



Envejecimiento,
fragilidad y salud
cerebral humanas.

(Fragmento)

Sergio Urbina G., M.D.

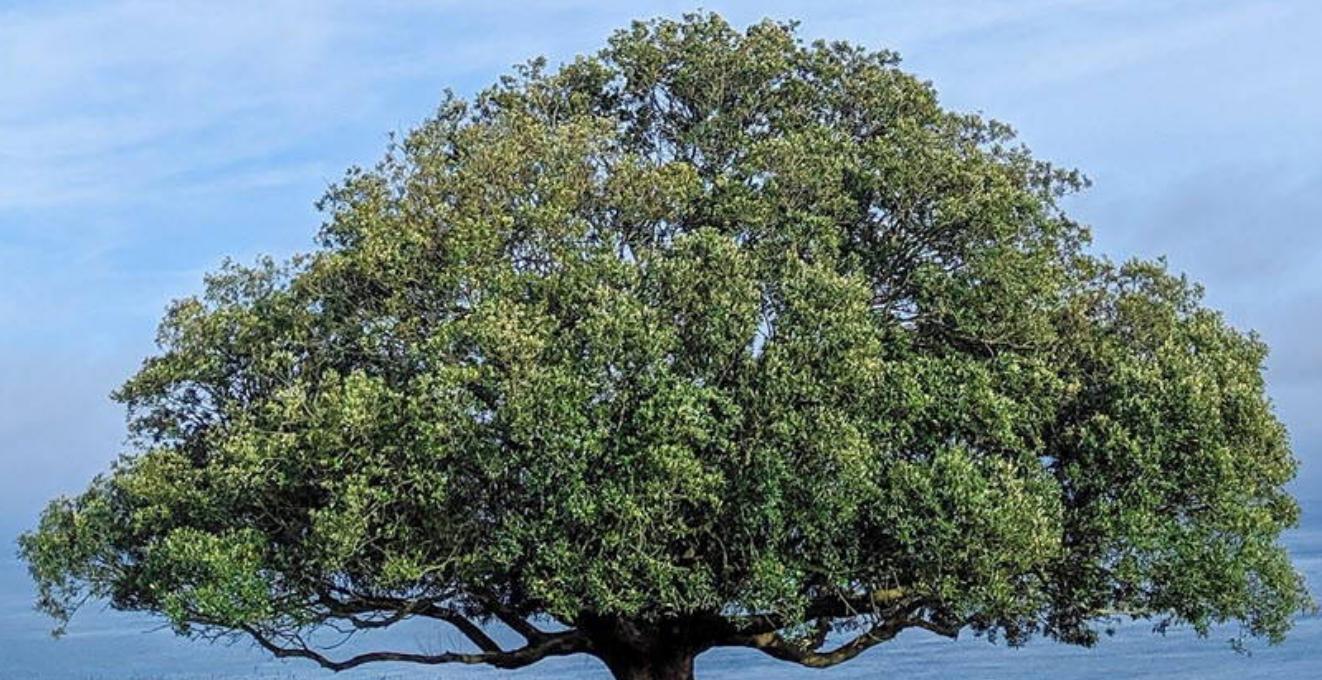


SEMILLAS



Mensaje de Navidad
de Juan Pablo II

Nº43



CUENTO DE NAVIDAD

El último sueño del viejo roble

Hans Christian Andersen

Cuento / Págs. 6 y 7



La pureza
intelectual de
Henri Bergson

Juan Pabón Hernández

Filosofía / Pág. 3



Separación de
Colombia
y Panamá

David Jáuregui Sarmiento

Historia / Págs. 8 y 9



Estrella
de Navidad

Gabriela Mistral

Lírica / Pág. 12



GARCILASO DE LA VEGA

Siglo de Oro de la poesía española.
Toledo, entre 1494 y 1501 - Niza, Du-
cado de Saboya, 14 de octubre de 1536.

SONETO XVII

Pensando que el camino iba derecho,
vine a parar en tanta desventura,
que imaginar no puedo, aún con locura,
algo de que esté un rato satisfecho.
El ancho campo me parece estrecho,
la noche clara para mí es oscura;
la dulce compañía, amarga y dura,
y duro campo de batalla el lecho.
Del sueño, si hay alguno, aquella parte
sola, que es imagen de la muerte,
se aviene con el alma fatigada.
En fin que como quiera estoy de arte,
que juzgo ya por hora menos fuerte,
aunque en ella me vi, la que es pasada.

SONETO IX

Señora mía, si yo de vos ausente
en esta vida turo y no me muero,
parécmeme que ofendo a lo que os quiero,
y al bien de que gozaba en ser presente;

“En esta diferencia mis sentidos están,
en vuestra ausencia y en porfía...”



tras éste luego siento otro accidente,
que es ver que si de vida desespero,
yo pierdo cuanto bien bien de vos espero;
y ansí ando en lo que siento diferente.
En esta diferencia mis sentidos
están, en vuestra ausencia y en porfía,
no sé ya que hacerme en tal tamaño.
Nunca entre sí los veo sino reñidos;
de tal arte pelean noche y día,
que sólo se concierto en mi daño.

SONETO X

¡Oh dulces prendas, por mí mal halladas,
dulces y alegres cuando Dios quería,
Juntas estáis en la memoria mía,
y con ella en mi muerte conjuradas!
¿Quién me dijera, cuando las pasadas
horas que en tanto bien por vos me
vía,
que me habíais de ser en algún día
con tan grave dolor representadas?
Pues en una hora junto me llevastes
todo el bien que por términos me



distes,
lleváme junto el mal que me dejasteis;
si no, sospecharé que me pusisteis
en tantos bienes, porque deseasteis
verme morir entre memorias tristes.

