SOLERA

Ayuntamiento de Málaga
Área de Derechos Sociales

MÁLAGA CON LAS PERSONAS MAYORES

155 / JULIO-AGOSTO '23

PORTADA
Nuevo puente del CAC.
Foto de Nicanor Sabín

EDITA
Excmo. Ayuntamiento de Málaga.
Área de Derechos Sociales.
Sección de Mayores

DIRECCIÓN
Francisca Ramos Montero

COORDINACIÓN
Fernando Jiménez Salmerón

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Editorial MIC Tel.: 902 271 902 www.editorialmic.com

EQUIPO DE REDACCIÓN
Leonor Morales Calvo
Lola Narváez Reyes
Mercedes Sophia Ramos Jiménez
Nono Villalta
Isabel Pavón
Paqui Pérez Báez
Maritina Romero Ruiz
María de los Ángeles Villarreal Jiménez
Paqui González Burgos
Regina Garrido Gil

EQUIPO DE REDACTORES GRÁFICOS
Francisco Planas Arlandi
Antonio Velasco Alarcon
Nicanor Sabin Gonzalez
Abdelaziz Sibera Bougaba
Gabriel García
Antonio Santiago Gomez
Francisco Pastor Sánchez
Jose Lopez Fernandez
Manuela Sanchez Ramos
Alberto Langarica Rivera
María Dolores Pimentel Zaragoza
Isabel Parra Iglesias
Jose Luis Barroso Ruiz
Francisco España Liñan
Maria Angustias Santa Olalla Fernandez Figares
Felix Vegas Saez
Vicente Jose Morato Areal
Antonio Velasco Alarcon
Jose Antonio Alvarez Valverde
Marta Porto Diz

IMPRIME
Editorial MIC
DEPÓSITO LEGAL E ISSN
MA-1168-97
ISSN: 2171-0201

PUBLICACIÓN, REDACCIÓN Y
SOLICITUD DE EJEMPLARES GRATUITOS
C. Concejal Muñoz Cerván s/n
Módulo 3. 29003 Málaga
Tel. 951 92 84 41
revistasolera@malaga.eu

EDITORIAL

Este verano, cada vez más caluroso, debe hacernos pensar en la forma de afrontar las horas de calor que nos acompaña durante todo el día. Aquí, en nuestra ciudad, es bien fácil, cerca del mar. Los medios de comunicación nos bombardean con olas de calor y consejos para sobrellevarlo. Las altas temperaturas son habituales en esta estación, pero preocupa sobre todo la escasez de lluvia y la falta de agua. Los elementos se han revelados y el fuego, el agua, la tierra y el aire, juegan a una danza macabra que está haciendo estragos en el planeta. Con este panorama apocalíptico debemos quedarnos con algo positivo, algo tan simple y eficaz como ver desde la orilla del mar y con una buena compañía como nuestro astro rey aparece anunciando un nuevo día.

SUMARIO

EVENTOS Y COLABORACIONES
"El Rengue". Las personas mayores en Feria 3-4
No estoy solo 5
Bases del V Certamen de relatos breves Revista Solera 6
El Espeto 7

UNIVERSOS PARALELOS
Cuestión de actitud 8-9

ENTRE LÍNEAS
Regalo de bodas 10-11

CAMINANDO VOY
Bordar el tapiz de una vida 12
Descanso a la caida de la tarde 13

MI MESA CAMILLA
Al pelae 14
Aplausos/ conquista 15

LA MARMITA DE LOLA
Salares 16
Postre de fresas/ Tarta de zanahoria 17

DE TODO UN POCO
Hospital de Santo Tomás 18
Solo un globo 19

LA BRÚJULA
Enrique Ramos Ramos 20
La fiesta 21

DE ESTO Y AQUELLO
De bien nacidos es ser agradecidos 22-23

CONTRACOSTUMBRE
En todos sitios se cuecen habas 24
Magaluf crónica bailonga 25

SALUD
Golpe de calor 26

AGENDA Y MURO
Libros/películas 27

"EL RENGUE". LAS PERSONAS MAYORES EN FERIA

Como todos los años, la caseta "EL RENGUE" ubicada en el Recinto Ferial Cortijo de Torres, C/ Antonio Rodríguez, tuvo la acogida, durante cada día, de cientos de malagueños y malagueñas de las asociaciones de personas mayores para pasar una velada festiva llena de música y color.

Durante toda la semana la caseta "EL RENGUE" a las 20.30h realizaba la apertura de la caseta y recepción de invitados, sobre las 21.00h tenía lugar la bienvenida, comienzo de la cena y actuación de coros rocieros de personas mayores. Más tarde, alrededor de las 21.45h se procedía al homenaje a las dos personas de más edad de la noche. Después se iniciaba el baile con orquesta. A las 23.00h era la elección del Rey y Reina de la noche y más baile con la orquesta. Como siempre y a pesar de muchos y muchas sobre la 01.30h se realizaba la despedida y cierre de la caseta.

La distribución este año de los invitados se realizó de la siguiente manera:

12/08 Sábado: Málaga-Este

13/08 Domingo: Ciudad Jardín y Churriana

14/08 Lunes: Palma Palmilla y Teatinos

15/08 Martes: Centro

16/08 Miércoles: Cruz de Humilladero

17/08 Jueves: Bailén Miraflores

18/08 Viernes: Ctra. Cádiz

19/08 Sábado: Puerto Torre y Campanillas

Cada noche, en la Caseta, el número de invitados estába formado por las invitaciones de las que disponía cada Distrito, los Coros de personas mayores que actuaban invitados por el Área y los representantes de la Mesa Permanente de Personas Mayores.

El total de personas mayores que ha participado en esta actividad se estima en una media de 650 personas por noche, que suponen un total de 5.210 personas mayores invitadas durante toda la feria.

Como novedad para esta edición, se amplió la caseta con posibilidad de mejorar el espacio disponible para personas mayores no invitadas a la cena.

La evaluación que han realizado las asociaciones de personas mayores ha sido estupenda:

En cuanto al desplazamiento desde los distritos a la feria consideran que ha estado muy bien organizado. La calidad de la comida y el servicio de camareros/as ha sido buena aunque realizaron sugerencias para el año próximo. La sección de actividades de ocio como la orquesta, la presentadora, los homenajes, la elección de la reina y el rey de cada día han sido muy bien valoradas.

NO ESTOY SOLO

Es un día frío de invierno, donde la nieve cubre los pastos que en primavera brotarán con fuerza vigorosa. Ahora no, en esta época el bosquecillo que rodea mi casa está inundado del blanco destello de la nieve. Para soportar esta noche de cruda nevada, en la soledad que desde hace bastante tiempo me acompaña día tras día, enciendo la chimenea para dar calor a mi envejecido cuerpo. El crepitar del fuego, que poco a poco va calentado las frías piedras de esta casa que me acoge desde aquella fecha en que me quedé solo en este mundo, anima la habitación con una musiquilla caliente que agradece mi cuerpo.

Esta noche presiento que va a ser diferente y no sé por qué. Una extraña inquietud invade mi pensamiento, como si alguien o algo fuera a hacerme compañía esta noche. El silencio del entorno sólo se interrumpe con el chisporroteo de los troncos de leña que se van consumiendo en el fuego. El ambiente del interior, cada vez más cálido, es sereno y se respira una paz agradable para mi estado de ánimo. Pero la inquietud permanece.

Después de una ligera cena, me siento en mi querida mecedora, envejecida como yo por el tiempo que lleva acogiéndome entre sus brazos arqueados. De vez en cuando, las chispas del enrojecido fuego semejan los artificios graciosos de una traca de feria. Me encuentro bien, sereno, tranquilo. En este ambiente mágico, el pensamiento trae consigo imágenes que unas veces me hacen sonreír y otras producen alguna que otra lágrima de tristeza. Aunque mantengo lo ojos abiertos, mi mirada parece perderse en un horizonte no definido, pero sí muy luminoso, de un resplandor que compite con la brillantez de la nieve que me rodea, de un blanco azulado y transparente. Suena el murmullo como de un arroyo que se acerca lentamente hacia mí. Luz y sonido se mezclan en mis sentidos generándome un bienestar extraordinario, multiplicándose las sensaciones de un mundo nuevo, desconocido y, sin embargo, me parece familiar.

Percibo que mis ojos se van cerrando lentamente y esa luz con ese dulce murmullo que le acompaña se adentran en mi interior suavemente, sin prisa. Mi cuerpo parece transformarse en un espíritu capaz de elevarse hasta las alturas celestiales de este invierno tan frío. Pero no siento frío alguno, más bien me abraza la calidez de una atmósfera que me envuelve con su manto caliente. Mis ojos siguen cerrados y ahora, poco a poco se abren como ventanas que descubren una primavera florida, deslumbrante, con los prados verdes y frescos rodeando mi casa de piedra. El bosque se llena de pájaros que habitan en él y se alimentan de sus hojas y frutos carnosos; y mi cuerpo, transformado, se mezcla con ellos en juegos y alegrías sin fin.

