La región interoceánica estaba preparada forzosamente para hacer cambios bruscos respecto de los vaivenes españoles y de los territorios que habían conseguido su independencia en América.

Esta zona estaba representada en lo que muchos llaman la clase urbana, o sea, la naciente burguesía de la región interoceánica, situación que no se encontraba en ningún otro punto del país, donde la población estaba dispuesta pero sin contar con medios de comunicación, un rampante analfabetismo y poco conocimiento con sus compatriotas.

Tenemos entonces, fuera de toda disputa histórica o idealista, que no era el pueblo el que podía decidir si se independizaba o no pues no tenía la necesaria madurez política para hacerlo y, por mal que les parezca a algunos, el Istmo ha sido un territorio que no puede regirse por los ideales que inspiraron otras revueltas en el mundo: nuestra función transitista y pacifista exige de Panamá el sacrificio de no tener más dirección que el comercio libre y puro con estabilidad política y un relativo bienestar común. Este ideal sui generis panameño es y ha sido el más grande sentimiento nacionalista.

Por ello no puede tildarse de revolución interesada en lo comercial a la Independencia de 1821, pues por la propia realidad panameña ¿qué otra cosa querían que ocurriese? No una nueva Toma de la Bastilla ni un nuevo hundimiento de cargas de té ; lo sucedido fue llanamente un hecho llevado a cabo al estilo panameño y, sólo por ello, digno del mayor respeto, homenaje y admiración de propios y extraños.

Consideramos que con lo anterior queda claramente establecido el fundamento de nuestra independencia de España y ahora nos toca dilucidar el aspecto de nuestra unión a Colombia, que lleva posteriormente a la separación.

XII. Proyección del legado en este período

Del legado hispano naciente en Panamá Viejo tenemos varias expresiones que posteriormente fueron evolucionando hasta tomar su actual forma, entre las cuales tenemos:

A. El folklore

Hablar del folklore panameño es cosa algo difícil y nuevamente extremos irreconciliables se tocan: territorio pequeño, escasa población y gran diversidad de folklore.

Hablando del elemento hispanoindígena, con o sin mezcla africana, una de las herencias que nos han quedado son los carnavales, compuestos de fiestas móviles, en donde el pueblo se lanza a las calles a una fiesta que puede durar hasta cuatro días. Se conocen estos festejos desde el Siglo XVIII, pero no como se realizan hoy en día. Un *fósil* de los antiguos carnavales es la tuna, un grupo de personas cantando imaginativas estrofas al compás de un tambor; pero luego, en el Siglo XX, se incorporan a la capital los carnavales como un reinado de fantasía y música, en donde sus habitantes no participan sino que lo observan y lo disfrutan.

Murga en la Calle

Otro elemento que nos queda es la festividad religiosa del Corpus Christi, de honda raigambre en América, que originalmente parte de los autos sacramentales del medievo.

Una nueva versión de éstos es empleada por la Iglesia para catequizar a los aborígenes, mediante símbolos, y afianzar la fe de los cristianos, donde había que enseñar la diferencia entre el bien y el mal, y de allí la lucha entre el Ángel y el Demonio en la danza del Gran Diablo. Poco a poco esto fue evolucionando hasta incorporar las danzas de los Saracundé, los Montezuma, las Mojigangas y cabezonas.

La celebración de los Montezuma resume la conquista de México, donde todo comienza a las 4 de la mañana cuando los cantadores y guitarristas van de un sitio a otro entonando canciones, primero religiosamente, luego en forma romántica y hasta llegar a lo picaresco. Se les llama conjunto de despertadores porque, como su nombre lo indica, van despertando al pueblo hasta que se congregan en la Plaza Mayor. Al amanecer le toca el turno al torito guapo, que es lanzado a recorrer todas sus calles, haciendo sonar las campanas de la iglesia a las 8:30 a.m. para que todos sus habitantes se congreguen dentro de ella y continuando la procesión con el Santísimo en la custodia por los sitios más importantes del lugar. En los años 20 del Siglo XX se logró registrar que los diablitos y toros Cucuá también eran parte de la celebración en La Villa, pero hoy, sin embargo, sólo alguno de ellos lo sabrá, y no en Los Santos sino en Coclé.

Homenajeamos en el Centenario de nuestra República la figura de Narciso Garay, reproduciendo los diálogos que se presentaban para aquella ocasión tanto en la Villa de Los Santos como en La Chorrera, por la década de los 20 y que fueran recopilados por él en su obra "Tradiciones y Cantares de Panamá":

DANZA DEL GRAN DIABLO Y EL ÁNGEL

Primer paso de baile: vuelta hacia afuera.
Encadenar guiados por el Diablo Mayor.
Cambio de posición del Diablo Mayor y Capitán.
Vuelta afuera.
Guías cambian de posición diagonalmente y siguen cambiándose todos diagonalmente.
Vuelta en redondo.
Todos recuperan su posición primitiva.

Corpus Christi

Diablo Mayor
A formar la oca.
Que un palo conducta
Se haga en el tiempo de la sexta.

Ángel
Esa oca no es para ti
Sino para la sangrienta.

Los diablos hacen doble fila haciendo un túnel tomándose de las manos unos frente a otros.

Alma *(pasando por debajo de las manos cruzadas de lo diablos)*

Quejosita de mí vengo
Confusa y desesperada
A pasar por estas leandras
Y estas ocultas montañas.
Sierva condolida
De mi pobreza pasada
Que el Alma viera
Por lo que ella vale.

Diablo Mayor
Alma, ¿de qué te quejas?
Habla y explícate conmigo,
Si de pobre te merece
Yo te daré ser muy rica.
Te daré el oro más fino
El más sutil quilataje
Los diamantes de más fondo
Las personas y los zafiros.

(Todos los diablos se espantan y el Alma se arrodilla)

Alma
¡Ángel mío, valedme!
Que el espíritu maligno
Me sirve de contrario.
Virgen sagrada María,
Dadme favor y amparo.

Ángel
No temas que yo te valgo
Del dragón infernal que intenta
Como ciego y obstinado
Y ha venido a inquietar
Esta Alma tan sin reparo.
¿No sabes que estoy presente
y he venido a ampararla?

Diablo Mayor
No valdrá tu poder
Porque yo licencia traigo
Del Supremo Juez, a quien
Ofendí tan sin reparo

Ángel
Mientes, ¡basilisco infiel!
¡Mientes, padre del engaño!
No tienes tú tal licencia
Ni Dios a ti te la ha dado
(le da la mano al Alma)
Alma, no te desconsueles,
Alma, no tengas cuidado
Que de Dios soy enviado
Para darte favor y amparo
Así tu custodio soy,
No temas, que yo te valgo

Alma
Gracias te doy, Ángel mío
Piadoso que me has sacado
De esta trance
Y este peligro riguroso.

Diablo Mayor
A pesar de mi coraje
De mi soberbia y mi ira
Ha querido esta Alma de Dios
Ultrajarme por altiva.
Cristianos, el demonio soy
Que a predicar he venido
Que nos vamos al infierno
A morir entre los vivos.

Diablo Capitán
Caiga el Cielo sobre mí
Y estremézcase la tierra,
Salga de su centro fijo
Aquel celestial alférez

Corpus Christi

Corpus Christi

Diablo Mayor
¿Cómo es posible, Señor
que de vos no se ha acordado
que en el resto de su vida
ningún rosario ha rezado?
Si acaso rezar pensó
Algunas avemarías
Su padre por corregirle
Violenta mano ponía
Y este pecado, Señor,
Gran infierno merecía.
Alma, ¿Quién te ha dicho a ti
Que yo uso de gallardía?

Diablo Capitán
Ven acá, tú que sembraste
Tu trigo en tu triguera.
Que esperaste el año caro
Para estancarlo y venderlo.
¿No sabes que el pobre maneja
poco dinero?

Cuadro: el Diablo Mayor y el Capitán se toman de manos para formar como el marco de una puerta. Los dos Guías se agachan para que el Diablo Mayor y el Diablo Capitán se apoyen en ellos.

Diablo Mayor
Vengo a cantar mi grandeza
Y la potestad que tengo
Que en las puertas del infierno
Tengo una silla embutida
Vestida de puro fuego.

Diablo Capitán
Tengo un zapato pequeño
Que calza tres puntos menos.

Diablo Mayor
Tengo un sombrero lautensia
Con tres medias lunas dentro.

Diablo Capitán
Tengo un pulido vestido
De metal y pluma ardiente
Que pintándolo a lo humano
Pulido vestido tengo.

Diablo Mayor
Tengo unas muy ricas alas
Que son para un rico avariento
Que como persona rica
Deposita un aposento.
Tres mil demonios me siguen
Alborotosos y contentos
Que nos vamos al infierno
Con este rico avariento

Ángel
Sobre esta base que pongo
Cada uno su parte acepta
Y así la base que toca
Aceptarás tú la primera.

Diablo Mayor
Y esa base, ¿qué indica?
¿Qué misterio es el que encierra?

Ángel
La redención del mundo
Ha formado una causa vuestra.
No lo dudes ni te admires
Porque de Dios la excelencia
Porque siempre el Ángel borra
Loo que los diablos desean.

(Danza: vuelta. Los diablos llevan en su mano unos trozos de madera con un agujero en el centro)

Diablo Mayor
Soy el Diablo Mayor
Que visto de puro rayo
Que al poner este madero
A todos les da un desmayo

Baile: cada diablo pone su pieza de madera en la espiga que sostiene el Ángel y todas las piezas juntas forman una cruz.

Diablo Capitán
A poner la última pieza
Porque soy el Capitán.
De los infiernos he salido
Con esta danza, galán.

Corpus Christi

Corpus Christi

Diablo Mayor
Qué cuidado se me da
Que Dios de los cielos me ha enviado
Que me ha dado ciencia infusa
Y un poder tan reforzado.
Yo engañé a Adán y a Eva
Y a esa mujer que había creado
Y también la hice comer
De un buen sabroso bocado
Que al mascarlo lo halla bueno
Y al tragarlo lo halla malo.
¿Qué es esto que me sucede?
¿Qué tribulación es esta?
Que lo mismo que estoy viendo
Dudando estoy de qué sea.
¿Habrá quien me parta el queso
y podré llegar a la mesa?

Ángel
Ni tú ni tus secuaces
Para un convite se aprecian
Porque un bocado de gloria
Para vosotros de pena.
¿No veis que vosotros mismos
formáis una cruz perfecta?

Baile: cada diablo saca una pieza de la cruz que formaron antes.

Diablo Mayor
A formar la torre
A mi discurso y mi idea
Que en el primer escalón
He de pintar mi soberbia.

(Los diablos forman una torre con sus cuerpos y el Diablo Mayor empieza a subirse)

Diablo Mayor (arriba de la torre)
Estoy subido en mi torre
Ténganse bien los cimientos
Que por subir jamás caiga.
Cojo escarmiento.
¿Habrá quien a mí se atreva?

Ángel (acercándosele al Diablo Mayor de a poco)
¿Habrá quien a mí se oponga?

Diablo Mayor
A mi furor

Ángel
A mi grandeza

Diablo Mayor
A mi ira

Ángel
A mi poder (el ángel asesta una puñalada al Diablo Mayor)

Diablo Mayor
¡Venciste Miguel, venciste!

Ángel
Supuesto que te he vencido
Para mayor gloria vuestra
Fabricaré esta muralla
De cristianos en defensa
Y esta divina señal (Alza el brazo mostrando la cruz del puñal)
La haga bien manifiesta.

Diablo Mayor
Amarrabiándose mi enojo
Se manifiesta mi idea.
Sea Dios en esta fiesta
Y muera mi pesar danzante.

(manifestaciones de alegría por medio del

Las *juntas de embarre* son otra herencia que casi se ha perdido, siendo mezclas de aborigen con europeo, las cuales consisten en que ante el inminente matrimonio de una pareja se organizan para construirles una casa de barro y techo de tejas, en un ritual complejo donde no falta la música, la bebida, los padrinos de la junta y muchos otros detalles.