SONETO XXIX

Pasando el mar Leandro el animoso,
en amoroso fuego todo ardiendo,
esforzó el viento, y fuese embraveciendo
el agua con un ímpetu furioso.
Vencido del trabajo presuroso,
contrastar a las ondas no pudiendo,
y más del bien que allí perdía muriendo,
que de su propia muerte congojoso,
como pudo, esforzó su voz
cansada,
y a las ondas habló desta
manera
mas nunca fue su voz de
ellas oída:
«Ondas, pues no se excusa
que yo muera,
dejadme allá llegar, y a la
tornada
uestro furor ejecutad en mi
vida». ☰



JUAN PABÓN HERNÁNDEZ

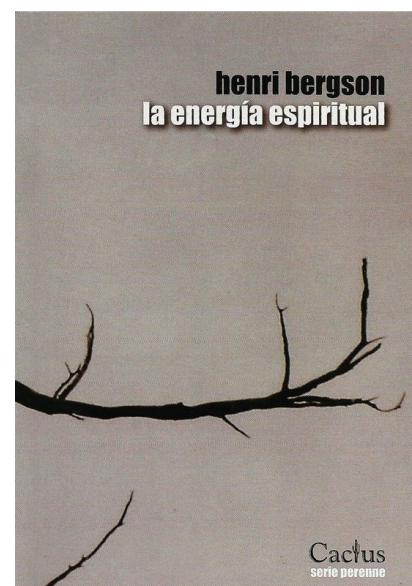
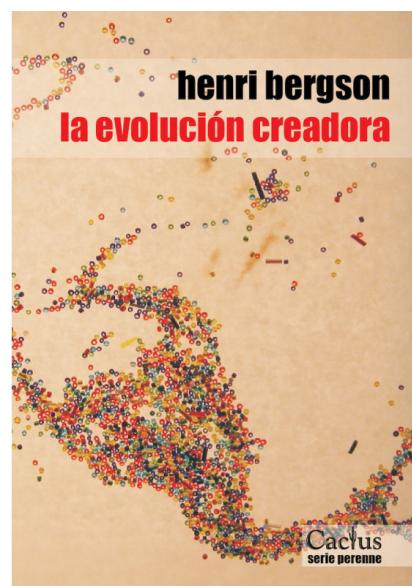
Tl tiempo, para Bergson, es una duración más cualitativa que cuantitativa, quizá abstracta, proyectada en momentos, tan continuos, que no pueden separarse: “la conciencia opera una discriminación cualitativa sin segunda intención alguna de contar las cualidades o incluso hacerlas varias”. Es la verdadera naturaleza la que capta la conciencia, muy diferente a las variantes del número. De ahí que los seres humanos seamos más sentimientos que cosas e intercambiamos -mutuamente- instantes de vida, conjugando tiempos y espacios.

LA ENERGIA ESPIRITUAL

En *L'énergie spirituelle* (1919) trata ecuaciones de psicología y la filosofía, para establecer una metodología de libertad a la persona, para crear desde su propia elección. La Energía Espiritual, por ello, reúne conciencia y vida en un alma y cuerpo construidos de recuerdos, de sueños originales sembrados en la memoria, de fenómenos extraños, casi telepáticos, del pensamiento: “la conciencia es acción que sin cesar crea y se enriquece mientras que la materia es acción que se deshace o que se agota, ni la conciencia ni la materia se explican por sí mismas”. Con eso nos enseña que nuestra intelectualidad es “una travesía de la conciencia creadora por la materia, un esfuerzo por liberar, a fuerza de ingenio y de invención, algo que permanece aprisionado en el animal y que solo se libera definitivamente en el hombre”. Indudablemente, Bergson superó el positivismo para llegar a una concepción mística del pensamiento.

L'ÉVOLUTION CRÉATRICE

De manera que la vida es creación, libertad, la obra de un pintor, la partitura de un músico, en fin, una pieza de arte: “El universo dura. Cuanto más profundicemos en la naturaleza del tiempo, mejor comprenderemos



que la duración significa invención, creación de formas, elaboración continua de lo absolutamente nuevo”. En la Evolución Creativa, Bergson destaca lo humano, cuando es génesis de vida, crece y se modifica sin cesar, tratando de hilarlo en formas homogéneas que se van complementando: “Se verá que la individualidad encierra una infinidad de grados y que ninguna parte, ni siquiera en el hombre, está completamente realizada”.

La vida es una tendencia a perpetuarse en el tiempo y a despelgarse en el espacio, es una esencia que per-

manece como un Élan Vital, incólume, como una energía que genera diversas dimensiones, que siempre está detrás de todo lo vital, que se convierte en una fuerza espiritual en la que “su objeto de estudio no es revelarnos el fondo de las cosas, sino proporcionarnos el mejor medio de actuar sobre ellas». La vida se tupe como una red, en la cual se produce la unión de las leyes, tanto materiales como espirituales, animales y humanas, con una conciencia ética que significa la existencia.



Envejecimiento, fragilidad y salud cerebral humanas (Fragmento)

Tl escritor irlandés, Oscar Wilde, famoso por escribir una de las creaciones literarias más conocidas, “El retrato de Dorian Grey”, donde mediante un pacto fáctico con el diablo, asegura que un retrato en el desván refleja los estragos del tiempo, mientras él permanece joven. De ese contenido, surge para la ciencia lo que el diablo hizo por Grey, ¿qué hacer para evitar el envejecimiento?