¿Qué está ocurriendo? Nunca me había sentido de esta manera tan particular. Sin sentir la pesadez de los años, ni los achaques acumulados en el tiempo, invadido por sensaciones agradables, sonriente y capaz de sentir la ligereza de un cuerpo sin fatiga y vigoroso. ¿Qué me está sucediendo? Sin darme cuenta, una mano suave me coge del brazo y me acompaña no sé dónde. Miro a mi acompañante que me sonríe, con su otra mano acaricia mis mejillas con la suavidad de unos pétalos de rosa, con sus labios besa los míos con la ternura de alguien que reconozco cuando me besaba en otro momento de mi vida. Su semblante me recuerda a alguien que ha compartido conmigo muchos años de convivencia. El calor que me transmite es un calor de vida que me transporta a un mundo diferente, aunque la casa, el bosquecillo y los prados se encuentren en el mismo lugar de siempre. Y ya no siento la soledad que me ha acompañado estos últimos años. Ahora ya no estoy solo y soy feliz.

JOSÉ OLIVERO PALOMEQUE

BASES DEL V CERTAMEN DE RELATO BREVE REVISTA SOLERA

1. OBJETO Y FINALIDAD

El objeto de estas bases es la elección del mejor relato escrito por personas mayores, que muestre una imagen positiva de la vejez como etapa natural en la vida del ser humano.

La finalidad de esta elección es estimular y ejercitar el hábito de la escritura, así como el uso de la imaginación y la actividad creativa, fomentar valores positivos relacionados con las personas mayores como personas activas y dinámicas y que éstas hagan partícipes al resto de la ciudadanía de sus conocimientos.

2. PARTICIPANTES

Podrán concurrir a esta convocatoria cualquier persona de 60 años en adelante. No podrán participar integrantes de la redacción de la revista Solera, ni el personal del Ayuntamiento de Málaga, al ser éste responsable del taller de redacción de la revista citada.

3. MODALIDAD ÚNICA

El tema será libre quedando abierto a la elección de la persona participante.

Solo se admitirá un relato por autor o autora, de trabajos originales e inéditos.

4. PRESENTACIÓN DE OBRAS

Los trabajos podrán ser enviados por correo electrónico a la siguiente dirección revistasolera@malaga.eu, mediante archivo adjunto en formato Word, o por correo postal a la dirección Redacción de la revista Solera, C/ Concejal Muñoz Cerván nº. 3, C.P. 29003 Málaga, debiéndose indicar nombre y apellidos del autor/a, fotocopia del DNI, domicilio y teléfono de contacto. La extensión de los trabajos no superará las quinientas palabras, preferentemente en letra Times New Roman o Arial, tamaño 12.

El plazo de admisión comenzará desde la publicación de estas bases en la revista Solera, **hasta las 24 horas del 31 de Octubre del 2023.** Los trabajos presentados fuera de ese periodo no serán aceptados, con la excepción de los que hayan sido enviados por correo certificado cuya fecha de envío coincida con el plazo fijado.

5. JURADO

El concurso será resuelto por un jurado formado por el equipo de redacción de la revista Solera. Estará presidido por el Teniente Alcalde Delegado de Derechos Sociales o persona en quien delegue. Se reunirá, una vez finalizado el periodo de admisión de los trabajos, y levantará acta con el fallo.

El Jurado dará a conocer su fallo personalmente al ganador del Certamen a través de los datos personales que facilite, así como a través de los medios de comunicación si procede.

Habrá un único relato ganador, que recibirá como premio la divulgación de su relato a través de la Revista Solera y la adaptación radiofónica en el programa “La voz de las personas mayores”.

6. MENCIÓN Y CEREMONIA DE RECONOCIMIENTO

La mención otorgada por el jurado a un único relato, se llevará a cabo en un acto público con la participación de las personas candidatas, representantes del jurado, representantes de la sociedad civil y los medios de comunicación, con entrega de un detalle o distintivo de la revista. Se publicará en la revista Solera y se realizará una lectura en el programa de radio “La voz de las personas mayores” en Onda Azul.

7. PROPIEDAD DE LA OBRA PREMIADA

El relato premiado quedará en propiedad de la revista, que se reservará el derecho de editarlo con fines culturales, artísticos y promocionales y nunca comerciales, atendiendo en todo momento a lo dispuesto para este concepto por la legislación de propiedad intelectual (Ley 22/87 de 11 de noviembre).

8. RÉGIMEN JURÍDICO

La participación en este Certamen, supone la aceptación integra de estas bases, de las que el Jurado tendrá la capacidad de interpretación a los efectos que procedan. Esta convocatoria se regirá por las presentes bases y, en lo no previsto expresamente en ellas, resultará de aplicación supletoria la Ley 38/2003 de 17 de noviembre, General de Subvenciones.

EL ESPETO

¿Qué hay más típico de nuestra tierra, que unas cuantas sardinas frescas, una pizca de sal y el punto justo en el fuego?, poco más hace falta para que podamos degustar éste inigualable manjar que se prepara en las playas de Málaga, donde saben mejor y comerlo a la orilla del mar, es una auténtica delicia.

Así comenzaremos estas letras, para resaltar y homenajear este suculento pescado; antiguamente era una forma tradicional en que las gentes que trabajaban en el mar, asaban éste pescado. La sardina era un alimento de gente humilde, debido a su bajo precio sobre todos de aquellos que vivían de la pesca.

Un pescado que salía del copo de la mañana donde trabajadores de la mar iban recogiendo en sus redes rezando porque la mar les fuera amable.

La historia cuenta que en Málaga a finales del siglo XIX el Palo era un pueblo de pescadores, la llegada del tranvía consiguió que muchos malagueños acudieran a sus playas y fue 1882 donde Don Miguel Martínez Soler abrió un merendero, se llamó “La gran Parada”.

Acudían muchos malagueños, entre ellos Anita Delgado, que más tarde se convertiría en Maharaní de Kapurthala, también acudían gentes del mundo del baile, del toreo, gente bohemia, podía presumir de haber recibido en 1885 a su Majestad el Rey Alfonso XII, que vino expresamente a Málaga para comprobar los destrozos de un devastador terremoto en la comarca de la Axarquía.

Don Miguel Martínez fue el primer malagueño en asar el pescado ensartado en una caña y dar de comer al mismísimo Don Alfonso XII, y así describe este momento: Cuando Miguel le ofreció su famoso espeto, su majestad empezó a comer con cuchillón y tenedor, y él se adelantó y le dijo: “Maestá, asín no, con los deos”. (Habla malagueña que en castellano quiere decir: Majestad así no, con los dedos).

Aunque el espeto de sardinas se puede comer todo el año, se dice que están más sabrosas los meses que no tienen erre, que son desde mayo hasta agosto, en esos meses, la temperatura del agua del mar aumenta y las sardinas comen más y tienen mucha más grasa, rica y saludable.

Detrás de Don Miguel vinieron muchos espeteros, todos ellos extendieron la moda de las sardinas espetadas, pero la fama de Miguel sigue viva igual que sus espetos. Su sobrino Perico Martínez también abrió su restaurante, ¿Quién no conoce “Casa Pedro”?

En fin, que hablar de un buen espeto de sardinas es hablar de nuestras playas, del Palo, de verano, de vacaciones. En una palabra, es hablar de una MÁLAGA, cargada de historia y de una gastronomía que en un principio de subsistencia se convierte en toda una delicatessen para las gentes extranjeras.

Mª DE LOS ÁNGELES VILLARREAL JIMÉNEZ

CUESTIÓN DE ACTITUD

La lluvia golpetea arrítmicamente los cristales empañados y en el aire flota pesada la oscuridad húmeda de los días de invierno. Ahora sería un buen momento para permanecer tranquila, atrincherada en mi castillo, terminando todas las cosas pendientes. Pero me he levantado triste y mi casa, silenciosa y desordenada, invita a la huida. Así que decido salir a tomar café, sentarme en el velador de una cafetería, mirar caer las gotas a través del ventanal y deambular luego bajo la lluvia dejando que mis pies me lleven.

Me calzo sin prisa unos zapatos viejos, me enfundo el abrigo, cojo un paraguas y bajo las escaleras con tranquilidad, saboreando la sensación de estar haciendo una travesura.

Después de un desayuno de mermelada y dulces de leche, salgo a la calle a pasear disfrutando de la ruta de edificios antiguos y tiendas modernas. Miro escaparates sin desear nada, pensando en nimiedades o inventando historias a cuyos protagonistas pongo la cara de la gente con la que me voy cruzando.