El tamborito, la más representativa costumbre musical panameña, no puede faltar y se compone de varias formas, siendo tal vez el más famoso el Tambor de la Alegría. Sin embargo, citaremos otro que era popular a principios del Siglo XX:

Corpus Christi

Corpus Christi CRG

CHENCHA

El día que yo nací
Nacieron todas las flores
El día que me bauticé
Cantaron los ruiseñores
Chencha, quiere a Sebastián,
Chencha, vuélvelo a querer.
A la guayaba madura
Se le quita la pepita
El hombre cuando es celoso
No busca mujer bonita
Chencha, quiere a Sebastián,
Chencha, vuélvelo a querer.
La mujer que quiere a dos
No es mala sino advertida.
Cuando una luz se le apaga
La otra le queda encendida.
La Chencha, quiere a Sebastián,
Chencha, vuélvelo a querer.
La otra le queda encendida.
La guayabita madura
Le dijo a la verde verde:
El hombre cuando es celoso
Se acuesta pero no duerme.
Chencha, quiere a Sebastián,
Chencha, vuélvelo a querer.

Sólo enunciamos lo anterior dado que la obra no está dedicada a estos aspectos.

B. La pollera

Coreografía del Baile de las polleras

Es un vestido de origen español sin mayor cuestionamiento, pero particularmente panameñizado, del cual hay varias versiones de cómo se pudo originar, considerando que ninguna reúne todos los requisitos sino que todas juntas dan una idea de la realidad. Pero ciertamente en un dibujo del Siglo XVIII de la expedición científica de Malaspina, se puede ver una joven vestida con un atuendo que no tiene mucho que ver con la moda europea y sí más parecido a lo que hoy llamaríamos pollera.

La pollera actual es un conjunto de camisa, falda o pollerón y dos enaguas más las prendas (distinto tipo de cadenas al cuello, peinetas y *tembleques*) y accesorios (abanico, rebozo, monedero, babuchas).

Se considera que en los siglos XVI y XVII pudo ser simplemente un sayón blanco de amplio escote para ser usado por las esclavas o sirvientas de las grandes familias, para cuando la patrona quedaba embarazada separar a esa o esas mujeres negras del resto de la servidumbre empezando con su vestimenta, en el caso que también estuvieran embarazadas o ya lactando. Lo usual era que mientras la patrona se recuperaba del parto (porque fallecían muchas mujeres blancas como resultado posterior del alumbramiento) la esclava o sirvienta le amamantara al hijo. De allí surgió, ya entrado el Siglo XVIII, la costumbre de llamar *ama de leche* o bien *mamita* a estas mujeres.

Los hijos de la esclava o sirvienta se criaban con los de la patrona y muchas veces recibían el beneficio de una mejor alimentación y educación, incluyendo ser libres casi automáticamente. A ellos se les llamaba *hermanos de leche* y llevaban el mismo apellido de la familia.

Reverso de la labor de zurcido y calado de una pollera de gala

Pollera de gala hecha con zurcido y calado

Los sayones o pollerones eran blancos y frescos, a los cuales las patronas acostumbraron bordarles las puntadas familiares para que no se vieran tan simples. Con el tiempo, al darse cuenta que sus esclavas o sirvientas usaban un vestido humilde en materiales pero rico en labor manual, durante el Siglo XVIII ocurrió el cambio de este embrión de pollera a ser usadas por las patronas. Fueron incorporándose labores cada vez más complicadas que iban desde el punto de cruz o *marcado* hasta el talco al sol y a la sombra, zurcido, y la más magistral de todas, el calado, en unión de los anteriores.

Enagua o peticote de Pollera

Las polleras usadas y las joyas menos vistosas o dañadas eran desechadas en las fincas de los capitalinos en Veraguas, Herrera, Los Santos o Chiriquí, de modo que la servidumbre tenía acceso a estos conocimientos de costura elaborando sus propias versiones que devinieron en la pollera actual, que originalmente tenía menos trabajo que hoy en día, y en lugar de joyas llevaba flores naturales en la cabeza que fueron sustituidas por los llamados tembleques de oro o plata en forma de orquídeas, caracuchas, colibríes y alacranes.

Peinetas a la valenciana de carey y oro

Aretes tipo zarcillos y dormilonas, anillos, mosqueta y broche

Tembleques clásicos con perlas y gusanillos de plata

Diversas cadenas de oro

Escapularios de plata y oro

C. La décima

Directamente de España, como un impresionante fósil viviente, la composición poética llamada décima se enraizó en Panamá de modo perenne. Llamamos décima a una poesía dividida en cuatro estrofas con diez versos cada una y éstos de ocho sílabas por lo regular. No obstante, autores mexicanos llevan en 1591 la décima primitiva a Cuba y México, destacando que es el origen del *son* en esta isla y del *vallenato* colombiano.

Cuando el verso final de cada estrofa es igual se le llama *de pie forzado* y cuando el último es distinto se escriben aparte formando una estrofa inicial de cuatro versos a la que se llama *redondilla*, la cual debe ser declamada antes de cantar las restantes. Hay quienes remontan sus orígenes al medievo europeo (juglares) pero lo único cierto es que son originalmente españolas.

En sus comienzos era improvisada, o sea, el cantador la componía de modo espontáneo, pero ahora se escribe y se hacen arreglos en compañía del guitarrista, lo que quiere decir que la décima es una poesía cantada. Hay variedad de rimas, pero es bastante usual que el primer verso rime con el

cuarto, el segundo con el tercero, el quinto con el cuarto, el sexto con el séptimo, el octavo con el noveno y el décimo con el séptimo, lo que se conoce como *pie de décima*.

Llámase *torrente* a la melodía del tema o ritmo de la décima, los cuales pueden agruparse en tres ramas:

El torrente *mesano* que es un ritmo con letra alegre.

El torrente *gallino* habla del quehacer del hombre del campo pero algo melancólico, incluso cuando se refiere a personajes cotidianos o cuando la persona está enamorada o despechada.

El torrente del lamento también es conocido como *gallino-lamento* y puede ser usado para enamorar a una mujer o para demostrarle la desesperación que su amor le causa al cantor.

El torrente *zapatero* es alegre y se presta para hacer controversias (cuando dos o más cantores de décimas se enfrentan en un duelo de ingenio con las palabras) y sirve para referirse a situaciones cotidianas.

No obstante, hay otros torrentes derivados o a petición: mesano montijano, mesano transportado (seis maulinas), gallino américa, gallino zárate, gallino chitré, gallino picao, zapatero toletón, zapatero campesino, valdivieso, socabón llanero, socabón de la cruz, socabón interiorano, son maría, zeballo montañero y otros más.

Para que haya décima se requieren dos elementos: Primero, el compositor de la letra, que muchas veces es quien la canta, y segundo, el guitarrista, que hace dos introducciones antes que el intérprete pueda iniciar su parte. La segunda entrada identifica el tipo de torrente que se va a cantar, lo que permite dos guitarristas. Lo ideal es interpretarla con la *mejoranera*, guitarra autóctona de cinco cuerdas.

Aquí ofrecemos un ejemplo de décima redondilla en torrente mesano (originario de la población de La Mesa en Veraguas):

Yo soy el zambito León
Que repico y zapateo
Y les digo a las muchachas
La totuma que me meo

Soy el hombre divertido
Soy el muchacho chistoso
Yo soy el hombre gracioso
Y también el consentido.
Soy hombre en todo sentido
Y no tengo dilación
En robarle el corazón
A cualquier ninfa bella
Y después le digo a ella
Yo soy el zambito León.

Cuando quiero enamorar,
Volver a cualquiera loca,
No hago más que abrir la boca
Y ponerme yo a cantar.
Acostumbro piropear
Cualquier muchacha que veo,
En la cara yo le veo
Si me va a corresponder
Y así lleno del placer
Es que repico y zapateo.

Es cosa que me divierte
Enamorar una hembra
Por verla como se tiembla
Al disfrutar de mi suerte
Serás tú mía, hasta la muerte,
Les digo a las Nicolasas
También a todas las tachas
Les hablo con mucho ardor,
Quiero me des tu amor
Yo les digo a las muchachas.

La vida la paso en calma
Sin apuro ni aflicción
Y sin perder la ocasión
De hablarle a cualquiera al alma
Si otra se lleva la palma
Me lo dice sin rodeo
A pie juntillo lo creo
Y le digo en la ocasión
Prenda de mi amor
La totuma que meo.

D. La comida

Posiblemente donde más se puede observar la herencia cultural de los pueblos es en sus platos típicos a partir de los que antes se hacían combinándolos con lo nuevo que llega.

Hacemos la salvedad que en asuntos de comida hay variantes de una a otra provincia y de una a otra familia, por ejemplo, que a unos les guste con bastante picante mientras que a otros no, igualmente algunos con más tomate o achiote que a los demás.

Por ello, estas recetas que a continuación se incluyen y que se consideran inventadas a partir de mediados o finales del período hispano, son sólo aproximadas y no la única manera de elaborarlas.

El arroz con pollo

Cuando probamos una paella común de dos carnes en Valencia, España, nos damos cuenta que está hecha con conejo y faisán o al menos con pollo, sobre la base que el arroz es muy especial, llegamos a la conclusión que la paella valenciana común (para diferenciarla de la marinera) quedó convertida en nuestro arroz con pollo, con una sola carne pero con el arroz entero, de granos separados. Incluso, tenemos la sospecha que la paellera se convirtió con el tiempo en nuestra querida y popular paila.

Una receta genérica de arroz con pollo, como debió hacerse hace 100 años, sería:
Ingredientes:

1½ tazas de arroz por cada 2 personas
1½ a 2 pechugas enteras por cada 2 tazas de arroz crudo
1 cebolla, 1 ajo, 1 pimiento, 1 hoja de perejil y 1 cucharadita de sal y otra de pimienta por cada 2 pechugas (la sal puede ser más o menos)
2 tazas de agua por cada taza de arroz más ½ taza adicional
1 pimiento morrón grande previamente pasado por fuego para quitarle la cáscara, o bien, dejado en remojo de agua hervida por 15 minutos para que esté muy blando pero consistente.
½ onza de azafrán

Procedimiento:

Se colocan las pechugas con el agua y demás ingredientes, excepto el arroz, en una olla o cacerola suficientemente grande y se coloca a hervir. Cocinar hasta que el pollo esté blando.

Retirar las pechugas y quitarles huesos y piel, desmenuzándolas en pedazos pequeños pero visibles.

Dejar reposar el caldo un rato hasta que suba la grasa del pollo y con una cuchara quitarla casi completamente. Colocar esa caldo en una licuadora por 30 segundos. Tener a mano.

Mientras se cocina el pollo, en una paila de buen tamaño (según cantidades) poner a calentar 2 cucharadas soperas de aceite vegetal y colocarle la mitad del arroz seco. Revolver para que se sature el grano con el aceite, entonces agregar la segunda mitad y hacer la misma operación. Emparejar el arroz contra los bordes de la paila de modo que no quede muy grueso por ningún lado. Aguardar 2 ó 3 minutos y moverlo del fondo hacia arriba. Repetir hasta que el arroz se vea agradablemente dorado.

Ese es el momento de agregarle con cuidado el caldo ya licuado, revolviendo bien para que todo se impregne. Dejar que hierva sin tapar. Cuando empiece a bajar el nivel del caldo, agregar el pollo y volver a mezclar rápidamente. Dejar que vuelva a hervir y que se seque el agua hasta que se formen unos agujeritos en la superficie del arroz sin que se escuche el hervor desde abajo.
Bajar a fuego lento y tapar de inmediato. Dejar cerca de 15 minutos, destapando ocasionalmente para eliminar el agua que se forma en la tapa.

Quitar del fuego, poner en una fuente plana hojas de lechuga (adorno) y sobre ellas, con una cuchara, colocar el arroz. Sobre él, como decoración, se pone el pimiento morrón cortado en tiras del centro hacia fuera. Puede decorarse adicionalmente colocando entre tiras de pimiento una aceituna rellena.

Nota: Hay regiones en donde, además, se le agregan guisantes tiernos (petit pois), aceitunas rellenas, algunas alcaparras y hasta pedacitos de calamar, de tocino o de cerdo. Incluso algunos llegan a darle color al arroz mediante el achiote o, bien, otras personas le agregan media taza de Coca-Cola. En otros sitios se le agrega un poco de salsa o

pasta de tomate, dependiendo de la creatividad y del gusto de la persona, que varía de familia en familia y de región en región.