Surgen muchas preguntas, pues es una verdad casi inevitable, que la población actual se hace cada vez más vieja y el aumento poblacional mundial, traerá graves consecuencias en todos



SERGIO URBINA G.
M.D.

los aspectos de la sociedad, más relevante para los países pobres, donde se calcula, que para el año 2050, el 85% de esta población pertenecen a este grupo.

La carga para la atención médica, nutricional y sanitaria de esta población, en especial

para los discapacitados o con salud frágil de cualquier tipo, serán temas de difícil solución,

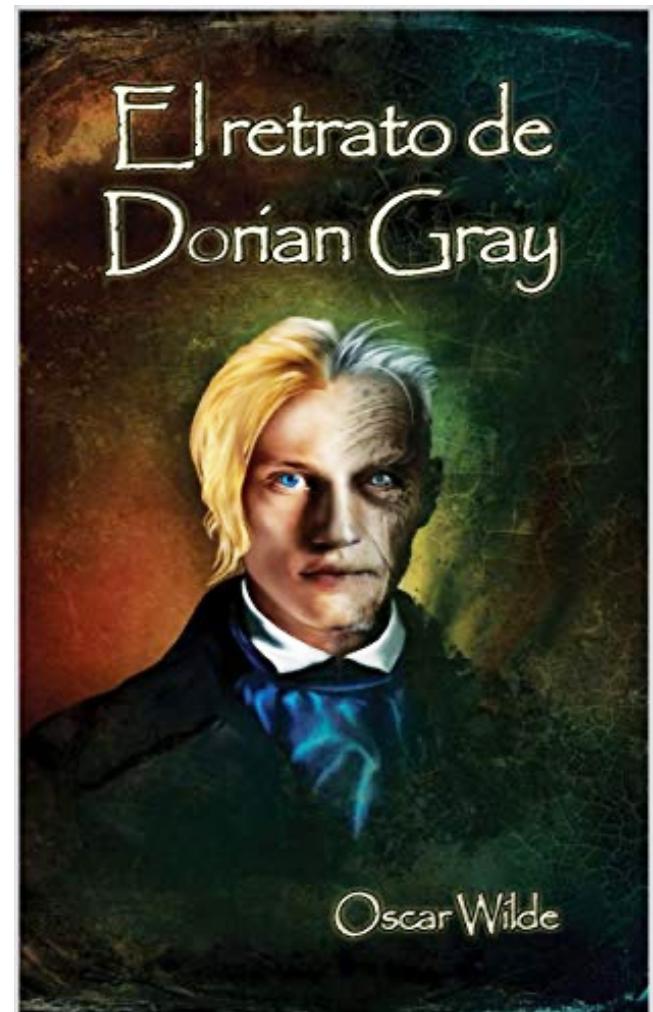
trayendo un reto para estas sociedades. Entonces se plantearán las preguntas de como disminuir la fragilidad propia de la edad, o dilatar su edad. Hasta hace unas dos décadas, se pensaba que el envejecimiento no se podía modificar y ocurría al mismo tiempo y ritmo para todas las personas, pero estas ideas iniciaron un cambio en la década de los años 80s, con pequeñas modificaciones genéticas, observando un aumento en la vida útil hasta en un 80%.

Con estos datos se ha planteado para la ciencia, la posibilidad de que podemos retrasar el proceso y esto transformaría la medicina, porque el enfoque del manejo de la edad podrá dirigirse a muchos problemas de salud al mismo tiempo.

La Academia de Ciencia en Nueva York en 2021 se reunió en un simposio titulado “Extendiendo el lapso de vida y longevidad”, donde se discutieron los mecanismos moleculares que contribuyen a la longevidad y cómo la emergencia de la enfermedad puede ser prevenida o revertida reutilizando o desarrollando nuevas terapias que apunten a estos procesos. La meta de la medicina es extender el lapso de vida, e insistir en que la edad biológica es modificable en sus efectos.

LOS RELOJES EPIGENÉTICOS

Los relojes epigenéticos (algoritmos de



aprendizaje automático que se basan en el ADN), pueden determinar la eficacia de las interacciones antienvejecimiento. Se busca manejar el envejecimiento, haciendo que más personas mayores vivan más tiempo, al impulsar la autofagia, proceso biológico en la que las células eliminan componentes dañados, tipo desintoxicación, para probar los efectos antienvejecimiento experimentado en ratones genéticamente tratados, que, al ser examinados por autopsias, mostraron en sus órganos cambios y vivieron más tiempo. Pero cuando se trata de cambiar la edad biológica de alguien, los investigadores están divididos y surgen preguntas sobre si el envejecimiento biológico puede ralentizarse, detenerse o

rebobinarse con la medida de estos relojes?

La edad biológica es un concepto importante, aunque resbaladizo. El funcionamiento físico y mental de todos los seres disminuye a diferentes ritmos y en diferentes personas. Los relojes epigenéticos usan algoritmos para calcular la edad biológica sobre la base de una lectura de cientos de sitios en el genoma de un individuo, unidos por grupos metilo, una forma de modificación epigenética. Abren el campo de la medicina de precisión que mejora nuestra salud, y los biomarcadores de la edad biológica, con patrones genéticos, ambientales y formas de estilo de vida.

¿EXISTE CURA PARA EL ENVEJECIMIENTO?

