

SOLERA



Ayuntamiento de Málaga
Área de Derechos Sociales

**MÁLAGA CON LAS
PERSONAS MAYORES**
160 / MAYO-JUNIO '24





PORTADA

Málaga en primavera
Foto de Antonio Velasco Alarcón

EDITA

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

DIRECCIÓN

Francisca Ramos Montero

COORDINACIÓN

Fernando Jiménez Salmerón

DISEÑO Y MAQUETACIÓN



Tel.: 902 271 902
Editorial MIC 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 Alarcón
Nicanor Sabin González
Abdelaziz Sibera Bougaba
Gabriel García
Antonio Santiago Gómez
Francisco Pastor Sánchez
Jose López Fernández
Manuela Sánchez Ramos
Alberto Langanica Rivera
María Dolores Pimentel Zaragoza
Isabel Parra Iglesias
Jose Luis Barroso Ruiz
Francisco España Liñan
María Angustias Santa Olalla Fernández Figares
Félix Vegas Saez
Vicente Jose Morato Areal
Antonio Velasco Alarcón
Jose Antonio Álvarez 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. Concejales Muñoz Cerván s/n
Módulo 3. 29003 Málaga
Tel. 951 92 84 41
revistasolera@malaga.eu



EDITORIAL

Bienvenidos a la semana de las personas mayores. Como cada año, esta celebración se realiza con gran entusiasmo y dedicación, una semana para descubrir y visibilizar la valía que tiene este colectivo en nuestra ciudad y en un enclave privilegiado como es el parque de Málaga. Es de agradecer la gran acogida por parte de la ciudadanía de este evento, lleno de color, ilusión, arte y amor que aportan todas las personas que participan en su realización. Una semana para resaltar en nuestro calendario. Una semana para disfrutar y celebrar. Una semana en la que se exhibe el esfuerzo de todo un año. Una semana triunfal en la que las personas mayores de Málaga deben sentirse orgullosas. Muchas felicidades y larga vida a esta iniciativa.

SUMARIO

EVENTOS Y COLABORACIONES

Programa de la Semana de las Personas Mayores 2024 3-5

MÁLAGA, CON MUCHO ARTE

La Fuente de Génova 6

ENHEBRANDO PALABRAS, TEJIENDO HISTORIAS

La piel del cielo 7

CON OLOR A BIZNAGA

El origen del Tejeringo en Málaga 8

Romerías y Ferias en Málaga 9

ENTRE LÍNEAS

La cueva de Doña Trinidad 10-11

CAMINANDO VOY

Cuando vas sin rumbo 12

Nuestras manos acariciando 13

MI MESA CAMILLA

Sedución 14

Cazadores 15

LA MARMITA DE LOLA

El Palo 16

Crema de calabaza con quinoa / Postre de naranja 17

HISTORIAS Y VIVENCIAS

Casa número 1 de Málaga 18

Volver 19

LA BRÚJULA

Poesía 20

Tres temas diferentes 21

DE ESTO Y AQUELLO

Lágrimas en Semana Santa 22

Versitos y poesía 23

CONTRACOSTUMBRE

Decálogo para mi mamá política 24

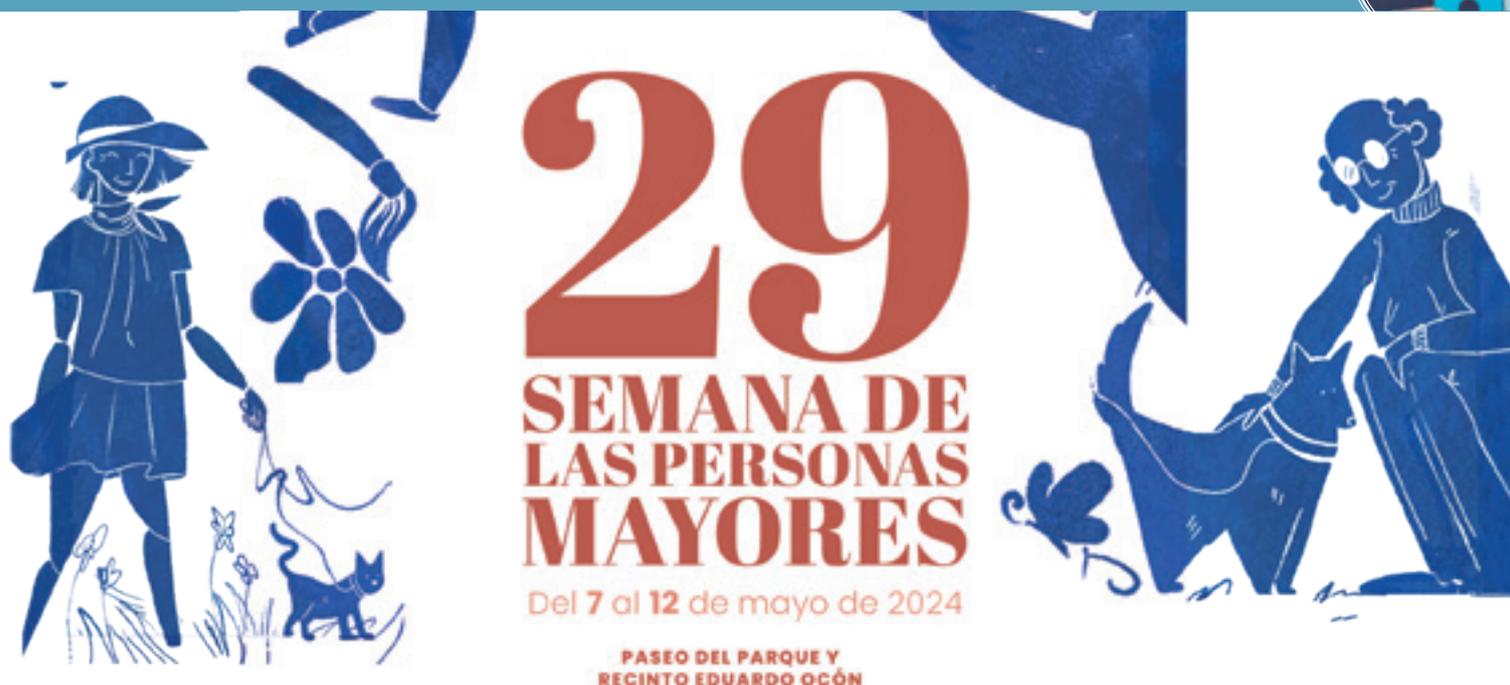
Que jamás endurezcan las bisagras 25

SALUD

Importancia de la salud dental 26

AGENDA Y MURO

Poema / Para reír / Jeroglífico / Libros 27



MARTES 7 DE MAYO

📍 PLAZA DE LA CONSTITUCIÓN

19:00h. PASARELA DE MODA DE LAS PERSONAS MAYORES 2024.

Casas de Moda colaboradoras: BELL NOVIAS Alta Costura; MANUEL BELTRÁN Novias; DOS LUNAS Moda Flamenca y Complementos; EVENTOS Modas; FITFLAMC Fitness y Flamenco; IMPECABLE Modas, LA BOUTIQUE y SOL WOMAN.