Este es el plato por excelencia de Panamá y se come en todas las provincias, en las diferentes clases sociales y en todo tipo de reunión (matrimonios, quinceaños, bodas, almuerzos, cenas, reuniones cooperativistas, etcétera). No necesita acompañarse de más carnes pero puede hacerse y resulta bien acompañado con una ensalada (lechuga, pepino, algo de apio, algo de pimiento verde picado y suavizado, tiritas de zanahoria suavizada y algo de tomate en trocitos) con un buen aderezo.

Chocao

Es posible hacerlo con plátanos o guineos (bananos) con tal que estén en avanzado estado de maduración. Tal vez el más tradicional es el de plátano, que también es preparado en el Darién.

Se toma el plátano bien maduro (hay quienes dicen "borracho"), se pela, se le saca el "centro" (donde se acumulan las semillas) y se maja un poco. Previamente se ha elaborado "leche de coco" fresca, tomando coco y rallándolo para luego, con un poco de agua, apretarlo repetidas veces hasta sacarle un líquido blanco oloroso. Se tendrá listo un trozo fresco de jengibre mediano pelado pero no picado.

Se pone en una "paila" (deformación americana de "paellera") la leche de coco con el plátano y el jengibre hasta que todo esté suave y consistente. Hay quienes dicen que no debe comerse caliente para que no produzca dolores de estómago, pero ciertamente en esta forma sabe muy bien. Se deja reposar hasta que esté a temperatura ambiente, se sirve en platos o totumas pequeñas individuales y se le agrega una o dos cucharadas de leche de coco fresca.

El chocao de guineo usa el mismo proceso.

Mamita

Se emplea plátano verde y leche de coco. Se pela el plátano, se parte en trozos y se pone en una paila con suficiente leche de coco fresca, dejándolo hervir. Cuando ya está blando, se separa la leche y se maja el plátano (licuado es mejor). Luego se vuelve a unir todo y se sirve caliente.

Técnicamente debe ser llamado puré de plátano verde con leche de coco y es opcional para acompañar platos de carnes diversas. Sustituye al arroz y las miniestras.

Chucula

Emplea plátano maduro y leche de coco. Se toma el plátano, se pela quitándole "el centro" y se coloca a hervir con leche de coco fresca suficiente hasta que esté blando y uniforme. Se maja el plátano (licuado es mejor), se vuelve a mezclar con la leche de coco y se sirve.

Debe tener una consistencia espesa pero lo suficientemente líquido para beber en un vaso sin necesidad de cuchara.
Técnicamente debe ser llamado "chicha de plátano maduro con leche de coco".

Sopa de Fufú

Es en realidad una sopa con yuca, ñame, leche de coco y pescado. Su preparación varía algo según se trate de la Costa arriba (donde está Portobelo) o la Costa abajo (al otro lado del Canal). En todo caso, se sirve con las verduras y luego se pone el pescado encima de todo. En Kuna Yala lo llaman Tule Masi y en Bocas del Toro le dicen Rondón.

Arroz con coco

Tanto los afrocoloniales como los afroantillanos y los criollos comen arroz y lo mezclan con leche de coco. Hay quienes toman la leche de coco fresca y la ponen a cocinar, el arroz directamente en la paila a razón de 1 taza de arroz por 2 a 2½ tazas de leche de coco, agregándole el "punto" de sal de su preferencia.

No obstante, otros ponen a hervir primero la leche del coco y luego cocinan allí el arroz. El resultado es un arroz blanco, entero, con olor a coco agradable, fácil de masticar, que sirve para acompañar cualquier tipo de carne.

Los almojábanos

No hemos logrado detectar su origen directo en España, pero debe ser una especie de bollo, originalmente de harina, con relleno de queso.

Ingredientes:

Maíz seco pilado, hervido y molido al gusto, según la cantidad de personas que vayan a comer, tal vez 2 libras.
Queso blanco molido (1 libra)

Procedimiento:

Colocar la masa de maíz en una mesa y hacer bolillos como de 8 pulgadas de largo, y aplanarlos. Desmenuzar el queso molido que quede muy fino. Ayudándose de una cuchara, colocar queso en la masa aplanada, en el centro, y luego cerrar la masa de modo que su centro sea el queso.

Formar letras "S" o bien números "8" con la masa rellena y colocar a hervir en un sartén hondo con bastante aceite. Una vez tengan consistencia y estén dorados, retirar y dejar en una fuente con papel toalla para absorber el exceso de aceite.

Se sirve preferiblemente caliente y es perfecto con café negro o con leche.

Los dulces de leche

El arroz con leche

La caña de azúcar es oriunda del Asia tropical, lo mismo que el arroz y la canela.

Hasta donde tenemos entendido, los cítricos, el arroz, la caña de azúcar y las especies fueron conocidos en España durante el período de ocupación marroquí, y que desde allí fueron introducidos a América, en donde prosperaron con abundancia.

En relatos y hasta poesías de Arabia y reinos limítrofes, cocinar el arroz con leche y endulzarlo con el jugo de la caña y algo de raspado de cáscara de naranja era algo casi cotidiano y un plato muy apetecido, que al igual que el llamado cus-cus eran servidos luego de espolvorearlos abundantemente con canela recién rallada. Este plato fue conocido por los andaluces quienes, a su vez, lo transmitieron a las colonias tropicales americanas en el Caribe y en Tierra Firme.

Por ello lo consideramos un plato auténticamente de raigambre hispano-musulmana.

No obstante, cuando Inglaterra coloniza muchas islas del Caribe, los esclavos y habitantes que paulatinamente se van culturizando siguen preparando este plato, por lo cual les parece autóctono de ellos. Una variante del arroz con leche que se conoce en Panamá es cocinar uvas pasas junto con el arroz, siendo considerado un aporte de la cultura afro-angloantillana

Comidas con carnes de res, gallina o cerdo

Debemos entender que en América no había caballos, gallinas, ganado caprino, ovino, vacuno o porcino y así no hacernos a la ilusión que algún plato compuesto con esas carnes es originario de América. Lo que sí podemos asegurar es que son platos de herencia hispana y criolla.

Panamá, en particular, nunca prosperó en tener criaderos de cabras ni ovejas hasta ya casi finalizando el Siglo XX. Así pues, los colonos españoles, no habituados a comer muchas de las carnes silvestres de Panamá, las fueron sustituyendo poco a poco con las que sí conocían para poder disfrutar de platos de comida sustanciosos y nutritivos.

Tal es el caso del arroz, que en muchas variantes lo podemos ver mezclado con pollo, cerdo y carne de res.

Nuestro Istmo cuenta con platos de carne en ropa vieja, bistec picado, gallina guisada, hígado encebollado con ajo y tomate, todos los cuales tomaron sus recetas actuales a través del criollismo, esto es, adaptación de recetas preparadas en Europa pero a la manera panameña.

Un ejemplo de ello es el conocido y muy común plato de "callos", al que en Panamá se llama "mondongo" y que se prepara muy distinto de su original español y de las variantes americanas:

Mondongo a la Culona (estilo chorrerano)
Ingredientes:
1 lb. de mondongo
2 cebollas
1 cda. de vinagre
2 papas
4 tomates
2 dientes de ajos
2 zanahorias, guisantes si lo desea ("petit pois")
2 limones
Sal y picante al gusto

Procedimiento:

Pique el mondongo después de rasparlo, lávelo y restriegue con limón.

Póngalo a cocinar botando dos aguas, cámbielo nuevamente y llévelo al fuego hasta que esté blando.

Agregue los condimentos molidos, las papas y las zanahorias picadas, dejándolo cocer por un tiempo hasta que se ablanden las papas y las zanahorias.

Raspadura de coco

Plátanos en Tentación

No estamos seguros de cuándo se inventó este plato, pero sí sabemos que fue cuando el obispo Tomás de Berlanga llegó a Panamá que se introdujo el cultivo del banano y el plátano, desarrollándose su uso por los baquianos y criollos, tal vez más exactamente al final del Siglo XVIII. Nótese que al primero se le llamaba "Fruta de la Guinea" que hasta hoy se sigue llamando igual.

Ingredientes:
2 plátanos bien maduros
1/2 taza de azúcar
1/8 cdta. de sal
1 raja de canela.

Procedimiento:

Corte el plátano en rodajas de 1 pulgada.

Póngales agua hasta cubrirlos, agregue todos los ingredientes y cocine a fuego lento hasta que se espese el azúcar.
Agregue 1 cda. de mantequilla y 1 de vainilla.
Sírvalos calientes.

Carne Entomatada (estilo interiorano)

Ingredientes:

1 lb. de punta de palomilla (hecha tasajo)
1/4 cucharadita de orégano
4 tomates medianos
2 cds. de grasa
Sal al gusto

Procedimiento:

Lave la carne, séquela y ponga la sal y el orégano. Extiéndala al aire para que se seque un poco.

Póngala a asar según su gusto, machacándola un poco.

Sofría un poco el tomate y agregue la carne en trozos.

Si desea puede agregar 1 cebolla.

Tamal de olla

Ingredientes:

10 mazorcas (maíz nuevo)
1 lb. de maíz seco (la masa)
1/2 lb. de cerdo o 2 encuentros de pollo
1 cebolla grande
1 tomate grande
2 ajíes grandes
4 cdas. de grasa
1 cdta. de vinagre
Sal y pimienta al gusto
Aceitunas, pasitas y alcaparras, si lo desea

Procedimiento:

Rebane el maíz y muélalo, agregue 1 taza de agua y cuele en colador grueso.

Sofría las carnes en trozos pequeños, agregue los condimentos molidos, la pasta de tomate y 1 taza de agua. Deje ablandar y quite el hueso si está usando pollo.

Mezcle la salsa al maíz y póngala al fuego por 25 ó 30 minutos a fuego lento y revolviendo.

Ponga la mitad de la masa en la olla, en el centro la carne y el resto de los ingredientes. Cúbralo todo con el resto de la masa y llévelo al horno a fuego lento por 30 minutos.

Se sirve caliente.

Carimañolas

Ingredientes:

2 lbs. de yuca buena
1 lb. de cerdo liso (carne blanca o queso)
1 cebolla mediana
1 ají grande
2 dientes de ajo
1 yema de huevo
1 tomate mediano
4 cdas. de salsa de tomate
Aceite abundante para freír
Sal y picante al gusto.

Procedimiento:

Pele la yuca y córtela en trozos grandes. Déjela hervir en agua con sal hasta que esté suave, escúrrala y muélala caliente.

Agregue la yema, amase bien y haga bolas del tamaño que desee. Hágale un hueco y relleno con jigote o queso desmenuzado, cierre el hueco y saque una punta en ambos extremos.

Fría en aceite caliente hasta que adquieran un color dorado claro.

Se sirven calientes.

Suspiros

Ingredientes:
1 lb. de almidón de yuca
2 huevos
1/4 cdta. de sal
3/4 taza de azúcar
1/4 de canela
1 cda. de manteca o mantequilla.

Procedimiento:

Cierna el almidón, colóquelo en un tazón, abra un hueco en el medio y ponga en el centro todos los ingredientes.

Mezcle todo con un cuchillo fino o una cuchara de madera hasta formar una masa.

Saque los trocitos pequeños, amase cada uno con las palmas de la mano y extienda en forma de lápiz enrollándolos en forma de espiral.
Ase en horno lentamente (250 grados) hasta que tomen un color claro.

Bollería

Utilizando plátano verde, se pela, se corta en tiritas y se fríe en abundante aceite caliente.

Una vez dorados, se sacan y se pone a escurrir el exceso de aceite en papel de cocina.

Mientras tanto, ponga a hervir miel de caña, a la que algunos agregan una raja de canela para que tome sabor y el plátano ya frito, cocinando unos minutos. Apaguen y dejen reposar un poco para luego ir sacando los plátanos, sea juntos o en porciones, para que se enfríen y la miel se cristalice parcialmente.

Lo ideal sería que al morder se sientan crujientes.

Se sirve a temperatura ambiente.

Panes de anís

Más Allá del Río Chagres

Más allá del Río Chagres
hay pasos que conducen a la
¡a las brizas de fiebres mortales
al aliento emponzoñado de la malaria!