Se habla de la autoeficacia, o sea, la confianza en la capacidad de uno mismo para enfrentar los efectos no deseados de la vida. O de la teoría en que los microbios reviertan los signos del envejecimiento, o sea la modificación del microbioma, demostrada en estudios con animales de laboratorio (en ratones y en peces), o sea que el fortalecimiento observado en estos ratones viejos inyectados con bacterias de los más jóvenes, mostraron mejoría de la inmunidad y la función cognitiva. La teoría de que hacer más ejercicio, para alcanzar una vejez más feliz, promulgada por los médicos para el bienestar en todas las personas, en especial para el grupo de los ancianos, que ha demostrado que el ejercicio desencadena la liberación de sustancias como las endorfinas que promueven una sensación de bienestar. La teoría de que el aislamiento producido en los adultos mayores produce menos felicidad, que sus pares más sociales de la misma edad, además de que luchan con mayor discapacidad y funcionamiento después de una enfermedad grave, o aún tienen mayor



opción de sobrevida. Durante muchos años, el punto de vista de los médicos sobre el envejecimiento era cómo se veía a simple vista una persona, (y sigue siendo válido este concepto) o sea una mera visión de contexto, pero un equipo de investigadores del Instituto Salk en la Joya, California, ha mostrado una visión más clara, creando un modelo que documenta miles de formas en que el proceso de envejecimiento cambia el funcionamiento de los genes.

Pero ¿existe una cura para el envejecimiento? Hoy en día se gastan millones de dólares para tratar enfermedades, miradas como flagelos de la humanidad, las cardiovasculares, la diabetes, el cáncer y la demencia. Sin embargo, si se descubren curas para todas, inclusive las crónicas, no cambiaría nuestro destino final, la muerte. Esto se debe, según un investigador de epidemiología y bioestadística, profesor Jay Olshansky, a que la humanidad no ha dejado de envejecer.

LA VIDA HUMANA TIENE UN LÍMITE?

A finales del siglo XVIII, el filósofo y matemático Nicolás de Condorcet, planteó una respuesta que sigue preocupando a los científicos hasta el día de hoy. "Sin duda, el hombre no llegará a ser inmortal", escribió, "pero no puede aumentar continuamente el lapso entre el momento en que comienza a vivir, y el momento en que



naturalmente, sin enfermedad ni accidente, encuentra que la vida sea una carga", y la respuesta a esta aseveración es objeto de debate hoy en día.

Ante toda esta problemática, y ante el tema que, mirado desde muchos puntos de estudios realizados, en foros de investigación, de publicaciones que abarcan variados aspectos, desde la cura (si la hay), al del envejecimiento y salud, y demás temas como el que abarca el aspecto social y económico, la OMS ha propuesto el tema en un documento llamado, "la década del envejecimiento saludable del 2021 al 2030". Se trata de diez años de colaboración concertada, catalizadora y sostenida, siendo la población de personas mayores de 60 años el eje de dicho plan, que aunarán los esfuerzos de los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los profesionales, las instituciones académicas, los medios de comunicación y el sector privado, en aras de mejorar la vida de las personas, sus familias y su comunidad.



CUENTO DE NAVIDAD

El último sueño del viejo roble

HANS CHRISTIAN ANDERSEN

Iabía una vez en el bosque un viejo roble. Nosotros velamos de día, dormimos de noche y entonces soñamos. Para el árbol es diferente, pues vela durante tres estaciones, y solo duerme en invierno.

Aquel insecto que apenas vive veinticuatro horas y que llamamos efímera había estado bailando, viviendo, flotando y disfrutando en torno a la copa del roble. Después, el pobre animalito descansaba sobre una de las verdes hojas de roble, y entonces el árbol le decía siempre:

—Pobre pequeña! Tu vida entera dura solo un momento. ¡Qué breve! Es un caso bien triste.

—¿Triste? —respondía invariablemente la efímera. —¿Qué quieres decir? Todo es tan luminoso y claro, tan cálido y magnífico, y yo me siento tan contenta

—Pero solo un día y todo terminó.

—Terminó? —replicaba la efímera. —¿Qué es lo que termina? ¿Has terminado tú, acaso?

—No, yo vivo miles y miles de tus días, y mi vida abarca estaciones enteras. Es un tiempo tan largo, que tú no puedes calcularlo.

—No te comprendo, la verdad. Tú tienes miles de mis días, pero yo tengo millares de instantes para sentirme contenta y feliz. ¿Termina acaso toda esa magnificencia del mundo, cuando tú mueres?

—No —decía el roble—. Continúa más tiempo del que puedo imaginar.

—Entonces nuestra existencia es igual de larga, solo que la contamos de modo diferente.

Y la efímera danzaba y se mecía en el aire, satisfecha de sus alas sutiles y primorosas. Disfrutaba del aire cálido, impregnado del aroma de los campos de trébol y de las flores. Tan intenso era el aroma, que la efímera sentía como una ligera embriaguez. El día era largo y espléndido y

en cuanto el sol se ponía, el insecto se sentía invadido de un agradable cansancio. Las alas se resistían a sostenerlo, y, casi sin darse cuenta, se deslizaba por el tallo de hierba, agachaba la cabeza y se quedaba alegremente dormido. Esta era su muerte.

—¡Pobre, pobre efímera! —exclamaba el roble—. ¡Qué vida tan breve!

Y cada día se repetía la misma danza, el mismo coloquio. Se repetía en todas las generaciones de las efímeras, y todas se mostraban igualmente felices y contentas.

El roble había estado en vela durante toda su mañana primaveral, su mediodía estival y su ocaso otoñal. Llegaba ahora el período del sueño, su noche. Se acercaba el invierno.

