

SOLERA



Ayuntamiento de Málaga
Área de Derechos Sociales



GREGORIO SANCHEZ
CHIQUITO DE LA CALZADA

C/BA. DE ESPAÑA
SANXO CHAVEZ

Editorial

EDITA

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

DIRECCIÓN

Francisca Ramos Montero

COORDINACIÓN

Fernando Jiménez Salmerón

DISEÑO Y MAQUETACIÓN



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

EQUIPO DE REDACCIÓN

Francisca González Burgos
Leonor Morales Calvo
Lola Narváez Reyes
Mari Carmen Pérez Pascual
Mercedes Sophia Ramos Jiménez
Ana Sola Loja
Nono Villalta
Isabel Pavón
Paqui Pérez Báez
Maritina Romero Ruiz
María de los Ángeles Villarreal Jiménez
Francisca Tamayo Jaime,

EQUIPO DE REDACTORES GRÁFICOS

Olalla, Paco
Alvarez Valverde, Jose Antonio
García Lupiáñez, Gabriel
Gutiérrez Campoy, Alejandro
López Fernández, José
Sabín González, Nicanor
Santiago Gómez, Antonio
Sibera Bougaba, Abdelaziz

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. 951 928 420
revistasolera@malaga.eu



SUMARIO

EVENTOS	Carnaval de las personas mayores 2022	03
	Bases del IV certamen de relato breve Revista Solera	06
PENSAMIENTOS	Universos Paralelos	07
ENTRE LÍNEAS	El Factor Humano en la Era Digital	08
CAMINANDO VOY	Amanecer	10
	¿Cómo fueron las huellas de tus pasos por la vida?	11
MI MESA CAMILLA	Talentura	12
	Sexo de Alta Gama	13
LA MARMITA DE LOLA	Fuengirola	14
	Cazuela de patatas con sepia/ Quiche Lorraine	15
DE TODO UN POCO	El imaginero	16
	Museo de Arte y Costumbres Populares	17
LA BRÚJULA	Bolero, un Caballo pensando al Sol	18
	MARJORIE GRICE, Economista singular	19
DE ESTO Y AQUELLO	Ciencia sin conciencia	20
	Cómo te encuentras	21
CONTRACOSTUMBRE	Hambre de lectura	22
	Quiero mi zapato de Cristal	23
ASÍ LA VI	Soria	24
	Doctor Zhivago	25
SALUD		26
AGENDA Y MURO	Sudoku/ SI o No. El cambio de hora/Pinceladas	27



Carnaval

DE LAS PERSONAS MAYORES 2022



De nuevo el Teatro Cervantes se llenó de color con nuestro Carnaval. Después de dos años volvió a brillar el escenario con la sonrisa de nuestros Mayores al compás de la música, mientras hacían su desfile con originales tipos, hechos con mucho ingenio e ilusión.

El espectáculo comenzó con un original video hecho el pasado año por personas mayores desde sus casas que fueron colgados en las redes sociales por los responsables de los talleres. Cada día se le dedicó a un distrito y así celebramos nuestro particular carnaval. Este año, parece que el virus nos dio un

respiro y hemos renacido como el ave Fénix, con mucha más alegría y ganas de pasarlo bien. Nuestra querida presentadora Macarena, bajó del mismo cielo en un columpio de flores mientras sonaba una conocida melodía que ella puso letra. Al posarse sobre las tablas, dio la bienvenida a un teatro lleno hasta la bandera.

Comenzó el desfile con los grupos, que fueron interpretando sus personajes al compás de la música. Así fueron pasando por el escenario las distintas modalidades de cada distrito, muy originales y casi todas con material reciclado.

Al terminar la actuación, todos recibieron un diploma por su participación en el Carnaval mientras el jurado deliberaba, que por cierto lo tuvo muy difícil.

A continuación, el Sr. Alcalde D. Francisco de La Torre, dirigió unas palabras de cariño a los participantes, así como a todas las personas mayores que llenaban el teatro, y junto con los responsables del Área del Mayor, hicieron entrega de los tres primeros premios:

Individual al tipo: CARLOS III del distrito nº 3

Pareja: LAS GOMIMAMIS del distrito Miraflores (Los Claveles)

Grupal: COVID IN THE AIR (Azafatas del aire)

Después de la foto de rigor sobre el escenario de los premiados y las autoridades presentes, nuestra presentadora dio paso a las actuaciones de dos agrupaciones carnavalescas, que hicieron las delicias de los allí presentes.

Deseamos volver a vernos el próximo año.

Paqui González





BASES DEL IV 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: 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 Abril del 2022**. 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 personas de reconocida competencia y formación en la materia. 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.

Habrà 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 íntegra 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.

~Universos paralelos~



Por M^a de los Ángeles Villarreal Jiménez

Jardín trasero

Edwina Dawson es una octogenaria menuda y flaca, que vive en una de esas viejas casitas con porche y jardín trasero, que todavía se conservan en Londres. Viste desde su adolescencia, allá por los sesenta del pasado siglo, el mismo tipo de ropa y luce en su cabecita el cardado típico de aquellos tiempos. Fuma un paquete de John Player Special diario y bebe, en cantidades ingentes, ginebra de la misma marca que consumiera la reina Madre, por lo que en vista del buen resultado que obtuvo ella, es probable que Edwina viva hasta la centuria en perfecto estado de revista.

La señora Dawson es una amante incondicional de los gatos, cada noche, alimenta a la miriada de felinos que acuden a su puerta siempre a la misma hora. Los inquietos e imaginativos muchachos del barrio la espían, porque piensan que los mininos que la rodean maullando y rozándose con sus piernas, no son tales, sino amantes, coleccionados a lo largo de su vida, a los que ha ido transformando en gatos callejeros cuando se cansaba de ellos o cuando, ilusos, pretendían dejarla.

Edwina vive completamente sola, o eso es lo que creen los que la conocen, así que cuando alguien le pregunta si no tiene algún familiar para que la acompañe, o alguna amiga con la que compartir esa casa tan grande, se limita a sonreír con picardía y decir de forma enigmática:

- No vivo sola, tengo mucha compañía.

Y mientras su interlocutor la mira con conmisericación, empieza a enumerar a quienes se supone la acompañan:

-Está el Sr. Dawson (más bien las cenizas del difunto Sr. Dawson, en realidad). Está John...

- ¿John? ¿Qué John?

-Lennon, por supuesto –contesta ella sin un ápice de duda.

-Pero usted sabe que Lennon está muerto, ¿verdad?

-Pues claro, querida. Pero estar muerto no significa que no visite a su vieja amiga. ¿No te conté que John y yo fuimos novios antes de que saliera con su primera esposa Cynthia?

Que Lennon había sido su *boyfriend* no dejaba de ser una exageración ya que su relación con él se había limitado a perseguirlo como si fuera su sombra y a un par de polvos rápidos en los lavabos de uno de los garitos en los que solía tocar. Así que a sabiendas de que nadie podría contradecirla, Edwina fantaseaba ante el que quisiera escucharla.

Pero la señora Dawson guarda otros secretos que no cuenta, así que en lugar de seguir hablando muestra una expresión de niña traviesa y emite una risita enigmática, porque Edwina tiene más compañía de la que confiesa.

Cuando regresa a casa la saluda el señor Dawson, que a pesar de que la urna con sus cenizas está sobre un estante de la librería del salón, se encuentra sentado sobre su sillón favorito fumando una pipa de aromático tabaco.

- Querido, la muerte te sienta tan bien –afirma en tono cariñoso.

Después se dirige a su precioso jardín trasero donde cuida con esmero las hermosas flores. Sin parar de hablar, riega cada uno de los parterres donde descansan sus otros acompañantes. Porque, la señora Dawson no es una bruja poderosa que ha transformado a sus hombres en gatos, sino una mujercita menuda y de aspecto dulce que convirtió a sus amantes en abono para plantas.

~Entre líneas~



Por Martina Romero Ruiz

El factor humano

EN LA ERA DIGITAL

“Soy viejo, pero no idiota». Así de contundente suena el mensaje lanzado por Carlos San Juan, un jubilado de Valencia, reivindicando un trato más humano y soluciones alternativas a la digitalización por parte de la banca. La campaña está teniendo tanto éxito y repercusión, que incluso medios de comunicación de toda Europa se hacen eco de ella.

