

LA DEMOCRACIA EN VERSO

Por VÍCTOR B.

¡Ay, Señor, cómo está el Mundo!
Mirarlo da escalofríos.
El día menos pensado
estalla haciéndose añicos.
Problemas y más problemas,
conflictos y más conflictos,
política y más política,
partidos y más partidos,
numerosos sindicales
de varias marcas y tipos,
multitud de instituciones
infinidad de organismos,
directivas, comisiones,
reuniones en cada piso,
conferencias, asambleas,
réplicas, charlas, comicios,
coloquios, ruedas de prensa,

controversias, pluralismo,
reivindicaciones, laudos
y convenios colectivos,
rencores, lucha de clases,
cierre de industrias, despidos
manifestaciones, huelgas,
explosiones, terrorismo,
fraudes, desmanes, atracos,
atentados, homicidios...

El mundo, en fin está loco
o le falta algún tornillo...
¿Qué es lo que vamos buscando
con afán tan inaudito?.

De la noche a la mañana
y por menos de un pitillo,

el profesor deja el aula,
el trapecio los del circo,
los de la Renfe los trenes,
los pastores los ariscos,
en tanto que los peones
sueltan la pala y el pico,
los choferes el volante
la azada los campesinos
los carpinteros la sierra
los herreros el martillo
los panaderos la masa,
los taberneros el vino,
los pescadores las redes,
los fontaneros los grifos,
los carteros no reparten
correspondencia ni giros,
los basureros se dejan

basura junto a los quicios,
los presos también si pueden
se fugan de los presidios...
Nadie de los que trabajan
acuden a sus destinos.
Sólo los que están parados
piden el trabajo a gritos...

¡Ya está!... ¡Todo está aclarado!
¡Ahora todo me lo explico!
Me parece una torpeza
el no haber antes caído
en lo que quiere la gente
siendo la mar de sencillo.
Pues bien,
lo que el Mundo quiera...
lo sé... ¡PERO NO LO DIGO!

REFERENTE AL PAN

Por VÍCTOR B.

AQUÉLLOS QUE PIENSAN MUCHO DEBEN COMER LA CORTEZA DEL PAN

La corteza del PAN y el PAN moreno son suministradores particularmente eficaces de tales energías. Su contenido de glucosa se descompone lentamente y ayuda por esto a mantener durante un período, relativamente largo y a un elevado nivel, las funciones del cerebro y las facultades intelectuales.

Aquélos que comen muchas materias grasas, necesitan inevitablemente hidratos de carbono para facilitar la combustión de las grasas y descongestionar el hígado.

El PAN constituye un combustible ideal de las grasas.

El PAN reúne todos los elementos esenciales de los hidratos de carbono y suministra al intestino las materias que necesita. No provoca las caries y puede prevenir la arteriosclerosis.

La selección de PAN de trigo y PAN de centeneo depende más del gusto y de compatibilidad que de salud.

El ideal está en un equilibrio razonable entre las dos cualidades.

