia fer-ho. Al principi les caigudes eren estrepitoses, però les nafres no l'impedien tornar-ho a provar.

Cada dia era més feliç. Malgrat tot se sentia malament. "Com és que els del meu voltant ni tant sols intentin volar? Amb aquestes ales que tenen!"

Prou que els hi explicava que ella abans no en sabia i que, amb pràctica, es pot fer tot, però no hi havia res a fer. Tots els seus esforços eren en va. Va sofrir durant molt temps, per això. Ella, que hauria fet el que hagués calgut pels altres, ara veia com s'anava quedant sola. Fins que un dia va comprendre una cosa essencial que se li havia passat per alt i que havia sigut la causa principal del seu sofriment: Ella era una àguila i podia volar! Però ni els pollets, ni les gallines, ni els indiots podrien arribar mai a volar com una àguila. Ells només podien ésser feliços seguint el que eren.

Han passat els anys i, de tant en tant, es dona un tomb pel corral que la va veure créixer. El missatge no ha canviat gaire de quan ella era petita. Això de volar continua fent por i hi han coses que és millor no provar-les.

"Potser el preu que es paga és massa elevat"- pensà.

Però en el fons es permet un somriure. Ella sap que qui no es conforma en saltar i córrer, tard o d'hora, troba el mestre que l'ensenyava a volar. L'altre dia la vaig trobar saltant i corrent amb uns nens. Feia molt temps que no la veia. "Hola"-li vaig dir. "Que estrany veure't saltar i córrer. Em pensava que sabies volar".

"Sí, ja en sé"- em va dir.

Em degué veure amb cara de lluç passat per aigua, perquè després va afegir:

"No ho diguis a ningú, però saps quin és l'avantatge de saber volar? Que ara puc triar. Si vull saltar, salto. Si vull córrer, corro. I si vull volar, volo. Es va posar a riure i va continuar jugant amb els nens.

"... I el destí et presenta a aquell mestre que t'ensenyava a valorar les teves pròpies rareses i a qüestionar la perfecció de l'autoritat..."

***Ella sap que qui no es conforma en saltar i córrer,
tard o d'hora, troba el mestre que l'ensenyava a volar...***

14

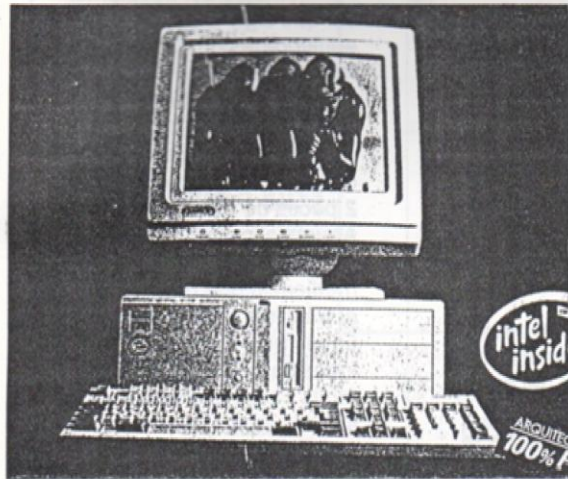
TALLERS MECANICS

SOMAC.S.A.

Ctra. Estació s/n
Telefon 33.05.49
17003-BLANES-

Carrer Joan Bruquera 10-20
Telefon 20.34.50
Fax 20.23.36
17003-GIRONA-

OLYMPIA



pentium
PROCESSOR

ARQUITECTURA
100% PCI

amb el tercer monitor
CATALUNYA i nord de França
Lebanon i Síria
SOBIRANITAT DE JORDÀNIA

116.900 plus. IVA

ODP.331

- Procesador AMD a 40 MHz
- HD 210 MB
- RAM 2 MB ampliable a 16 MB
- Tarjeta VGA con 512 KB
- Monitor SVGA Color 14"
- Disquetera 3 1/2" y 1,44 MB
- Arquitectura ISA

DISTRIBUIT PER

tubeda

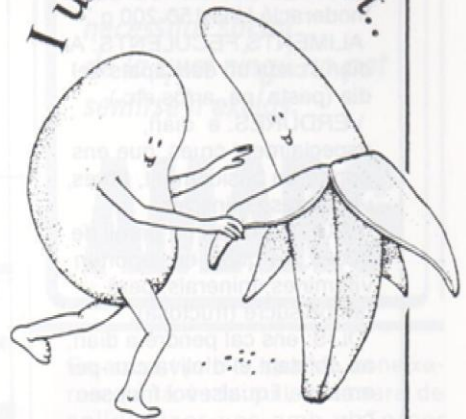


Mobiliaris, equipaments,
útils i maquinària
per a oficina i indústria

Carrer Barcelona, 8
Tels. 20.36.15 - 20.37.12
17001 GIRONA

DIETETICA

De res massa..
I una mica de tot..