ANTONIO
ELOY
ESCUELA
PROFESIONAL

MANUEL
BELTRÁN
Novias

IMPECABLE
MODAS

- Dos Lunas -
Moda Flamenca y complementos

EVENTOS

Bell Novias

La Boutique

FASHION
E-BUSINESS
SCHOOL
MARKETING & MODA

SOL
WOMAN

fitflamc

MIÉRCOLES 8 DE MAYO

📍 PASEO DEL PARQUE

18:00-21:00h.: Presentación de los stands que componen la Muestra de Talleres pertenecientes al proyecto “Talleres para Personas Mayores “de Área de Derechos Sociales y Asociaciones de Personas Mayores.

Monitores/as: Salvador Gómez, Conchi Oliva, Carmen Toré, Manuela Roldan, África González, Rosa M^a Romero, Pedro Casermeiro, Flor Fernández, Cora Sánchez, Fernando Jiménez, Fran MarBn, Juan Valenzuela.

📍 RECINTO EDUARDO OCÓN

18:00h. Grupo de teatro: Puerto de la Torre. Presenta la obra: “Que hacemos con papá”. Adapta y dirige: Dolores Arrabal.

18:30h. Grupos de Baile: Miraflores, Guadalmedina, Valle Inclán, Jubilados Gamarra, Nueva Málaga (salón), La Unión de Campanillas. **Monitoras:** Marisol Egea, M^a Carmen Mostazo, Jennifer Gómez y Anabel López.

19:00h. Coro “Los Jazmines de FAMAM 50”. Dirección y guitarra: Ana Paz

19:15h. Grupo de teatro: Corbjillo Bazán. Presenta la obra: "Anda mi madre". Adapta dirige: Dolores Arrabal.

19:45h. Grupos de Baile: Nueva Málaga, El Tarajal, Puerta Blanca, Campos de Laurel, Málaga Este. Monitoras: Marisol Egea, M^a Carmen Mostazo, Jennifer Gómez, Anabel López y Montse Bravo.

20:15h. Grupo de castañuela Los Prados. Dirección: Anabel López.

20:20h. Grupo de teatro: Victoria Kent. Presenta la obra: "Melocotón en Almíbar". Adapta y dirige: Dolores Arrabal.

20:45h. Grupo de Castañuelas Pedregalejo. Dirección: José More.

JUEVES 9 DE MAYO

📍 RECINTO EDUARDO OCÓN

11:15h. Coro "Estrella de Mar "Antonio Molina. Dirección: Francisco González. Guitarra: Miguel Moreno.

11:30h. Coro "Las Flores" Sta. Paula. Dirección: Encarna Millón. Guitarra: Miguel Moreno.

11:45h. Coro " Sta. Rosalía Maqueda" Asociación Virgen del Rosario. Dirección y guitarra: Cristóbal Cruz.

12:00h .Grupo Teatro Sta. Paula. Presenta la obra: "Noviazgo boda y divorcio". Adapta y dirige: José M^a Ruz.

18:00h. Grupo de Teatro Carranque. Presenta la obra: " El Secreto mejor guardado". Adapta y dirige: Marina Hernández.

18:30h. Grupo Castañuelas CPA Málaga Trinidad. Dirige: Jessica Domínguez.

18:35h. Grupos de Baile: Los Alegres del Viso, La Raíz, Baile CPA Málaga-Trinidad, CSSC Churriana (Salón), Tres Cruces, La Princesa, Virgen del Rosario. Monitoras: M^a Carmen Mostazo, Marisol Egea, Jessica Domínguez y Verónica Jiménez.

19:10h. Grupo de Guitarra Málaga Este. Dirige: Pepe Satorre.

19:25h. Grupo Castañuelas EL Perchel. Dirige: Jessica Domínguez.

19:30h. Grupo de Teatro Asociación Guadalmedina. Presenta la obra: " El Viejo Celoso". Autora: Vito Batún. Dirige: Marina Hernández.

20:00h. Grupos de Baile: CSSC Churriana (Regional), FAMAM 50, Antonio Martelo (Salón), Sta Paula, El Perchel. Monitoras: Verónica Jiménez, Jessica Domínguez, Marisol Egea y Montse Bravo.

20:30h. Coro "Aires Paleños" Málaga Este. Dirección y Guitarra: Pepe Satorre.

20:45h. Grupo de Teatro Los Claveles. Presenta la obra "Las aceitunas". Adapta y dirige: Marina Hernández.

VIERNES 10 DE MAYO

📍 RECINTO EDUARDO OCÓN

10:30 A 11:00h. Muestra de Yoga para Personas Mayores. Asociación Barrio de la Victoria, ASOTTE, Pedregalejo. Monitora: Mirta Landa.

11:00 A 11:15h. Muestra de Taichi para Personas mayores. Pedregalejo, Málaga Este y Centro de Envejecimiento Saludable (CES). Monitora: Esther de la Morena.

11:15 A 11:45h. Muestra de Taichi para personas mayores. Asociación Barrio de la Victoria. Monitor: Sebastián Suviri.

11:45 A 13:30h. Muestra de Talleres de acbvidad Física deporbva para mayores. Distrito Bailen-Miraflores, CPA Trinidad-Perchel, Antonio Molina, Campos de Laurel, La princesa, Antonio Martelo "El Seneca", La Raíz, Pilates CPA Trinidad-Perchel, Distrito Palma-Palmilla, Bahía Málaga, El Perchel, Ntra. Sra. del Carmen- Colmenarejo, Virgen del Rosario "Sta. Rosalia- Maqueda", Los Prados, Málaga Este, Tiro de Pichón.



Monitores/as: Fernando Alda, Tamara Priscila Bednarik, María Carrillo, Belén García, Carolina García, Rocío García, María Fca. Gil, Karina OrRz, José Manuel Ruiz, Rocío Trujillo.

18:00h. Grupo de Teatro Málaga Este. Presenta la obra: “Academia de amor”. Adapta y dirige: Dolores Arrabal.

18:30h. Grupo de Castañuelas Málaga Este. Dirige: Tania Aguayo.

18:40h. Grupo de Teatro AFA. Presenta la obra: “De los hermanos Álvarez Quintero “Ganas de reñir”. Adapta y dirige: Andrés Pareja.

19:00h. Grupos de Baile: Victoria Kent, Corbjillo Bazán, Los Tomillos(I), Centro Ciudadano Rafael González Luna. Monitoras: Jennifer Gómez, Jessica Domínguez, M^a Carmen Mostazo y Verónica Jiménez.

19:30h. Cuadro Flamenco “Pedregalejo”. Dirige: Montse Bravo. Guitarra: Pepe Satorre.

19:45h. Grupos de Baile: Los Claveles, Colonia Santa Inés, ASOTTE, Los Tomillos (II), Gamarra (Salón), Dr. Marañón, Baile Regional CPA Málaga-Perchel. Monitoras: Verónica Jiménez, M^a Carmen Mostazo, Jessica Domínguez, Jennifer Gómez y Tania Ortega.

20:15h. Coro “Cosas Nuestras” ASOTTE. Dirección: Josefa Pozo y Jesús GuRérrez. Guitarra: Jesús GuRérrez.

SÁBADO 11 DE MAYO

📍 RECINTO EDUARDO OCÓN

11:00h. Coro “Aires del Sur” Puerta Blanca. Dirección: Inma Vega. **Guitarra:** Ricardo Fernández.