En la puerta de la sucursal bancaria hacemos cola un grupo de diez o quince personas. Hace frío. La mayoría somos viejos. Sí, viejos, no hay nada de malo en esa palabra. Últimamente hemos dejado de llamar a las cosas por su nombre, como si disfrazando las palabras las despojáramos de su auténtico sentido, como si ellas pudieran ofendernos. Vivimos en una sociedad donde sólo se valora la juventud y la belleza. La inmediatez, el usar y tirar, el poder que da el dinero y viceversa.

Conozco a un hombre, un poeta sabio, que tras jubilarse de su oficio, que no de su vocación poética, ha decidido retirarse a pasar sus últimos años en una aldea en las montañas del Rif, al norte de Marruecos, porque dice que allí a los viejos aún se les respeta.

Así ha ocurrido a lo largo del tiempo en todas las civilizaciones. El anciano era respetado, atendido y escuchado. La sabiduría de la experiencia, la serenidad y templanza que proporcionan los años eran muy apreciadas en aquellas culturas.

Pero volvamos a la fila. Como decía, esta mañana fría de invierno, un nutrido grupo de personas hacemos cola a las puertas de una entidad bancaria. Es principio de mes y muchos necesitamos cobrar nuestras pensiones, realizar algunos trámites. Con

esto de la pandemia, ya estamos acostumbrados a esperar nuestro turno para evitar aglomeraciones y contagios. Vamos accediendo lentamente al interior de la oficina, de uno en uno, a golpe de timbre. Sólo hay dos empleados atendiendo al público. Una señora, que hace un rato logró entrar, al fin regresa y se dirige con paso inseguro al cajero automático que está en un lateral, junto a la fila. La mujer introduce la cartilla en la ranura, toca una y otra vez las teclas y la pantalla emite un sonido estridente rechazando la operación que intenta. Todos la miramos, unos con impaciencia, otros con lástima. Ella vuelve la cara hacia nosotros. A pesar de la mascarilla puedo ver la angustia reflejada en sus ojos. Hay más gente esperando. Un hombre se le acerca con intención de ayudarla pero no hay manera. Llama al timbre de nuevo mientras algunos protestan en voz alta. Por fin aparece un empleado con cara de pocos amigos y, tras impacientarse con la pobre mujer, le hace el trámite. Ella se disculpa, «yo no entiendo de estas cosas», dice. Siento su humillación pero no hago nada ni digo nada. Me siento culpable allí inmersa en la impunidad que da el anonimato y pienso en mi indiferencia ante los problemas que nos aquejan, siempre esperando que no te afecten directamente o que los resuelvan los otros.

Recuerdo que no hace tanto tiempo podías entrar en la sucursal donde varios empleados, sentados en sus respectivas mesas, te atendían personalmente, la mayoría de las veces con amabilidad y educación, que es como debe tratarse a los clientes. No hace tanto tiempo pero parece que fue en otra vida. Y puede que sea cierto. La era digital ya estaba aquí, pero los últimos acontecimientos han propiciado su implantación feroz a todos los niveles y muchas

personas mayores con pocos recursos, capacidad o formación no pueden adaptarse. Por eso, en estos días, al enterarme de la campaña de Carlos San Juan por un trato justo y humano por parte de los bancos, me he sentido confortada. Me alegra ver que hay personas mayores que no se conforman, viejos capaces de luchar por otras personas, gente generosa que aún conserva esa actitud de reivindicar los derechos, que no han claudicado ni se deja arrastrar por la indiferencia de esta sociedad ante los problemas de los demás. Gente vieja de corazón joven. Una cosa no está reñida con la otra.

En estos momentos, la campaña emprendida por este jubilado a través de Change org, ha conseguido reunir más de 600.000 firmas y la atención mediática. Ha viajado a Madrid para entregar las firmas en el Ministerio de Economía y en el Banco de España y ha conseguido que la vicepresidenta primera le prometa que a final de mes habrá un plan específico para que las entidades garanticen un trato humano. Esperemos que no quede solo en palabras y buenas intenciones. Yo me hago el firme propósito de no dejarme llevar por la comodidad, y me viene a la memoria una vieja canción de Mercedes Sosa que siempre me ha emocionado:

Solo le pido a Dios

Que el dolor no me sea indiferente

*Que la resea muerte no me encuentre
vacía y sola sin haber hecho lo suficiente.*

Solo le pido a Dios

Que lo injusto no me sea indiferente

Que no me abofeteen la otra mejilla

Después que una garra me arañe esta suerte.

Solo le pido a Dios

Que la guerra no me sea indiferente

Es un monstruo grande y pisa fuerte

Toda la pobre inocencia de la gente.

Maritina Romero Ruiz



~Caminando voy~



Por Paqui Pérez

Amanecer

Claroscuros en una mañana que comienza a despuntar el día, después de una noche con alguna que otra pesadilla. Percibo en el horizonte las fuerzas de los rayos del sol queriendo romper la amenazante nube negra que quiere ocultar su resplandor sobre un mar maravillosamente en calma.



Me tiene absorta ese cielo que hoy, no sé porque, me ha cautivado de una manera muy distinta a otros amaneceres, analizando he percibido cómo el final de la gran desgracia acaecida sobre toda la humanidad con el maldito COVID-19 y ese romper de la aurora con su color anaranjado trae la fuerza del nuevo

Mirando al cielo fijamente me da la sensación de estar viendo un lienzo en el que puedo recrear con los pinceles de mi imaginación una obra de arte que no será catalogada por los especialistas en la materia, ni vista en ningún museo pero, que la llevarás guardada en tus sueños, éstos que nos hacen vibrar a todos los seres humanos cuando algo se nos cuela por la retina de nuestros ojos y nos sentimos cautivados como si estuviésemos levitando por encima del suelo que estás pisando. Ahora supongo que habrá que bajar a la tierra y proseguir para lo que se supone “que salí de casa”.

Comienzo mi andadura con una ganas locas de respirar la agradable brisa de la fresca mañana de finales de otoño, con sus característicos colores de la arboleda al lado opuesto de la playa; las hojas que han perdido su verdor, prontas a caer para dejar paso a la nueva savia que pronto comenzará a dar sus primeros brotes en las ramas desnudas de los árboles. Ahora cogiendo el calorcito para que los tenues rayos solares den vigor al tronco hasta la primavera.

despertar, en el que dejaremos atrás estos tiempos que vivimos con demasiado sufrimiento y dolor. Vidas despojadas de sus trabajos, empobrecidas, exiliadas, abandonadas, despreciadas, ignoradas, silenciadas, maltratadas. Seguro que a algunas de ellas las hemos amado, porque han sido de nuestra sangre, a las que le ponemos rostro y nombre; otras muchas quizás nos resulten anónimas. Pero todas ellas existen, tienen su historia y a cada una de ellas Dios le habla con la voz de la misericordia y el Amor, aunque algunas veces nos parezca que se ha olvidado de nosotros.

Por eso, yo hoy voy llena de optimismo, prosigo mi paseo con unos andares que demuestran la alegría que voy comunicando a los que conmigo se cruzan dejándoles ver que algo bueno se está gestando para el bien común. Dios quiera que mis sueños se cumplan y que este cautivador amanecer sea de verdad el comienzo del fin de tanta amargura. ¡Mucho ánimo y siempre adelante querida humanidad!

Paqui Pérez



¿CÓMO FUERON LAS HUELLAS DE TUS pasos por la vida?