L'acte de menjar i de combinar els diversos aliments, es fruit de les normes de cada cultura, i en el fons respon a la necessitat de cobrir els requeriments energètics i de nutrients de les persones, respectant els gustos, costums i possibilitats alimentàries.

Així doncs, totes les formes de menjar poden ser bones, si l'elecció dels aliments es capaç d'aportar en les justes quantitats, les substàncies nutritives necessàries a l'individu en cada un dels moments del seu cicle vital.

L'alimentació "equilibrada i saludable", és la que facilita el bon manteniment de l'estat de salut.

Ens cal pendre amb molta moderació: sucres, begudes sucrades i alcoholiques, greixos animals i sal.

De res massa. I una mica de tot...



15

DIETETICA

L'alimentació "equilibrada i saludable"

Per fer una alimentació d'aquestes característiques, ens cal pendre:

LACTICS: a diari, els quals ens aportaran bàsicament proteïnes i calci.

ALIMENTS

PROTEICS:(Carn, peix, ous, etc.) a diari amb certa moderació. Uns 150-200 g

ALIMENTS FECULENTS: A diari i cada un dels apats del dia (pasta, pa, arròs, etc.)

VERDURES: a diari, especialment crues, que ens aportaran bàsicament, fibres, vitamines i minerals.

FRUITA: a diari un parell de peçes, les quals ens aporten vitamines, minerals, però també sucre (fructosa).

OLIS: ens cal pendre a diari, no oblidant el d'oliva cru -per amanir-, i qualsevol fruit sec cru.

Ens cal pendre amb molta moderació: sucres, begudes sucrades i alcohòliques, greixos animals i sal.

El pacient insuficient renal, dependent de l'evolució i tractament de la seva malaltia, es veu obligat a modificar força el que seria "la seva alimentació habitual equilibrada", restringint alguns d'aquests aliments: fruites, verdures, o controlant molt la quantitat de protèics (carn, peix, etc...) o fins i tot suprimint la sal.

El seu acte "de menjar", deixa de ser moltes vegades gratificant i lliure, per esdevenir una manera d'intentar cobrir unes necessitats biològiques. La desgana, la por a fer transgressions amb risgreu per la seva salut, o el sentiment de culpa d'haver transgredit els consells dietoteràpics, dificulten encara més la marxa harmoniosa de la seva alimentació.

La bona informació al pacient per part de l'equip sanitari i la comprensió per part del seu entorn, facilitarà que ell mateix aconsegueixi trobar el seu millor equilibri alimentari.

Una vegada realitzat el trasplantament renal a aquets pacients, alguns tendeixen a "anarquitzar" amb excés la seva alimentació, "estan tips de tant control i prohibició."

Però, el més prudent i assenyat es pensar que l'alimentació del trasplantat cal que sigui com a mínim tan equilibrada com la que ha de fer la població no malalta, fent una atenció molt especial en no sobrepassar les recomanacions de poc sucre i derivats, i no sobrepassar les 2 peces de fruita al dia.

Aquets aliments molt rics en glúcids, farien per efecte de la medicació que ha de pendre el trasplantat, que es produïx un increment de pes indesitjat, i en continuar en molts casos a la restricció de sal.

Aquets pot ser seguint a grans trets els aspectes que diferencien l'alimentació del trasplantat renal, de l'alimentació "equilibrada i saludable" que tots hem de fer.

Si la família del trasplantat renal segueix una alimentació equilibrada i harmoniosa, ell apenes s'ahura d'apartar de la manera de menjar dels seus, podent fer seu l'aforisme llatí: "nihil, nimis" es a dir: "de res massa", tot afegint-hi la dita catalana: "i una mica de tot..."

Marina Paretas / Carme Suñol (Dietistes del Servei de Nefrologia de la Clínica Girona)

jaume

C/ Güell, 186, baixos

• Tel. 24 37 69

• 17005 GIRONA



**PERRUQUERIA
PER A HOMES**

**"No corris,
ves a poc a poc:
que a on has
d'arribar
és a tu
mateix".**

(J.R.Jiménez)



ADMINISTRACIÓ N.º 2

LOTERIA

"Merche"

• Telèfon 21 55 78 - 17002 GIRONA
Joan Maragall, 17.

