

CARTAS AL DIRECTOR

Las cartas dirigidas a esta sección no deben exceder de una cara de cuartilla y han de llegar firmadas a la Redacción aunque en su publicación, si el autor lo desea, salgan con seudónimo o con las iniciales. El periódico se reserva el derecho de publicar las colaboraciones, así como de resumirlas si se considera oportuno. GRITOS DE LA SIERRA no se responsabiliza de las opiniones expresadas en las cartas.

Foro de Yeste

Una de las críticas hacía nuestra democracia es que sólo nos tiene en cuenta a los ciudadanos cada 4 años para votar y hasta otros 4 los políticos no se acuerdan de nosotros. Faltan herramientas que el ciudadano pueda utilizar para participar en la vida política, para que su opinión cuente en las actuaciones que se van a llevar a cabo en su localidad. Una de ellas es el Foro de Participación Ciudadana.

Albacete es pionera en este espacio y lleva unos cuantos años dedicando una parte de su presupuesto municipal a proyectos que han decidido los ciudadanos de a pie, es decir, los que no ostentan representación política en el Ayuntamiento. Los ciudadanos elegidos en las elecciones ya tienen su gran parcela de poder desde donde toman las decisiones, y deciden cómo se va a invertir el capital municipal. Y así debe ser porque para eso fueron elegidos.

Pero esa pequeña parcela a decidir en el Foro corresponde a los ciudadanos que a través de asociaciones o como vecinos individualmente pueden opinar y decidir a dónde va a ir esa mínima parte de los dineros públicos. Un pequeño avance hacía la democracia real.

Pero, amigos míos, esto que parece algo evidente no lo es para mucha gente. En Yeste, se ha interpretado de otra manera y el Foro de Participación Ciudadana (FPC) estará presidido por la alcaldesa. Según los estatutos aprobados, el presidente del Foro es el Alcalde y, además, el reglamento del Foro no se podrá modificar sin el consentimiento del presidente (el Alcalde).

En la reunión de mediados de marzo (la séptima si no me equivoco) se votó si la Presidenta del Foro era la Alcaldesa u

otra persona. En esta misma reunión se lleva un borrador de estatutos del que solo se discutirían algunos puntos y que en la siguiente sesión (30 de marzo) se aprobó.

Lo más importante de cualquier agrupación son los estatutos que se deben mostrar, debatir, rebatir y aclarar hasta que estén lo suficientemente claros para ser aprobados. Y dentro de ellos, debe quedar reflejado quién tiene derecho a voto y quién no. En Yeste se llevan votando cosas desde las primeras sesiones y todavía no se ha discutido quién tiene ese derecho. El colmo es hacer una votación, antes de que los estatutos estén aprobados, para ver si la presidenta es la Alcaldesa u otra persona. ¿Quién ha decidido que esto se tiene que votar? ¿Por qué no han dado opción a que se puedan presentar el resto de ciudadanos que, en teoría, tienen que ser tenidos en cuenta en este foro?

No entiendo que primero se vote, se haga un plan de acción, se elijan los proyectos a solicitar y luego se apruebe un reglamento interno, ¿no debería ser lo primero el reglamento?

En el Foro de Albacete, al parecer, los políticos hacen su aparición con 2 personas, una del PP y otra del PSOE que disponen de voz pero no de voto, al igual que una serie de técnicos que intentan asesorar a los ciudadanos, también con voz pero sin voto. Parece lógico que políticos y técnicos no acaparen un espacio pensado para la participación del ciudadano que no tiene poder. También hay cambios con respecto a esto porque en Yeste, hasta ahora, todo el que ha ido a la reunión ha tenido derecho a voto aunque nadie lo ha decidido, y han votado tanto los técnicos (que todos trabajan para la administración)

como los concejales socialistas, porque los del PP no asisten.

En el Foro de Almansa no hay presidente, hay un representante del Ayuntamiento que sirve de enlace entre el Foro y el Ayuntamiento, con voz y sin voto, y que intenta ayudar en lo posible en su funcionamiento. Además, utilizan el foro como espacio de denuncia y debate sobre cualquier tema que los ciudadanos quieran tratar (funcionamiento del centro de salud, problemas en colegios, suciedad en calles,...), después se elaboran propuestas que se pasan al Ayuntamiento.

En Yeste, desde el principio la Alcaldesa ha presidido las reuniones, y algunos nos preguntábamos por qué si esto era un Foro Ciudadano, en todo caso debía estar como un ciudadano más.

Ya el año pasado se han presentado proyectos aprobados por el Foro. Pero si no se habían aprobado ni los estatutos, si no se sabía ni quién tenía derecho a voto, ¿cómo se pueden aprobar proyectos? ¿quién ha firmado estos documentos si todavía no hay elegidos cargos?

En las primeras sesiones se realizaron actividades de dinámicas para que la gente participara en el diagnóstico de la situación del pueblo y propusiera posibles proyectos. En ningún caso se entendía que era vinculante, sino como un documento base para trabajar posteriormente. De hecho, el proyecto más votado fue un centro de atención a personas discapacitadas, pero de los proyectos presentados el pasado año ninguno va sobre esto. ¿Quién ha decidido los proyectos que se han presentado?