Sin darme cuenta llego junto al parque, decido entrar en él, pasear sin prisa mientras respiro el olor de la tierra mojada. Ensimismada cruzo el paso de peatones sin mirar, en ese momento un coche acelerado pasa casi rozándome, pisando un enorme charco de agua sucia y empapando mi abrigo color vainilla de lodo negro. El conductor presiona el claxon con vehemencia mientras me grita una ristra de improperios que no puedo escuchar, afortunadamente, por tener las ventanillas subidas. Me quedo en medio de la calle parada como una tonta, mirando mi arruinado abrigo nuevo. Me espabila otro piloto de rallye que, detenido en el paso de cebra toca su bocina y me insta a seguir caminando. Miro a mi alrededor buscando solidaridad peatonal, pero lo único que encuentro son risas contenidas o caras de reprobación por mi despiste.

Aunque voy hecha un desastre decido que no me va a afectar y sigo con mis planes. Entro en el jardín municipal y paseo por él como tenía pensado. La lluvia vuelve a hacer aparición, abro mi paraguas. Me olvido del incidente en el momento en el que empiezo a recorrer los caminos solitarios, a respirar el petricor que sube de la tierra, a escuchar el rumor del viento en la copa de los árboles. Un relámpago repentino y su posterior trueno preceden a un vendaval que arremolina las hojas del suelo y empieza a luchar con mi paraguas hasta que consigue volverlo del revés y dejarlo inservible. Corro para refugiarme en el quiosco de música que hay junto al lago. Cuando estoy a punto de alcanzarlo tropiezo y caigo de bruces, con tan mala suerte que lo hago en una pequeña hondonada repleta de agua. Me levanto empapada y con enojo por mi torpeza, pero no me da tiempo de más porque desde el templete un grupo de adolescentes, que se han saltado las clases para fumar porros a escondidas, comienzan a reírse de forma escandalosa. Me doy media vuelta y camino despacio más por no volver a caer que por mostrar dignidad.

Abandono el parque y deambulo bajo el aguacero, sin saber que hacer ni que pensar, hasta que de manera súbita me paro en mitad de la acera. Los viandantes, acelerados y refugiados bajo sus paraguas, me miran sorprendidos primero y con cara de asco después, para seguidamente apartarse de forma brusca. Estoy sucia, empapada y mis zapatos chirrían cada vez que doy un paso. Y es ese ruido ridículo el que me produce la primera carcajada, la siguiente es por mi abrigo nuevo echado a perder ¿a quién se le ocurre llevar una prenda clara un día de lluvia? Sigo riendo por la cara de lela que se me debió de poner, cuando el otro conductor me dijo que cruzara de una vez y todo el mundo le dio la razón. Río por cómo el viento volteó mi paraguas dejándome desprotegida, por mi carrera ridícula hacia el quiosco, por mi torpeza, Pero cuando más me carcajeo es al recordar mi descoordinado lanzamiento en plancha sobre el cenagal del parque.

Empiezo a correr dando saltos en los charcos como una niña, la gente me mira como si estuviera loca y eso me provoca aún más hilaridad. Llego a mi portal, tiro mis chirriantes zapatos mojados al contenedor de basura que hay delante y subo descalza las escaleras dejando un reguero de agua a mi paso. Cuando abro la puerta y entro en casa su calor de hogar me recibe reconfortante, ya no me parece caótica y desolada. Me desnudo con rapidez para evitar seguir anegando la cocina y meto la ropa en una bolsa grande de basura. Cuando, bajo el chorro de agua caliente de la ducha, logro tranquilizar mi risa me doy cuenta de que, a pesar de la concatenada sucesión de desgracias, estoy feliz. He descubierto que, ante la adversidad, puedo ser capaz de buscar cualquier resquicio al que aferrarme, cambiar mi actitud y salir adelante. Toda una epifanía.

REGALO DE BODA

La mañana anterior al día de su boda, Berta se despertó inquieta sin saber por qué. Bajó a desayunar con el ánimo ensombrecido. En la cocina, su madre la agobió con una lista de tareas de última hora. Le entraron ganas de salir huyendo, pero se conformó con salir al jardín adornado con flores blancas ansiando respirar su fragancia y deshacerse de la extraña desazón que la embargaba. Revisó mecánicamente el correo que alguien había depositado sobre la mesa del porche. Un sobre de un elegante color beis le llamó la atención; su nombre aparecía escrito con una hermosa caligrafía. En su interior unas escuetas líneas:

"Tenemos que hablar sobre un asunto grave relacionado con su boda. La espero a las doce en punto en el Parque Viejo, junto al templete."

La extrañeza y la curiosidad se impusieron al estupor inicial y decidió acudir; no perdía nada, sólo parte del escaso tiempo del que disponía.

Faltaban pocos minutos para las doce cuando Berta atravesó el sendero que conduce al kiosco donde, los días de fiesta, toca la banda municipal. Está situado en un lateral del parque junto a la densa vegetación que lo bordea. A lo lejos, la campana de la iglesia mayor iniciaba el toque del Ángelus. De entre la arboleda surgió la figura menuda de una mujer que le pidió que la acompañase. La joven dudó unos instantes, pero enseguida aceptó, quería comprobar por sí misma la insensatez de aquella cita. Partieron de inmediato en el coche que la desconocida había aparcado junto al parque. Apenas hablaron durante el trayecto. La carretera serpenteaba por el valle atravesando pequeños núcleos de casas; los tejados de pizarra brillaban húmedos, había comenzado a llover. Una hilera de pinos jalonaba el camino que conducía a un edificio de piedra. Era una vieja casa solariega, un blasón sobresalía sobre la pared. La mujer empujó con suavidad la puerta y ésta cedió mostrando un interior fresco y oscuro en el que apenas pudo distinguir un enorme arcón y una escalera. Mientras subían, Berta escuchó un leve chirrido. Provenía de una sala situada en el primer piso. Se había acostumbrado ya a la penumbra y pudo distinguir a la persona que se balanceaba en una mecedora.

—Siéntate —dijo la anciana —tenemos que hablar. Y le señaló con sus huesudos dedos una silla. —Esto no es fácil para mí, pero no quiero guardar por más tiempo el secreto que me atormenta desde hace muchos años. No me conoces, pero soy la abuela de tu novio, de Tino. Él era muy pequeño cuando mi hija falleció… —hablaba con voz entrecortada.

—¿Por qué me cuenta esto a mí? Él ya lo sabe —la interrumpió la muchacha agobiada.

—Déjame continuar por favor, me siento muy cansada: mi hija era una joven bonita y alegre que tuvo la desgracia y la mala cabeza de enamorarse de quien no debía.

Ahora podía ver claramente el rostro apergaminado y los ojos acuosos de la vieja.

—Una desgracia —repitió—. Se quedó preñada de un mozo que trabajaba en nuestras tierras. Tuve que inventarme un viaje a casa de unos parientes y la llevé lejos de aquí, al convento de las Carmelitas. Su padre, de haberse enterado, nos habría matado a las dos. Así fue como tuvo la niña, —la anciana hizo una pausa y bebió de un vaso que tenía sobre la mesa.

Berta escuchaba atentamente sin comprender aquella extraña confesión.

—Las monjas, siguiendo mis instrucciones, le dijeron a mi pobre hija que la niña había muerto durante el parto y la dieron en adopción. Al cabo de un tiempo regresó con nosotros y la casamos, esta vez con un hombre de su posición y de nuestro gusto: el padre de Tino.

—Pero eso qué tiene que ver conmigo –dijo Berta un poco alterada.

—Todo —contestó la mujer—. Berta, esa niña eres tú, mi nieta.

Desde su habitación, Berta miró a través de los cristales los despojos del jardín. Los rosales, las petunias, los mustios ramos de lirios, las guirnaldas blancas: todo se deshacía bajo la tormenta. Volvió la cara hacia el interior. Sobre el armario, una mancha blanquecina parecía flotar. Tardó en reconocer el vaporoso vestido de novia que, como un fantasma, se alzaba etéreo. Abrió el balcón y lo lanzó al jardín. A la lluvia.

PAQUI PÉREZ
CAMINANDO VOY

BORDAR EL TAPIZ DE UNA VIDA

La música expresa lo que no se puede decir con palabras y aquello sobre lo que es imposible estar en silencio. *(Víctor Hugo)*

Bordar nuestras vidas con los hilos entrelazados de la familia para conseguir terminar el tapiz hecho de vivencias salidas desde el corazón, así comienzas en el centro de dicho tapiz con un diminuto punto apenas perceptible y casi sin darte cuenta se va extendiendo hasta puntos insospechados, es como la piedra que cae en el lago haciendo la onda cada vez más infinita hasta perderse de vista sobre el agua.