16



els infants dibuixen



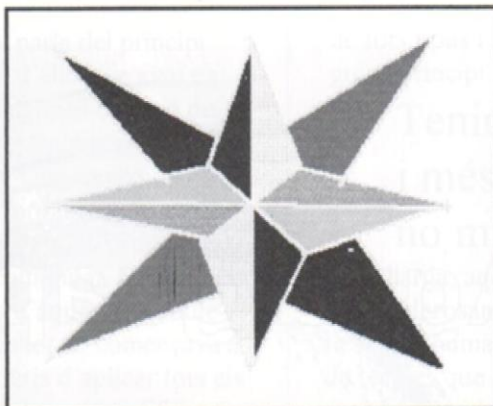
L'Adrià, de 8 anys (l'estel)

Full Obert: És una secció de cartes i col·laboracions espontànies, per tal que tothom hi digui la seva.

Recordeu que donarem prioritat de publicació a totes aquelles cartes que no ocupin més d'una cara d'un foli mecanografiat a doble espai.

No es retornaran els originals, ni es mantindrà correspondència particular sobre aquests.

Amic lector: T'emplacem perquè col·laboris en aquesta revista, a fi de què el teu nom i els teus pensaments figurin en la nostra publicació. T'ú també pots dir-hi la teua. T'esperem doncs, en aquestes planes, si tramets els originals a temps a la redacció de la Revista.



"Enseña a un niño el camino que debe seguir y, aun cuando llegue a viejo, no lo abandonará"
(SAGRADA BIBLIA, Proverbios, XXII, 6)



Les donacions són una necessitat social de la qual ningú no pot sentirse'n exclós.

AMARG

CATALUNYA JOVE

SOLIDARITAT AMB EL TERCER MÓN

Donat que any rere any ha anat creixent d'una manera considerable la sensibilització envers els problemes que pateix el Tercer Món, la Secretaria General de Joventut ha editat una guia informativa que pretén donar a conèixer les diferents entitats no governamentals (ONG) catalanes de cooperació amb el Tercer Món, i també mostrar les possibilitats reals de cooperació. D'aquesta manera, a les primeres pàgines de *Joves Catalans Solidaris amb el Tercer Món* trobareu totes aquelles accions que podeu dur a terme per tal d'ajudar als països del Tercer Món, ja sigui des de Catalunya o bé a l'estranger.



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de Joventut

En aquest primer apartat, coneixereu quina és la millor manera de solidaritzar-vos amb el Tercer Món, des del suport econòmic, passant per l'assessorament tècnic o el voluntariat. En les pàgines següents, la guia inclou una interessant secció, amb la «Definició de Conceptes» més importants relacionats amb l'ajuda al Tercer Món.

A l'última part hi ha una llista de les principals organitzacions no governamentals per al desenvolupament del Tercer Món (ONG) presents a Catalunya.

* Trobareu la guia *Joves catalans amb el Tercer Món* a qualsevol punt d'informació juvenil de Catalunya, així com a la seu de la Secretaria General de Joventut de la Generalitat de Catalunya.

FES UN GEST SOLIDARI

...per servir i ajudar a persones marginades, malalts i minusvàlids que viuen a Sant Bernardo Xile-Parroquia de Sant Ignacio de Loyola, junt a un missioner de Banyoles.

PARROQUIA SAN IGNACIO
Avenida America N. 015
Casilla 35 -San Bernardo-XILE

La Fundación Stella Sole, con sede en Barcelona tiene como fin la beneficencia en general, fomentando el AMOR y la COMPRENSION en el ser humano, rayo divino de la LUZ Universal.



Secretaria General de Joventut

17

Agua guapa.



18

La força de la inèrcia

Emili Teixidor



En un text llatí que parla del principi del menor esforç, d'allò que avui en diríem "passar d'algunes coses o de tot", trobo l'expressió *vis inertiae*, o sigui la força de la inèrcia. Una força contra la qual polítics, educadors i moralistes lluitaven i prevenien els seus clients si volien progressar com a individus i com a comunitat. Una de les manifestacions més clares d'aquesta ganduleria mental és la que, ja aleshores, començava a apuntar-se entre els partidaris d'aplicar tots els esforços en els coneixements que modifiquen les formes de vida i la fan més fàcil, i la dels partidaris de no excloure els coneixements que modifiquen les formes de pensar que condueixen a un aprofundiment i a una il·luminació de la consciència. Polèmica que avui, amb l'amenaça de suprimir o reduir els estudis humanístics, és més viva que mai.