Más allá del follaje tropical
donde los cocodrilos aguardan,
están las mansiones del Mal
Sus heredades originales.

Más allá del Río Chagres
hay pasos jamás conocidos
con una araña acomodada en cada guijarro,
un escorpión acechando en cada piedra.

Allí está la boa constrictor
con su mortal abrazo de banquete
y su asténico pecho.

Más allá del Río Chagres
Espía el puma en sus lares
y decenas de cientos de miles de peligros
Se ocultan en el nocivo aire.

¡Detrás de las hojas trémulas
debajo de las cañas caídas,
está siempre presente el riesgo
de un millón de diferentes orígenes!

Más allá del Río Chagres
al decir de los viejos y sus historias-
¡hay pasos que conducen a montañas
del más puro y virginal oro!

Pero esta es mi más firme convicción,
cualquiera que sea el cuento que ellos digan:,
¡Que detrás del río Chagres,
todos los pasos conducen directamente al infierno!

--James Stanley Gilbert

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

MONOGRAFÍAS, ENCICLOPEDIAS, ACTAS O SIMILARES

1. ABOOT, Willis J.: Panama and the Canal. Syndicate Publishing Company, New York, 1913.

2. ALFARO, Ricardo J.: "Manuel Amador Guerrero", Bulletin of the Pan American Unión, ly 1933, LXVII, 538. Citado por DUVAL hijo, Miles P.

3. ALFARO, Ricardo J.: "Cronología de sucesos fundamentales de la vida internacional de Panamá y sus relaciones con Estados Unidos".

4. ALTOLAGUIRRE Y DUVALE, Ángel: Vasco Núñez de Balboa. Imprenta del Patronato de Huérfanos de Intendencia é Intervención Militares, Madrid, 1914. De esta obra, además, se toman las transcripciones de los documentos del Archivo General de Indias.

5. ANDERSON, Dr. C.L.G.: 1911 Old Panama and Castilla del Oro, The Sudwarth Company, Washington.

6. ANGULO, Iñiguez y Mario Dorta., "Historia del arte hispanoamericano", 1945.

7. ARAÚZ, C., y PIZURNO, P.: El Panamá Hispano, 1501-1821, Panamá, 1991.

8. ARAÚZ, Celestino A.: La independencia de Panamá en 1821, Lithoimpresora Panamá, 1980.

9. ARAÚZ, Mateo F.: Relatos sobre la Guerra de los 1000 días. Estrella de Panamá, Panamá, 1951.

10. ARBOLEDA, Gustavo: Historia contemporánea de Colombia, Tomo II, Editorial Arboleda y Valencia, Bogotá, Colombia, 1918.

11. ARIAS, Harmodio: El Canal de Panamá, Editora Panamá América, Panamá, 1957.

12. ARROCHA GRAELL, Catalino: Historia de la Independencia de Panamá, sus antecedentes y sus causas, 1821-1903. Benedetti Hermanos Impresores, Panamá, 1934.

13. BENEDETTI, Eloy: Incidencia del Canal a nivel en la vida nacional. Edilito Panamá, ¿1966?

14. BENZONI, Girolamo: Historia del nuevo mundo, Alianza Editorial, Madrid, España, 1989.

15. BIBLIOTECA CULTURAL NACIONAL, por Guillermo Andreve. Extraído de Documentos fundamentales par la historia de la Nación panameña, Junta Nacional del Cincuentenario, Panamá, 1953.

16. BOAZ, Franz: El arte primitivo. Fondo de Cultura Económica, México, 1947.

17. BOVALLIUS, Karl: Viaje al Istmo, 1881-1883, Lithoimpresora Panamá, 1972.

18. BUNAU-VARILLA, Philippe: "Panamá, the creation, destruction and resurrection". Obra citada a página 490 y siguientes por Jorge E. Boyd en carta de 27 de septiembre de 1913 al Dr. Belisario Porras, publicada en la Estrella de Panamá de ese año en secciones. Reimpresión en separata por Julius Grigore Jr., impresión privada, Panamá, 1991.

19. BUNAU-VARILLA: "Panamá. The creation, destruction and resurrection´´, New York. McBride, Nast & Co., 1914, p. 177. Citado por MACK, Gerstle, Opu

20. BUNAU-VARILL: The great adventure of Panama. Doubleday, Page & Co., Garden City, New York-London, 1920.

21. CARLES, R.D. y LOMBARDO V., A.: "La historia vuelve a transitar las rutas del Darién", en Informe del Sub-Comité del Darién, VII° Congreso Panamericano de Carreteras, Editora Panamá América, Panamá, 1957.

22. CARLES, Rubén Darío: A través del período colonial en Panamá, sin datos edioriales, Colón, 7° Edición, 1955.

23. CARLES, Rubén D.: Palacio Municipal de Panamá. Mimeógrafo electrónico, Panamá, ¿1976?.

24. CARLES, Rubén D.: Crónicas de Castilla del Oro. Editora Humanidad, Panamá, 1965, páginas 84-86.

25. CARLES, Rubén D: 220años del período colonial en Panamá. Imprenta Nacional, Panamá, 1959.

26. CASIMIR DE BRIZUELA, Gladys: Excavaciones en las huacas de la zona de Azuero. Actas del Segundo Simposio de Arqueología de Panamá, abril de 1971.

27. CASTILLERO CALVO, Alfredo: Conquista, evangelización y resistencia, Ediciones Mariano Arosemana, INAC, Panamá, 1995.

28. CASTILLERO, Ernesto J: Recuerdos de la vida del Dr. Carlos A. Mendoza. Editora de la Nación, Panamá, 1977.

29. CASTILLERO, Ernesto J. Historia de Panamá . Ministerio de Educación, Panamá, 1976.

30. CASTILLERO R, Ernesto J.: Historia de la comunicación interoceánica, Imprenta Nacional, Panamá, 1939.

31. Castillero, E. De J.: "Grandeza y decadencia del Castillo de San Lorenzo, S/D.

32. CENTRAL OFFICE OF INFORMATION: Gran Bretaña y la América Latina, Londres, Inglaterra, 1968.

33. CLARE Jr., Horacio.: Correspondencia diplomática, Despachos de las misiones de los Estados Unidos de América en la República de Panamá, página 47: "La independencia del Istmo de Panamá sus antecedentes, sus causas y su justificación". Por Ramón M. Valdés. Aparecido en la Estrella de Panamá, 18 de noviembre de 1903.

34. COLECCIÓN KIWANIS. Eusebio A. Morales. Impresora de la Nación, Panamá, 1977.

35. COLECCIÓN KIWANIS. Pablo Arosemena. Impresora de la Nación, Panamá, 1982.

36. Constitución y leyes expedidas por la Asamblea constituyente del Estado de Panamá, 1855.Panamá.Oficina "El Panameño", 1856, páginas 3 a 5. Extraído de DOCUMENTOS FUNDAMENTALES….

37. COOKE R. y SÁNCHEZ, L.: "Coetaneidad de metalurgia, artesanías de concha y cerámica pintada en Cerro Juan Díaz, Gran Coclé, Panamá". Boletín del Museo del Oro, enero-junio de 1997, San José, Costa Rica.

38. COOKE, Richard: El Período Precolombino, en "Memorias del Smithsonian Tropical Research Institute".

39. DE LAS CASAS, Fray Bartolomé. En Historia de las Indias. Txertoa Editores, España, 1984.

40. DE MELÉNDEZ, María de J.: La separación de Panamá de Colombia, su cara interna.EUPAN, Panamá, 1975.

41. DE ULLOA, Antonio y Jorge Juan: "Panamá en 1735-36"

42. DE ROUX, Lous: Discurso pronunciado en el Congreso de Colombia (1903), por Luis de Roux, representante por la provincia de Panamá. Tipografía Moderna, Panamá, 1906.

43. Dionisio de Alcedo y Herrera: "Piraterías en la América Española"

44. DOCUMENTOS FUNDAMENTALES PARA LA HISTORIA DE LA NACIÓN PANAMEÑA, Imprenta Nacional, 1953.

45. DUVAL hijo, Miles P. Cádiz a Catay, Imprenta Universitaria, Panamá, 1973.

46. EUPAN: Etnohistoria de Panamá, artículo de Richard Cooke, 1968, páginas 68-74

47. FÁBREGAS, Javier: El cuerpo humano, Editorial Bruguera, III[a] Edición, Barcelona, España, 1972.

48. FRANCO, José: Panamá Defendida, Artes y Oficios, Panamá, 1959.

49. FREELAND JUDSON, Horace: La búsqueda de respuestas, Fondo Educativo Interamericano, México, 1984, página 6. Palabras de Joshua Lederbeg.

50. GARAY, Narciso: Tradiciones y cantares de Panamá, Imprenta de la Nación, 1930.

51. GARCÍA DE PAREDES, Luis: "Mudanza, traslado y reconstrucción de la ciudad de Panamá", en Apuntes de Municipalidad, recopilado por Herasto Reyes, publicado por la Subcomisión de Educación y Cultura del Concejo Municipal de Panamá, Imprenta de la Alcaldía, 1986.

52. GARCÍA F., José L.: "Trazas urbanas hispanoamericanas y sus antecedentes", en El sueño de un orden, la ciudad hispanoamericana, por el Ministerio de Fomento, España, 1997.

53. GARCÍA, Ismael S.: Historia de la literatura panameña. UNAM, México, 1972.

54. GARCÍA MEROU, Martin: Historia de la Diplomacia americana, Buenos Aires, Argentina, 1904. Citado por CASTILLERO R., Ernesto J.

55. GASTEAZORO, Carlos M. Introducción al estudio de la historia de Panamá, Editorial Azteca, México, 1956.

56. GRIGORE, Julius: reimpresión de la Carta de Refutación que Jorge E. Boyd dirigiera a Beliario Poras respecto del libro Panamá: Creación, Destrucción y Reconstrucción de Philippe Bunau-Varilla .

57. GROUSHKO, Alex: "Tesoros perdidos del mundo", en Atlas de lo Extraordinario, tesoros perdidos Vol 1, de Ediciones del Prado; allí fue citado de Lost Treasures of the World, de Multimedia Books Ltd. Edición castellana de Editorial Debate, Madrid.

58. INSTITUTO NACIONAL: "Documentos históricos sobre la independencia del Istmo de Panamá", Panamá, 1930. Citado en Documentos de la Sociedad de Amigos de Panamá, Volumen 1, #11, Panamá, jun-jul de 1994, anexo I.

59. JOHNSON, Suzanne P.: An American legacy in Panama (a brief history of the Department of Defense Installations and Properties in the former Panama Canal Zone), USARSO, 1998.

60. A history of Fort Amador and Fort Grant. Mismos datos editoriales.

61. JUNTA NACIONAL DEL CINCUENTENARIO: Documentos Fundamentales para la historia de la Nación panameña, Ia imprenta Nacional, Panamá, 1953.

62. KELLER, Ulrich: The building of the Panama Canal. Dover Publications, Inc,. United States, 1983.

63. LEMAITRE, Eduardo: Panamá y su separación de Colombia, Biblioteca del Banco Popular, Bogotá, 1972.

64. LEWIS, Samuel. Carta a un amigo norteamericano. Impresora Panamá, 1964.

65. Leyes expedidas por la Asamblea Legislativa del Estado de Panamá, 1861, Panamá Imprenta Star & Herald, 1862.

66. LOMBARDO VEGA, Abel: Crónica de la Conquista del Istmo, Impresora de la Nación, Panamá, 1977.

67. MACK, Gerstle: La tierra dividida, Editorial Universitaria, IIª Edición, Panamá, 1978.

68. MARRYAT, Francis Samuel, Montañas y Molinos, 1855.

69. McCULLOUGH, David: El paso entre dos mares, Lasser Press, México, 1980.

70. McGEACHY, Alberto V.: Bunau Varilla's Perfidy or how the Panamanians were betrayed. Sociedad Panameña de Acción Internacional, 1934.

71. MEDITZ, Sandra W. & HANRATTY, Dennis M.: PANAMA a country study. Federal Research Division, Library of Congress. Research Completed December 1987.