Cada puntada debe ser entrelazada, pero con sumo cuidado, para que no queden bordes que hagan "dicotomía" entre el buen hacer y lo contrario. Algunas veces ponemos mucho empeño en que lo primero que se vea esté perfecto, sin poner cuidado en la parte oculta de lo que estamos tejiendo, siendo ello ni más ni menos que nuestras propias vidas entrelazadas desde los más lejanos ancestros. Posiblemente haya algunos nudos con pocas ganas de que el dichoso "tapiz" sea un magnífico mural para ponerlo en el más famoso de los innumerables museos de arte del mundo.

Aunque a cada uno le tocan sus propias puntadas y, no quisiera pensar que como ha habido algunos nudos con algún roto en la tela, yo me deje llevar por ellos. Ella, va a ir siempre en "claroscuros" como cualquier ser humano tiene a lo largo de su vida, hecha de mil colores, como lo son los del arcoíris, que se van difuminando quedando solo el recuerdo de haberlos visto, y que siempre aparecen después de una gran tormenta.

Te has parado a pensar alguna vez: "¿Si hay algún tapiz perfecto?". Aunque yo misma he reflexionado y me he dicho; mis puntadas las tengo que hacer desde el fondo de mi propia dignidad como ser humano que desea llevar a cabo un bordado con excelentes puntadas, para que los que lo miren, vean algo agradable a sus ojos, quedando satisfechos de lo que sus miradas contemplan. Aunque le den la vuelta, con la intención de encontrar algún desperfecto comenzando a tener ganas de algunos pensamientos un poco turbulentos, deseando que el tapiz pierda su colorido inicial.

Bordar nuestras vidas con los hilos de la familia, hasta terminar el tapiz hecho de vivencias saludables desde el corazón, ya que todo lo que desde el corazón sale debe de ser algo muy palpitante y muy bueno; como los mismos latidos que salen del corazón de un enamorado, en esos momentos todo es armonía, sobre todo cuando las mariposas aún te revolotean en el estómago al ver tu vida hecha de los colores más deseados por cada ser humano. Pero claro, no toda la vida está hecha de hilos de seda; también los hay un poco más gruesos como el cáñamo que, da un poco de rugosidad al tapiz. ¿Qué vida por mucho que tú quieras no tiene algún nudo? ¡Ánimo,que las puntadas sean como perlas preciosas para recordar y suavizar el nudo!

DESCANSO A LA CAÍDA DE LA TARDE

La vida es el primer regalo, el amor el segundo y la comprensión el tercero. *(Marge Piercy)*

Sentada en la puerta de casa en mi vieja butaca, con la intención de descansar tras un día agotador; es entonces cuando la tarde comienza a ser agradable, recibiendo la suave brisa que se inicia a la hora del crepúsculo. Hoy ha resultado ser un día caluroso, como suele ser a finales del mes de julio, con un gran bochorno de mediodía mientras hacía las labores de la tierra bendita; que con el sudor de nuestra frente nos da alimento y fruto.

Era una de esas tardes en las que tu cuerpo está algo más agotado que de costumbre, pero que tu mente fluye rápidamente, trayéndote recuerdos de tu no tan lejana juventud. Te pones cómoda en tu querida butaca, cierras los ojos y comienzan tus pensamientos a moverse por la masa gris de tu cerebro, o lo que te queda de ella. Se te vienen las imágenes más nítidas que incluso cuando las estabas viviendo, porque en esos momentos no te dabas cuentas de casi nada.

Aquellos días, cuando eras muy joven y tu mente era un hervidero de deseos (sin saber lo que el futuro te depararía), apareció la imagen de un chico que absorbía todos tus pensamientos, sólo podías retener su imagen en tus pupilas, eso te hizo sentirte como en una nube, o como si estuvieras levitando.

Pasaron los años, aunque no muchos; pero te parecieron toda una eternidad hasta que por fin ese chico "cayó en tus redes"; ensanchándote el corazón de amor por él.

Al cabo de un tiempo, llegó ese día mágico que los dos tanto deseábamos ¡nuestra boda! Al pensarlo ahora casi percibo el murmullo de la gente, el olor de las flores, las felicitaciones de los invitados y las palabras del sacerdote preguntándome: "¿Quieres a… por esposo?". Los nombres nos sonaron a música celestial y el sí a gloria bendita. Esos recuerdos me daban fuerzas para seguir luchando cada día, con el deseo imperioso de que llegara el momento de su vuelta, que tanto anhelábamos los dos en aquel momento debido a su trabajo.

A la mañana siguiente a esa preciosa tarde, recibí una carta en la cual se me anunciaba el día de su llegada. Esos días previos fueron de prepararlo todo para que fuera una verdadera sorpresa cuando él llegara y lo encontrara todo perfecto, y por supuesto a mí también.

La mañana del día señalado, me puse más guapa que nunca, siendo su llegada el colofón de una gran bienvenida, en la que los dos nos fundimos en un tierno abrazo deseado por ambos.

Además, no tuvo que volver a irse tan lejos de casa y por tanto tiempo, ya que por fin pudo ser trasladado, ésa fue la mejor noticia que me podrían haber dado en esos momentos; ya no se tendría que marchar y por fin podríamos estar juntos por siempre jamás.

"AL PELAE" (III)

No fue original ni para nacer. Nació desnudo como todo el mundo, sin nada que perder y todo por conseguir. Hasta los tres años intentó que sus neuronas establecieran relaciones diplomáticas entre ellas, presentándose entre sí, unas a otras. El tiempo demostró que algunas no se entendieron y no sentaron las bases para su desarrollo posterior. Y cuando creía que sus neuronas se interrelacionaban, más o menos en el mismo idioma, aparecieron las hormonas y comenzó su pubertad y este nuevo evento biológico le trajo de cabeza.

Ángel López Peláez fue boxeador, fotógrafo, humorista, ventrílocuo, personaje ineludible de la época dorada de la Costa del Sol, dijo ser amigo de Cantinflas, íntimo de Ava Gardner y el tipo con el que se pegó Frank Sinatra durante su visita a Torremolinos en 1964. Hay tipos que cuentan historias tan increíbles que sólo pueden ser verdad.

Resulta que su cerebro, sin que nadie se lo ordenase, liberaba una hormona que circula por su corriente sanguínea sin carnet de conducir ni nada, hasta llegar a los testículos a producir testosterona. Se dio cuenta de este estado, no porque la pubertad doliese, sino porque los mayores no dejan de repetir "está en la edad del pavo." Comenzó a trabajar, y ya no eran solo los amigos los únicos que lo entendían, sino que maduró más deprisa junto a los compañeros de trabajo al ayudarle, en su inestabilidad emocional, a tomar decisiones y asumir responsabilidades. En muy poco tiempo se dio cuenta de que la vida no es como se diseña. Tuvo conciencia enseguida de que la vida sabía más que él, y que no venimos a ella con un manual de cómo hacer las cosas. Era la época en la que las 365 hojas del calendario de cada año volaban. En la Málaga de los 80, la música retumbaba las paredes de antros como El Tabarín. Ir y beber alcohol de dudosa procedencia parecía una acción transcendente, origen de un mito y un dogma de fe.

Prosperaban los grupos de música, que no sabían tocar, pero tenían una gran imaginación. Y llegaron los 90 y el caballo hizo estragos, empezando a consumirse por las clases elitistas. Él no se enganchó, pero tuvo que asistir al entierro de algún amigo. Contaba, a quien quisiera escucharlo, la foto disparatada que llevaba grabada en el cerebro de la noche del 6 de noviembre de 2001, a las 9:15 horas. Deseaba deshacerse de ella, y no lo consiguió. Una discoteca, sin salidas de emergencia, convirtió su moqueta roja en una parrilla de cuerpos abrasados. La muerte afortunadamente le dio la espalda. No descuentes vida —decía— el tiempo, la existencia, la edad, merecen la pena.

APLAUSOS

Aislado por el Covid, un día observé que frente a mi casa vivía una mujer preciosa. Tan solo nos separaban seis u ocho metros. Terminados los aplausos, le hacía una señal con la mano que ella correspondía con un ademán acompañado de una espléndida sonrisa.

Hice lo imposible por comunicarme con ella: “hermosa tarde”, “esto no acaba”. No me respondió nunca. Solo la tarde que terminaron los aplausos, la vi hacer un gesto con la mano y sonreír de manera radiante.

—Hola Luis, nos vemos mañana— al fin pude oír su exquisita voz.

Sin embargo, mi nombre es Fernando, Luis vive un piso más arriba del mío.

No he vuelto a salir a la ventana. Me molesta ver en el piso de enfrente a mi ex vecino Luis.

CONQUISTA

La vecina le observaba desde su ventana siempre que él entraba en la ducha. Un día tomó la decisión de mostrarse sin la toalla al terminar el aseo, de manera que pudiese observarlo en su plenitud.