Els enemics del progrés moral i social -deien ja aleshores, quan es preocupaven del poder de la inèrcia- són l'apatia i l'estretor de consciència, juntament amb les passions antisocials

de tots tipus i amb la peresa intel·lectual, o sigui el principi del menor esforç, que dèiem.

Tenim més diaris i més ben fets, però no millors notícies...

A la llarga, aquests esforços poden contribuir més poderosament a la solució dels afers pràctics de la humanitat, que la formació de milers de tècnics que ens han fet la vida més fàcil però més buida. Tenim més diaris i més ben fets, però no millors notícies; tenim música per a tothom, quan fa poc els burgesos havien de fer-se el Liceu si volien escoltar música perquè els nobles no els deixaven entrar als seus salons, i l'única música que podien escoltar burgesos i menestrals era a l'església, però hem d'aguantar les cançonetes d'estiu; tenim cinema i televisió, imatges a dojo, quan abans només tenien Giotto o el mestre de Taüll que il·luminaven les capelles, però la majoria d'imatges són inútils, repetitives, ensopidores i vulgars; tenim més llibres, però menys autors universals. Com deiem a Alemanya, "no tenim literatura: tenim Goethe i afegitons".
¿Triomfarà finalment la inèrcia?



Pastisseria Artesana

CAN XAPA

Carrer Montserrat, 1
☎ 49 02 74

BORDILS (Girona)

GRÀCIES



Emili Teixidor (Roda de Ter, 1933), guardonat amb diversos premis aquí i a fora, autor de llibres de gran èxit, ha aconseguit amb "Cor de Roure" una novel·la emocionant i treballada que recorda pel seu interès documental, "L'ocell de foc", un clàssic de la literatura juvenil que també han llegit tots els públics.

19

Joaquim Vallmajó,



RWANDA

El P. Joaquim Vallmajor, de 53 anys d'edat i originari de Navata, fou assassinat a Rwanda pels moviments rebels del Front Patriòtic Rwandès (FPR), de facció tutsi. El seu compromís sense distinció d'ètnies ni d'ideologies (tutsis o hutus) ens porta a la transcripció d'una nota publicada al Full Parroquial de Girona:

-Assignatura aprovada-

Al final de juny els estudiants han estat avaluats i acaba el curs acadèmic. Els exàmens demostren (a vegades no massa bé) els coneixements d'un/a alumne/a. Als educadors, però, els és més difícil de saber la seva maduresa. Sempre queda la incertesa de qui aprovarà o suspensarà la vida.

Aprofitant un dels viatges des de Ruanda d'en Quim Vallmajor, el pare blanc fill de Navata, vaig convidar-lo perquè els meus alumnes d'aleshores coneguessin de prop un testimoni. En presentar-lo els vaig dir que si comprenien allò que anaven a escoltar, tenien la meua assignatura aprovada.

Estava molt segur de la importància del seu missatge. Davant les noies i els nois va explicar els fets de manera planera, com un bon pedagog. Va fer, per exemple, un esquema d'una casa de pisos a la pissarra. En un d'ells es calava foc. Els estadants dels altres pisos, malgrat ser sabedors de la tragèdia dels seus veïns, continuaven tranquil·lament en els seus llocs; en un pis fins i tot celebraven una festa. Ni que fos per egoisme aquells veïns havien d'haver ajudat a apagar el foc de l'habitatge en flames. En Quim Vallmajor va fer arribar així el seu missatge dramàtic sobre la situació d'un món en perill. Els països rics volen ignorar la situació de misèria de continents sencers. L'Àfrica, concretament, sembla destinada a desaparèixer, ja no ens és necessària i no importa el seu destí.



Quan escric aquestes ratlles fa més d'un mes que no es tenen notícies del nostre missioner. Sigui el que sigui de la seva vida, el seu compromís ha obrat miracles: el miracle de donar-nos força per aprovar l'única assignatura important. Gràcies, Quim!