11:15h. Coro “Amigos del Compás”. Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

11:30h. Coro “Aires de Miraflores” Miraflores Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

11:45h. Coro “Guadalmedina” Asociación Guadalmedina. Dirección: Inma Vega. **Guitarra:** Ricardo Fernández.

12:00h. Coro “Los Claveles” Asociación Los Claveles. Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

12:15h. Coro” Sueños Malagueños” La Princesa. Dirección: Inma Vega. **Guitarra:** Ricardo Fernández.

12:45h. Coro” Málaga y olé” Gamarra. Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

18:00h. Coro “Ecos Victorianos” Barrio de la Victoria. Dirección y guitarra: Paco Ríos.

18:15h. Grupo Sevillanas Perchel. Monitor: Antonio Jiménez.

18:25h. Coro” Cañadú” Ciudad Jardín. Dirección y guitarra: Paco Ríos.

18:40h. Rondalla CPA Málaga Trinidad Perchel. Monitor: José Ignacio González.

19:55h. Coro” Aires de Moscatel”. Dirección y guitarra: Paco Ríos.

20:15h. Grupo “A Compas” Coronado. Dirección y Guitarra: Paco Ríos.

DOMINGO 12 DE MAYO

📍 RECINTO EDUARDO OCÓN

11:15h. Coro “Raíces Malagueñas “La Raíz. Dirección y Guitarra: Miguel Moreno.

11:30h. Coro “Jazmines” Antonio Martelo “El Seneca”. Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

11:45h. Corales Polifónicas Regina Coeli y Málaga Este. Dirige: Eduardo Volkmar y Armando Casquero.

12:00h. Coro” Ecos del Perchel” El Perchel. Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

12:15h. Baile de Salón CPA Málaga Perchel. Dirige: Remedios Jiménez.

12:30h. Coro “Aire y Compás” Nueva Primavera. Dirección y guitarra: Jesús Muñoz.

12:45h. Grupo Castañuelas ”Sonidos al viento” ASOTTE. Dirección: Maricruz Mariscal.

13:00h. Fallo de la obra ganadora del concurso de pintura del Cartel anunciador de la Caseta Municipal de las Personas Mayores “El Rengue 2024”.

13:15h. Clausura de la 29 SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES.

ENTREGA DE RECONOCIMIENTOS A LAS ENTIDADES PARTICIPANTES.

Asociaciones y entidades que componen la muestra:

- Los Claveles
- Sociocultural El Perchel
- AMADUMA
- Barrio de la Victoria
- Mayores con Iniciativa
- Málaga Este
- Pedregalejo
- Cortijillo Bazán
- Victoria Kent
- Gamarra
- Miraflores de los Ángeles
- Nueva Málaga
- Cultural Doctor Marañón
- Nueva Primavera
- Antonio Martelo “El Séneca”
- Los Alegres
- Bailes de Salón
- Tiro Pichón
- Bahía de Málaga
- Zona Europa
- Guadalmedina
- Juan Sánchez Salado, Los Prados
- ASOTTE
- Antonio Molina
- La Princesa-Pedro Dito
- Santa Paula
- Tres Cruces
- Puerta Blanca
- La Raíz
- FAMAN-50
- CSSC Churriana Fuente del Rey
- Virgen del Rosario, Sta. Rosalía Maqueda
- 28 de Febrero, El Tarajal
- La Unión de Campanillas
- Ntra. Sra. del Carmen
- Los Tomillos
- La Ilusión
- Cortijo Alto
- Generación del 33
- Colonia Sta. Inés
- Virgen de la Luz
- Taller de Radio “La voz de los mayores”
- Taller de Fotografía Digital
- Taller de Tecnologías de la Información y Comunicación TIC
- Revista Solera
- Federación de Organizaciones Andaluzas de Mayores FOAM
- Federación Provincial de Mayores FEPMA
- Asociación de Familiares de Personas con Alzheimer AFA
- Junta de Distrito Bailén Miraflores
- Junta de Distrito Palma Palmilla
- Cruz Roja
- Fundación Harena
- Teléfono de la Esperanza
- Siempre Acompañados. Fundación “La Caixa”
- Centros de Participación Activa Trinidad y Perchel. Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad. Junta de Andalucía
- Centro de Envejecimiento Saludable. Área de Derechos Sociales, Diversidad, Igualdad y Accesibilidad. Ayuntamiento de Málaga
- Área de Derechos Sociales, Diversidad, Igualdad y Accesibilidad del Ayuntamiento de Málaga



LA PIEL DEL CIELO

Ahí estaba ella, sentada en el sillón de una habitación de hospital, con el cansancio de un largo viaje y la duda de no haber podido llegar a tiempo en su mirada profunda y quieta. Ahí estaba él, sentado en la cama, mirándola desde la profundidad de sus pequeños ojos azules, incrédulo, como quien mira el mar por primera vez. Habían pasado cincuenta años, pero bastaron solo unos minutos para que sus manos se aferraran una a la otra, y al primer contacto piel con piel, renovar la memoria de aquel amor de juventud.

Crecieron juntos, vecinos portal con portal, compartieron juegos en la calle, tardes de merienda, cuando el frío obligaba a quedarse en casa, domingos de campo en familia, donde con los pies metidos en la orilla del río y pertrechados de sus redes, pasaron los mejores momentos de la infancia intentando atrapar cangrejos.

Luego llegó la efervescencia de la adolescencia y Ana y Jacinto se citaban en sitios más apartados, hablaban de un futuro juntos, se cogían de la mano y se besaban antes de alcanzar las calles cercanas a sus casas. Jacinto antes de despedirse le susurraba al oído, *estar contigo es como tocar la piel del cielo*. Todos sabían que eran novios y las dos familias evitaban hablar del cierre de la fábrica del padre de Jacinto y del trabajo que le habían ofrecido en Suiza.

Como recortado de un sueño, Ana, retuvo durante mucho tiempo la imagen del coche cargado hasta el techo de maletas, la cara de Jacinto a través de la luna trasera alejándose lentamente, mientras ella se agarraba con fuerza al brazo de su madre y a la esperanza de que volvieran pronto. Se escribieron con frecuencia, Jacinto le mandaba postales de paisajes que parecían recién sacados de un cuento. Ana se pintaba los labios y los apretaba contra el papel dejando así la marca de sus labios y la del latido sordo de su nostalgia.

Los recuerdos, sepultados por los años y la distancia, se empezaron a desenterrar una tarde cuando Ana subía fotos a la red social del último evento de la biblioteca, donde era activa colaboradora. Jacinto, un viudo, de profundos ojos azules con domicilio en Suiza le escribía un mensaje. Con los dedos paralizados ante el teclado y el corazón acelerado, le respondió con un seco saludo y le invitó a hablar por privado. En sus charlas frecuentes fueron recobrando un atisbo de aquella complicidad de juventud. Ana, recién jubilada, decidió hacer el viaje. Al llegar al aeropuerto el cartel con su nombre lo sujetaba un joven, el nieto de Jacinto le explicó el repentino desvanecimiento de su abuelo. Al llegar al hospital su familia amablemente abandonó la habitación dejándolos solos, pero no había pasado mucho rato cuando entraron repentinamente, con un halo de alegría contenida y el alta del médico. Jacinto estaba perfectamente y podía volver a casa. Fueron unos días para retener eternamente en la memoria, pasearon cogidos del brazo, conversaron, hicieron picnic en el río con la familia. Ana volvió a oír susurrar a Jacinto, *estar contigo es como tocar la piel del cielo*. Bueno, eso en realidad no ocurrió, pero Ana decidió escribirlo como final para esa novela que llevaba años escribiendo.