Ella no se inmutó durante los breves segundos de su examen hasta que seguidamente cerró la ventana.

Él, con una sonrisa jactanciosa, observó que los cristales del baño de su vecina se empañaban de un espeso vaho, solo alterado por una serie de garabatos.

Él se apresuró para anotar el número de teléfono.

SALARES

Municipio de la comarca de la Axarquía. Situado en la ruta mudéjar, forma parte del parque natural Sierras de Tejeda, Almijara y Alhama. A 63 kilómetros de Málaga capital.

El casco antiguo de Salares es en sí un monumento. Forma un conglomerado de calles estrechas con grandes desniveles que le dan un aspecto de pueblo de juguete. Destaca la blancura de sus fachadas. Desde el mirador se domina una excelente vista sobre el río Salares y se observa cómo éste se va abriendo paso entre los escarpados del valle. Este espectáculo bien pudo ser el que admiraron los romanos y les animó a fundarla. Podemos pasear por su puente romano.

Sobre el conjunto del núcleo urbano destaca la torre alminar de la iglesia parroquial de Santa Ana, de estilo mudéjar y planta cuadrada. Data de los siglos XIII y XIV. La iglesia actual se ubica sobre los restos de una mezquita cristianizada tras la reconquista y a cuyo alminar, que es el existente, se le agregó un cuerpo de campanas. La torre fue declarada monumento histórico-artístico de carácter nacional por Real Decreto de 1979.

Sus fiestas: el 26 de julio y el 17 de enero en honor a sus patronos, Santa Ana y San Antón y el primer domingo de mayo se celebra la romería de la Virgen de Fátima. Su Festival Árabe Andalusí, que se celebra los días 20, 21 y 22 de septiembre que consiste en un evento con formato ferial que se organiza teniendo como marco de referencia la cultura andalusí, y en suma es una muestra de artesanía y agricultura ecológica, en la que se enmarcan además otras manifestaciones culturales como gastronomía, música, poesía, pintura, historia y otros menesteres ligados a los recursos naturales, así como los modos de vida tradicionales en estos paisajes durante siglos anteriores.

En su gastronomía destacar el fruto de sus viñas. Se da la famosa rome, uva negra de racimos apretados que da un vino excelente. Actualmente produce uno de los vinos más singulares de Málaga con Denominación de Origen.

Foto: Rafael Mérida - Trabajo propio, CC BY-SA 2.5

LOLA NARVÁEZ

POSTRE DE FRESAS

Para la crema:
240 gr de fresas, 180 gr de azúcar y triturar. Añadir 600 ml de leche entera, mezclar y colar. Ponerla en un cazo y mezclar 50 gr de maizena, dejar hervir hasta que cuaje. Ponerla en copas y dejar en la nevera.

Para la mermelada:
- 200 gr de fresas en trozos pequeños
- 60 gr de azúcar
- un trozo de canela en rama y el zumo de medio limón.

Poner en un cazo y dejar hacer unos cinco minutos. Dejar que enfríe un poco y poner una capita por encima de las copas. Servir frío. Se puede hacer con otras frutas.

TARTA DE ZANAHORIA

- 4 Huevos
- 250 gr de zanahoria rallada
- 250 gr de harina
- 200 gr de azúcar
- 160 gr de aceite de girasol
- 10 gr de levadura Royal
- una pizca de sal, 1 cucharadita de vainilla, otra de canela molida y media de clavo molido

Batir con las varillas los huevos con el azúcar hasta que doble su volumen.

Agregar el aceite poco a poco sin dejar de batir. Con las varillas seguir y agregar la sal, vainilla, canela y clavo. Con espátula integrar la zanahoria y por último la harina con la levadura. Poner papel de horno en el fondo de un molde desmontable de 24 centímetros y engrasar con un poco de aceite. Poner el bizcocho poniendo por encima una copita de azúcar y en horno precalentado a 180º cocer unos 40 minutos.

Para la mermelada de zanahoria:
- 250 gr de azúcar
- el zumo de medio limón
- 1 naranja pequeña con piel cortada en trocitos
- 190 gr de zanahoria rallada

Ponerlo todo a cocer durante 20 minutos a fuego flojo removiendo de vez en cuando. O, en robot de cocina, triturar la zanahoria y la naranja, agregar el resto de ingredientes y cocer 20 minutos.

HOSPITAL DE SANTO TOMÁS

Si algo es para ti, no necesitas perseguirlo *(Un sabio)*

En mis paseos por la ciudad, siempre admiré un edificio de estilo mudéjar, situado frente a la Iglesia del Sagrario, el cual llamaba mi atención por su belleza, al mismo tiempo que me causaba pena verlo cerrado.

Me puse a investigar y conseguí saber un poco de su historia. Hoy la quiero compartir con todos nuestros lectores.

Se trata del Hospital de Santo Tomás, uno de los edificios de Málaga que lleva en la ciudad desde la conquista de los Reyes Católicos, siendo uno de los tres legados más antiguos de España en su categoría, data del año 1504, fundado por uno de los caballeros nobles de la época, D. Diego García Hinestrosa. Cuyos restos reposan en la capilla del edificio, siendo costeado con todos sus bienes. Este fue construido en los terrenos que le regalaran los Reyes, con una superficie de 3.000 metros, siendo el objetivo de dicho adalid, atender a los enfermos necesitados e indigentes, especialmente a personas con problemas de infecciones en los ojos, papel que cumplió durante cientos de años.

En el año 1884 se vio afectado en su estructura por el terremoto ocurrido en diciembre, por lo que tuvieron que construir otro de nueva planta. El nuevo edificio fue obra del arquitecto Juan Nepomuceno, inspirado en el gótico-mudéjar, según la moda del momento a finales del siglo XIX.

Sobre su fachada, apoyada sobre pilares de piedra están colocados dos escudos, uno con la fecha de la fundación del hospital y otro de la fecha del nuevo edificio.

Su capilla es una verdadera joya, con retablo, conservando su artesonado mudéjar de madera de planta octogonal del año 1505, una pieza singular en el mundo, siendo la única capilla con doble coro. También alberga uno de los archivos más antiguos de la provincia.

Fachada del Hospital de Santo Tomás

Cuenta el edificio con siete patios en su interior, pese al deterioro propiciado por el tiempo y la falta de cuidados, no está declarado en ruinas, por lo que ha sido adquirido por el Obispado, aunque sigue cerrado. Según he podido investigar, su restauración dependerá mucho de Urbanismo de la Junta de Andalucía.

Según fuentes, puede que se ubique en esas dependencias el Museo Diocesano de Arte Sacro, los Archivos Históricos de la Catedral y del mismo Hospital. Aunque también hay un proyecto de transformarlo en residencia de estudiantes.

El Hospital de Santo Tomas, es una joya arquitectónica desconocida por todos los malagueños, a pesar de estar ubicado en el mismo centro de la ciudad, donde parece que se detuvo el tiempo en su interior.

Esperamos su pronta recuperación, para que pueda ser visitado y admirar tan valiosa joya.

SOLO UN GLOBO

Para ser un ángel, no hay que tener alas. Solo hay que ser especial en la vida de la otra persona
–Puñado de sueños. Facebook-

Ella estaba preciosa con sus coletas, Llevaba un vestido blanco con unas pequeñas florecillas de colores que le hacían un guiño a los pompones rosa que le había comprado su abuela y juntas se encaminaron a la feria con el resto de la familia. Al llegar lo primero que admiraron sus lindos ojos caramelo fue un gran ramo de globos que con habilidad sujetaba un joven que pregonaba su mercancía… la niña se prendo de uno que subía más alto que los demás.

Apretó la mano de su mamá diciéndole: Quiero aquel globo de colores para pasear por la feria, por favor mamá, cómpramelo….Su mamá en voz baja le dijo: “Hoy no puede ser cariño, otro día”. Aquellas palabras entristecieron a la pequeña, que siguió andando en silencio.

Así pasaron varios días, hasta que llegó el último de feria, entonces se dirigió a su abuela, ella sabía que no se lo negaría y le pidió que le comprase aquel globo que aun pendía del manojo que aquel hombre llevaba por el real de la feria.

Aquella mujer, la había visto triste toda la semana y aunque sabía el porqué, no quiso quitarle la autoridad a su madre, por lo que le comentó que ella se lo compraría, a espaldas de la niña.

¿Como se lo iba a negar? ¿Si era la niña de sus ojos?

Con el beneplácito de la mamá, la abuela tomó a la niña de la mano y las dos corrieron tras el hombre de los globos hasta alcanzarlo, cuando llegaron a su altura, la niña no se creía lo que estaba viendo, el hombre le ofreció aquel globo de colores que volaba más alto que ninguno y soltando la cuerda del manojo se lo ató a su manita sonriendo…Os podéis imaginar la cara de sorpresa de la pequeña y la de satisfacción de su abuela, al ver a su niñita con el globo que había soñado durante toda una semana de feria.