Venían ya las tempestades, cantando: «Buenas noches, buenas noches! ¡Cayó una hoja, cayó una hoja! ¡Cosechamos, cosechamos! Vete a acostar. Te cantaremos en tu sueño, te sacudiremos, pero, ¿verdad que eso le hace bien a las viejas ramas? Crujen de puro placer. ¡Duerme dulcemente, duerme dulcemente! Es tu noche número trescientos sesenta y cinco; en realidad, eres docenesino. ¡Duerme dulcemente! La nube verterá nieve sobre ti. Te hará de sábana, una caliente manta que te envolverá los pies. Duerme dulcemente, y sueña.

Y el roble se quedó despojado de todo su follaje, dispuesto a entregarse a su prolongado sueño invernal y soñar.

También él había sido pequeño. Su cuna había sido una bellota. Era el roble más corpulento y hermoso del bosque. En lo más alto de su verde copa instalaban su nido los pájaros. En otoño, cuando las hojas parecían láminas de cobre forjado, acudían las aves de paso y descansaban en ella antes de emprender el vuelo a través del mar. Peo ahora había llegado el invierno; el árbol estaba sin hojas, y quedaban al desnudo los ángulos y siuosidades que formaban sus ramas. Venían las cornejas y los grajos a posarse a bandadas sobre él.

Fue precisamente en los días santos de las Navidades cuando el roble tuvo su sueño más bello. Fue esto.

El árbol se daba perfecta cuenta

de que era tiempo de fiesta. Creía oír en derredor el tañido de las campanas de las iglesias, y se sentía como en un espléndido día de verano, suave y caliente. Verde y lozana extendía su poderosa copa, los rayos del sol jugueteaban entre sus hojas y ramas, el aire estaba impregnado del aroma de hierbas y matas olorosas. Pintadas mariposas jugaban, y las efímeras danzaban como si todo hubiese sido creado solo para que ellas pudiesen bailar y alegrarse.

Veía cabalgar a través del bosque gentiles hombres y damas de tiempos remotos. Resonaba el cuerno de caza, y ladraban los perros. Vio luego soldados enemigos. Vio felices parejas de enamorados que se encontraban a la luz de la luna y entallaban en la verdosa corteza las iniciales de sus nombres.

Un día —habían transcurrido ya muchos años—, unos alegres estudiantes colgaron una cítara y un arpa de las ramas del roble; y he aquí que ahora reaparecían y sonaban melodiosamente. Las palomas torcaces arrullaban como si quisieran contar lo que sentía el árbol, y el cuclillo pregona ba a voz en grito los días de verano que le quedaban aún de vida.

Fue como si un nuevo flujo de vida recorriese el árbol, desde las últimas fibras de la raíz hasta las ramas más altas y las hojas. Sintió el roble como si se estirara y extendiera. Por las raíces notaba, que también bajo tierra hay vida y calor. Sentía crecer su fuerza. Se elevaba el tronco continuamente. La copa se hacía más densa. Y cuanto más crecía el árbol, tanto mayor era su sensación de bienestar y su anhelo, impregnado de felicidad indecible, de seguir elevándose hasta llegar al sol resplandeciente y ardoroso.

Rebasaba ya en mucho las nubes.

Y cada una de las hojas del árbol estaba dotada de vista. Las estrellas se hicieron visibles de día, tal eran de grandes y brillantes; cada una lucía como un par de ojos, unos ojos muy dulces y límpidos. Recordaban queridos ojos conocidos, ojos de niños, de enamorados, cuándo se encontraban bajo el árbol.

Eran momentos de infinita felicidad, y, sin embargo, sintió el roble un vivo afán de que todos los restantes árboles del bosque, matas, hierbas y flores, pudieran elevarse con él, para disfrutar también de aquel esplendor y de aquel gozo. Entre tanta magnificencia, una cosa faltaba a la felicidad del poderoso roble: no poder compartir su dicha con todos, grandes y pequeños, y este sentimiento hacía vibrar





las ramas y las hojas con tanta intensidad como un pecho humano.

Se movió la copa del árbol como si buscara algo. Miró atrás, y la fragancia de la aspérula y la aún más intensa de la madreselva y la violeta, subieron hasta ella; y el roble creyó, oír la llamada del cuclillo.

Y he aquí que empezaron a destacar por entre las nubes las verdes cimas del bosque, y el roble vio cómo crecían los demás árboles hasta alcanzar su misma altura. Las hierbas y matas subían también; algunas se desprendían de las raíces, para encaramarse más rápidamente. Todo el bosque crecía y las aves seguían cantando. Zumbaban los abejorros y las abejas, cada pájaro entonaba su canción, y todo era melodía y regocijo en las regiones del éter.

—Pero también deberían participar la florecilla del agua —dijo el roble—, y la campanilla azul, y la diminuta margarita.

Sí, el roble deseaba que todos, hasta los más humildes, pudiesen tomar parte en la fiesta.

—¡Aquí estamos, aquí estamos! —se oyó gritar.

El último sueño del viejo roble—Pero la hermosa aspérula del último verano y el manzano, silvestre, ¡tan hermoso como era!, y toda la magnificencia de años atrás ¡qué lástima que haya muerto todo, y no puedan gozar con no-

sotros!

—¡Aquí estamos, aquí estamos! —se oyó el coro, más alto aún que antes. Parecía como si se hubiesen adelantado en su vuelo.

—¡Qué hermoso! —exclamó, entusiasmado, el viejo roble —Los tengo a todos, grandes y chicos, no falta ni uno! —¿Cómo es posible tanta dicha?