EL ORIGEN DEL TEJERINGO EN MÁLAGA

Si repasamos varios diccionarios podemos ver que la mayoría de ellos definen los siguientes términos para hacer referencia a este manjar tan andaluz y malagueño; tejeringos, churros, mandungos, porras y en algunos pueblos andaluces se les llama masa de harina, parecido a los buñuelos, pero a estos tejeringos se les da una forma alargada con un aparato especial y se fríen en aceite. Para más tarde ensartarlos en un junco de río fresco.

También es típico de algunas regiones españolas pero según algunos críticos, el origen de la palabra tejeringo, la encontramos en Málaga y Cádiz, y sin ninguna duda es patrimonio de la provincia de Málaga.

La típica masa de harina frita en aceite, tiene sus raíces en la cultura griega y romana, aunque fueron los romanos y los árabes, quienes desarrollaron su consumo en Málaga, es claramente patrimonio de la provincia de Málaga. Los tejeringos es la forma más tradicional y artesanal de hacer churros, para usar al instante y que no sobre nada, la receta es muy sencilla, harina, agua, sal y bicarbonato.

Una cafetería muy señera en Málaga es “Casa Aranda”. Su fundador don Antonio Aranda pasó meses probando harinas hasta dar con la fórmula que se mantiene íntegra, desde 1932, el prestigio de los churros de Casa Aranda, se puede decir que “el secreto está en su masa.” Cuando empezó a investigar para dar con una buena materia prima se fue a un harinero, pidió varias muestra y después de muchas mezclas, encontró el tipo de trigo.

En Málaga no tomamos café con leche, pero sí, una nube o un sombra. Con lo que acompa-

ñamos ese café o chocolate, es forzoso decir, “vamos a tomarnos unos churritos”. En febrero de 1932 Antonio Aranda abrió su primer bar de café y churros, en la calle Herrería del Rey, cerca de la plaza de Félix Sáenz. Su triunfo fue rápido, y el negocio subió como la espuma, gracias a la calidad de sus tejeringos, su café y su chocolate, todo tenía que ser de primera calidad. Así empezó su empresa acompañado por su hermana Dolores o Lolita como era conocida, ella era la que servía los cafés que lo hacía en una gran olla, el precio era una taza a tres perras chicas (15 céntimos de peseta) y el churro a una chica.

La unión, tradición y calidad no solo ha funcionado en Calle Herrería del Rey, sino que abrió otro local en la calle Santos, también en el centro, en la zona del Museo Carmen Thyssen. Arte en el museo y arte en la tradición de chocolate con churros, sin lugar a duda, una fórmula triunfadora. ¿Quién no ha merendado en alguna ocasión en casa Aranda, en un mes de enero, o en Semana Santa un chocolate con tejeringos?



Fuente, Diario Sur y ABC Sevilla.

ROMERIAS Y FERIAS EN MÁLAGA

Sus comienzos se remontan al siglo VI, cuando los romeros eran personas que viajaban a una ermita o santuario para hacer sus oraciones y saldar cuentas pendientes con los titulares de las ermitas que visitaban. Asimismo, eran fiestas religiosas que se basaban en un viaje a pie o caballo, para ir a venerar a sus santos. Por ejemplo, los judíos ya se reunían e iban en peregrinación al lugar donde se encontraba el tabernáculo.

Pero sigamos con la feria; los orígenes se remontan a abril de 1.846, cuando los concejales del ayuntamiento J. María Ibarra y Narciso Bonaplana, tuvieron la idea de celebrar una feria de tres días de duración, que tenía carácter mercantil para compra y venta de caballos desde el año 1.936 al 1.939 no se celebran fiestas en Agosto como es normal de suponer, al principio de los años 40 cuando ya la Guerra Civil se encuentra finalizada, sí hubo feria del 11 al 19 de agosto y se recuperó, para volver a lo habitual y recobrar algunas de sus tradiciones populares.

Como en los años antes de la Guerra Civil, se recuperan las fiestas camperas; en estas romerías que se componía de carretas y caballos; se adornaban las carretas con flores y las mujeres y hombres se ataviaban con sus mejores galas.

En agosto de 1940, concretamente el día 15 se celebra el día de la Virgen de la Victoria para recordar la reconquista de la ciudad de Málaga por los Reyes Católicos, la celebración se efectúa con una procesión de la Virgen por las calles de la ciudad. Empezaba su recorrido por la Alameda de Colón y pasaban por todas las calles del centro, posteriormente se dirigían a La Caleta, a Pedregalejo y llegaban hasta el Palo, volvían a las ocho de la tarde, según los

periódicos de aquellos tiempos, esta Romería tuvo mucho éxito.

Pero hubo que esperar al año siguiente, para pasar la celebración al 19 de Agosto para conmemorar el día en que la ciudad fue reconquistada a los árabes, es cuando sin duda alguna recuperamos unas fiestas que se perpetuarán hasta la actualidad.

En 1.942 viendo el éxito que tenía y al asistir tanto público, tenían poco espacio en la barriada del Palo y eligieron la barriada de Churriana y después el Tiro Pichón, para poder albergar a más personas. Desde 1943 se afianzó y de todos los barrios de Málaga salían carrozas. El alcalde Don Pedro Luis Alonso y el concejal de festejos, decidieron pasar a Martiricos la feria donde se mantuvo hasta 1958.

Llegaron a montar 50 casetas, y una zona de recreo infantil (carricoches) en la plaza de Torrijos y Avenida de Cánovas del Castillo.

Posteriormente se ha ido ubicando la feria, en lugares más accesibles debido al gran número de personas que alberga, aunque el centro de Málaga con sus calles y calor de agosto, será el escenario principal para seguir disfrutando de nuestro folclore y feria de Málaga.

Fuente diario Sur.es



Joven piropeando a mujeres en una carroza. Fuente: Regina Garrido Gil



LUGARES SAGRADOS

LA CUEVA DE DOÑA TRINIDAD

La Cueva de Ardales, también conocida como de Doña Trinidad Grund, es uno de esos lugares rodeados de un aura de misterio, un lugar cuya historia se pierde en la noche de los tiempos. En ella se han encontrado restos y evidencias de hace más de 60.000 años, cuando los Neandertales poblaron esa zona templada, situada cerca de manantiales y buena caza. Aquellos hombres dejaron su huella en forma de trazos rojos indescifrables. Luego el Homo Sapiens pintó y esgrafió en la roca figuras de ciervos, caballos y venus desmesuradas; dejó el increíble negativo de unas manos, como en las fotografías, las huellas de los dedos de unos niños anunciando el final de una estrecha galería. Verdaderas muestras de Arte del hombre en el Paleolítico.

Durante miles de años, la cueva estuvo cegada hasta que el terremoto de Alhama de Granada en 1821 dejó al descubierto su entrada. Aunque en la actualidad se sigue investigando en ella y tiene las visitas restringidas al público, fue, paradójicamente, la primera cueva turística de España. En 1823, una vez que lo mineros comprobaron que aquello que brillaba en la oscuridad no eran diamantes sino calcita, se pusieron en venta las entradas a dos reales. Treinta años después, Trinidad Grund compró la cueva y mandó construir las escaleras por las que todavía se accede, creando uno de los primeros «paquetes» turísticos del país: alojamiento en Carratraca, baños termales y visita a la cueva, amenizada en noches especiales con espectáculos flamencos.