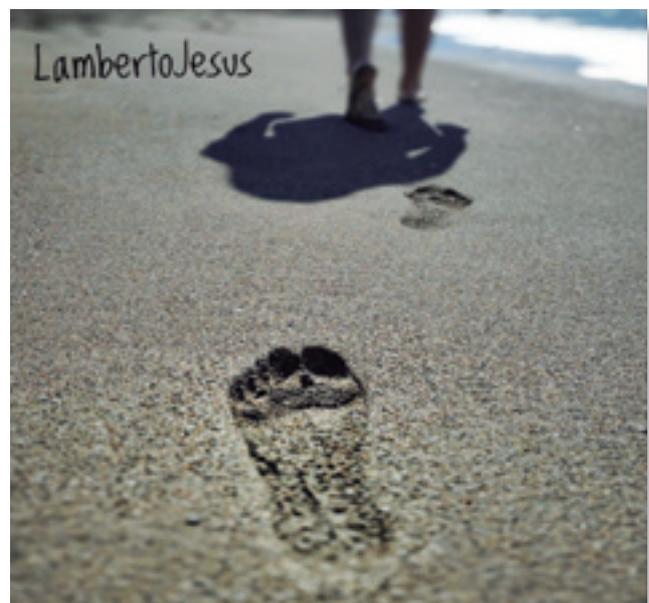
*Lo que creamos o lo que pensamos, al final no tienen mayor importancia.
Lo único que realmente importa es lo que hacemos. (John Ruskin)*

Andando por la orilla de la playa miro hacia atrás y veo mis huellas en la arena, un tanto deformadas y a punto de ser borradas por las olas que pronto se acercarán, ésas las veo yo, aunque no tardarán en desaparecer, pero y las pisadas que no se ven en la calle o en el asfalto. Tenemos otras que tampoco se ven, porque van dentro de los seres con los que convivimos. ¿Han dejado huellas tus acciones al pasar por la vida y los corazones de tantas personas como se cruzan a lo largo de los años por tu camino? En este caso, no hablamos de las huellas de los grandes pintores, importantes arquitectos, compositores de música, escritores célebres, sólo las de “andar por casa”, sí ésas, quizá resulten ser las más difíciles. Hay un refrán que dice: “Donde hay confianza da asco”. Intentemos no pasar por la vida de “puntillas” y si lo hacemos, que sea para no molestar o herir a nadie en sus profundos sentimientos.

También están las huellas de una abuela, como las que me dejó la mía, o las de una madre, que en mi caso, no me dio tiempo a saborearlas. De ésas sabemos todos, pues nos han marcado para siempre. Pero, ¿alguna vez nos hemos atrevido a pensar y preguntarnos qué huellas estoy dejando en los demás, o quizás la verdadera pregunta sea, qué huellas estoy dejando en mí?

Es duro y difícil pensar en nosotros mismos, cuando se trata de calcular lo que vamos dejando tras nuestros pasos. Algunas veces por prudencia, otras por cobardía y muchas otras, por no pararnos a pensar en el otro.

De vez en cuando es muy bueno pararnos a pensar; y como ya lo dijo el gran filósofo: “Pienso, luego existo”. Pues hagamos que nuestra existencia sea para el bien de los que nos rodean, incluidos nosotros mismos.



Está claro que yo no puedo, o mejor dicho, no tengo las “armas” para arreglar el mundo. Pero lo que sí que puedo hacer es actuar en consecuencia. Pensemos entonces: “¿Qué puedo hacer yo? Y aquí está mi respuesta: “¿Arreglo y mimo con tacto mi “roalillo”?”. Sí, ése que todo ser humano tiene en su entorno: familia, amigos, vecinos, compañeros de trabajo, personas con las que nos cruzamos en el servicio público, taxis, metro, aviones, etc. Fijaros cómo se agranda el “roalillo”. Si todos nos preocupáramos de esas cosillas que parecen que no tienen importancia (como una cálida sonrisa, unas gracias y un por favor, un pequeño detalle,...), el mundo sería muy distinto del que tenemos a día de hoy.

¡Atrevámonos a pensar y existir, es gratis, y además te inunda el alma de felicidad!

~ *Mi mesa camilla* ~



Por Nono Villalta

Olvidar lo aprendido

Antes de ir al colegio su madre le lavaba la cara con jabón Palmolive, le ponía gomina, lo peinaba, y tras unas gotas de Heno de Pravia, le abotonaba con ternura la camisa y le decía: “Hijo estudia y pórtate bien con el maestro”. Hoy queda lejos aquel chiquillo que iba al colegio con las ceras y el sacapuntas sonando en el plumier que llevaba en la cartera.

Para empezar, el rezo de una oración, seguido del dictado, la gramática y los Reyes Católicos, señalar en el mapa las provincias de España y, en algunos casos, la coplilla en que se convertía la tabla de multiplicar.

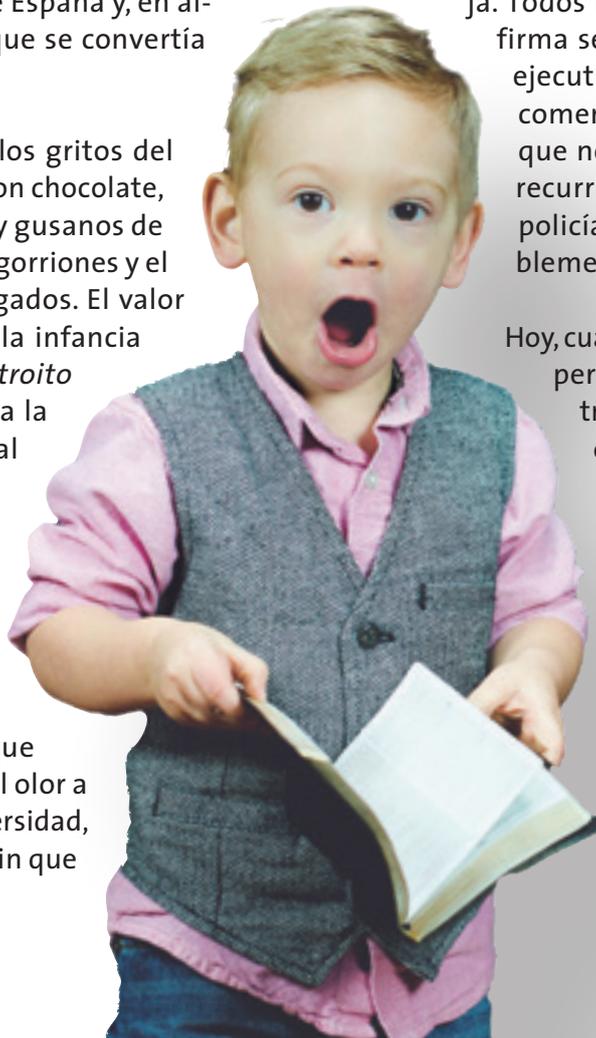
Qué atrás se han quedado los gritos del patio y la merienda de pan con chocolate, la caja con hojas de morera y gusanos de seda, los nidos de zorzales y gorriones y el olor a los cromos recién pegados. El valor emocional de los olores de la infancia que nunca desaparecen. *Introito altare dei* con el que iniciaba la misa el cura cuando el chaval se hizo monaguillo.

Qué lejos está ya el día que estrenó su primer pantalón bombacho, con una edad en la que conoció a aquella niña pelirroja con quien sintió su primera pulsión que desde entonces asoció con el olor a lavanda. Y luego vino la universidad, las lecturas de Marx y Bakunin que

le hicieron afiliarse al partido comunista, pasar por la comisaría de la dictadura y sostener durante algún tiempo la creencia en que el mundo podía ser distinto a la medida de sus sueños.

El tiempo pasó y del puño en alto el niño se convirtió en banquero. Finalmente, todo parecía ir bien. Trabajar se convirtió en algo fácil, papeles repletos de trampas de la hipoteca que firmaban con ilusión en el banco ante un notario muy afable y un director sonriente. Y reventó la burbuja. Todos los papeles que llevaban su firma se convirtieron en sentencias ejecutivas, a la vez que una cuerda comenzó a oprimir el cuello de los que no podían pagar. El banquero recurrió al juez y el juez llamó a la policía que los desahució irremisiblemente.

Hoy, cuando se mira en el espejo, solo percibe un viejo que no encuentra explicación por qué una ira oculta lo ha transformado en un sujeto tan reaccionario. Es entonces cuando, entre tanto desconcierto político e ideológico, a veces recuerda a aquel niño que iba a la escuela con la cara bien lavada, tan limpio, tan puro, tan lejano, y se le saltan lágrimas.