72. Memorias de la Legación Diplomática de Colombia en Washington; informe del negociador Carlos Martínez Silva. Citado en CASTILLERO R., Ernesto de J.

73. MERCADO SOUSA, Elsa: El hombre y la tierra en Panamá, S. XVI, según las primeras fuentes. Seminario de Estudios Americanistas, Madrid, 1959.

74. MILLETT, Richard L.: PANAMA, article in Enciclopedia Británica 2002.

75. Ministerio de Relaciones Exteriores: Compilación de ciertos tratados y convenciones relacionados con la Zona del Canal, 1903-1950. Panamá, 1952.

76. Ministro de Relaciones Exteriores, Archivos y Biblioteca. Tratados Internacionales. Ciudad de Panamá.

77. MIRAMONTES Y ZUÁZOLA, Juan de: Armas Antárticas, prólogo de Rodrigo Miró. Biblioteca Ayacucho, Venezuela, 1978.

78. MIRÓ, Rodrigo. Sentido y misión de la historia en Panamá, Imprenta Nacional Panamá, 1969.

79. MIRÓ, Rodrigo: Mariano Arosemena, el político, el periodista, el historiador .Imprenta Nacional, Panamá, 1960.

80. MONASTERIO, P. Félix: "Portobelo", Panamá, 1934.

81. MONTENEGRO DE FLETCHER, Alma. Soberanía, estrategia económica de Panamá. Fundación Omar, Panamá, 1996.

82. MOORHEAD, Alan: Darwin, la expedición del Beagle, Ediciones del Serbal, España, 1985.

83. MOSCOTE, Rafael E.: Páginas de nuestro ayer. Edición privada, Academia Panameña de la Historia, Panamá, 1984.

84. MOTA, Francisco: Piratas en el Caribe.

85. NICOLAU, Ernesto de J.: El grito de la villa, Imprenta Nacional, Panamá, 1961.

86. MUNICIPIO DE PANAMÁ: Registro Municipal, Panamá, año 12 #2, 26 de noviembre de 1903.

87. NÚÑEZ, A., y Julio M.: "Portobelo", El hombre y su cultura, 1987.

88. ORTEGA D., Oydén: la lucha por el Canal. Rufino García Blanco, Madrid, España, 1989.

89. OSORIO O, Alberto: Los judíos en la separación de Panamá de Colombia 1903. Printex, Panamá, 1998, páginas 22-23.

90. OSORIO O., Alberto: Chiriquí en su historia, 1502-1903, T ll, Litografía Enan, S.A:, Panamá,

91. PEREZ SASTRE, Florencio: Retuerta del Bullaque y los montes de Toledo. Talleres de Lozano, Ciudad Real, España, 1999.

92. PEREZ VENERO, Alex: La guerra de los mil días en Panamá. Lithoimpresora PANAMÁ, 1979.

93. Real Cédula de Valladolid, 23 de septiembre de 1514. Archivo General de Indias, Libro de Tierra Firme, 1513.

94. REVERTE, José: Operación Panamá, EDAF, Madrid, España, 1977.

95. RIVERA REYES, J.: A strange Metamorphosis. También: Vices of the Hay-Buanu Varilla Treaty. Panamanian Society for Internacional Action, 1934.

96. SHAILER, P. R.: The basis of Panama-United Status relations. Panamanian Society for International Action, 1934. También The new deal and United States-Panama relations. También: Our ingratitude to PANAMÁ.

97. SISNETT, Manuel O.: Belisario Porras o la vocación de la nacionalidad. IIa Edición, Imprenta Universitaria, Panamá, 1972.

98. SOCIEDAD AMIGOS DE PANAMÁ. Documentos. Volumen 1, # 6-7, 1994.

99. SOLER, Ricaurte. Formas Ideológicas de la Nación Panameña, EUPAN, 1971.

100. SOSA, Juan B.: Panamá la Vieja. Impresión facsimilar de la original en 1919. Imprenta del Ministerio de Educación, panamá, 1969.

101. STEPHENS, Clyde: Bosquejo histórico del cultivo del banano en la provincia de Bocas del Toro (1880-1980), Revista Panameña de Antropología, edición suplementaria especial, 1987.

102. SUÁREZ RIVAS, Waldo: Apuntes geográficos e históricos de Taboga, Panamá, enero de 1903.

103. SUCRE, Antonio J.: Ante la inminente construcción del canal a nivel. Editora Panamá América, Panamá, 1964.

104. TERÁN, Oscar: Panamá: del tratado Herrán-Hay al tratado Hay-Bunau Varilla. Historia crítica del atraco yanqui mal llamada en Colombia "la pérdida de Panamá", y en Panamá "nuestra independencia de Colombia". Carlos Valencia, Editores, Colombia, 1976.

105. Escritos y Discursos, Imprenta de Motivos Colombianos, Panamá, 1933.

106. Comparación entre los Tratados Herrán-Hay y el Hay-Bunau Varilla, Imprenta de Motivos Colombianos, Panamá,1934.

107. TUÑÓN, Federico: El canal barato. Editora de la nación, Panamá, 1964.

108. VALTIERRA, Florencio: "Historia religiosa del Hospital Santo Tomás", Estrella de Panamá, 1974.

109. VARGAS VILA, J. M. los césares de la decadencia, páginas. Ediciones Ramón Sopena, Barcelona España, 1936.

110. VARIOS: Llanto de Panamá a la muerte de Don Enrique Enríquez de Sotomayor, edición, estudio y notas de Antonio Serrano de Haro, Ediciones Cultura Hispánica, Madrid, España, 1984.

111. VARIOS: Oro, Jade, Bosques: Costa Rica. Páginas 22 y siguientes. FISA, Escudo de Oro, SA., Madrid, España, 1992.

112. VARIOS. 90 años de la vida Republicana, INAC, Panamá, 1993.

113. VARIOUS: STRI contributions to research, 1996, Vol 1 #32, pps 814-828: "Closure of the Isthmus of Panama; the near-shore marine record of Costa Rica and Western PANAMÁ".

114. Webster, Edwin: "La defensa de Portobelo", S/A

115. YAU, Julio: El canal de Panamá, calvario de un pueblo. Editorial Mediterráneo, España, 1972

Revistas o catálogos de exposiciones

1. AGUILAR, Sebastián: "La isla que se transformó en Ciudad y que ya no es una isla", en Revista Lotería 440, de 2002, impresa en febrero 2003.

2. AGUILERA, Miguel: "Coacción extranjera y la dignidad patria." (El Incidente Russell), en Revista Lotería # 63, páginas 16 a 30, Panamá, 1961.

3. ALFARO, Eloy: traducción de "El plan Creassy para capturar a Panamá", en Revista Lotería # 65 páginas 83-100, Panamá, 1961.
Alfaro, Ricardo J.: "Medio siglo de relaciones entre Panamá y los Estados Unidos", en Revista Lotería #191, Impresora Los ángeles, S.A., Panamá 1971, Páginas 150-168.

4. ALFARO, Ricardo J.: citado por la Asamblea Nacional en " Resolución de 3 febrero de 1962", Revista Lotería #76, Impresora Panamá, Panamá, 1962.

5. ARCE, Enrique J.: "Don José de Obaldía", en Boletín de enero de 1933, Academia Panameña de la Historia, Año 1, #1. También hay una reproducción en la obra "Vida del General Tomás Herrera" en su apéndice, hecha por Ricardo J. Alfaro.

6. ARCHIVO NACIONAL, Boletín #7 de 1977
Archivo del Instituto Conmemorativo Gorgas de Ciencias de la Salud: Discurso del Presidente Porras con motivo de la inauguración del edificio. 18 de febrero de 1923.

7. AROSEMENA, Justo, y COUNGE, Gil: Teoría de la Nacionalidad. Ediciones de la Revista Tarea, Panamá, 1968.

8. ASAMBLEA NACIONAL, "Resolución #22 de 8 de enero de 1963", en Revista Lotería #86, Página 54, Panamá, Impresora Panamá, 1963.

9. AUTORIDAD DE LA REGION INTEROCEANICA: Las áreas revertidas en cifras, 1994-2000

10. AUTORIDAD DEL CANAL DE PANAMA: El Faro, 10 de agosto de 2001.

11. AZCÁRATE, Femín: Transcripción de charlas transmitidas por Radio Hogar de 1981 a 1987. Charla. "El 28 de noviembre de 1821". Realizado y publicado por La Sociedad de Amigos de Panamá, ediciones fotocopiadas, panamá, Volumen 1, #11, junio-julio de 1994.

12. BARWOOD, Aileen: "Columbus: what if? Aramco World jan-feb 1992 (Scala/Art Resource/Museo Navale di Pegli, Genoa)

13. BORDA ROLDÁN, Leopoldo: "Colombia y Panamá ante la Historia" , en Revista Lotería # 119 de 1965, Panamá.

14. BORDA ROLDÁN, Leopoldo: "Problemas históricos del Canal de Panamá". En Revista Lotería #118. Impresora Panamá, Panamá, 1965.

15. CARLES, Rubén D.: Welcome to Panama. Folleto en inglés sin datos editoriales.

16. CASTILLERO R, Ernesto J.: "Cosas y sucesos de antaño", Revista Lotería #169 de 1969

17. CASTILLERO R., Ernesto: "Sucesos y cosas de antaño # 381" en Revista Lotería # 62, Panamá , 1961

18. CASTILLERO C, Alfredo: "Causas y antecedentes del 28 de noviembre de 1821", en Estudios #2, Panamá, Imprenta Nacional, 1962

19. CASTILLERO C, Alfredo: "El anexionismo de 1821", en Revista Lotería #67. Impresora Panamá, 1961

20. CASTILLERO R, Ernesto J.: "El terremoto del día de la Cruz", Revista Lotería #209, Impresora Panamá, 1973.

21. CASTILLERO R, Ernesto J.: Revista Lotería, Iª época, #103. También, igual autor y revista 262, 1961.

22. CASTILLERO C, Alfredo: "Un antecedente de la 'tajada de sandía", en Revista Lotería #69. Impresora Panamá, Panamá, 1961.

23. CLARE JR. , Horacio: Relaciones diplomáticas y consulares entre Panamá y Estados Unidos de América, Suplemento especial de la Revista Lotería, del 12 de diciembre de 1903 al 10 de agosto de 1904. Impresora Panamá, S. A., Panamá, 1966.

24. COATES, Anthony G.: "The forging of Central America: a natural and cultural history", Yale University Press, New Cork, Haven, USA

25. CONTE BERMÚDEZ, Héctor: "La revolución de la Villa de Los Santos y sus consecuencias trascendentales", en Revista Épocas, IIª época, octubre 1999.

26. CONTE BERMÚDEZ, Héctor: "Los virreyes en Panamá: Don Benito Pérez", en Revista Lotería #71, 1961

Cooke, Richard y Sánchez, Luis: "El papel del mar y de las costas en el Panamá pre-hispánico y del período del contacto: redes locales y relaciones externas", en Revista de Historia #43, Costa Rica, enero-junio 2001

27. CRUXENT, José M.: "Informe sobre un reconocimiento arqueológico en Azuero", Revista Lotería 1959, Panamá, Impresora Panamá.

28. DE ULLOA, Antonio y Jorge Juan: "Panamá en 1735-1736", Lotería, 332-333 1983

29. DELGADO, M; González, C; García, J.: "Cuando el tiempo se volvió loco" en Panorama Internacional, Ediciones Zeta Internacional, Guatemala, octubre 1992

30. DOCUMENTOS DE LA SOCIEDAD AMIGOS DE PANAMA, Vol I, #11, jun-jul 1994.

31. ELLIOT THOMAS, Martin: "El plan Creassy para capturar a Panamá", en Revista Lotería #65, traducido por Eloy Alfaro, Impresora Panamá, 1961.

32. FLEMING JR., Robert J. : "Palabras en la sesión anual del capítulo de Panamá de la Sociedad Americana de Ingenieros Civiles´´, en Revista Lotería 86 de 1963.

33. HASSAN DE LLORENTE, Coralia: catálogo de la exposición de la Expedición Mutis al Nuevo Reino de Granada, S. XVIII, Editora de la Nación, Panamá, 1977.