Carmela abre los ojos. La oscuridad es total. Lo primero que piensa es que ha muerto o se ha quedado ciega. Trata de levantar la cabeza y un dolor punzante le atraviesa el cráneo. Apenas puede moverse, los brazos y las piernas le pesan como si le hubiesen brotado raíces que se hundan en la tierra. Está tumbada de espaldas, aplastada contra una superficie dura que rezuma humedad. Con movimientos lentos, estira los brazos y sus dedos exploran el lugar. No tarda en comprender que está dentro de una cavidad recubierta de piedras. Un miedo atávico, el miedo a estar enterrada, la atraviesa y grita con todas sus fuerzas hasta quedar exhausta. Por un instante se queda callada, ha escuchado algo. Al principio el sonido es tenue, parece venir de muy lejos, luego se vuelve nítido; retumba cadencioso en medio del silencio, trayendo consigo el recuerdo de esos «picachos» que gotean agua. Y recuerda la cueva, la noche de San Juan, las hogueras.

Hay gente elegante *desparramá* por los rincones, otros, sentados en sillas y cojines alrededor de un espacio iluminado por velas. En lo alto, las piedras brillan con luz propia como en un cielo cuajado de estrellas. Ella está en medio, con su traje de volantes, descalza. Sus brazos dibujan en el aire filigranas. Cimbrea sus caderas al compás de las guitarras y la voz del cantaor, clara y profunda, sube, baja, culebrea entre las estalactitas y su eco reverbera en las cúpulas de piedra. La música, como un fuego interior, la enciende. Gritos roncros, palmas, miradas febriles la rodean. Ella gira y gira, arde por dentro, se entrega toda entera cuando baila.

Ahora está helada. Tantea a su alrededor y encuentra un revoltijo de tela, debe ser su vestido, el que le cosió su madre, María La Paleña, que es cantaora y siempre la acompaña, aunque esta vez no ha *veníó* porque está mala, como le explicó al administrador de doña Trinidad, el



- Danzas de gitanoas.

que los contrata: «Mire usted, don José, es cá agarrao unas calenturas que la tienen *postrá*». Al pensar en ella llora desconsolada y después, poco a poco, se calma. Pensar en su madre le infunde valor, el necesario para no quedarse quieta sin hacer nada. Por eso se arrastra por el suelo como una lagartija olisqueando la tierra que huele a humedad y sabe a sal, como sus lágrimas. Las piedras, como puñales, se le hincan en el vientre, pero ella sigue, avanza hasta notar cierta ligereza en el aire y, entonces, dando brazadas, se levanta y temblando de frío se pone el vestido. Le viene a la memoria el agradable calor de las candelas, el del vino dulce que le daban, que se le subía a la cabeza envolviéndola en un sopor parecido al sueño.

Hace rato que ha dejado de gritar, no sirve de nada. Comienza a caminar en el vacío, un pie, luego, el otro. Algo viscoso le resbala entre los muslos y, al comprender, le dan arcadas. Tuvo que ser el franchute, el *rubiasco* de la pajarita, que no paraba de mirarla, se dice. Él fue quien la sacó del círculo y se la llevó a lo oscuro. Pero no se acuerda casi de nada, solo de su peso y su aliento, de sus propios gritos sofocados por un pañuelo que olía a lavanda.

Se fueron los señoritos y la han dejado como un deshecho, tirada.

Se pregunta por qué los guitarristas y las mujeres se han marchado sin ella. Quizá estén durmiendo la borrachera tirados por cualquier parte. Alguien



la buscará, regresará a buscarla. Alguien la echará de menos, se angustia. Como una ciega camina agarrándose a las piedras. Tiene los sentidos despiertos: palpa, huele, escucha atenta y por un momento le parece oír unos ladridos a lo lejos. La salida debe estar cerca. Levanta la cabeza en busca de un poco de claridad que se cuele por alguna grieta, tropieza con algo que le golpea el tobillo, se agacha y tantea, son los escalones empinados y resbalosos que hay hasta llegar a la puerta. Respira aliviada y de rodillas los sube como los penitentes en Semana Santa: «Virgen del Carmen, te lo pido, ayúdame en este apuro».

A medida que asciende, los ladridos se acercan. Un chirrido metálico y un chorro de luz se escurren escaleras abajo. En el umbral se recortan dos figuras negras. El hombre levanta la lámpara. A contraluz reconoce a la mujer. La Paleña grita su nombre y baja los escalones en dos saltos. Al llegar a su altura la arroja con su mantón, la besa en la frente y murmura: «Ay, Carmelita, que no te *pueo* dejar sola».



CUANDO VAS SIN RUMBO, ¿TE SALE LA VIDA AL ENCUENTRO?

La única discapacidad en la vida es una mala actitud. *(Scott Hamilton)*

Hay momentos en la vida que no nos gusta lo que estamos viviendo, o creemos que estamos viviendo, porque eso no es lo que nos gustaría, en esos momentos, que estuviese ocurriendo. Siempre habías aspirado a cotas más altas, otra categoría diferente a la actual en la que sientes que algo muy importante te falta para realizarte y sentirte a gusto.

Puesta a pensar en esta tesitura, comencé a decidir lo que quería hacer para el futuro. Lo primero sería irme de viaje, y mientras iba caminando, sin rumbo fijo, me encontré con una persona a la que llevaba tiempo sin ver. La alegría por ambas partes fue indescriptible, además del gran abrazo que nos dimos. Comenzamos un diálogo de preguntas y respuestas muy rápidas, que hasta nos pisábamos las frases, pues ambas teníamos grandes deseos de saber qué había sido de nuestras vidas durante tantos años. Comenzamos a andar sin saber a dónde. Y cuando quisimos darnos cuenta estábamos frente a un mar en calma; justo el lugar en el que años

atrás nos habíamos despedido porque nuestros destinos eran diferentes. Nos echamos a reír y casi sin darnos cuenta nos cogimos de la mano y nuestras miradas se cruzaron descubriendo lo que llevábamos tiempo sintiendo el uno por el otro. Sin querer creer que, aquello era lo que desde siempre nos había unido, aunque a veces no nos lo hubiéramos planteado.

Esa mañana cuando salí de casa, no me sentía a gusto con lo que estaba viviendo, jamás se me hubiera pasado por la cabeza que ese mismo día iba a encontrar lo que siempre había deseado, mi otra mitad.

Las horas iban transcurriendo sin darnos cuenta de que el tiempo pasaba, solo sentíamos que nuestras vidas habían comenzado a tener un sentido pleno, que eso era lo más importante para los dos. Atrás quedaban los años vacíos de nuestra existencia, ahora nuestras vidas estarían plenas de dicha y amor en tan solo en ese corto espacio de tiempo que llevábamos juntos.

Carlos, se paró y con mis manos entre las suyas me hizo una pregunta que me quedé casi sin respiración, cuando mirándome a los ojos me dijo: “¿Te quieres casar conmigo?” Solo llevábamos unas horas de habernos re-encontrado, pero toda una vida amándonos en silencio.