La niña se agarró al cuello de la abuela dándole las gracias, y esta la tomó en sus brazos, fundiéndose ambas en un gran abrazo, con los ojos llenos de lágrimas de felicidad.

A veces las abuelas consentimos muchas cosas a los nietos, pero se sienten felices cuando ven las caritas de sus nietos y eso les compensa enormemente. Recuerdan cuando tuvieron a sus hijos y no podían hacerles sus sueños realidad, por falta de medios…hoy pueden, aunque les falte para otra cosa, porque vale más la sonrisa de un niño que todo el dinero del mundo.

ENRIQUE RAMOS RAMOS, ILUSTRE MINISTRO ESPAÑOL

Hace unos días el pueblo de Algarrobo (Málaga) irguió una estatua en honor a su paisano Enrique Ramos Ramos. Es indiscutible que los habitantes de Algarrobo nunca olvidan a los vecinos que han dado honor a su municipio, así lo corrobora la historia en sus muchos relatos, la entrega y el valor que a lo largo de los siglos han demostrado sus grandes gestas quedan patentes y vivas en la memoria colectiva de sus coterráneos. En este caso, el trascurrir de los años no ha impedido que se rememore al que fue ilustre ministro de la Segunda República Española, la figura de Enrique instalada en una de las placitas más bonitas del pueblo hará recordar la incuestionable importancia de su insigne conciudadano, así mismo, suscitará la personalidad noble e inteligente que poseen los algarrobeños/as y por consiguiente el orgullo que tal reconocimiento conlleva.

Enrique nació en Algarrobo el día 9 de octubre de 1890, cultivó su carrera de jurista terminando derecho con tan solo 22 años, su capacidad de superación y esfuerzo le hizo obtener una plaza como profesor en la Universidad Central de Madrid, en sus años de docencia impartió las cátedras de Derecho Romano, Derecho Civil y otras que formaron definitivamente sus conocimientos. Muy pronto se interesó por la política, su ascenso en ella fue paulatino alcanzando compaginar su vocación con la enseñanza, en el año 1923 empezaron sus primeros pasos como político siendo diputado electo por Vélez Málaga, años más tarde fue elegido diputado por Málaga, en 1933 fue nombrado abogado fiscal del Tribunal de Cuentas, su carrera imparable le llevó a ser designado subsecretario de la Presidencia, finalmente fue elegido democráticamente ministro de Trabajo, Sanidad y Previsión y meses más tarde ministro de Hacienda, estos cargos los realizó durante el periodo que ocupaba la Jefatura del Gobierno Manuel Azaña. Ramos luchó por la igualdad salarial y por mantener un equilibrio justo entre los trabajadores anunciando medidas que reformarían el sector laboral, así mismo, en las dos carteras que ocupó promulgaba ideas para modernizar y renovar la obsoleta organización de sus predecesores, su filosofía se basaba en la ética más pura y justa. Lamentablemente las reprochables circunstancias que le tocó vivir no le beneficiaron para demostrar su imbatible potencial, sin embargo, la historia no debilita ni distorsiona su imagen, la mantiene viva en el recuerdo para siempre.

Enrique nunca se olvidó de su precioso pueblo, en su momento realizó mejoras en Algarrobo, entre ellas, la carretera principal de acceso al pueblo que facilitaba la conexión para el desarrollo mercantil y educativo, por esa razón y siendo Algarrobo un pueblo muy agradecido existe un colegio público que lleva su nombre.

Enrique Ramos Ramos falleció en Múnich el año 1958, después de la guerra siempre vivió en el exilio, nunca pudo volver a su pueblo natal.

En el año 1998 fue distinguido como Axárquico de Honor Histórico, este año se le han devuelto más honores esculpiendo su figura con su nombre tallado en ella.

Toda mi familia y yo misma estamos orgullosas de llevar su apellido, para mí ha sido muy grato informar y escribir este artículo que he realizado con todo mi respeto, cariño y admiración.

LA FIESTA

Los festejos veraniegos nos ofrecen grandes y variadas fiestas de ocios y eventos, la multitud de opciones va conectada a festividades que se celebran en honor a patrones y santos, en la mayoría de municipios de España se disfruta de estas actividades.

En los lugares de mayor población se sigue estableciendo unas tradiciones que conforman el clamor popular de algunos de sus habitantes, esa designación la ocupa oficialmente la fiesta nacional y todo el entramado que supone el espectáculo taurino.

Esa fiesta se basa en los siglos que la avala, la afición se engalana para recibir un cartel de figuras categóricas e indiscutiblemente sagradas, ellas son adornadas en la plaza con músicas que compaginan con un festival de colores y luces centelleantes al sol.

El espectáculo se sirve con algarabías y aplausos exclusivos del universo taurino, la vorágine encierra un clima que se respira profundamente dentro del ruedo, todo se reduce a invites de constantes y caracoleadas capeadas, los rejones y banderillas anuncian la muleta y la espada, los pases armoniosos y valientes ensalzan a la faena que está por terminar, mientras el clarín toca el cambio de tercio el toro es posicionado en el lugar más idóneo para recibir el plateado acero, el silencio se instala con un medio suspiro general, al acabar los vítores del público se delibera el galardón para el maestro o matador, él espera impaciente su merecido trofeo.

Por una de las calles del recinto aparece de pronto el tiro de mulas para arrastrar el cuerpo del animal, en esos exactos momentos sobrarían las palabras para describir la desazón, ella surge pasajera y a la vez muy honda, es como una ráfaga de tristeza que borra instantáneamente la sonrisa.

Cuando más tarde se acaba el espectáculo y desaparecen las luces, algunos de los que han presenciado todas esas emociones dentro de los sentidos, proponen en su interior un sueño que reúne nuevas o distintas maneras de disfrutar de una fiesta que en realidad no tiene visos ni de alegría ni de nada que se le parezca, no se puede entender que la tortura a un ser vivo sea motivo de conexión con festejo o agasajo. Aunque bien es verdad que no se puede garantizar el trato que reciben los animales en sus diversos ámbitos y a puerta cerrada, nunca se alardea necesariamente de su sufrimiento. Sin ánimos de inventar lo que ya está implantado en otros países, el festejo taurino español se debería recomponer apartando métodos del medievo, ajustando una praxis que no atente a la violencia, esos pensamientos anhelarían un final diferente, donde gane la vida, donde el animal salga de la plaza con el mismo brío que se presentó, donde no haya perdedor y todos ganen la partida.

El arte de los diestros no está reñido con el garbo o la valentía que derrochan en su brindis y entrega al respetable, ellos muestran su potencial en todos los apartados existentes que templadamente aprendieron en el tentadero, para el torero la palabra olé debe ser el lado más existencial de la gloria, a saber, si una práctica renovada les podría motivar aún más. Todos esos pensamientos confluyen en las muchas ocasiones que los sueños se convierten en realidad, en el caso que esas quimeras ocurrieran, tal vez el público que asistiera fuese más diverso, más abundante, más alternativo y sobre todo es seguro que se sentiría mucho más complacido con el arte del toreo.

DE BIEN NACIDOS ES SER AGRADECIDOS

– ¡Muchas gracias!

– De nada. Gracias a ti…

–¡Pero si eres tú la que me has hecho a mí un favor…!

– Sí, pero tú has permitido que te lo hiciera, y no sabes cuanto te lo agradezco.

– No te entiendo. Yo necesitaba ayuda para resolver este problema y tú me la has prestado, muy eficazmente, por cierto, y con total desinterés y entrega. Soy yo, por tanto, la que tengo que sentirme agradecida.

– Verás: Hoy he amanecido un poco baja de moral. Ayer no me salieron muy bien las cosas y estaba rumiando si será porque soy una inútil de tomo y lomo. Hoy, tú, me pides ayuda y yo te la presto… ¡hasta con eficacia! ¿Te das cuenta? Me has subido la moral. Me siento divinamente. ¡Yo he salido ganando…!

El agradecimiento es un valor de ida y vuelta. El receptor del favor se siente agradecido por la ayuda recibida; y además porque entiende que no está solo: Alguien le ha tendido una mano en un momento de apuro. La persona que presta su ayuda se siente agradecida al recibir el agradecimiento del beneficiado, y este cruce de sentimientos crea un ambiente de bienestar que predispone a la generosidad y al hermanamiento.

Las personas agradecidas están libres de envidias y de tontos envanecimientos. No van por ahí intentando dar lecciones de nada, sino que escuchan a los demás, comprendiendo y aprendiendo. El agradecimiento tiene que ver más con la humildad que con la soberbia. Aunque no ocupe en el Catecismo la primera fila entre las Virtudes, tiene mucha relación con todas ellas.