34. ISAZA, Baltazar: "Panamá la Vieja y la Nueva", Revista Humanidades #4, Imprenta Universitaria, Panamá, 1976.

35. KAM RÍOS, Jorge: "Introducción para el estudio de la independencia de Panamá de España en el Siglo XVIII", en Revista Antigua, Editorial La Antigua, Panamá, 1983.

36. Les timbres-poste de France: "aniversaire", 6 avril 2002.

37. LUNDE, Paul: "Middle East and the age of discovery", ARAMCO WORLDVol 43 #3, 1992 M. Delgado, C. González y J. García: "Cuando el tiempo se volvió loco". En Panorama Internacional, Ediciones Zeta Internacional, Guatemala, octubre de 1992

38. MIRÓ, Rodrigo: Mariano Arosemena el político, el periodista, el historiador. Panamá, 1960.

39. MUJICA BRIEBA, Patricio: Cristóbal Colón, serie Enfermos Famosos, Mundo Médico, México .

40. NATIONAL GEOGRAPHIC SOCIETY: National Geographic Magazine, español, mayo de 1998. El mundo físico", lámina doble con la evolución geológica del planeta.

41. "Ngwwoin Metdo", en Revista DRÚ, Panamá, 1995.

42. Panama Canal Review, Srping 1972.

43. PÉREZ DE GUZMÁN, Juan: "Carta dirigida a la Reina Gobernadora por Don Juan Pérez de Guzmán, Presidente, Gobernador y Capitán General del Reino de Tierra Firme y Provincia de Veraguas, en que da cuenta de la pérdida de Panamá y de la forma de este suceso, prevenciones que hizo por la defensa y del estado en que se halla", Revista Lotería #165 1969.

44. QUINZADA, General Ignacio: "Apuntamientos para la Historia de Panamá, 1868-1922", en Revista Lotería No. 114. Impresos Panamá, S.A, 1965.

45. Real Cédula de 26 de febrero de 1538, Archivo General de Indias, Panamá, Legajo 235, Libro 6, Folio 169. Revista Lotería 132 de 1966.

46. 169. Revista Lotería 132 de 1966.

47. Real Cédula de 31 de octubre de 1672. Revista Lotería #165 de 1969.

48. Revista La Antigua #22 de 1983.

49. REVISTA LOTERIA, 103 de la lª Época, y 132 de 1966, 150 de 1968, 165 de 1969, 222-223 de 1974, 392 de 1992 de la l lª Época. Otras que se indican individualmente.

50. Revista Mente Sagaz #33, de México, 1970.

51. ROVIRA, Beatriz R.: "Hecho en Panamá: la manufactura colonial de mayólicas", en Revista Nacional de Cultura, Panamá.

52. SOSA, Juan B.: Lotería #165, Impresora Panamá, 1969.

53. STEPHENS, Clyde: Bosquejo histórico del cultivo del banano en la provincia de Bocas del Toro (1880-1980). Revista Panameña de Antropología. Panamá, 1987.

54. STIRLING, Matthew M.: "Exploring ancient Panama by helicopter", National Geographic Magazine, feb, 1950.

55. SUSTO LARA, Juan B.: "Panorama cartográfico de la Ciudad de Panamá", Revista Lotería #165, Impresora Panamá, 1969.

56. SUSTO, Juan A.: "Acaecidos naturales y políticos en Panamá la Vieja", Revista Lotería #165, Impresora Panamá, 1969 .

57. SUSTO, Juan A.: "El precursor de la fundación de la nueva Panamá fue un portugués" en Revista Lotería 165 de 1969.

58. SUSTO LARA, Juan A.: "El istmo de Panamá en 1853", por Manuel María Lisboa, Revista Lotería 72 de 1962.

59. TACK, Juan A.: "Cronología de la época de unión a Colombia", en Revista Tareas #11-12, Panamá, 1963.

60. The Panama Canal Review -- Spring 1972.

61. TOVAR, Enrique: "América: descubrimieno, colonización e independencia", en Panorama Internacional, octubre de 1992, Guatemala.

62. UK Independent newspaper on May 18th 2000.

63. VELARDE, Oscar: "Notas históricas sobre Nombre de Dios", en Revista Patrimonio Histórico #1, Instituto Nacional de Cultura, Panamá, 1978.

64. VILA VILAR, Enriqueta: "Las Ferias de Portobelo", Lotería 358, 1986.

65. WILLIAMS, Tracy: "Stones that did the work of men", Aramco World, Vol 4, #6, 1993.

Periódicos y suplementos de periódicos

1. ARIAS, Harmodio: El canal de Panamá, Editora Panamá, 1957, página 79

2. Artículo dentro de la publicación Semanario, dentro del periódico El Universal, 12 de febrero de 2001, página 7.

3. CLUB KIWANIS DE PANAMÁ: yo soy el canal (relación cronológica de hechos y sucesos históricos). La Estrella de Panamá, 15 de marzo de 1973, página 7.

4. CONTE PORRAS, Jorge: "Joseph Víctor de la Guardia Ayala y Jaén, músico y poeta penonomeño", en El Univeral, página 10, 25 de febrero de 2001.

5. CONTE PORRAS, Jorge: "El panameño José de Antequera y Castro y las Reducciones Jesuíticas del Paraguay", en El Universal, 9 de julio de 2000.

6. CONTE PORRAS, Jorge: "La independencia del Istmo y la prensa nacional", en El Universal, página D1, 28 de noviembre de 1821.

7. EDITORIAL PANAMÁ AMÉRICA, fundamentado en los escritos de Richard Cooke: Encuentro de Dos Mundos, serie fascicular, 13 de noviembre de 1992.

ESTRELLA DE PANAMÁ, ediciones de

8. 23 de marzo de 1852 (The Panama Herald, inglés)
9. 28 de marzo de 1861
10. 18 de abril de 1861
11. 3 de enero de 1880 (inglés, 2 artículos)
12. 23 de febrero de 1880
13. 14 de septiembre de 1882
14. 24 de enero de 1903
15. 4 al 9 de marzo de 1904
16. 1 de junio de 1903
17. 18 de junio de 1903
18. 19 de agosto de 1903
19. 23 de septiembre de 1903
20. 19 de noviembre de 1903 (1 en inglés)
21. 20 de noviembre de 1903
22. 23 de noviembre de 1903
23. 25 y 28 de noviembre de 1903

24. GURDIÁN G., Reymundo: "Reforzar el conocimiento de nuestra historia", en la Prensa, 27 de febrero de 1997, página. A6

25. HERNÁNDEZ S., Rolando E.: "Los grupos indígenas antes y después de la presencia española", suplemento en Panamá América, ciernes 13 de noviembre de 1992, página 4.

26. LINARES F, Julio E.: "Causas y circunstancias de nuestra independencia", en LA PRENSA, 7 de enero de 2003.

27. MARTÍNEZ, Fernando: "Colonia de esclavos en Chiriquí propuso Presidente Lincoln en 1872", en Semanario, de 12 de febrero de 2001, páginas 10 y 11, aparecido junto al periódico El Universal.

28. NEW YORK HERALD, United Status, July of 1851

Suplemento Épocas. Ediciones de

29. octubre de 1990
30. mayo de 1992
31. abril de 1997

32. VALDÉS, Ramón: El rechazo del Herrán-Hay y la independencia. La Prensa, 7 de noviembre de 1998, plana 4.

33. VASQUEZ, Juan M.: "Teoría particular del Estado Panameño", Estrella de Panamá, Panamá, 1969, páginas 13 y 14.

34. VEGA LOO, Manuel: "El teatro llegó a Panamá en el, Siglo XVII", en La Prensa, sección Revista, página 2B, 20 de septiembre de 2000.

EL MERCURIO, Colombia. Ediciones correspondientes a:

35. 4 de agosto de 1903
36. 8 de agosto de 1903
37. 11 de agosto de 1903
38. 13 de agosto de 1903
39. 15 de agosto de 1903
40. 20 de agosto de 1903
41. 29 de agosto de 1903
42. 8 de septiembre de 1903

GACETA DEL GOBIERNO INDEPENDIENTE DE PANAMÁ: ediciones correspondientes a:

43. 3 de enero de 2822
44. 10 de enero de 1822
45. 17 de enero de 1822
46. 24 de enero de 1822
47. 31 de enero de 1822
48. 19 de junio de 1825

GACETA OFICIAL DEL DEPARTAMENTO DEL ISTMO, ediciones correspondientes a:

49. 2 de noviembre de 1823
50. 16 de noviembre de 1823
51. 14 de diciembre e 1823
52. 25 de enero de 1824

EL AUTONOMISTA, Colombia, ediciones correspondientes a:
53. 12 de mayo de 1899
54. 13 de mayo de 1899

55. 23 de agosto de 1899
56. 22 de julio de 1899
57. 28 de julio de 1899
58. 3 de septiembre de 1899
59. 6 de septiembre de 1899

EL NUEVO TIEMPO, Colombia, ediciones correspondientes a:

60. 8 de julio de 1903
61. 11 de julio de 1903
62. 13 de julio de 1903
63. 22 de julio de 1903
64. 23 de julio de 1903
65. 25 de julio de 1903
66. 27 de julio de 1903
67. 27 de julio de 1903
68. 14 de agosto de 1903

EL RELATOR DE BOGOTÁ, ediciones correspondientes a:

69. 31 de octubre de 1903
70. 3 de noviembre de 1903
71. 4 de noviembre de 1903
72. 5 de noviembre de 1903
73. 7 de noviembre de 1903
74. "alcance" a El Relator 987
75. 10 de noviembre de 1903
76. 12 de noviembre de 1903
77. 14 de noviembre de 1903
78. 17 de noviembre de 1903
79. 19 de noviembre de 1903
80. 21 de noviembre de 1903
81. 1 de diciembre de 1903
82. 3 de diciembre de 1903
83. 5 de diciembre de 1903
84. 9 de diciembre de 1903
85. 12 de diciembre de 1903
86. 12 de diciembre de 1903
87. 15 de diciembre de 1903
88. 17 de diciembre de 1903
89. 19 de diciembre de 1903
90. 22 de diciembre de 1903
91. 24 de diciembre de 1903

92. ARROCHA GRAELL, Catalino: "El concejo de la capital y el 3 de noviembre de 1903", en La Estrella de Panamá, página 14, 3 de noviembre de 1976.

93. ORTIZ hijo, Milcíades: Próceres, en Crítica Libre, 3 de noviembre de 1998, sección Opiniones.
Diario la Prensa, ediciones del 3 y 4 de noviembre, en ambos casos, página A6, año 1996.
The Echo. También the Panamá Star. Edición de 20 de septiembre de 1850 y posteriores.

94. GACETA OFICIAL, Año 1, Serie 1, #1: Panamá, 14 de noviembre de 1903.

95. ROY, Alonso: "El camino de Cruces" La Prensa, 28 de agosto de 2000.

96. EL PAQUETE, edición del 9 de octubre de 1834

97. GACETA DEL ISTMO DE PANAMÁ, edición del 19 de junio de 1825
Diario La Prensa, Tomo 1, #1, 5 de diciembre de 1840.

98. GACETA DE PANAMÁ, Suplemento, domingo 26 de septiembre de 1830.
Gacetas Oficiales de noviembre y diciembre de 1903.

99. SUSTO, Juan A.: "Lo que ocurrió en el mes de noviembre de 1903", en La Estrella de Panamá, 3 de noviembre de 1976.

100. La Nación, 22 de mayo de 1948.

101. COATES, Anthony: "conferencias en agosto de 2000", en VEGA LOO, Manuel: Un camino para la evolución, La Prensa, 12 de agosto de 2000, página 1B.

102. La Prensa (Honduras), 5 de agosto de 1999.

103. Suplemento Talingo 321, publicado por La Prensa, Panamá, 1999.

104. Epocas Segunda Era, abril de 1997, octubre de 1990.

DEL AUTOR

1. BERRÍO-LEMM, Vladimir: "Visión amplia de la historia de Panamá", en Gran Diccionario Enciclopédico Visual Color Trilingüe, Tomo IV, apéndice. Colombia, 2002.

2. Bodega subterráneo del Monasterio de la Inmaculada Concepción hacia 1671, según boceto del autor de 1994 que fuera aplicado por el Arquitecto Irwing J. Solórzano S. El mismo año.