JOAN SURROCA I SENS

Subratllant una nota testimonial:

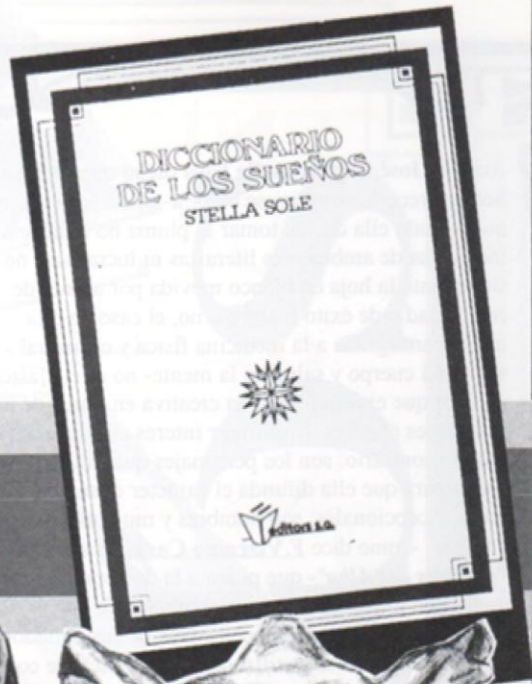
"M'he compromès amb el poble, m'he consagrat a Déu, i he rebut una missió"

20

		Avda. de la Palma, 21 ☎ Hotel: 340 340 - 340 953 ☎ Part: 341 227 Apartado de Correos 29
		17320 TOSSA DE MAR (Costa Brava) SPAIN

PASADO

Dime cómo sueñas y...



presente

FUTURO



Para comprender los sueños tenéis que ir componiéndolos como se juntan las piezas que forman un rompecabezas. Según lo que se sueña hay que buscarlo en el **diccionario de los sueños**, detalle por detalle e ir juntándolo. Todo requiere un poco de práctica.

"He soñado que iba en una piragua. Luego me encuentro junto a una ermita donde hay un obispo. El dice que ha llegado con un velero. Me entrega un plato conteniendo una teja y una pluma. Luego descubro una lima. Allí mismo hay una fuente. tengo sed, me dispongo a beber cuando despierto".

Significado del sueño: Te anuncia subida lenta pero firme y segura de lo que sea, y con ello ganarás un escalafón de altos vuelos. Por más impaciente que uno sea, tiene que saber esperar en todo momento. No obstante tus esfuerzos te llevarán lejos a pesar de los escollos que se pueden presentar en el camino de tu vida. Pero siempre tendrás que limar las asperezas que hay en ti, para que todo sea más liso y llano, y entonces se te podrá valorar. Sigue adelante y olvida el pasado y concéntrate exclusivamente en el presente, así llegarás a la fuente de la sabiduría, la fuente de la inspiración.

"Diccionario de los sueños/ Stella Sole"

tú



vida y
Misterio

21

Aunque José M. Gironella haya dicho que Stella Sole merecería convertirse en best-seller, lo cierto es que cuando ella decide tomar la pluma no lo hace a instancias de ambiciones literarias ni lucrativas, no se sienta ante la hoja en blanco movida por afanes de celebridad o de éxito material; no, el caso de esta mujer consagrada a la medicina física y espiritual - salud del cuerpo y salud de la mente- no es el clásico escritor que exprime su vena creativa en busca de unos personajes capaces de infundir interés en sus lectores; todo lo contrario: son los personajes quienes buscan a Stella para que ella difunda el carácter ejemplar de sus vidas excepcionales, son hombres y mujeres "de carne y hueso" -como dice E. Vizcaino Casas en su prólogo a "Cenizas del Alba"- que piden a la doctora, a la mujer ungida de gracia extrasensorial, que narre las experiencias personales y colectivas de sus agitados destinos. Y todos son utilizados por Stella Sole como ejemplos reales para aquéllos que anhelan coronar la cima del autoconocimiento y desnudar la esencia de sus destinos.

Stella ofrece al mundo el abrazo esperanzador de la FUNDACION que lleva su nombre.

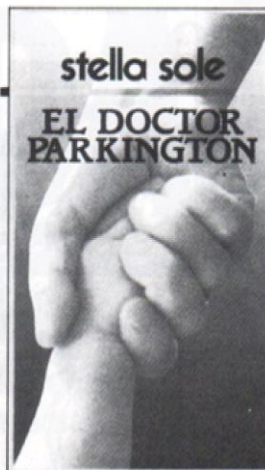
Al respecto, el hombre que de modo más decisivo influyó en la vida y la obra del doctor Robert Parkington, dice:

"Si al referirme al libro -el Doctor Parkington- escrito por Stella, he hablado de la Ciudad de los Muchachos, forzosamente debo mencionar ahora la FUNDACION que Stella Sole ha creado. ¿Sabes que te digo? Lo sabía; mejor dicho, lo presentía. ¿Qué otra cosa podría esperarse de ti? Has nacido para alumbrar las vidas de todos los seres que viven en nuestro mundo, del mismo modo que las estrellas, de idéntica forma que el sol."