—En el reino de Dios todo es posible —se oyó una voz.

Y el árbol, que seguía creciendo incansablemente, sintió que las raíces se soltaban de la tierra.

—Esto es lo mejor de todo —exclamó el árbol—. Ya no me sujetaba nada allá abajo. Ya puedo elevarme hasta el infinito en la luz y la gloria. Y me rodean todos los que quiero, chicos y grandes.

—Todos!

Este fue el sueño del roble; y mientras soñaba, una furiosa tempestad se desencadenó por mar y tierra en la santa noche de Navidad. El océano lanzaba terribles olas contra la orilla, crujío el árbol y fue arrancado de raíz, precisamente mientras soñaba que sus raíces se desprendían del suelo. Sus trescientos sesenta y cinco años no representaban ya más que el día de la efímera.

La mañana de Navidad, cuando volvió a salir el sol, la tempestad se había calmado. Todas las campanas doblaban

en son de fiesta, y de todas las chimeneas se elevaba el humo azulado, como del altar en un sacrificio de acción de gracias. El mar se fue también calmando progresivamente.

—¡No está el árbol, el viejo roble que nos señalaba la tierra! —decían los marineros—. Ha sido abatido en esta noche tempestuosa. ¿Quién va a sustituirlo? Nadie podrá hacerlo.

Tal fue el panegírico, breve pero efusivo, que se dedicó al árbol, el cual yacía tendido en la orilla, bajo un manto de nieve. Y sobre él resonaba un solemne coro procedente del barco, una canción evocadora de la alegría navideña y de la redención del alma humana por Cristo, y de la vida eterna:

Regocijate, grey cristiana.

Vamos ya a bajar andas.

Nuestra alegría es sin par.

¡Aleluya, aleluya!

Así decía el himno religioso, y todos los tripulantes se sentían elevados a su manera por el canto y la oración, como el viejo roble en su último sueño, el sueño más bello de su Nochebuena.



Separación de Colombia y Panamá

DAVID JÁUREGUI SARMIENTO
(SEÑAL COLOMBIA)

a separación de Colombia y Panamá fue un evento histórico complejo que involucró factores políticos, económicos y geopolíticos que desencadenaron en la Independencia de Panamá y en una importantísima pérdida del territorio nacional por cuenta de intereses internacionales y la habitual inoperancia del estado colombiano. La separación de Panamá, oficializada el 3 de noviembre de 1903, fue un gran golpe para la Nación, pues perdió el control sobre una importante vía de comunicación y comercio internacional que se convertiría en una fuente clave de prosperidad económica y social.

No obstante, para Panamá significó su Independencia y el comienzo de una etapa de crecimiento y desarrollo económico que vino con la construcción y administración del Canal de Panamá, obra de ingeniería clave en el comercio internacional.

ANTECEDENTES HISTÓRICOS

Colombia y Panamá fueron un sólo país cuando estuvieron juntos en La Nueva Granada, la Gran Colombia y Los Estados Unidos de Colombia, hasta que el territorio panameño empezó a ser codiciado por su exclusiva ubicación geográfica.

Su atractivo creció por su acceso a los océanos Atlántico y Pacífico, lo cual hizo que allí se proyectase la creación de un canal que prometía ser una gran obra de ingeniería que cambiaría el mercado mundial.

Para cuando esto sucedió, Panamá hacía parte de los nueve grandes estados de los Estados Unidos de Colombia, República Federal que había sido conformada en 1863 luego del triunfo de la facción Liberal en una guerra civil que mantuvieron con



la facción Conservadora, y que fue materializada con la Constitución de Rionegro.

Pero todo cambió cuando a finales del siglo XIX el Partido Conservador llegó al poder y se impuso un periodo conocido como la Regeneración, imponiendo un modelo de Estado centralizado, el cual fortaleció el vínculo con la Iglesia Católica y defendía el legado de los colonizadores españoles.

Este nuevo orden se materializó con la Constitución de 1886, a una carta magna que fue altamente cuestionada y que generó disenso en los que antes eran los miembros de los Estados Unidos de Colombia.

Así, la Regeneración representó el debilitamiento del poder de los Estados Soberanos que componían el país, pues pasaron a ser entidades político-administrativas dependientes del gobierno central en Bogotá, la capital.

Esto desencadenó un ambiente pro independista en el Istmo, pues la Constitución de 1886 restringía la autonomía de Panamá, ya que establecía un gobierno centralizado en Bogotá, lo que se traducía en la pérdida del control sobre sus propios asuntos internos.

La Constitución de 1886, además, restringía también la economía de Panamá, debido a que el gobierno central controlaba la recaudación de impuestos y la distri-

bución de recursos, lo cual generó un gran descontento entre la población panameña.

La inconformidad de Panamá se tradujo pronto en un movimiento separatista donde los líderes panameños exigían mayor autonomía y eventualmente la independencia de Colombia. Este movimiento fue liderado por figuras como José Agustín Arango.

Sin embargo, lo que más puso a Colombia en una posición desigual frente a Panamá fue la Guerra de los Mil Días, enfrentamiento ocurrido entre 1899 y 1902 en el que resultó ganadora la facción conservadora frente a la liberal que estaban en contra de la Regeneración y de la Constitución de 1886.

A lo largo de los tres años que duró la Guerra de los Mil Días, tras sangrientas batallas internas murió una parte significativa de la población, la infraestructura y la industria quedaron fatalmente debilitadas, lo cual disparó la inflación y la deuda externa. Además, miles de personas abandonaron las ciudades dejando a la República en números rojos tanto en lo económico como en lo social.