Las personas agradecidas son más felices. Algunos psiquiatras afirman que el agradecimiento presta, no solo bienestar anímico, sino también fisiológico.

La vejez es una atalaya desde la que podemos ver a lo largo de nuestra vida, pasada y presente, la relación que llevamos con este sentimiento. La Vida es un libro en el que hay escritas muchas páginas. Hay páginas llenas de momentos maravillosos y otras abarrotadas de tristeza y desesperanza. Yo soy, a Dios gracias, de las que ven el vaso medio lleno; por eso las páginas de los momentos maravillosos, salen a mi encuentro más fácilmente que las otras, y me pregunto: “¿He sido lo bastante agradecida con las personas que a lo largo de mi vida me han hecho el favor de ocuparse de mí, dedicándome parte de su tiempo, o de sus bienes materiales, o de sus habilidades y, sobre todo, dándome su cariño?” Quizás en algún momento no haya dado la talla en corresponderles como merecían, pero siento por todas ellas una reconfortante y profunda gratitud. Afortunadamente todavía me quedan algunas personas a las que puedo dar

las gracias cada día. (Bueno, también se las doy a las que se fueron de este mundo, o a las que viven lejos…).

En la vejez se aprecia, como nunca, el valor de una palabra amable, de una sonrisa… ¡Los viejos llevamos el agradecimiento a flor de piel!

DE LA BIBLIA:

"Mira a tu alrededor y admira la vida y la belleza que Dios creó para nuestro deleite y alegría. El Universo es obra del Señor y todo ha sido hecho para su gloria. Toma tiempo para disfrutar de la Creación y sé agradecido" (Salmo 75:1)

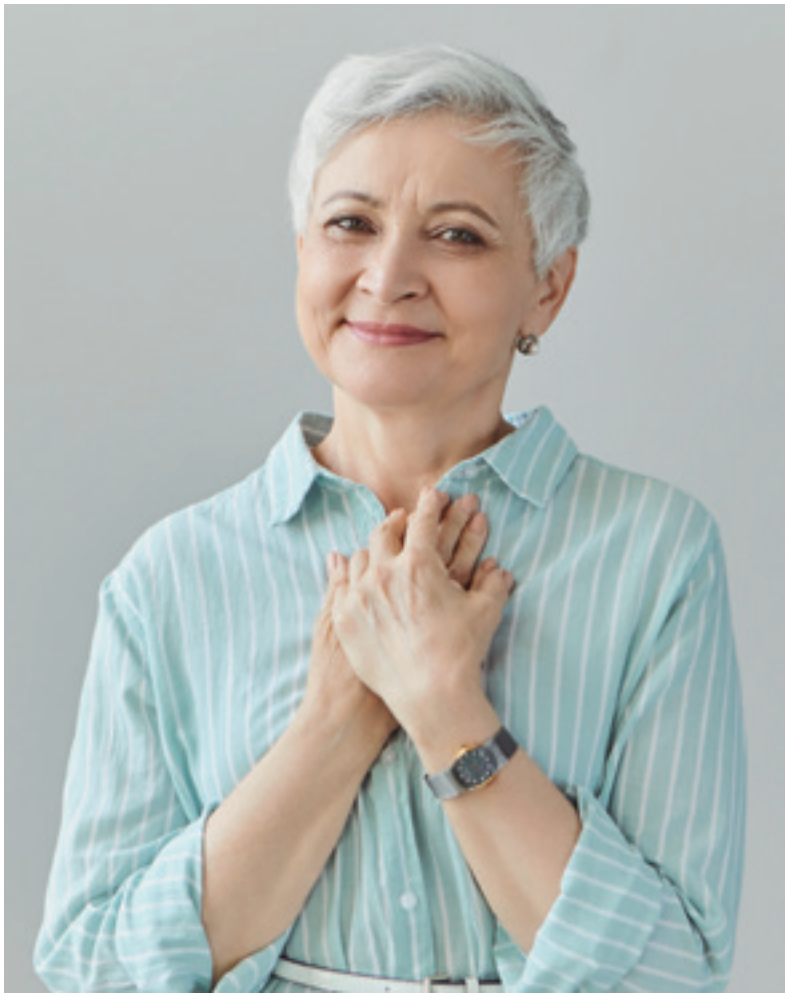
Los hombres formamos parte de la hermosísima Naturaleza que Dios ha creado. Pero no todos sentimos el agradecimiento que deberíamos por estar colocados en tan maravilloso entorno.

Es verdad que la literatura (sobre todo la poesía) la música, la pintura, la arquitectura, la formación de parques y jardines y hasta la ornamentación de balcones y terrazas, crean maravillosas obras de arte, homenaje a la Madre Naturaleza. Su disfrute eleva el espíritu y llena el alma de gratitud y reconocimiento.

Estamos en verano. ¿Quién no disfruta, o ha disfrutado, de un reconfortante baño en las aguas saladas de un mar en calma? No voy a enumerar ahora todos los beneficios que la naturaleza presta a nuestra vida: Es quien la sustenta. Nuestro reconocimiento y agradecimiento deberían ser infinitos. Tendríamos que cuidarla con amor y tratarla con todo el respeto que merece. Los inteligentes humanos, muchas veces, preferimos saquearla sin consideración para ser más ricos y poderosos.

Mares, lagos, fuentes. Ríos, bosques, llanuras llenas de flores, árboles y frutos, coloridas puestas de sol… Damos gracias por tener un cerebro y un corazón que nos permiten conocer y sentir; y por los cinco sentidos, ventanas por las que entran todas las sensaciones que sustentan nuestro cuerpo y elevan nuestra alma. ¡Claro que somos agradecidos! Aunque a veces ni siquiera pensamos en ello.

Se dice que los humanos, nos damos cuenta del valor de lo que teníamos, cuando lo perdemos. Hay personas que, por accidente, enfermedad u otras circunstancias han sufrido en su cuerpo, pérdidas irreparables: Deportistas de élite que quedan parapléjicos en un accidente; personas que pierden la vista; o que por enfermedades "raras" como la Ela, u otras, se van deteriorando de modo implacable, sin ninguna esperanza… Es algo que hunde a cualquiera para siempre. Pero es en estas circunstancias donde encontramos el milagro del agradecimiento. Porque siempre hay alguien que, al percibir el valor de lo perdido, en vez de lamentarlo, se dedican a valorar y potenciar las facultades que aún les quedan. Conocemos a gente de nuestro entorno, auténticos héroes, que trabajan duramente con todas sus posibilidades; que no pierden nunca la esperanza ni la sonrisa; que nos dan una hermosa lección de Vida, viviendo la suya con valor, con alegría, y aceptación. ¡Y se sienten AGRADECIDAS por lo que tienen!



ISABELPAVÓN

CONTRACOSTUMBRE

EN TODOS SITIOS SE CUECEN HABAS

Este mes se cumplen veinte años de su partida. Pobre vecino. Tan joven y se murió de pronto. Nadie es eterno. Aunque nos lo queramos quitar de la cabeza, aunque duela, hay que ser consciente de que cada uno tiene su día señalado sin remedio.

Recuerdo que en cuanto lo supe me fui para el tanatorio, eso sí, arreglada a más no poder porque es precisamente allí donde te encuentras con quien quieres y con quien no. Una cosa es la pena y otra el porte que una tiene que llevar dondequiera que se presente.

¡Cuánta gente, por Dios! No cabía un alfiler. Y todos dentro de la sala al frescor del aire acondicionado, porque fuera caía un terral de muerte (con perdón). Con el humo de los cigarros, el vaho de los alientos, las luces encendidas a medio gas y la entrada de la noche, más que un duelo, aquello iba tomando forma de discoteca.

Lo primero que hice fue buscar y darle el pésame a la hermana que al igual que el difundo es una bella persona. Estaba consternada. ¡Cuánto duelen las pérdidas de los seres queridos!

Me retiré para dejar que se acercara otra familia y como no sabía dónde ponerme, al ver a Cande, me arrimé a ella. Cande y yo somos amigas desde que hicimos un curso de Cuentacuentos que impartió el Ayuntamiento a través del Área de la Mujer.

Saludándonos estábamos cuando se quedaron dos asientos vacíos y hacia ellos corrimos como almas que se lleva el diablo antes de que nos los quitasen.

Al comienzo de la conversación estábamos cuando noté que se me acercaba un hombre despampanante, todo trajeado. Así, entre el humo y el vaho, como que me parecía un ángel vestido de Armani. Me levanté para saludarle y, mientras hice ademán de extenderle la mano, me plantó dos besos que enseguida echaron raíces en mi cara. A continuación se sentó en el hueco que quedaba entre mi cuerpo y el brazo del sofá y se dispuso a escucharnos.