"¡Cuántos Parkington, o Sánchez, o Pérez, o Pons, o Serrat, lograrán su realización merced a la generosidad de tu alma!. Creo haber dicho que iba a hablar de tu FUNDACION, y resulta que ésta no necesita mayor comentario; sólo añadir: ¡Adelante! ¡Qué tu

luz perfore la penumbra en todo aquél que quiera ver!"

Dr. Alexis Voroshilow



EL DOCTOR PARKINGTON

Prólogo: Dr. Alexis Voroshilow
376 PAGINAS.
Ref. 006

Reciba en su hogar
cualquier obra de

STELLA SOLE

La sensación literaria
de los años 90
Stella Sole
la escritora que
comunica energía
a sus lectores

La Guerra Civil Española
Prólogo: F. Vizcaino Casas
896 págs.
Ref. 001 P.V.P. 3.650 ptas.

La Segunda Guerra Mundial
Prólogo: Antonio de Senillosa
824 págs.
Ref. 002 P.V.P. 3.650 ptas.

El hijo de Christina Morris
en pos de su destino
Prólogo: Juan Corbella
614 págs.
Ref. 004 P.V.P. 3.650 ptas.

La espía que surgió
del apocalipsis
Prólogo: D. Pastor Petit
568 págs.
Ref. 003 P.V.P. 3.650 ptas.

La cumbre:
¿Ilusión o esperanza?
Prólogo: José M. Gironella
554 págs.
Ref. 005 P.V.P. 3.650 ptas.

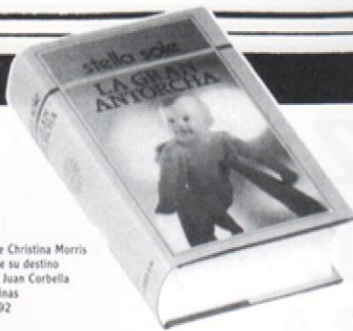
Ruego me envíen contra Reembolso las siguientes Referencias:

Ref.	Cantidad	Ref.	Cantidad	Ref.	Cantidad
Señoría/..... calle nº					
Piso Población					

Fundación Stella Sole
Gerona, 6, pral. - 08010 - Barcelona - Tfno. 302 53 76

22

**STELLA
SOLE**



El hijo de Christina Morris
en pos de su destino
Prólogo: Juan Corbella
614 páginas
Abril 1992



La cumbre: ilusión o esperanza?
Prólogo: José M^a Gironella
552 páginas
Abril 1993

La espía que surgió del apocalipsis
Prólogo: D. Pastor Petit
568 páginas
Noviembre 1991



La Guerra Civil Española
Prólogo: F. Vicalaino Casas
896 páginas
Abril 1991



La Segunda Guerra Mundial
Prólogo: Antonio de Senillosa
824 páginas
Junio 1991



LLIBRES RECOMANATS

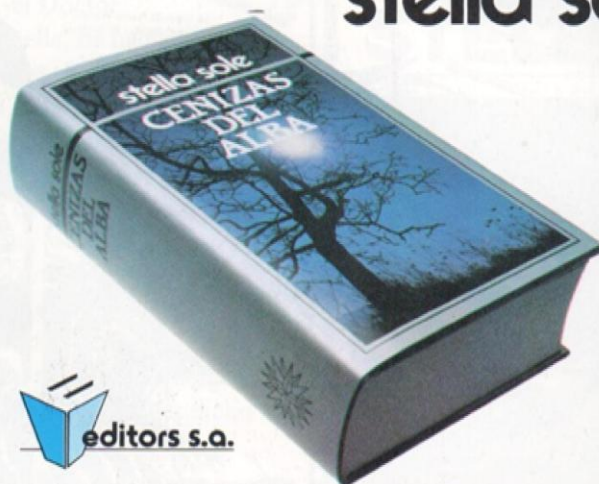
**S
O
S
L
L
I
B
R
E
S
2
3**

CENIZAS

DEL ALBA



stella sole



 **editors s.a.**

LA GUERRA CIVIL ESPAÑOLA

«Una guerra, pues, insólita en muchos de sus aspectos, radicalmente distinta de la versión que de ella pretenden contarnos últimamente seudopacifistas que no la conocieron, o intelectuales lastrados por el rencor, la frustración o la escasez de glándulas viriles».

F. VIZCAINO CASAS