En las primeras sesiones asistieron bastantes ciudadanos y representantes de

asociaciones pero poco a poco muchas personas han dejado de asistir, supongo que aburridas de tanto juegucito y de no avanzar en temas concretos ni de hacer debates reales sobre los problemas de Yeste.

En un documento informativo realizado por Diputación y el Ayuntamiento de Yeste y fechado en junio de 2008 se detallan algunos requisitos a cumplir en los foros: entre ellos "la comisión de técnicos tendrá voz pero no voto" y "en las primeras reuniones se aprobará el reglamento interno". En Yeste, lo técnicos tienen voto y el reglamento se ha aprobado un año después de echar a andar. Una cosa es lo que dicen los papeles que se va a hacer y otra lo que se hace después.

Quiero dejar claro que no tengo ni la más mínima duda de que tanto la Alcaldesa como el resto de políticos y técnicos que participan en el foro tienen como objetivo intentar que nuestro pueblo mejore, pero creo que ésta no es la mejor forma de hacerlo.

También quiero aclarar que no soy de los que piensan que su opinión es la verdad y los demás están equivocados, mi opinión es la opinión de un ciudadano, ni más ni menos, y todos tenemos derecho a expresarla siempre que se haga con educación.

Desgraciadamente, la idea del Foro de Participación Ciudadana era demasiado bonita para ser cierta. Habrá que seguir esperando, pero seguro que algún día (más pronto que tarde) este foro será, de verdad, ciudadano.

Jesús Martínez García

En cualquier momento de nuestra vida podemos sentir la necesidad de querer la felicidad. Ese parece ser el objetivo y el fin de la mayoría de nuestros planteamientos.

Muchas han sido las doctrinas filosóficas y religiosas que con mayor o menor fortuna han pretendido darnos la fórmula para ser felices.

De entre todas las que he conocido, la que me ha resultado más fácil de emprender y de seguir es la que enseña el Dalai lama, Tenzin Gyato, Premio Nobel de la Paz en 1989. Des sus enseñanzas pude extraer muchas consideraciones que me han permitido conocer el camino hacia el encuentro con la felicidad. Unas nos advierten de que la verdadera felicidad se consigue si logramos el afecto humano y el amor de los demás, también si nosotros sabemos amar y sentir compasión por los demás.

Otras de sus enseñanzas nos advierten de que para ser feliz tenemos que cocernos profundamente. Y ese conocimiento ha de extenderse a todas las dimensiones de nuestra personalidad. Y que

Salud y Felicidad

ese conocimiento tiene que estar dirigido a acabar con la ignorancia sobre nuestra naturaleza. Este conocimiento debe extenderse al ámbito físico y fisiológico, al conocimiento de nuestra mente, instintos, reacciones, deseos, sentimientos, pensamientos, objetivos y acciones.

También nos advierte de que para alcanzar un nivel de comprensión de nuestra naturaleza: cuerpo, mente y espíritu, además de desearlo, ha de estar nuestro cuerpo en disposición de ver con claridad el origen y consecuencias de nuestras funciones y acciones. Y para ello, nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro espíritu han de ser y estar limpios.

La limpieza de uestro cuerpo es fundamental, porque sin ello la mente tampoco puede generar pensamientos y deseos limpios y sin ello, el espíritu, tampoco le alcanza la fuerza y energía suficientes. Sobre la limpieza de nuestro cuerpo, se refiere a que nuestro organismo esté sano y pueda funcionar correctamente y que para ello la alimentación es funda-

mental. «Somos lo que comemos», dice un proverbio. Nuestro cuerpo cambia de aspecto a lo largo de nuestra vida, a veces muy intensamente, y la mayoría de las veces es porque no le hemos prestado la atención que se merece. Nuestra ignorancia al respecto ha venido siendo grande.

Hay un resumen sobre la más adecuada alimentación, que voy a tratar de extractar, elaborada por prestigiosos médicos y naturistas y que es la que siguen muchos/as de las personas que cuidan que cuidan de su figura y salud, artistas, deportistas, y por quienes se preocupan por su salud.

1º. Levantarse temprano, hacer un poco de ejercicio y tomar un desayuno abundante y nutritivo.

2º. Hacer tres comidas al día. Sin azúcar, ni mucha sal. Nada de postres con azúcar ni bebidas que la contengan.

3º. Cinco porciones de frutas y verduras (5 tasas) diarias. 2 o 3 de frutas, 2 o 3 de verduras. Preferiblemente de cul-

tivo ecológico.

4º. Nada de carnes rojas (animales adultos). Poca carne y siempre de explotaciones ecológicas.

5º. Nada de grasas animales, embutidos, etc. criados en granjas con piensos compuestos de origen animal o transgénicos.

6º. Nada de alcohol ni de café, ni azúcar, ni tabaco.

7º. Vida social amable. Lecturas amables, no truculencias. No imágenes truculentas, violentas.

9º. Mucho ejercicio: combinar el energético con el suave. Hasta tres horas diarias. Aprende a respirar profundamente.

9º. Acostarse temprano y dormir de 7 a 9 horas.

10º. Eliminar la vida llena de ocupaciones, obligaciones que te produzcan stress.

(Continuará)

*Luis Jiménez
(Los Manueles-Tus-Yeste)*