3. Catedral Primada de Panamá, ensayo histórico-descriptivo. 1983-2000. Ilustrado. En prensa.

4. Charla sobre la Primera Ciudad de Panamá ante la reunión mensual del Club Rotario Panamá Oeste, 25 de julio 1994.

5. Ciudad de Panamá ensayo de aproximación a la historia de 3 ciudades. Ilustrado. 1983-1994. Prólogo por el Dr. Diógenes Cedeño Cenci. En prensa.

6. Coloquio sobre las iglesias de San Felipe. Messanine del Hotel Caesar Park, Panamá, 15 de mayo de 1996, para la Fundación San Felipe. Con diapositvas.

7. Diversas fotografías del autor identificadas como VB-L , tomadas con Cámaras Minolta SRT 101-b y SRT 102, reflex, con lentes Minolta Rokkor 58mm, Minolta Rokkor 300mm, Zykkor 24-50mm, Sigma 70-210mm, autoteleconvertidor Hoya 3x, Trípode Viola 1.85m y Flash Vivitar-2. . También con Canon AF 5,000.

8. El Búho, “Apuntes sobre el 3 de noviembre de 1903”, octubre de 2,000, página 8.

9. El casco antiguo de la ciudad de Panamá en las emisiones postales, suplemento independiente del Diario La Prensa con motivo de la restauración y puesta en valor del nuevo Patrimonio de la Humanidad, 9 de octubre de 1998.

10. El Caso Lemm o la autoría del Escudo de Armas de Panamá. 1983-1995. En prensa, ilustrado.

11. El Panamá América, “¿3 o 4 de noviembre?", 3 de noviembre de 2001.

12. El Panamá América, “Ya no hay razón para estar acomplejados”, 24 de noviembre de 2,000, p. A12.

13. El Siglo, “3 de noviembre de 1903: el lado panameño”, 3 de noviembre de 2001.

14. El Universal, "¿Vale la pena hablar de Patria hoy?, 5 noviembre, 2,000, C8.

15. Escudo de la Noble y Leal Ciudad de Panamá, según la descripción que da la Real Cédula de 15 de septiembre de 1521, según fuera explicada por el autor a la artista y estudiante de Diseño Gráfico Tamara L. Ceballos en 1994.

16. Experiencia de la investigación histórica respecto de los conjuntos monumentales y su importancia para el desarrollo nacional. Ponencia. Segundo Congreso del Patrimonio Cultural. INAC, junio 1994.

17. Fuerte de San Lorenzo, el Real del Chagres, charla dictada por petición, el 18 de mayo de 1994, Día Internacional de los Museos, en el Museo de Historia de Panamá 1994.

18. Fundación de la Población Panamá en 1519, plumilla realizada por la artista y estudiante de Diseño Gráfico Tamara L. Ceballos, según la descripción realizada ante ella por autor en 1994.

19. GUÍA DE LA CASA DE LA MUNICIPALIDAD, por publicar, 1994.

20. Historia panameña en una caminata. Clausura-gira del Segundo Congreso de ICOMOS-Panamá, diciembre 1992.

21. Instituto Nacional de Cultura. Asesoría en documental breve sobre Panamá la Vieja. Realizó David Samudio. Panamá, abril de 1994.

22. “Introducción a la Filatelia”, en Revista Lotería 393 de 1993.

23. La Prensa, “A medio palo”, 8 de mayo de 1998, 32A.

24. La Prensa, “Después del Congreso, ¿qué?”, 30 de septiembre de 1997, página 30A.

25. La Prensa: "¿Somos un pueblo acomplejado?" 20 de abril de 1992, Sección A.

26. La Prensa: "Carta abierta a la Alcaldesa Correa". 21 de febrero de 1992, Sección A.

27. La Prensa: "Conciudadanos". 17 de febrero de 1992, Sección A.

28. La Prensa: "Una rara oportunidad". 3 de abril de 1992, Sección A.

29. La Prensa: "15 de agosto", 15 de agosto de 2001.

30. La Prensa: "Reflexión sobre el 3 de noviembre de 1903". Publicado en la página 6A del 3 y la 6A del 4 de noviembre de 1996, página completa, con ilustración a color en el centro y llamado de atención pequeño en la portada.

31. Memoria, Primer Congreso del Patrimonio Cultural: Primera Ciudad de Panamá. INAC-Patrimonio Histórico, Tomo II, página 281-298. 1992.

32. Panamá América: "Carta abierta al Señor Alcalde de la Ciudad de Panamá". 3 de junio de 1990, página 26-a.

33. Panamá, 10,000 años de historia. Charla. Facultad de Historia. Universidad de Sevilla, España. 10 de noviembre 1992.

34. Panorama Católico, "¿Qué patria me enseñan?", 26 de julio de 1998, 12.

35. Panorama Católico, "Ministerio u hotel... esta es la incógnita", 27 de junio de 1999, 7.

36. Plano de la Catedral de Panamá Viejo, 1989, según correcciones de medidas a cargo del Arquitecto Irwing J. Solórzano S. En 1994.

37. Plano de la Ciudad de Panamá, realizado por el autor en base al Plano de 1609 de Cristóbal de Roda y el Plano de 1947 del Vicealmirante John F. Shafroth, concluido en 1989, según las modificaciones que las mediciones realizadas por la Graduada de Arquitectura Marieta Navarro y el Arquitecto Irwing J. Solórzano S. y el autor realizaran entre 1993 y 1994, y pasado en limpio por el Arquitecto Solórzano.

38. Plano de la segunda Panamá, según versiones del Siglo XVII, XVIII y XIX, según adiciones, supresiones y modificaciones de actualidad por el autor en 1994.

39. Planta de la Catedral Nuestra Señora de la Asunción de la Segunda Panamá, 1988, según replanteamiento por las mediciones en el sitio por el autor y el Arq. Irwing J. Solórzano S., y pasado en limpio por este último.

40. Planta del sector Administrativo Comercial de la primera Panamá hacia 1670, 1988.

41. Ponencia sobre "El turismo en la costa atlántica", en la Asociación Panameña de Ejecutivos de Empresa, Capítulo de Colón, 31 de enero 2001. Como miembro de la Fundación Cultural de las Américas.

42. Reconstrucción de la Catedral de Panamá Viejo, 1989, según replanteamiento del Arquitecto Irwing J. Solórzano S. En 1994. Derechos Reservados.

43. Red vial Este Oeste de la primera Panamá, 1990.

44. Red vial idealizada de la primera Panamá, 1990.

45. Red vial Norte Sur de la primera Panamá, 1990.

46. Red y plano vial real de la primera Panamá, 1990.

47. Reportaje-entrevista sobre el 3 de noviembre. Periodista Jacqueline Muñoz, para SCN Canal 8. Octubre-Noviembre de 1996.

48. Rescatando Panamá, un ensayo, 1996-2000. 300 páginas. Investigación sobre las leyendas negra y blanca de las gestas patrias panameñas. En prensa.

49. Revista Élite (Club Unión) # 15 y 16 de 1996: "Historia, simbolismo y peregrinaje a los templos del Corregimiento de San Felipe", página 32. "Coloquio sobre las visitas a las iglesias del Corregimiento de San Felipe", página 32.

50. Transporte de carga y correos sobre el Puente del Rey, por la artista y estudiante de Diseño Gráfico Tamara L. Ceballos, según la descripción explicada a ella por el autor.

FOLLETERÍA EN GENERAL

1. 90 años de Creación de la República. INAC-Archivo Nacional. 1993.

2. Área protegida de San Lorenzo. ANAM-Fundación NATURA-FIDECO 2001.

3. Área Recreativa del Lago Gatún. INRENARE-BANCONAL 1988.

4. Arquitectura y Urbanismo (Eduardo Tejeira) Objetos de Uso Cotidiano (Beatriz Rovira), Patronato de Panamá Viejo, 2001.

5. Casa Museo Manuel F. Zárate, INAC, 1991.

6. Celebración de los 300 años del Hospital Santo Tomás. Relaciones Públicas, Hospital Santo Tomás, 2002.

7. Centro de Exhibiciones Marinas Punta Culebra. STRI-Fundación Smithsonian

8. Colección Pictórica del Banco Nacional de Panamá.

9. Conjunto Monumental Histórico de Panamá Viejo. Patronato de Panamá Viejo

10. Conjunto Monumental Histórico de Panamá. INAC 1993

11. Corredor Biológico Mesoamericano del Atlántico Panameño. ANAM-CBMAP

12. COTEL-Filatélico 1996-presente, sobre emisiones postales.

13. Discurso de la Alcaldesa Mayín Correa, inauguración del Museo del Canal Interoceánico. 1997

14. El Canal de Panamá, Comisión del Canal de Panamá, 1987.

15. El Canal de Panamá, Autoridad del Canal de Panamá, 2000.

16. El Canal de Panamá, Oficina de Información, Comisión del Canal, 1990 B/N

17. El Canal de Panamá, presentación en diapositivas para colegios.

18. El Canal de Panamá, una visión para el futuro. Comisión del Canal de Panamá 1998.

19. En nuestro Corredor Biológico. CBMAP-ANAM, 2001.

20. Expedición Mutis al Nuevo Reino de Granada, S. XVIII. INAC, 1977.

21. Guía de Museos de Panamá. Jorge Horna. INAC 1990.

22. Guía del Museo Antropológico Reina Torres de Araúz, INAC, 1991.

23. Guía el Archivo Nacional de Panamá, INAC, 1992.

24. Guía para el recorrido del Conjunto Monumental de Panamá Viejo, sector este. Patronato de Panamá Viejo 2001.

25. Historia de los murales. Comisión del Canal de Panamá, 1979.

26. Historia de los Murales. Comisión del Canal de Panamá, Edificio de Administración, 1996.

27. Humedal San San-Pond Sak, ANAM-CBMAP, 2001.

28. Índice de Monumentos Históricos Nacionales hasta 1994. INAC-Patrimonio Histórico.

29. Inventario de bienes revertidos 1979-2001. Informe de Gestión, Autoridad de la Región Interoceánica, 2002.

30. Jesús en los pobres. Plegable y folleto de curso. P. Néstor Jaén,

31. La Iglesia de Santa Librada de las Tablas. Folleto de Oscar Velarde, INAC 1987.

32. La ruta, el agua, la gente: plano del Museo del Canal Interoceánico, 1997.

33. Las áreas revertidas en cifras 1994-2000, Autoridad de la Región Interoceánica, 2001.

34. Ley 21 de 1997 creadora de la Autoridad de la Región Interoceánica y leyes anteriores.

35. Manejo de Cuencas: Bayano. IRHE1989.

36. Mercado Artesanal Centro Cultural. FUNDARTE-INAC.

37. Modelos de equipo de la construcción del Canal de Panamá. Comisión del Canal de Panamá, 1986

38. Monumento a las tres culturas. Alcaldía de Panamá. 1998.

39. Museo Afroantillano de Panamá. INAC. Folleto de inauguración, 1980.

40. Museo de Arte Religioso Colonial. INAC.

41. Museo de Herrera, INAC 1994.

42. Museo de Historia de Panamá, INAC.

43. Museo de Historia de Panamá. Guía-folleto, 1975 INAC.

44. Museo de la Sal y el Azúcar. INAC 2000.

45. Museo de Patología de Medicina y de Enseñanza de la Medicina. Universidad de Panamá, Facultad de Medicina, 1995.

46. Museo del Hombre Panameño, INAC, 1983.

47. Museo Postal de Panamá, Departamento de Filatelia de Correos, 1999.

48. Panamá la Vieja. Guía de sitio por José de la Cruz Herrera, edición original de 1926, y reimpresión 2001 por el Patronato de Panamá Viejo.