Me convencí, no sé por qué, de que me conocía de algo. Quizá era familiar de mi vecino muerto y nos habíamos visto algún día en su casa. Por eso, de cuando en cuando, interrumpía en la conversación con mi amiga para animarle y preguntarle alguna cosilla. No me gusta que nadie se quede sin participar. En cuanto le pareció oportuno, se arrimó más y me dejó caer el brazo en el hombro. El respingo que di lo espantó. *¡Este no está de luto!*, me dije *¡está de fiesta! ¿Será posible?*

No volví a verlo ni allí ni en la iglesia. Al terminar, como quien no quiere la cosa pregunté por él a familiares y amigos. Ninguno supo decirme quién era.

Bueno. Lo dicho. Entre humos y vahos se acercan hombres despampanantes que parecen ángeles. ¿O será al contrario, ángeles trajeados de Armani? De todos modos, señoras, tengan cuidado. En todos sitios se cuecen habas.

MAGALUF, CRÓNICA BAILONGA

En este conjunto hay personas que destacar. En primer lugar llama la atención el extranjero que bailaba muerto de la risa, ¡pero qué contento está metido en medio del bullicio! Su pareja, tan alta como él, con melena sumamente lisa hasta la mitad de las orejas, imita el ritmo que su acompañante le indica. Se ve extraño que, al girar, ninguno de sus cabellos se mueva un ápice. Los tacones bajos le permiten moverse con comodidad. Su vestido largo, estampado de flores, oculta el misterio de sus carnes blancas. Cada vez que hace el intento de volver a su asiento, él la rescata con elegancia. Bailan a su manera y eso es bailar. Un dos tres, un dos tres, vuelta a la derecha, vuelta al revés. Da gusto verlos.

Otro extranjero se mueve solo, como a la espera de que alguna española se le arrime. Lo consigue. Es guapo el hombre, aunque no tanto como ella.

Suena música española, universal y salvaje, capaz de mudar la timidez en ganas de desinhibirse. Además, fados, sevillanas, pasodobles, Carlos Cano cantando María la portuguesa. Los temas salen a la luz a su debido tiempo para que al final aparezcan los tonos más pausados que darán paso a la tranquilidad.

Sin hacerse notar, el señor de la limpieza pasa la escoba junto a algunas mesas. Recoge migajas invisibles y, como quien ha alquilado los utensilios de trabajo para que les hagan de pareja provisional, tararea y baila al son de lo que suena. Un dos tres, un dos tres, vuelta a la derecha, vuelta al revés.

¡Que vivan las personas mayores!, se oye desde una esquina. ¡Que vivan!, responden desde la otra.

Se mueven. Unos parecen ir al compás de una marcha militar. Sin embargo, el ritmo es el ritmo. Cualquier cosa vale en este encuentro de seres que han llegado hasta aquí y lo merecen. Entre ellos asombran los que menean los alerones separados del torso y la barriga hacia adelante. A todas luces postura difícil de imitar. A su manera, marcan un estilo primigenio que acomoda su hechura a los compases. La bilirrubina sube hasta las nubes, invisibles en ese momento a causa de la oscuridad de la noche.

Más tarde se incorpora sangre nueva. Es una de las chicas del local de enfrente que durante un rato hace como que se ha escapado de sus penosos quehaceres. Llega ataviada con su albornoz blanco a medio cerrar. Se coloca sin tapujos en el centro de la pista. Se graba bailando. Un dos tres, un dos tres, vuelta a la derecha, vuelta al revés. Se siente libre y libre también es su sonrisa.

Llega el final y con él, la traca. Los que se habían ido camuflando hacia la salida asoman de nuevo, ahora disfrazados. ¡Qué sorpresa! ¡Qué estilo! ¡Cuántos aplausos! La felicidad sigue presente.

No me extraña que todo extranjero que llega a España quiera quedarse. Estamos en el país de la alegría y Magaluf no sólo es para jóvenes.

NICANOR SABIN GONZÁLEZ

SALUD

GOLPE DE CALOR

Cuando llega el verano, es frecuente que los medios de comunicación hablen de los riesgos de las altas temperaturas y nos recuerdan las medidas de prevención para evitar la insolación y los golpes de calor, especialmente en el caso de las personas mayores. Esto está muy bien, pero frecuentemente confunden o equiparan el golpe de calor a un sofoco, un mareo, un agotamiento o un desvanecimiento. Desgraciadamente el golpe de calor es mucho más peligroso que una simple lipotimia o una insolación leve.

Clínicamente, la hipertemia es el aumento de la temperatura interna del cuerpo humano por encima de los 40º. Si no se trata de forma inmediata, en menos de 2 horas, tiene una mortalidad de alrededor del 70%. Por tanto un **golpe de calor siempre es grave**, especialmente en niños y en personas mayores.

El organismo humano está diseñado con un buen número de mecanismo de termorregulación que sirven para perder, conservar o producir calor. Ante una situación de calor extremo estos mecanismos fallan pudiendo desembocar en un fallo multiorgánico con consecuencias letales.

La hipertermia externa y su fase final, que coincide con el ”golpe de calor” viene causada por dos situaciones:

Una temperatura del aire superior a 35º durante un largo periodo de tiempo y/o un esfuerzo sostenido en un ambiente caluroso, sin un descanso o una reposición de líquidos apropiados.

Los síntomas van apareciendo en forma de cascada, comenzando con cefalea, congestión facial, sensación de sed y cansancio. En un segundo escalón aparecen calambres por contracturas musculares en abdomen y extremidades. Sigue el agotamiento por calor con mareos, náuseas, cansancio, vómitos. Si continúa la escalada aparece el llamado “ golpe de calor “. ¡Pero ojo¡, no siempre es así, a veces se presenta de forma rápida y con síntomas menos llamativos. Uno de los más evidentes suele ser el enrojecimiento y la subida de la temperatura de la piel: cesa la sudoración y la piel está seca, caliente y enrojecida.

Si aparece el golpe de calor debemos actuar con rapidez:

Llamar al 112. Colocarlo en un lugar fresco. Retirar ropa. Rociar con agua, (mejor tibia). Conseguir movimiento de aire, con abanico, ventilador etc.

Pero sobretodo, ¡l**a mejor medida contra el golpe de calor es la prevención**¡

No realizar esfuerzos físicos durante las horas de más calor o con temperaturas extremas.

Hidratación frecuente.

Usar ropa adecuada, ligera, amplia.

Buscar lugares frescos y sombreados.

No dejar a nadie encerrado o en un lugar de donde no pueda salir o moverse. (en un coche, en una silla de ruedas..). Aunque parezca mentira esto pasa casi todos los años.

Por mi profesión, raro es el año que no tenga que enfrentarme a una muerte de este tipo, y es una pena porque a veces basta con utilizar el sentido común, como lo hacían nuestros padres y abuelos, para no llegar a una situación límite o irreversible.

EL PELIGRO DE ESTAR CUERDA

Autora: Rosa Montero. Seix Barral. 360 páginas.

Si bien los seres humanos tenemos características comunes, de igual forma afloran las que nos diferencian. En este libro, partiendo de su experiencia personal, la escritora nos introduce en las capacidades peculiares o excentricidades que tienen los artistas, sea en la rama que sea, escultores, pintores, escritores, por citar algunos. Su contenido resulta tan interesante como ameno y el énfasis lo vemos colocado en el don de la locura que nunca se ha de perder. **ISABEL PAVÓN**

MUSARAÑAS

En esta película que cuenta con varios premios intervienen, especialmente, Macarena Gómez como protagonista, Nadia de Santiago, Hugo Silva y Luis Tosar. Está dirigida, además de por los actores nombrados, por Juanfer Andrés, Esteban Roel y fue producida por Alex de la Iglesia.

Ambientada en los años cincuenta, esta historia de intriga, terror y locura atrapa al espectador y no lo suelta hasta el final. Al principio creemos que sólo su protagonista posee las cualidades de la musaraña, sin embargo, poco a poco nos daremos cuenta de que todos sus protagonistas lo son.

LA REVISTA SOLERA EN LA CASETA "EL RENGUE"

Siempre es un placer visitar en Feria la caseta "El RENGUE". La familia de Solera se reunió, como cada año, para disfrutar de la velada tan maravillosa que ofrecía la caseta. Y no pudimos estar más a gusto y más contentos. El encuentro tuvo lugar el 14 de Agosto, y desde aquí queremos dar las gracias a todas las personas que llevaron a cabo, con su esfuerzo y bien hacer, durante cada noche, la labor de organizar y realizar este evento tan maravilloso. Nuestra felicitación y enhorabuena por esta iniciativa para el colectivo de las personas mayores de Málaga.

1 DE OCTUBRE DE 2023

DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES

Ayuntamiento de Málaga