La respuesta fue sin palabras, lo besé y nos fundimos en un abrazo, desde ese momento nuestras vidas se juntaron para olvidar los años pasados y vivir los venideros amándonos.

¡Nunca sabes lo que te va a deparar el día, abre la mente y ten esperanza, algunas veces llega lo que jamás hubieses pensado!



¡NUESTRAS MANOS ACARICIANDO!

Vale más actuar exponiéndose a arrepentirse de ello que arrepentirse de no haber hecho nada. (BOCCACCIO)

¿Sabemos valorar nuestras manos? Qué pregunta, ¿verdad? Necesitamos cada uno de los miembros de nuestro cuerpo, pero en estos momentos vamos a fijar nuestra atención en las manos. Las manos acarician, sujetan, cogen, aplauden, lavan, cocinan, friegan, saludan, confeccionan, pintan, levantan edificios, construyen barcos, aviones, labran la tierra, recogen el fruto sembrado, escriben grandes historias, componen música, manos acogedoras, tocan instrumentos, hacen verdaderas obras de arte, y también pueden hacerte mucho daño. Pero no vamos a centrarnos en el daño que nos podrían hacer sino en el beneficio que nos hacen; porque si están entrelazadas, no significan manos amenazadoras, sino manos acariciadoras, y desde ahí partimos. Quién no recuerda las caricias de una madre cuando sólo tiene su bebé unas pocas horas de vida, pero esas caricias entran tan dentro de tu propio ser que te calan hasta el fondo de tu alma, aunque tu memoria no lo recuerde, sí que lo hace tu subconsciente.

En cada etapa de nuestra vida nuestras manos tienen diferentes roles y se perciben de distinta forma. Pero siempre son una de las partes de nuestro cuerpo que mejor demuestran su magnífica labor. Dar la mano para comenzar a dar nuestros primeros pasos y enseñarnos a caminar por una vereda que es nuestra vida; en la cual, nunca debemos de prescindir de ellas para ir haciendo camino a lo largo de nuestros momentos claves, en el despertar de lo que se



puede alcanzar con solo pasar tu mano por otro cuerpo.

Los amigos, cuando con una palmada en la espalda te están diciendo sin pronunciar palabras, todo un discurso de apoyo y ánimo mientras posan su mano sobre ti. Los saludos, cuando agitando la mano puedes de igual modo, expresar qué quieres, y saber cuándo quedáis para disfrutar de una buena conversación. Y no digamos cuando por un apretón de manos se cierran acuerdos que parecen testamentos. Al igual que la burla con el simple movimiento de los dedos pulgares hacia arriba o hacia abajo, para admirar o rechazar lo que no nos gusta, o estamos encantados de lo que estamos viendo y disfrutando.

Y como no, cuando llega el momento de las caricias de los enamorados, con ese tacto suave que se te cuela hasta el fondo de tu ser, siendo acariciado, y al mismo tiempo acaricias a la persona amada, a través de tu mano. O cuando tu mano pasa por primera vez por la tez suave de tu hijo recién nacido, en esos momentos los sentimientos entre madre e hijo son indescriptibles.

Después de todas estas alusiones a las manos, no podemos dejar atrás las caricias de los abuelos a sus nietos, esos que, por temor a hacerte daño, casi ni se atreven a posarlas, al ver que pueden acariciar a un ser que es sangre de su sangre. Benditas manos, cuántas cosas maravillosas pueden hacer. ¡Nunca dejes de valorar lo que tus manos pueden lograr!



SEDUCCIÓN

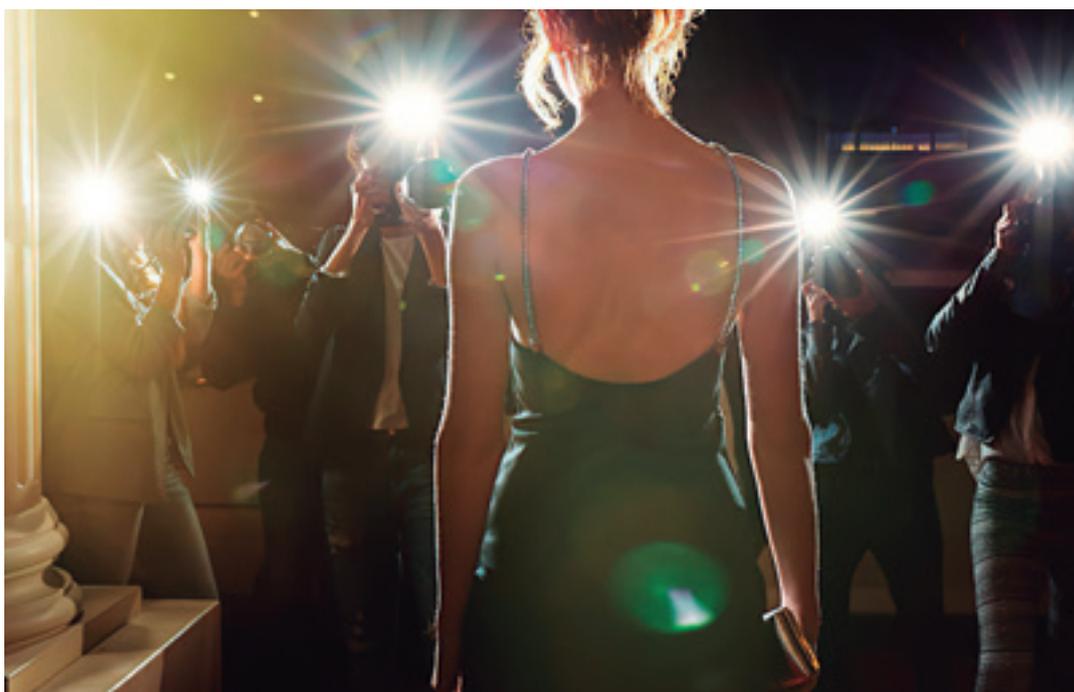
Se había enamorado, en un antiguo cine de arte y ensayo, de aquellas piernas largas y perfectas de la película 'La romana', en la que Gina Lollobrigida se desprendía con un arte insuperable, de unas medias negras con costura y de un liguero.

Años después, cuando Martín ya era el irresistible representante del torero José Aumente, se volvió a encontrar con aquellas piernas en la piscina del hotel Ritz. Después del desayuno salió a fumar y se quedó asombrado al descubrir a Gina. La diva se encontraba en Madrid rodando una película, lejos de su familia. José se presentó extasiado y le dijo quién era. Ella se mostró interesada en conocer al torero y asistir a una corrida. En breve los tres charlaban amigablemente bajo la sombrilla y Aumente la invitaba a una barrera en la plaza de las Ventas.

El domingo siguiente, Martín pasó a buscar con el Lamborghini a la Lollobrigida. La dama apareció con un trajecito Armani de color blanco y unos tacones de vértigo, luego quedó encantada con la corrida, momento que Martín aprovechó para atacar: «Gina, ¿cenamos esta noche?». Ella

accedió y él volvió a buscarla al anochecer al hotel. En esta ocasión la reina apareció con un *palazzo* azul marino que resaltaba una silueta sensual que la hacía inmensamente atractiva. Cenaron en Horcher. Al terminar la cena, Martín jugó su última carta: «¿Dónde vamos?». Gina lo miró y le dijo: «al Hotel». El representante pensó que acabaría tocando el cielo, y la tomó del brazo en dirección al aparcamiento.