Nono Villalta

Sexo de alta gama

A Luis, mi vecino, le afectó la misma fatalidad que a mí. Esta brutal epidemia que nos asola y con la que convivimos, no recuerdo cuanto tiempo hace, se llevó a nuestras esposas. Los dos nos hundimos en la desesperanza y en la desidia. Nos convertimos de la noche a la mañana en zombis que difícilmente nos manteníamos en pie. Al cruzarnos en la calle solo nos saludábamos con gestos, sin cruzar palabra alguna. Un comentario, muy de vez en cuando, sobre la eficacia o no de las próximas vacunas. Hasta ahí nuestra relación.

En una ocasión, al volver de mi preceptivo paseo, me sorprendió verlo del brazo de una mujer de bandera. Me fijé en su vestido azul, sus zapatos de tacón de aguja, pelirroja, los parpados coloreados y labios de un rojo japonés que invitaban a... Llamaba la atención. Se paró al verme y me la presentó. De cerca confirmé mi primera impresión. Al despedirnos él me alargó un folleto. «No continúes solo, se hace muy penoso, ¿me ves?, he recobrado el deseo de vivir y sobre todo la felicidad. Haz este viaje.»

Repasé el folleto en casa con tranquilidad mientras tomaba una cerveza. Hotel de lujo en la costa caribeña, salones, discotecas, restaurantes, piscinas y spas junto a la orilla de una inmensa playa de finísima arena, hamacas entre mesitas y palmeras. Una oportunidad para gastar algún dinero estancado en el banco. Retomar el placer del paseo nocturno por la playa abriendo caminos de luz en la oscuridad del mar, oír las olas romperse, gozar del viento fresco y suave con sabor mariner. Me decidí.

El primer día de estancia, mi asesora me mostró el establecimiento, me entregó una guía con los horarios de restaurantes y actividades, así como la credencial para la noche. Todo estaba milimétricamente calculado para que después de dos semanas regresara a casa completamente satisfecho.

Su nombre era Yaima, tenía la belleza y el estilo de Naomi Campbell, con la eterna sonrisa en su cara que mostraba unos dientes impecables y blancos como el marfil. Su simpatía desbordante logró atraparme hasta conseguir que me sintiera otra persona. Al transcurso de los días se fue integrando en mi vida. Cuidaba de mis zambullidas en la playa, permanecía en la orilla para darme la toalla, protegía mi piel aplicándome crema, desplazaba la sombrilla para que no me llegara el sol y a una mirada mía percibía que era el momento del aperitivo. Conoció rápidamente cuáles eran mis deseos y se esforzó en darme satisfacción completa. Una mujer insuperable.

Disfruté mucho de Yaima durante las dos semanas que la tuve a prueba. Era magnífica. Sin embargo, no era mi estilo. De manera que se lo dije a mi asesora. Esta se mostró aturdida, asegurándome que no había ocurrido nunca, y quiso saber la razón de mi rechazo para corregir cualquier defecto. ¡En absoluto! Es maravillosa, nunca me había sentido tan amorosamente estimado, pero no me adapto, y sospecho que no lograré adaptarme nunca a verla en mi cama cada noche, inmóvil, con un cargador conectado en su cerebro.

Nono Villalta



 ~ *La Marmita de Lola* ~



Por Lola Narváez



Pueblo costero. En virtud de lo reaucido de su término municipal, podría decirse que es una ciudad alargada. Su crecimiento está condicionado por la imposible expansión hacia el interior. Dista de Málaga capital 30 km. Tiene 7 km de playa que han sido consideradas siempre como las mejores de la Costa del Sol.

Su paseo marítimo nos lleva desde el Castillo Sohail hasta el final de las playas de Carvajal. En él podemos visitar su puerto, que se configura con las instalaciones del Club Náutico, el Centro Oceanográfico y el Puerto Deportivo. En este paseo encontramos restaurantes, chiringuitos en la playa, tiendas... todo lo que necesitamos para pasar un día de sosiego y distracción.

Es interesante visitar el castillo medieval andalusí de Sohail que se encuentra sobre una pequeña colina que domina la costa. En ocasiones acoge conciertos, festivales y un mercado medieval en verano.

Cerca de la plaza de toros, se encuentra el parque zoológico Bioparc, único en todo el litoral andaluz, basado en el respeto a la naturaleza y la preservación de sus especies, un modelo que ya se ha convertido en referente a nivel europeo. Su visita es una verdadera delicia para niños y adultos.

Su gastronomía se centra sobre los productos de la mar: frituras, espetos, pescados a la sal, al horno o parrilla y, arroces con mariscos dignos de las buenas mesas y del agrado de todo el turismo que visita este pueblo.

Sus fiestas: el 24 de julio la Virgen del Carmen. En octubre del 6 al 12, fiestas de la Virgen del Rosario, Patrona de la Villa y celebración de su Feria.

Lola Narváez



CAZUELA DE patatas con sepia

Ingredientes (Para 4 raciones):

- 1 sepia mediana troceada
- 600 gr. de patatas troceadas
- 1 cebolla, 1 pimiento verde y otro rojo picados
- 2 tomates pera triturados
- 2 hojas de laurel, un poco de azafrán en rama
- 2 dientes de ajo enteros, un puñado de guisantes
- 2 huevos cocidos, media cucharadita de comino molido, 1 de pimentón, un poco de perejil fresco, un poco de vino blanco, sal y aceite de oliva

Poner aceite en una olla y sofreír la sepia, ir agregando la cebolla, pimientos, los ajos enteros, el tomate, el laurel y el azafrán. Cuando esté el sofrito sacar los ajos. Poner las patatas y guisantes, cubrir de agua y dejar hervir.

Hacer un majado en la picadora con: las 2 yemas, los ajos, comino, pimentón, perejil y el vino blanco. Añadir a la olla y cocer hasta que todo esté tierno. Cuando termine la cocción agregar las claras de huevo picadas.

Lola Narváez



Quiche Lorraine

Ingredientes:

- 1 lámina de hojaldre redondo o de masa quebrada
- 3 huevos
- 200 gr. de nata
- 175 gr. de panceta ahumada o jamón de york en trocitos
- 200 gr. de queso Gruyere rallado

Batir los huevos y añadir el resto de los ingredientes.

En un molde desmontable untado con mantequilla poner el hojaldre que llegue al borde del molde y añadir el batido. Llevar al horno a 180 grados unos 40 minutos o hasta que todo el conjunto cuaje y quede dorado.

Para una cena rápida, fácil y deliciosa.



~ De todo un poco ~



Por Paqui González

El imaginero



En los pequeños detalles, se conocen a las grandes personas (Anónimo)

La imaginería es uno de los oficios artesanales más antiguos que se conoce, acompañando al cristianismo desde los primeros siglos con el arte románico y gótico durante los siglos XII al XV, donde da comienzo la evolución de la escultura en madera. En el renacimiento cobran importancia los maestros flamencos y franceses, pero a partir del concilio de Trento es la iglesia católica quien potencia las artes plásticas para alcanzar la atención de los fieles, desarrollando extraordinariamente, el arte barroco en el área mediterránea, la península e Iberoamérica.



En España cobran especial importancia los pasos de Semana Santa, los retablos en iglesias y catedrales por sus dimensiones y significado en el barroco. Las escuelas tienen una relevancia notable, entre ellas la Castellana, Sevillana y Granadina, siendo la Malagueña viva herencia de esta última al afincarse Pedro de Mena en la ciudad costasoleña, al que siguieron otros artistas muy conocidos.

Hoy tenemos una buena cantera de imagineros, pasando de padres a hijos, siendo sobre todo, gente muy joven que han tenido buenos maestros, estos les han inculcado que para dar vida a una imagen, muchas veces hay que plasmar sus propios sentimientos por medio de gubias, mazos y otras herramientas, muchas veces fabricadas por ellos mismos.

En este caso nuestro imaginero José Pendón, joven malagueño nacido en el barrio de la Victoria en 1984, nos muestra su arte. Tiene un pequeño taller en el llano de la Trinidad donde da vida a sus imágenes. Desde pequeño siempre tuvo la inquietud de hacer una imagen de un Cristo, en este caso el Cristo de la Epidemia, que se encontraba en la iglesia de la Victoria y que desgraciadamente fue destrozado durante la guerra del 36. El no llegó a verlo, pero sabía de su devoción por la gente de su barrio y con las enseñanzas de su buen maestro comenzó a modelar en el año 2017 su Cristo en barro y poco a poco éste fue cobrando vida. De ahí lo pasó a la madera y cada día sus manos fueron dando luz a una imagen que siempre tuvo en su mente.