Esto, sumado al interés de Estados Unidos en hacerse con el control del que sería el Canal de Panamá, dejó ver la ruptura del país, gobernado en Bogotá por una élite que se percibía frágil y profundamente debilitada por la violencia interna.



SEPARACIÓN DE COLOMBIA Y PANAMÁ: ¿POR QUÉ OCURRIÓ?

La separación definitiva de Colombia y Panamá fue un proceso complejo donde el centralismo, la Guerra de los Mil días y la injerencia de Estados Unidos jugaron un papel clave.

Para comienzos del siglo XX ya estaba claro que la construcción de un Canal de Panamá daría a quien lo controlase prosperidad económica y poder político internacional, pues se trataba de una ruta que transformaría el comercio mundial.

La primera gran apuesta de Colombia por llevar a cabo este proyecto ocurrió en 1880, cuando Bogotá otorgó la concesión para la construcción del canal al ingeniero Fernando de Lesseps, un francés que venía de construir el Canal de Suez en Egipto.

Sin embargo, el proyecto fracasó cuando la compañía francesa se declaró en quiebra dejando inacabado el proyecto, debido a las enfermedades de los trabajadores, la humedad del territorio y las constantes lluvias.

Los estadounidenses iniciaron en seguida negociaciones con el gobierno colombiano para adjudicarse el contrato de terminación de la construcción del canal, las cuales se tradujeron en el Tratado Hay-Herrán, el cual le otorgaba la construcción del Canal de Panamá a Estados Unidos a cambio de que el país cediera a perpetuidad una franja de tierra a lado y lado del canal.

Para este momento Estados Unidos ya tenía clara la dificultad sobre el control del territorio que tenía el Estado colombiano, especialmente en Panamá la cual, a la postre, estaba separada de Bogotá por el inmenso e intransitable complejo selvático conocido como el Tapón del Darién.

Fue con la firma del Tratado Herrán-Hay en 1903 que se dio el proceso definitivo para la separación de Colombia y Panamá.

Esto generó un gran malestar en Panamá, territorio que veía en la construcción del Canal de Panamá una recuperación del desorden del Gobierno Central y los



problemas que habían dejado las disputas bélicas entre liberales y conservadores.

Con este revés se condensó en la región de Panamá el sentimiento de que Colombia no les otorgaba ni la autonomía ni los recursos necesarios para su desarrollo, lo que generaba un sentimiento de desigualdad y abuso por parte de la capital colombiana.

Esto llevó a Panamá a declarar su independencia de Colombia el 3 de noviembre de 1903, respaldada por Estados Unidos, con quienes Panamá se apoyó en materia bélica, pues el presidente norteamericano Theodore Roosevelt amenazó con entrar a las armas si Colombia se oponía a la Independencia de Panamá.

Así, el 13 de noviembre de 1903 Estados Unidos reconoció a Panamá como estado soberano y para 1904 la comunidad internacional reconoció la independencia de Panamá, lo que significó la irremediable separación de Colombia y Panamá.

CONSECUENCIAS DE LA SEPARACIÓN

Consecuencias políticas y económicas

Pérdida de territorio estratégico: Colombia perdió el control sobre el istmo de Panamá, una vía crucial para el comercio internacional.

Debilitamiento de la influencia regional: Con la separación de Colombia y Panamá se vio disminuida la



influencia de Colombia en la región, y afectó su posición como potencia en América Latina relegando al país a una república económicamente débil y frágil en su conformación política.

Pérdida de ingresos: Colombia dejó de recibir ingresos por la construcción y operación del Canal de Panamá, lo cual también se ha traducido en la posibilidad del país para salir del subdesarrollo económico.

Impacto en el comercio: La separación afectó el comercio colombiano, ya que Panamá era un importante centro comercial y relegó a Colombia al papel de un jugador menor en el mercado internacional.



Navidad época de compartir, de estar juntos y felices en familia. La vida es una aventura divertida



MARÍA
PAOLA SOTO

LA NAVIDAD

Esperar este día es maravilloso
Mama ratona y Papa ratón
Adelantan la decoración para
Que disfrutemos de esta
Hermosa época

Willy, Johnny, Bob y yo traemos
Del bosque una rama grande y
seca que será nuestro árbol de navidad

los adornos son las semillas de pino, que
caen, las flores secas de botón de oro,
con su color amarillo lo hacen ver colorido
las luciérnagas mágicas se ponen de acuerdo
Para alumbrar intermitentemente el árbol
en las noches
los invitados son los grillos con sus villancicos
Maggie, Ruby y el turpial hacen el coro

Mama ratona nos prepara una cena deliciosa
Abrimos los regalos los cuales compartimos
Miramos por entre las rendijas y vimos
Que los humanos también celebraban
A Félix el gato le regalaron una manta
Para el invierno.

El cielo se llenó de luces de colores
Anunciando la media noche
Papa ratón y mama ratona dieron
Gracias por estar unidos esta noche
De paz y amor.



DIA DE FIESTA

Ese día el gato salió de paseo a buscar una gatita
Mama ratona dijo: ya que el gato se fue, haremos una
Fiesta habrá comida y música
con la orquesta de los Grillos
Invitaremos a los ratones vecinos,
De la decoración se encargarán las luciérnagas
Papa ratón dijo: la mariposa y la rana nos avisaran
Si el gato aparece.

Así fue, inició la fiesta, dialogamos
Bailamos y comimos bolitas de queso
De repente se descuidaron Maggie y Ruby
En ese momento el gato se acercaba...