El Lamborghini cruzó veloz el centro hasta llegar a la suntuosa entrada del hotel. En recepción, ella recogió la llave de su habitación y subieron, como en sueños, hacia el ascensor. Tras abrir la puerta, Gina giró y le dijo: «Hasta aquí». Él se quedó abatido y decidió preguntarle en italiano: «¿Hice algo que te enojó?». La Lollobrigida le contestó con un dulce gesto: «Oh no, eres un hombre encantador para apasionarse ... Pero yo amo profundamente a mi esposo». Abatido, Martín pensó en huir aunque reaccionó como pudo: «Comprendo, Gina, ¿pero tan solo un pequeño recuerdo? La estrella le rozó con sus labios y se alejó, y Martín se marchó como lo que era: un caballero derrotado por el amor.



CAZADORES

FURTIVO

—De modo que usted cazaba conejos con un hurón, sabiendo que está prohibido— afirmó el magistrado.

—Nada de eso señoría. Yo estaba inclinado cogiendo espárragos— le contestó el reo.

—Ya, ¿y cómo le alcanzó la bala en el hombro?

—Me puse de pie al oír el grito del guardia.

—Pero el testigo ha dejado claro que usted huyó al darle el alto.

—¡Claro! Es su compañero.

—¡Caso cerrado!— resolvió el juez golpeando la mesa. Y ordenó al guardia que esperase en la sala. Una vez solos se acercó hasta él y cogiéndole por el cuello: —Vete este fin de semana a la montería que da el señor marqués, a ver si pegas un buen puñado de tiros y te tranquilizas, o no habrá boda con mi Julia.

SEDUCCIÓN

El Cazador regresa tras su día de carcería, magullado y exánime, y lanza la pieza de lobo a los pies de la Campesina, que se encuentra separando las semillas comestibles a la puerta de la caverna. Ella observa la arrogancia del hombre al mostrar su botín, aunque sin perder la actitud respetuosa que siempre le depara; nada es comparable a la capacidad de dar vida de ella, frente al poder de muerte del Cazador. La mirada de ambos se cruza, la de él dura y acerada, tierna y dulce la de ella, que recuerda a la hija que parió con enorme esfuerzo el pasado solsticio. La mujer se conmueve, pasa la mano por el tosco cabello del hombre y considera llegado el momento de regalarle un pequeño halago: hoy, hasta que la luz de la luna asome frente a la cueva, le dejará creer que es el amo del mundo.





BARRIOS DE MÁLAGA

EL PALO

Situado en la zona Este de Málaga. Está delimitado por dos arroyos: Jaboneros y Gálica extendiéndose desde la playa hasta el Monte San Antón.

En 1800, una fuerte sequía en los pueblos de los alrededores produjo la llegada de nuevos habitantes a este barrio: agricultores y pescadores. La actividad económica del barrio en aquellos tiempos se basaba en la pesca, el cultivo de olivos, vides y almendros, así como la cría de cabras.

Sin embargo, las difíciles comunicaciones con el centro de Málaga, impedían un comercio estable y El Palo siguió siendo una zona pobre hasta que, a principios del siglo XX, la prolongación de la línea del tranvía permitió que los habitantes del barrio se pudieran desplazar a la capital.

Más tarde, un tren de vía estrecha atravesó la barriada permitiendo el transporte de trabajadores y mercancías. Con el paso de los años El

Palo se fue uniendo al casco urbano y el barrio experimentó un gran crecimiento urbanístico y demográfico.

Existen diferentes teorías acerca del origen del nombre “El Palo”. Unos dicen que se debe al mástil de un barco naufragado en la orilla del mar y que servía de punto de referencia a los pescadores. Otros aseguran que el nombre se debe a un palo de madera muy alto que había en la parada del tranvía, por lo cual la gente la distinguía como la “parada del palo”. No falta quien asegura que el nombre se debe a un tal Marqués de Palo Alonso Ximenez, que poseía tierras en esta zona en la época de la Reconquista.

Este barrio siempre ha tenido una fuerte tradición pesquera. En su actual paseo marítimo se pueden encontrar populares marisquerías y chiringuitos donde se pueden degustar platos mediterráneos, los famosos espetos de sardinas y, pasear junto al mar.



LOLA NARVÁEZ

CREMA DE CALABAZA CON QUINOA

Ingredientes:

- 600 gr de calabaza cortada en trocitos
 - 1 cebolla
 - un poco de aceite de oliva
 - 30 gr de quinoa
 - 1 l. de agua
- media cucharadita de comino, media de canela molida y una rama de hierbabuena.

PARA SERVIR:

pipas de calabaza, otro poco de canela y una ramita de hierbabuena.

Cortar la cebolla y en una olla con un poco de aceite y sal pocharla unos minutos. Incorporar



la calabaza y sofreír otro par de minutos. Agregar la quinoa que en un colador se ha lavado bajo el grifo para eliminar impurezas, poner el comino, el agua y otro poco de sal. Cocer a fuego medio unos 20 minutos. Transcurrido el tiempo poner la canela y la hierbabuena y triturar. Servir decorada.

POSTRE DE NARANJA (APTO PARA DIABÉTICOS)

Ingredientes:

- 250 gr de zumo de naranja (colado)
- 250 gr de melocotón en conserva light (sin azúcar)
- 6 hojas de gelatina neutra
- sacarina líquida

Poner el melocotón en el vaso de la túrmix. En un cazo colocar el zumo y calentar sin que llegue a hervir e ir poniendo las hojas de gelatina, removiendo hasta que estén diluidas. Agregar a la túrmix y triturar. Poner sacarina para endulzar al gusto. Llenar cuencos para flanes con la mezcla y a la nevera hasta el día siguiente.



Para sacarlos y emplatar pasar los cuencos por un poco de agua caliente y así salen muy bien. Decorar con unos trozos de melocotón y fideos de chocolate negro sin azúcar.



CASA NÚMERO 1 DE MÁLAGA

Nuestra mayor fortaleza radica en la gentileza y la ternura de nuestro corazón... (Rummy)

Hoy quiero contar una bonita historia de un joven que llegó a la ciudad de Málaga siendo un adolescente procedente de Laguna de Cameros, La Rioja. Comenzó a trabajar como aprendiz en un comercio textil de la calle Nueva, de los muchos regentados por gente del mismo pueblo del muchacho. Dormía detrás del mostrador y trabajaba de lunes a domingo. Pedro Alonso García nació en Laguna de Cameros en el año 1830, el pueblo riojano de los Larios, los Heredia y los Félix Sáenz. Nuestro protagonista, después de diez años de trabajo, se asoció con sus primos los Gómez Mercado y Gómez Raggio, consiguiendo toda una fortuna con su esfuerzo y ahorró y pudo comprar una parcela de 515 metros cuadrados en subasta pública, siendo el promotor de la primera casa malagueña. Separado de sus primos, montó su propio negocio en los bajos de su casa donde vendía de todo, desde muebles, vajillas, relojes, etc... Ésta no es otra que el número uno de la calle Sánchez Pastor. El edificio hace esquina a la calle Santa María, se levantó sobre el solar donde estuvo el convento de Las Carmelitas, fundado por San Juan de La Cruz. La casa es conocida por sus famosos balcones, doce en total y tres cierros redondeados. En sus balcones de hierro forjado destacan motivos vegetales y escamas, en su entrada, invitan a subir por su majestuosa escalera de mármol, dos jóvenes de distinto sexo en hierro, sujetando unas lámparas. Todo en la casa es impresionante, desde puertas de madera con cristales esmerilados, suelos de mármol y lámparas de cristal, en el dintel de la puerta labrada en mármol las iniciales del promotor: P.A. con motivos vegetales. Nuestro hombre viajó muchas veces a la capital francesa por motivos comerciales y de ahí se trajo las ideas de las casas burguesas parisinas. Hoy sigue en pie después de siglo y medio de ser construida.