Un Cristo hecho con sus manos y su corazón, en madera policromada al óleo, que es impresionante. Hoy luce en su taller junto a la imagen de una Virgen pequeña regalo de su maestro, que el mismo ha restaurado y de la que está orgulloso.

Curiosamente el Cristo de la Epidemia recibió las súplicas de numerosas personas durante la epidemia de 1803. Nuestro joven artista ha estado trabajando en esta nueva imagen durante la pandemia que estamos padeciendo, el cual ha terminado hace unos meses...para que podamos pedirle clemencia en estos momentos tan duros.

Museo de Artes y Costumbres Populares

Todos tenemos dentro una reserva de fuerza insospechada, que emerge cuando la vida nos pone a prueba. (Isabel Allende)

Hoy nuestra ciudad cuenta con un rosario de museos a cual más importante, de entre ellos hoy quiero destacar uno muy nuestro, ya que representa una parte importante de Málaga en el siglo XVII.

Está situado en el centro histórico de la ciudad y fue inaugurado en el año 1976 según proyecto del arquitecto malagueño D. Enrique Atencia, que hace una remodelación respetuosa, cuidando cada detalle del edificio y conservando su identidad. Este edificio se eligió por sus características ya que fue en su día mesón y hospedería. Su construcción data del siglo XVII, edificándose sobre un solar de finales del siglo XV, donde hubo una hospedería propiedad de la hija del repostero de los Reyes Católicos, pasando más tarde en donación al convento de la Victoria. Ha sufrido varias remodelaciones a lo largo de su historia hasta la última en 1799, que quedó tal como lo vemos hoy, gracias al arquitecto malagueño. Se encuentra en el Pasillo de Santa Isabel, lindando con Atarazanas, Puente de Santo Domingo y el río Guadalmedina.

Su estructura nos recuerda la construcción islámica, de casa con dos plantas, patio central, con galería sobre columnas, encalado de sus muros, pozo en el patio y cubiertas con tejas moriscas. Se trata del Museo de Artes y Costumbres Populares de Málaga, en él está representada la vida cotidiana malagueña y de la provincia. Cuenta con un archivo muy importante, de D. Narciso Díaz Escobar y su hermano que fueron acumulando durante años. Unicaja mediante su compra recupero dichos archivos conservándose intactos en este museo. Desde el año 2002 se encuentra disponible a través de su página web.

Podemos admirar en sus 18 salas espacios únicos ambientados según las costumbres tradicionales,



una magnífica colección de barros malagueños, cerámica, piezas textiles, forja, orfebrería, arte de imprenta y piezas religiosas.

Cabe destacar en la sala 10 el despacho de D. Arturo Reyes, siendo éste el original, tal cual lo usaba el escritor malagueño. Este lugar nos transporta al ambiente culto de la época, gracias a la gran colección de fotos que cuelgan de sus paredes, de personajes de su tiempo con los que él se relacionaba.

Su amplio patio lleno de plantas, la luz que se difunde por todo el edificio y el pozo central, nos hacen volver a esa época llena de valores de nuestra cultura.

Mi consejo para todos los malagueños es que no dejen de visitar esta parte de nuestra historia, así como a los que vengan a la ciudad, para que conozcan algo tan nuestro como las costumbres de nuestra tierra.

~ La Brújula ~



Por Mercedes Sophía Ramos



Bolero,

UN CABALLO PENSANDO AL SOL

Hola:

Soy un caballo, me llamo “Bolero” porque dicen que bailo cuando camino, yo no sé escribir, por eso esto no es una carta, es un pensamiento que lanzo al aire. En mi pensamiento delibero muchas cosas, entre ellas, comer zanahorias y descansar, bueno..., eso si me dejan. Me levanto a las seis de la mañana, desde esa hora hasta las ocho de la tarde estoy fuera y lejos de mi establo; aunque si es verano vuelvo mucho más tarde; mi hora de trabajo está establecida por los hombres, yo ni pincho ni corto. Los animalistas no terminan de redondear mis futuros derechos, ni tampoco los de mis amigos los burros, en realidad los que tenemos cuatro patas apenas tenemos leyes que nos protejan, en cambio, mis amigos los perros ya lo están consiguiendo, la verdad es que les tengo un poquito de envidia, a ellos ya les dejan entrar en algunos establecimientos importantes, yo por mi tamaño no podría entrar y eso lo asumo. En el fondo mi envidia es sana, me alegra mucho saber que a mis colegas los perros, les han valorado por fin y de modo positivo sus sensibilidades y sentimientos; es un triunfo inmenso que poco a poco no se les trate comoapestados; a mí precisamente ellos nunca me han hecho ninguna perrería, más bien todo lo contrario, si me pongo a pensar yo no me siento inferior a ellos, sé que tengo inteligencia afectiva y la uso con todos los seres que me tratan bien.

Las tropelías con mi ser se hacen más insoportables en verano, en esos días y a pleno sol las moscas me comen a diario; es angustioso sentir mi lomo ardiendo

y lleno de insectos; esa exposición me hace pensar que no valgo nada para las personas, menos mal que soy muy alegre y con tres caricias que me hagan se me olvida toda la carga que me imponen.

En mi mundo caballar siempre me he inclinado por ayudar con mi fuerza y diligencia a las personas, eso dicen sobre mí los libros de todos los siglos existentes; sobre mi poder y protagonismo no hay dudas, ahora bien, mi trabajo de tirador de coche me impide exponer mi potencial, es muy fácil entenderlo; yo no puedo tirar solo de tanto peso, yo no puedo arrastrar sin echar espuma por la boca: el coche, el cochero y los cuatro o cinco pasajeros que quieren que yo pasee. A pesar de que me ponen unos cuadraditos al lado de los ojos que me quitan gran parte de visión, me echo a temblar cuando veo venir a cuatro o cinco gigantes de más de cien kilos; ellos discuten con el cochero el precio del paseo; yo por dentro deseo que les parezca caro; mientras tratan yo empiezo a elaborar mi táctica de patear y dar coces para espantarlos, a veces tengo suerte y otras veces no.

Espero que algún día me hagan caso y todas esas cosas que pienso se puedan arreglar, así seguro que seré muchísimo más feliz.

Bueno, pues ya me despido con un relincho afectivo y un garbeo de crines muy cariñoso.

Atentamente: BOLERO

Mercedes Sophía Ramos

OCHO DE MARZO DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

Marjorie Grice-Hutchinson

ECONOMISTA SINGULAR

A veces, se instalan en nuestra ciudad personajes que engrandecen su historia e inspiran inmensidad de matices muy gratos, Marjorie Grice-Hutchinson, hija de un abogado inglés vivió en nuestra ciudad en la finca de San Julián (Churriana). Nació en Inglaterra el año 1909, estudió en varios colegios europeos, a muy corta edad dominaba varios idiomas, incluso el latín.



Marjorie a la edad de quince años viajó durante la temporada de verano a Málaga, desde el primer día, quedó fascinada de todas las virtudes que observaba a su alrededor, de manera que, se empezó a arraigar definitivamente en nuestra tierra, considerando que su hogar estaba unido a la finca de su padre y a Málaga.

Al finalizar sus estudios de económicas fue discípula del Premio Nobel de Economía August von Hayek, quien le ayudo a elaborar su tesis doctoral. Defendió la teoría del reparto proporcional y uniforme, su rigor procedía en años de investigación donde promovió la libertad económica y generalizada a favor de la humanidad, siendo su mayor inquietud la demostración de sus pensamientos a través de publicaciones y ensayos que afirmaban sus convicciones. Uno de sus libros más representativos fue el titulado: "ENSAYO SOBRE EL PENSAMIENTO ECONÓMICO EN ESPAÑA", además de infinidad de artículos y trabajos sobre las desigualdades económicas en el mundo, Marjorie apostaba por un cambio generalizado basado íntegramente en la justicia económica a partir del ajuste de precios, eliminar la especulación y convertir la moneda en única, eran algunas de sus diversas proposiciones.