49. Parque Nacional Chagras, ACUPAN-INRENARE-Fundación PANAMÁ 1988.

50. Parque Nacional Portobelo, sitio de patrimonio mundial AECI-INRENARE-ICONA.

51. Parque Nacional Sarigua. INRENARE.

52. Patrimonio Turístico de Panama, un mundo por descubrir. Lic. Milagros de la Cruz, 1996.

53. Piezas del Mes en 1991. Museo de Ciencias Naturales, INAC.

54. Programa para la consolidación del Corredor Biológico Mesoamericano. GTZ-PNUD.

55. Proyecto Corredor Biológico Mesoamericano del Atlántico Panameño. Folleto explicativo. ANAM-CBMAP, 2001.

56. Proyecto de pobreza rural y recursos naturales: Conservación de la biodiversidad. ANAM-PRRN 2001.

57. Proyecto San Lorenzo: protección efectiva con participación comunitaria. CEASPA, 2001.

58. ¡Taboga! ANCON-INRENARE, V Finlandia, Alcaldía de Taboga.

59. Valoración de bienes y servicios ambientales. ANAM-CBMAP-Banco Mundial-Universidad de Panamá.

60. Visión del Panamá Colonial. INAC-Archivo Nacional 1992

WEBGRAFÍA: FUENTES DE INTERNET

1. http://www.angelfire.com/pa2/Panama2Hot/shpwrk.html
2. http://www.bbc.co.uk/spanish/extra9912panama.shtml A y B: BBC.COM
3. http://www. Ichon, Alain: Tipos de sepulturas precolombinas en el sur de la Península de Azuero
4. http://www.actionbioscience.org/evolution/elredge.html
5. http://www.alcazaba.unex.es/~ymendez/DESCUBRIDORES.html
6. http://www.analitica.com/bitblioteca/bolivar/panama.asp
7. http://www.army.mil/cmh-pg/documents/panama/places.htm
8. http://www.artehistoria.com/frames.htm?
9. http://www.artehistoria.com/historia/personajes/5985.htm
10. http://www.artehistoria.com/historia/personajes/5086.htm José de Antequera y Castro
11. http://www.battleship-newjersey.org/panama/spainfra Bob Wernet. The Panama Canal History timeline
12. http://www.biomeso.net
13. http://www.biomeso.net/Link.asp
14. http://www.metabase.net/docs/uicn/00655.html
15. http://www.uicnhumedales.org/vigia/corredor.htm Corredor Biológico Mesoamericano del Atlántico Panameño
16. http://www.blocosonline.com.br/literatura/poesia/pi01/pi211104.htm AREA, Leandro: (Henry Morgan lo sabe), Editorial Panapo, 1986, Venezuela
17. http://www.boondocksnet.com/ai/ (June 18, 2002). The Panama Affair of 1903: Roosevelt--Hay Diplomacy. Open Letter to John Hay, September 29, 1904
18. http://www.cervantesvirtual.com/historia/tertulias/tert_viajes.shtml
19. http://cervantesvirtual.com/historia/viajeros/viajeros2.shtml Emilio Soler Pascual.
20. http://www.china.org.cn/Beijing-Review/Beijing/BeijingReview/Spanish/99Dec/bjr99-52s-2.htm
21. http://www.civilization.ca/cmc/archeo/revista/6
22. http://www.corredorbiologicodelcaribeenhondurascomoare.asp
23. http://www.czbrats.com/Builders/spooner.htm
24. http://www.empowermentproject.org/panama.htm
25. http://www.encolombia.com/conquista4_ginecobstetricia.htm
26. http://www.esd.ornl.gov /projects/qen/pliocene.html
27. http://www.kheper.auz.com/gaia/Cenozoic/pliocene.html J. Adams, A quick background to the Pliocene. The Pliocene Epoch
28. http://www.espaimarx.org/Elfuturodelasciudades.htm
29. http://www.flagspot.net/flags
30. http://www.geocities.com/Baja/Dunes/4174/origen.html

31. http://www.geocities.com/raicespaisas/guerra_de_1860.htm

32. http://www.giss.nasa.gov/research/paleo /pliocene/index.html
Chandler, Mark: The Climate of the Pliocene

33. http://www.grupoese.com.ni/1999/bn/12/20/julian991220.htm

34. http://www.history.navy.mil/wars/foabroad.htm
Ellen C. Collier, Specialist in U.S. Foreign Policy, Foreign Affairs and National Defense Division, Washington DC: Congressional Research Service, Library of Congress; October 7, 1993.

35. http://www.icarito.tercera.cl/biografias/1520-1599/bios/pizarro.htm Apoyo.

36. http://www.istmo.com/panama/_disc15/00000048.htm chamico@my-deja.com

37. http://www.june29.com/Tyler/nonfiction/pan2.html
Tyler Jones The Panama Canal: a brief history.

38. http://www.lcweb2.loc.gov/frd/cs/pmatoc.htl

39. http://www.mensual.prensa.com/mensual/contenido/2002/01/06/hoy/ciudad.shtml

40. http://www.campus-oei.org/sii/numero38/noticia05.htm

41. http://www.mises.org/mises2002land.pdf

42. http://www.mondediplo.com/1999/08/06panama Le Monde Diplomatique

43. http://www.montevi.edu.uy/proyectok/hanseatica.htm

44. http://www.pa/canal/index.html

45. http://www.pancanal.com/

46. http://www.patriagrande.net/venezuela/simon.bolivar/

47. http://www.quimbaya.udea.edu.co/ooppdd/darien.html

48. http://www.storm.prohosting.com/extraofi/piratas/hermandad_bucanera.html

49. http://www.tercera.cl 23 de octubre de 1997, edición internacional

50. http://www.todo-argentina.net/historia/revmayo/ comuneros.htm

51. http://www.trainweb.org/panama/goldtrain.html

52. http://www.trainweb.org/panama/history.html
Historical Overview: (A brief history of PANAMÁ)

53. http://www.trainweb.org/panama/marktwain.html
The Chicago Republican, August 23,1868

54. http://www.twainquotes.com/18680531.html

55. http://www.uni-leipzig.de/~peters/

56. http://www.avph.hpg.ig.com.br/ mastodonteamericano.htm

57. http://www.johnbetts-fineminerals.com/ jhbnyc/1best/11321.htm

58. http://www.flyingwarner.com/2002trip/images/maps/map12.htm

59. Http://www.mitchnts1.cr.usgs.gob/data/worldbank/panama_big.jpg

60. http://www.lostparadise.com/maps/images/canalzone.jpg
61. http://www.maphisterio.com/world_maps/wmap_3.htm
62. http://www.smsu.edu/maps/Americansince1865/pancanal.jpg
63. http://www.mondediplo.com/maps/IMG/artoff2022.jpg
64. http://www.cancun.rezrez.com/weather/satellitemap_ani.asp
65. http://www.lib.berkeley.edu/EART/maps/panama.jpg
66 http://www.sailaroundtheworld.com/map.htm
67. http://www.222.fotw.ca/flags/pa-cz.html
68. http://www.dti.gov.za/econdb/trademap/panaca-w1.gif
69. http://www.czvets.com
70. http://www.lib.utexas.edu/.../sheherd/panama_canal_shepherd.jpg
71. http://www.icsl.com/pages/jurisdic/map/panama.html
72. http://www.trainweb.org/panama/maps/proposedroutesman.jpg
73. http://www.orientlines.com/.../samerica/panama_canal102nov.html
74. http://www.bestdata.demon.co.uk/...centAmTandem97/maps/panama.jpg
75. http://www.trans-ocean.org/maps/panama.jpg
76. http://www2.unesco.org/mab/br/brdir/latin-am/Panamamap.htm
77. http://www.es.geocities.com/missuniverso/m_preferidatop10.html
78. http://www.bbc.co.uk/spanish/panama/panama_main.stm
79. http://www.sil.si.edu/exhibitions

Créditos

Alexander Blanco

Arq. Marieta Navarro Avilés, Panamá

Administración de Prensa, Presidencia de la República de Panamá

Arquidiócesis de Panamá

Arquitecto Irwing Solórzano, Nicaragua-Panamá

Asociación Nacional para la Conservación de la Naturaleza

Autoridad del Canal de Panamá

Autoridad del Tránsito y Transporte Terrestre

Autoridad Marítima de Panamá

Autoridad Nacional del Medio Ambiente

Biblioteca Berrío-Lemm de autores panameños o sobre Panamá

Biblioteca Demófilo de Buen, Panamá

Biblioteca Interamericana Simón Bolívar, hemeroteca

Biblioteca Luis Ángel Arango, Colombia

Biblioteca Nacional Ernesto J. Castillero, Panamá

Biblioteca Virtual Cervantes, Universidad de Alicante, España

Centro Geográfico del Ejército, España

Comisión Interamericana del Atún Tropical

Congregazione per le cause dei Santi, Cittá del Vaticano

Consulado de Inglaterra en México

Contraloría General de la República

D. Carlos Lacárcel López, Alcalde de Berlanga de Duero, España

D. Crescencio Martín Pascual, Alcalde de Medina del Campo, España

D. Esteban Serrano Hernández, Alcalde, Santa Ma. De los Caballeros, España

D. Ignacio Fisas García, España-Panamá-Colombia

D. Jaumé Ollé, España. Banderas colombianas

D. José A. Redondo Rodríguez, Alcalde de Trujillo, España

D. José A. Ruíz Hernando, Segovia, España

D. José Mª Álvarez del Manzano y López del Hierro, Alcalde de Madrid, España

D. Luis Fernández Soriano, España

D. Manuel Calzado Galván, Alcalde de Jeréz de los Caballeros, España

D. Manuel L. Fuchet, España

Dña. Luz Durán, España

Dña. María del Puerto Gallego Arriola, Alcaldesa de Santoña, España

Dña. María Leonor Amorós, España

Dr. Ángel González de Pablo

Dr. Carlos Hernán Brenes, Panamá

Dr. Diógenes Cedeño Cenci, Panamá

Dr. Mark Chandler, United States

Dr. Richard Cooke, Inglaterra-Panamá

Dra. Clementina Lambert de García, Panamá

Dra. María Elisa Ruíz, Panamá

Dra. Tamara E. Johnson Aguilar, Panamá

Edward Vianna Vianburg, Panamá

Embajada de España en Panamá

Estrella de Panamá, colección de periódicos, todas épocas

Excelentísmo Ayuntamiento de Berlanga de Duero

Excelentísimo Ayuntamiento de Cuartango

Excelentísimo Ayuntamiento de Santoña

Excelentísimo Ayuntamiento de Trujillo

Excelentísimo Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz

Excelentísmo Ayuntamiento de Santa María de los Caballeros

Exeter Central Library, County Local Studies Centre

Hemeroteca de la Biblioteca de Medellín, Colombia

Hemeroteca de la Biblioteca Nacional, Bogotá, Colombia

Ian Maxted, Devon, United Kingdom

Instituto Conmemorativo Gorgas de Estudios de la Salud, Panamá

Instituto de Historia y Cultura Militar, España

Javier Alcalde Lablanca, España

Jesús Prestán Arosemena, Panamá

Juan Cabrera Alfonso, Colombia

Junta Interamericana de Defensa

Lic. Carolina Rey, fotógrafa, Colombia

Lic. Dimas Botello, Panamá

Lic. Inés Ruíz, Panamá

Lic. Victoria Lamela Apolayo, Panamá

Lotería Nacional de Beneficencia, colección de Revistas Lotería primera época

Maestra Laura Esturaín vda. de Benítez, Panamá

Mag. Itza Mollah Ibarra, Panamá

Maricarmen V. de Ameglio, España

Museo Postal de Panamá, archivos históricos, S. XX

National Geographic Society Image Collection Office

D. Narciso Reyes , España

Pensylvannia University's Museum, Photographic Department

Prof. Isabel Ibarra viuda de Mollah, Bocas del Toro

Rafael Cantalejo, Segovia, España

Rafael Palacios, España

Raleigh International Operation, United Kingdom

Real Academia de Historia y Arte San Quince, Segovia, España

Smithsonian Tropical Research Institute

Superintendencia Bancaria de Panamá

Tamara Ceballos de Castañedas, Panamá

Teniente Coronel Jefe, Antonio Martín Sánchez, España

Zahira Celemín Chacón, Colombia

Eira D. Baca, Panamá

Lic. Laura Brenes Urrutia,Panamá

D. Jorge Escobar V., Colombia

D. Camilo A. García Celemín, Colombia

Instituto Geográfico Tommy Guardia

Train Web Organisation

Panamá City Tours, S.A.

Citco - ND

Gleason Pictorial Draming Room

Aranco World Magazine

Library of Congress, U.S.A.

THALS