Oh, las luciérnagas mágicas avisaron rápidamente
Y esparcieron polvo de canela

El gato dijo: ¡me siento confundido!
Si me había dado olor a ratón,

¡No sé qué me pasa! Mejor me voy
A tomar una taza de leche
Los ratoncitos se calmaron y continuaron
Con su festín
Ha sido un día de mucha emoción
Uff...¡nos salvamos!



Mensaje de Navidad de Juan Pablo II

1. «Un niño nos ha nacido, un hijo se nos ha dado» (Is 9,5). Hoy se renueva el misterio de la Navidad: nace también para los hombres de nuestro tiempo este Niño que trae la salvación al mundo; nace llevando alegría y paz a todos. Nos acercamos al Portal movidos para encontrar, junto a María, al Esperado de los pueblos, al Redentor del hombre. «Cum Maria contempletur Christi vultum». Contemplemos con María el rostro de Cristo: en aquel Niño envuelto e pañales y acostado en el pesebre (cf. Lc 2, 7), es Dios que viene a visitarnos para guiar nuestros pasos por el camino de la paz (cf Lc 1, 79). María lo contempla, lo acaricia y lo arropa, interrogándose sobre el sentido de los prodigios que rodean el misterio de la Navidad.

2. La Navidad, misterio de alegría. En esa noche los ángeles han cantado: «Gloria a Dios en el cielo y en la tierra paz a los hombres que Dios ama» (Lc 2, 14). Han anunciado el acontecimiento a los pastores como «una gran alegría, que lo será para todo el pueblo» (Lc 2, 10). Alegría, incluso estando lejos de casa, la pobreza del pesebre, la indiferencia del pueblo, la hostilidad del poder. Misterio de alegría a pesar de todo, porque «hoy os ha nacido, en la ciudad de David, un salvador» (Lc 2, 11). De este mismo gozo participa la Iglesia, inundada hoy por la luz del Hijo de Dios: las tinieblas jamás podrán apagarla. Es la gloria del Verbo eterno, que, por amor, se ha hecho uno de los nuestros.

3. La Navidad, misterio de amor. Amor del Padre, que ha enviado al mundo a su Hijo unigénito, para darnos su propia vida (cf. 1 Jn 4, 8-9). Amor del «Dios con nosotros», el Emmanuel, que ha venido a la tierra para morir en la Cruz. En el frío Portal, en medio del silencio, la Virgen Madre, con presentimientos en el corazón, siente ya el drama del Calvario. Será una lucha angustiosa entre la luz y las tinieblas, entre la muerte y la vida, entre el odio y el amor. El Príncipe de la paz, nacido hoy en Belén, dará su vida en el Gólgota para que en la tierra reine el amor.

4. Navidad, misterio de paz. Desde la gruta de Belén se eleva hoy una llamada apremiante para que el mundo no caiga en la indiferencia, la sospecha y la desconfianza, aunque el trágico fenómeno del terrorismo acreciente incertidumbres y temores. Los creyentes



de todas las religiones, junto con los hombres de buena voluntad, abandonando cualquier forma de intolerancia y discriminación, están llamados a construir la paz: ante todo en Tierra Santa, para detener finalmente la inútil espiral de ciega violencia, y en Oriente Medio, para apagar los siniestros destellos de un conflicto, que puede ser evitado con el esfuerzo de todos; en África, donde carestías devastadoras y luchas intestinas agravan las condiciones, ya precarias, de pueblos enteros, si bien no faltan indicios de optimismo; en Latinoamérica, en Asia, en otras partes del mundo, donde crisis políticas, económicas y sociales inquietan a numerosas familias y naciones. ¡Que la humanidad acoja el mensaje de paz de la Navidad!

5. Misterio adorable del Verbo Encarnado. Junto a ti, Virgen Madre, permanecemos pensativos ante

el pesebre donde está acostado el Niño, para participar de tu mismo asombro ante la inmensa bondad de Dios. Danos tus ojos, María, para descifrar el misterio que se oculta tras la fragilidad de los miembros del Hijo. Enséñanos a reconocer su rostro en los niños de toda raza y cultura. Ayúdanos a ser testigos creíbles de su mensaje de paz y de amor, para que los hombres y las mujeres de nuestro tiempo, caracterizado aún por tensos contrastes e inauditas violencias, reconozcan en el Niño que está en tus brazos al único Salvador del mundo, fuente inagotable de la paz verdadera, a la que todos aspiran en lo más profundo del corazón.

Al dirigir su saludo en 62 idiomas, Juan Pablo II dijo en castellano: «¡Feliz Navidad! Que la Paz de Cristo reine en nuestros corazones, en las familias y en todos los pueblos».



Estrella de Navidad

La niña que va corriendo
atrapó y lleva una estrella.
Va que vuela y va doblando
matas y bestias que encuentra.
Ya se le queman las manos
se cansa, trastabilla,
tropieza, cae de bruces,
y con ella se endereza...
No se le queman las manos,
ni se le rompe la estrella
aunque arden desde la cara
brazos, pecho, cabellera.
Llamea hasta la cintura
le gritan y no la suelta,
manotea sancochada,
pero no suelta la estrella.
Como que la va sembrando
que la zumba y la volea.
Como que se le deshace
y se queda sin estrella.
No fue que cayó, no fue.
Era que quedó sin ella
y es que ya corre sin cuerpo,
trocada y vuelta centella.
Como que el camino enciende
y que nos arden las trenzas
y todos la recibimos
porque arde toda la Tierra.