La economía para ella se traducían en reunir elementos atrasados y reconvertirlos equitativamente, aplicando medidas modernas que ayudarían a reactivar la economía en países menos favorecidos. Todo ello, lo expuso en foros y conferencias, siendo valorizada su opinión y recogida muy favorablemente por intelectuales y políticos de todo el mundo. Actualmente su trabajo

es ampliamente observado por analistas y financieros que siguen estudiando la practicidad de sus pensamientos.

Después de impartir sus conocimientos como profesora en Londres y otros países, Grice se casa en el año 1951 con un barón alemán afincado en Málaga, él era dueño del cortijo de Santa Isabel, allí Marjorie impartía clases a los niños del lugar de manera totalmente altruista, ella y su marido Ulrich von Shlippenbach dedicaban

gran parte de su tiempo a instruir a más de cien niños que acudían a la finca del matrimonio, las clases las ofrecían en el granero de la finca, adecuándolo con sillas y pupitres que hacían del lugar un verdadero colegio. Al finalizar el curso la pareja premiaba a los niños más destacados entregándoles pequeños detalles.

A su vez, la economista colaboraba con la Universidad de Málaga en el Departamento de Historia Económica, al mismo tiempo escribió el libro: "UN CORTIJO EN MÁLAGA", obra que fue traducida y presentada en España en el año 2001.

En 1984 donó la finca de su padre (San Julián) a la Universidad de Málaga, siendo un gesto que avalaba su generosidad y agradecimiento por nuestra ciudad.

Su humanismo e inteligencia son premiados con altos reconocimientos, entre ellos destacan: Doctorado Honoris Causa por la Universidad de Málaga en 1992, igualmente lo recibe un año más tarde por la Complutense de Madrid, Premio Castilla y León de Ciencias y Humanidades, Orden del Imperio Británico, Hija Predilecta de Málaga.

Marjorie fallece en Málaga en el año 2003, sus restos descansan en el Cementerio Inglés de nuestra ciudad, lugar muy emblemático y estudiado por ella, ya que previamente había escrito sobre tal ubicación malagueña.

Mercedes Sophia Ramos

~ De esto y aquello ~



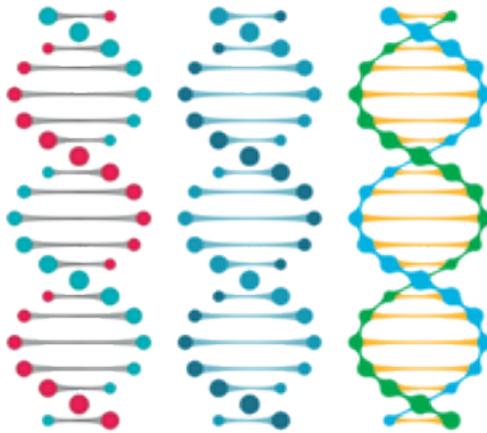
Por Leonor Morales

Ciencia sin conciencia

“La ciencia es acumulativa, pero la sabiduría no va al mismo ritmo. Si seguimos así tendremos una ciencia sin conciencia; podríamos acabar con el ser humano”

(Jérôme Lejeune)

Y si miramos las Ciencias Tecnológicas vemos con claridad la verdad de esta afirmación. No es que la Tecnología sea mala. Es una maravilla, pero nos ha invadido de una forma tan rápida, que no hemos tenido tiempo de reflexionar sobre las consecuencias de su uso, ni del lugar en que hemos de colocarla: Nos da herramientas que facilitan nuestro trabajo, nuestras actividades, nuestras comunicaciones... Estas herramientas están muy bien siempre que, por encima de ellas, coloquemos nuestro sentido común y la consideración ética que debe regir todo acto humano. A veces se usan de forma tan convulsiva, que da la impresión de que el usuario es esclavo de su herramienta, por la total dependencia que padece.



¿Acaso no ocurre eso con los móviles, con las redes sociales o con el whatsapp? Y si el uso inmoderado fuera solo para mensajes banales, frívolos o intrascendentes, el asunto no tendría más importancia que la pérdida de tiempo y el gasto de energía. Lo malo es que muchos, se sienten todopoderosos y, aprovechando el anonimato que estos medios proporcionan, se dedican a extorsionar, a acosar o a calumniar a las víctimas elegidas para ejercer su poder. O a engañar en las redes sociales, fingiendo ser lo que no son y tener lo que no tienen. Y a seducir niñas y adolescentes que esperan, ilusionadas, encontrar el amor de su vida. Y a estafar a confiados incautos. Y a variados fines inconfesables...

¡Cuando lo suyo sería fomentar la comunicación y la amistad entre los seres humanos, salvando distancias de espacio y tiempo!

“...Y sigue la escondida senda por do han ido / los pocos sabios que en el mundo han sido...”

Necesitamos sabios, sí, sobre todo entre los padres y maestros, para enseñar a sus hijos y alumnos a ser plenamente conscientes de todo lo que puede hacerse, bueno y malo, con las herramientas que manejan y

hagan buen uso ellas. Necesitamos más sabios para todo... Sobre todo para curar la insensatez humana, raíz de todos nuestros males. (¡¡¡Tenemos ya otra espantosa guerra!!!)

Si la sabiduría fuera unida a las ciencias, (médicas, matemáticas, políticas, de la Naturaleza, experimentales...) si fuéramos capaces de usar con sensatez todos los descubrimientos, inventos y logros que la humanidad ha conseguido a lo largo de los siglos, seríamos realmente civilizados. Nos ha faltado, y nos sigue faltando, Sabiduría. ¿Y Educación? Sí, más profunda, más basada en un absoluto respeto a ¡TODO! lo creado. Pero... ¡No hemos aprendido nada!

Para un recuadro: “Jérôme Lejeune, es el padre de la genética moderna. Descubrió que el Síndrome de Down se debe a los tres cromosomas, (trisomía) que hay en el par 21. Dedicó su carrera a tratar y a defender la vida de los niños enfermos mentales. La Fundación que lleva su nombre continúa su labor.”



De acuerdo con mis posibilidades

Cuando me preguntan que cómo me encuentro, yo suelo decir: “Pues bien... de acuerdo con mis posibilidades.”

Estar de acuerdo con las posibilidades que cada uno tiene en los distintos momentos de su vida, es imprescindible para sentirse bien. A veces cuesta mucho aceptar que ya no puedes hacer esto o aquello que tan feliz te hacía, pero como la cosa es incuestionable, maldiciendo o con una resignada sonrisa, acabas aceptando. No hay otra.

Cuando a mí, debido a la tensión arterial, me sustituyeron el café, café, por el descafeinado, me dije: “Leonor, ¡qué bajo has caído!”. Pero pronto empecé a sentirme tan feliz con el sustituto como me sentía con el auténtico.

Debido a la artrosis, a mi mala circulación arterial, - no vial, que también se me dio fatal – y por la fecha del DNI, he visto como mis posibilidades iban disminuyendo a pasos agigantados.

Se aprende mucho con las cosas que son como son y no pueden ser de otra manera. Me di cuenta de que desesperarse ante las pérdidas no era la mejor opción. Decidí que era más rentable potenciar las posibilidades que aún me quedarán, que siempre quedan algunas. Cuando ya no pude correr ni saltar, empecé a saborear los tranquilos paseos en la ciudad o en el campo. Cuando mis piernas no me sostenían debido a la artrosis, cogí un bastón. Después vino el andador, más tarde una caída. La silla de ruedas solo fueron unos días. Cuando pude de nuevo agarrarme a mi tabla de salvación, la despedí muy contenta, que tampoco hay por qué renunciar a las posibilidades que puedan recuperarse.

Y ahora, a mis hermosos 88 añitos, me siento contenta de salir a la calle aferrada al andador. No puedo ir muy lejos, porque enseguida jadeo como un perrillo, pero este artefacto cabe perfectamente en el maletero del coche de mis hijos y de cualquier taxi;

sentada puedo correr kilómetros sin jadear, así es que mis posibilidades son muchísimas. Quiero ver si llegan hasta poder ir solita a los sitios. De momento, desde la caída, solo salgo con guardaespaldas, pero ya digo que no se debe nunca renunciar a retomar lo que se pueda de un pasado mejor. Así es que haré la prueba. Ya os contaré.

Por lo demás, como decía mi abuela Manuela, siempre hay algo por lo que dar gracias a Dios. Los viejos que tenemos familia que se ocupa con cariño de nosotros, somos muy afortunados. Solo nos queda intentar dar la menos lata posible y aceptar con agradecimiento infinito sus atenciones. Ser amable es algo que siempre está en las posibilidades de cualquier persona.

Leonor Morales



~ *Contracostumbre* ~



Por Isabel Pavón

VEINTITRÉS DE ABRIL DÍA INTERNACIONAL DEL LIBRO

Hambre de lectura

Me gusta leer cuentos, aún me gusta, cuando la vida me carga de responsabilidades y cuando tengo un momento suelto. Durante ese rato puedo sentirme niña de nuevo y, es curioso, porque entonces no leía en absoluto. Nadie me enseñó la magia que existe en la lectura. Las familias humildes nos conformábamos con los cuentos que por las tardes se escuchaban en la radio.

Recuerdo que las compañeras de colegio traían a clase de costura los divertidos libros de Los Cinco, de Enid Blyton. Por entonces yo tendría unos catorce años. Puntada tras puntada oíamos leer a la alumna que estaba castigada por dejar la labor en casa. Resultaba gracioso que por olvidar un trozo de tela te sancionaran leyendo. Aquellas aventuras me encantaban. Nuestras miradas de asombro se buscaban con complicidad cuando alguno de los protagonistas estaba en apuros. Si cierro los ojos, todavía revivo aquellas tardes.

A los dieciséis tuve mi primer libro, digo primer porque no se trataba de un libro de texto. Estaba encuadernado en color azul azafata. No era muy grande, quizás como media cuartilla. Su título, escrito en letras doradas, hacía alusión a la vida eterna. Dos señores que venían de puerta en puerta hablando de la salvación de las almas, me lo regalaron. Al día siguiente lo llevé a clase, y loca de contento se lo enseñé a la monja que durante aquel curso fue mi tutora. Me pidió que se lo prestase unos días para leerlo. La vi muy interesada. Sin lugar a dudas

le gustó, porque nunca me lo devolvió. Eso pensé durante mucho tiempo antes de darme cuenta de que me lo había censurado al ver que su autor no pertenecía a nuestra fe. Así que, de nuevo, me quedé sin material de lectura.

Se me enganchó la pasión por la lectura en alguna parte del camino de la infancia. Sin embargo, he tenido la oportunidad de volver atrás y liberarla. Si no lo hubiera hecho, hace años que habría comenzado a morir de vieja.

Mis libros preferidos son los de poemas. La poesía alimenta el alma con sensaciones espirituales. También me gustan las novelas escritas por mujeres, porque me identifico con ellas. Infinidad de historias han llegado a mis manos de autores masculinos y me fascinan. Poco a poco me he hecho con la colección completa de Los Cinco que no pude tener durante mi adolescencia. Todas las historias son dignas de ser compartidas. Cada libro es un tesoro, bien lo sé, por eso no soporto verlos abandonados en cualquier sitio y los recojo, de manera que, además de los que compro, tengo muchos adoptados gracias a su orfandad.

Tanto me gusta viajar con la imaginación que estoy segura de que nunca se saciará en mí el hambre por la lectura. Estoy orgullosa de este estado que forma parte de mi intimidad y, por lo tanto, nadie puede quitarme.

Isabel Pavón

OCHO DE MARZO DÍA INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

El Día Internacional de la Mujer es un buen momento para reflexionar acerca de los avances logrados, pedir más cambios y celebrar la valentía y la determinación de las mujeres de a pie que han jugado un papel clave en la historia de sus países y comunidades. El mundo ha logrado avances sin precedentes, pero ningún país ha alcanzado la igualdad de género. <https://www.un.org/es/observances/womens-day>

¡Quiero mi zapato de cristal!

El Hada Madrina entrega a Cenicienta un hermoso vestido y un par de zapatos de cristal. Al dar las doce, hora prevista en que se rompería el hechizo, Cenicienta se marcha del baile y pierde uno de los zapatos durante la huida.

No olvides que de vez en cuando te llega la oportunidad de ponerte zapatos de cristal. La vida regala momentos maravillosos. Dejas de ser Cenicienta para convertirte en princesa. Es posible que sólo sea por un rato, aprovéchalo a tope.

Cuando los calces comprobarás que están hechos a tu medida. Caminar es lo tuyo. Tus pisadas te conducirán con firmeza a las horas importantes en el trabajo. También a las risas, las conversaciones agradables entre amigos, la lectura de un buen libro, los buenos recuerdos, las ilusiones.

Mientras los lleves puesto vivirás horas especiales y el mundo te parecerá de ensueño. Mereces sentirte otra. En ti se produce la metamorfosis de espíritu que te concede un par de alas y sabes que son para volar alto hacia donde quieras.

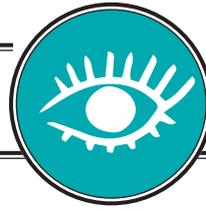
De cuando en cuando aparecerá la otra realidad, esa que te exaspera y te devuelve a ese estado en el que no siempre te sientes bien. La vida te rodea con toda clase de situaciones. Hay veces que no ves más solución que salir corriendo. El desaliento se apodera de tus pies. Los aprisiona. Consigue arrebatarte uno de esos zapatos y lo esconde. Quizá te descalza entera. La experiencia hace que veas cambiada tu imagen ante el espejo. Las circunstancias visten ahora de harapos grises y alpargatas. Son tus dos vidas. Ambas te pertenecen.

Existen un par de realidades: una es la que te hace estar radiante, tra, la que te lleva al infortunio. Así es la vida. Pero cuando esto último suceda, grita: ¡Quiero mi zapato de cristal! Es tuyo. No te rindas por haber perdido uno de ellos durante el trayecto. Mientras lo recuperas, está segura que lo harás, te queda el otro para seguir en la brecha. Encuentra enseguida el que has perdido y pónelo. Porque estos zapatos de cristal son la seguridad que tienes en ti misma. Son la seguridad de que vales tanto o más que cualquier otra persona. Cuida de no perderla en el caso de que te veas obligada a huir de alguna situación desesperante a la que te llevan personas desagradables que habitan a tu alrededor y disfrutan dañando. Recuerda, seguridad es libertad y esta es maravillosa.

Isabel Pavón



~ Así la vi ~



Paqui Pérez Báez
Nono Villalta

~ ~ ~ ~ ~ Mi ciudad favorita ~ ~ ~ ~ ~

Soria

...¡SORIA, ciudad castellana, / tan bella, bajo la luna! (A. Machado)

Yo no nací en Soria Pero me siento más soriana que otra cosa. Será por mis ancestros...

Desde los diez años y hasta bien entrada mi juventud, viví con mis hermanos en Castuera, (Badajoz) donde mis padres eran maestros. En vacaciones de verano íbamos a Soria, cuando se podía, siempre en tren, en los duros asientos de tercera clase. Cuando terminé magisterio y lo ejercía aquí o allá, pasaba las vacaciones en Soria, en casa de mis padres, ya jubilados. Años después, casada, iba con mi propia familia. Al quedarme viuda, sola, algunas veces. Ahora me llevan mis hijos...

Mis primeros recuerdos de niñez, coinciden con la guerra civil, aunque jamás supe nada del horror de la misma. Recuerdo mi infancia como una etapa muy, muy feliz. Mérito, sin duda, de mis padres y de mi abuela materna. Y de la escuela y los pinares de Vinuesa, precioso pueblo de la zona pinariega donde mi madre fue maestra. Y del patio, espacio comunal de la vivienda de mi abuela en la capital, donde jugábamos la chiquillería sin maquinas ni móviles. Y de la Dehesa, precioso parque soriano donde se podía jugar en una pradera verde, o tumbarse debajo de un árbol con un cuento, que los niños sacábamos de la pequeña biblioteca infantil que allí había. Y del río Duero, donde nos bañábamos con mis primas a las que su padre había enseñado a nadar casi al mismo tiempo que a andar. Y de la gran familia que allí vive... ¡Maravillosa!

También íbamos al cerro de El Castillo: "con su castillo guerrero / arruinado sobre el Duero," ideal para dar un paseo y disfrutar de las magníficas vistas de

la ciudad, del río, del Monte de las Ánimas, de San Saturio... (Es aquí donde se construyó el parador "Antonio Machado")

Claro es que en Soria hay cantidad de sitios cercanos a los que poder ir andando con la merienda: En el río Duero está el Soto Playa. A lo largo de sus orillas, hasta la ermita de San Saturio, hay paseos y praderas con árboles, fuentes, bancos y mesas de madera donde las familias organizan comidas o meriendas y pasan un delicioso día de campo. Hay posibilidad de baños, pesca, barcas de remo...

La ermita de san Saturio está construida encima de la cueva donde vivió el santo y tiene acceso a través de la misma. Esta cueva está llena de misterios, leyendas y milagros que a mí, cuando era niña, me fascinaban.

Y está también el Monte Valonsadero, la gran finca de los sorianos. Aquí viene toda Soria a buscar a los astados, que serán protagonistas de las corridas del "Viernes de toros" en las fiestas de San Juan. Son conducidos hasta la plaza, a la carrera, por expertos caballistas, acompañados por los aplausos y vítores de un gentío entusiasta.

Cogiendo el coche, se llega en un santiamén a Playa Pita, situada en las orillas del pantano de La Cuerda del Pozo y rodeada de pinares. En esta misma zona, aunque más lejos, está la Laguna Negra y el nacimiento del río Duero, en los picos de Urbión. Maravillosas excursiones que hicimos, de jóvenes, con mochila a la espalda y a patita.



La provincia está llena de lugares dignos de ser visitados, como el imponente Cañón de Río Lobos, habitado por las águilas...

Las iglesias de puro estilo románico, se pueden visitar, en poco tiempo, en la capital, así como todos los lugares que han inspirado a escritores y poetas. Antonio Machado se enamoró de Soria y de una niña soriana, a la que tuvo que dejar enterrada en el Cementerio de "El Espino," a los pies del castillo.

En los Claustros de San Juan de Duero, conocemos el entorno que inspiró a Gustavo Adolfo Bequer

la leyenda de "El rayo de luna." Enfrente queda el Monte de las Ánimas del que escribió otro inquietante relato...

Gerardo Diego decía: "Río Duero, río Duero/ nadie a visitarte baja..." (Sería antaño, porque ahora está siempre acompañado de paseantes, excursionista, nadadores, pescadores y cestas con meriendas.)

Soria, ciudad castellana... ¡HASTA PRONTO!

Leonor Morales

~~~~~ Mi película favorita ~~~~~

# Doctor Zhivago

## (DAVID LEAN - 1965)

El ochenta por ciento de los exteriores fueron rodados en Soria. Cuando fui a verla, esta circunstancia, era para mí un aliciente. Pero... ¡desilusión! Soria está tan "disfrazada" que no hay soriano que la reconozca. Ni campos de Gómara, ni pinares, ni pantano, ni estaciones... Estamos en Rusia. En aquel rodaje no se regateó nada. Hasta se compraron cosechas a medio hacer, para que los ejércitos rusos pudieran destrozalas en el campo de batalla. Las anécdotas y recuerdos que este rodaje dejó en Soria, son innumerables.

Pero no es Soria, ni el magnífico rodaje de toda la película, ni sus circunstancias históricas, ni las maravillosas fotografías con estampas de nieve o primavera... Para mí es la historia de los tres personajes que me fascinaron: Doctor Zhivago, (Omar Sharif) Tonya, (Geraldine Chaplin) y Lara, (Julie Christie.) Es esta parte de la película la que me interesó y emocionó de verdad. (Incluida la música.)

No creo que, como suele ocurrir en este tipo de triángulos amorosos, hubiera nada morboso. A mí me conmovía el cariño que el doctor sentía por su mujer, pero comprendía, ¡me emocionaba! su amor apasionado por Lara. Lloré. ¡Es un drama...!

Esta película me hizo pensar mucho en el cariño, la ternura, la pasión... En todos los matices que el AMOR tiene. Y en... ¿cuál es el verdadero?

Leonor Morales





---

---

~ Salud ~

---

---



*Por Nicanor Sabín*

**Nicanor Sabín González**

## CAMBIO DE HORARIO

**NO.** Todos los años tiene lugar el sábado de octubre y de marzo el adelanto o atraso del reloj, creo que esto no es necesario, no produce ningún bien y si trastornos para todos. ¿De qué sirve en el invierno si nos levantamos y acostamos de noche?. Las industrias, grandes superficies, comercios y centros oficiales gastan la misma energía, las ciudades se iluminan antes, los horarios con países extranjeros se modifican. Las tardes son interminables.

El régimen cronológico nos cambia, somos un país mediterráneo y la luz es fundamental, sentimos la necesidad de dormir, descansar y comer según el horario anterior, que nos supone un periodo de desconcierto y adaptación hasta conseguir normalizarnos, para que pasado un tiempo nos cambian de nuevo y vuelta a empezar. No estoy de acuerdo

**SÍ.** Fue Benjamín Franklin el que en 1784, siendo embajador de Estados Unidos en Francia, propuso algunas medidas para ahorrar energía. Estas medidas fueron: imponer unos impuestos a las personas cuyas contraventanas impidiesen la entrada de luz a sus habitaciones, regular el consumo de cera y velas, y hacer repicar las campanas de la iglesia al amanecer. Nadie hizo caso, por lo que se llegó a la conclusión de que lo más conveniente era el cambio de hora.

Actualmente, los beneficios del cambio horario han quedado plenamente demostrados: a más horas de luz menor consumo de energía que implica, además, que se reduzca sensiblemente la contaminación. No es cierto que el cambio de hora provoque desajustes en el organismo, principalmente una alteración de sueño, ya que pasados unos días tras el cambio de hora, el ritmo del sueño se termina ajustando a las nuevas condiciones de día-noche.

Hay poblaciones en España que agradecen enormemente el cambio, entre las que se encuentran Molina de Aragón, Calamocha o Castillejos de Robledo cuyos vecinos difícilmente superan los cero grados en el mejor de los días.

El cambio de hora, por tanto, tiene utilidad, aunque limitada.

## ~ Pinceladas ~

### El aroma de la sencillez

¿Os habéis dado cuenta del tiempo tan preciado que perdemos en florituras inútiles? Hay una frase del moralista Henry David Thoreau que no puede ser más contundente y escueta:

¡Simplicidad, simplicidad, simplicidad!

Simplicidad, sencillez en todo. Un venerable anciano me dijo el día que nos presentaron: ¿Se ha dado usted cuenta de que de 100 palabras que decimos los humanos sobran 100? Con menos de la cuarta parte de ellas se podría decir lo mismo y no malgastaríamos energías, no nos distraeríamos de lo esencial y no perderíamos un tiempo que nunca más podremos recuperar.

El diccionario nos dice que lo sencillo es claro y natural, sin ostentación.



Por Ana Sola Loja

Las cosas indispensables para existir son las más sencillas: El aire y el agua.

Si simplificamos nuestras conversaciones, evitamos una cantidad ingente de palabras inútiles, repetitivas e innecesarias. Y no digamos los “chismorreos”. Eso sí que es un doloroso despilfarro de tiempo y léxico que no nos reporta ningún beneficio. Esas conversaciones, decía con gracia Patrul Rimpoché, son “ecos de ecos”.

Lo mismo ocurre al escribir, se puede decir lo esencial recortando lo superfluo.

Trasladada la sencillez a todos los ámbitos de nuestra vida, sería aconsejable que la simplificáramos sin detrimento de la elegancia: sencillez en el vestir, en los accesorios y cosmética, sencillez en nuestras casas, comidas, aficiones, diversiones y hasta en la elección de nuestras amistades. El hombre sencillo camina ligero por la vida y con el corazón en paz.