Desgraciadamente D. Pedro Alonso solo pudo disfrutarla dos años, ya que falleció de forma repentina en su casa el 19 de Junio de 1881 a los cincuenta años de edad. Entonces era Teniente alcalde del ayuntamiento de Málaga, habiendo asistido a un pleno, 27 horas antes de su muerte. Al no tener hijos, su sobrino heredó la casa y vivió en ella hasta 1901, con su esposa, cinco hijos, una tía y tres empleados.

El arquitecto encargado de los planos fue D. Eduardo Strachan Viana-Cárdenas que contaba tan solo 20 años de edad. Los Larios sorprendidos con el proyecto encargaron a Eduardo la realización de las casas de su nueva calle, siendo el nº 10 de la calle de Larios, el único inmueble que vendieron a los Gómez Hermanos por la amistad que tenían, ya que todos eran de Laguna de Cameros. Pedro Alonso García, llegó a ser alcalde de Málaga en dos ocasiones, en 1872 y 1874 siendo el primer camerano, seguido de los Larios, los Heredia o los Félix Sáenz.

Fuentes: Fernando Alonso-Diario Sur- Málaga

VOLVER

Si quieres que tus sueños se hagan realidad: ¡Despierta! (Anónimo)

Cada primavera solía pasar unos días en la casa de mis abuelos, allí podía relajarme aislándome del bullicio de la gran ciudad, preparaba mis exámenes y conseguí terminar la carrera.

Apenas amanecía solía dar un paseo, admiraba todo cuanto me rodeaba, el color de los montes, los almendros en flor, el correr del agua por el arroyo, el verde gris de los olivos, me fascinaba el olor de la mañana. Todo aquello me daba la vida, luego volvía a la pequeña casita donde mi abuela había preparado café y me servía una taza con aquel pan recién hecho esperándome, ellos se sentían felices con aquel pedacito de tierra, viendo crecer a su nieta.

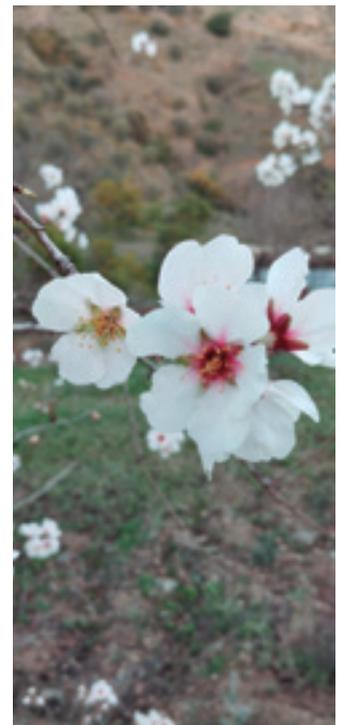
Al terminar mis estudios me marché al extranjero por razones de trabajo, al principio solo serían unos meses, pero estos se convirtieron en años. Cuando volví todo era diferente, ellos ya no estaban... ¡Cómo los extrañaba! Un día empecé a caminar por el sendero, de lejos oí el ladrido de un perro y apresuré el paso, al verme éste se paró a olisquearme, el pobre animal no me conocía. Era tan parecido al que fue mi amigo de juegos cuando era pequeña que lo llame por su nombre, entonces echó a correr metiéndose detrás de una señora que salió a mi encuentro al oír al animal. Al principio no la reconocí hasta que ella se acercó dándome un abrazo mientras me decía: bienvenida, ¡cuánto tiempo ha pasado!

Al oír su voz supe que era la compañera de estudios que se aislaba en el campo como yo, aunque tenía un hermano revoltoso que nos distraía y no nos dejaba estudiar. La parcela de sus padres estaba relativamente cerca a la de mis abuelos, al morir estos, había comprado la casita para estar cerca de sus padres, como había estudiado botánica, convirtió el huerto en un invernadero donde cultivaba toda clase de plantas exóticas.

Comenzamos a hablar de nuestra niñez y de cómo habían pasado los años. Ella se había casado y tenía una niña de corta edad, tenían una página web donde vendían las cosechas y se sentían felices con aquel trocito de tierra. En cambio yo no encontré al amor de mi vida, anduve trabajando, sin tiempo para nada más, pero soñando con volver un día donde me sentí tan feliz, aun sabiendo que los míos ya no estarían esperando con el café y el pan recién hecho para desayunar.

Con lágrimas en los ojos me despedí, alegrándome de que aquel lugar estuviese en sus manos.

No había andado más que unos metros, cuando por el carril se acercaba una camioneta, ésta se paró de repente, un joven se bajó del vehículo mientras me decía: No lo puedo creer, tu aquí después de tanto tiempo. A este chico si lo reconocí, porque no había cambiado, era el mismo impetuoso y parlanchín de entonces. Estuvimos hablando largo rato y me acompañó a casa. Hoy somos compañeros de camino.





POESÍA

Se dice que la poesía es la expresión de la belleza por medio de la palabra, creo que también es la exposición más grande de los sentimientos de los que la crean, en ese ingenio los sentidos se abrazan en mutua intimidad.

La desnudez de un/a poeta se transcribe lentamente en cada verso, su melifluo conecta intensamente con una inexplicable sensación que brota desde el alma para vaciar cada palabra deliberadamente, la poesía se inspira en el/la poeta y lo dirige inexcusablemente hasta culminar la delicada obra.

Los poemas son trozos delimitados de la libertad más incuestionable del versador, en sus vocablos se mezclan los credos más sinceros y puros, ellos transitan por el pensamiento lírico de su autoría y lo hace revivir en las manos de sus lectores, en ese transcurrir discierne abiertamente las emociones, ellas se expanden irremediablemente en la sensibilidad más extrema, su enorme potencial es capaz de contar en unos cuantos versos la historia de toda una vida, y no solo eso, su corta extensión puede cambiar

percepciones e incluso logra contagiar sueños y anheladas dichas, su huella apunta directamente en la diana del imaginario convirtiendo al lector/a en su más fiel aliado.

Los poemas son la esencia de la literatura, ellos crean lazos indestructibles a través del tiempo, en su lectura breve su género nos hace viajar a lugares inexplorados y nos muestra el fluir incesante de otros nuevos horizontes.

Fragmento de uno de mis poemas publicados en la Antología "Reunidos Con El Sol"

LIBROS

Recuerdas que un día te ayudé a sentir
a aprender cosas inalcanzables
así siempre te agradecía tu compañía
nunca olvidaré tus manos tibias
esas que mimaban mis páginas
a veces, salpicabas con tu aliento
otras veces, tus lágrimas derramabas
toda una aventura vivimos juntos
cuando en la noche tú te entregabas
quería que el Sol pasara pronto
en la lectura yo te esperaba.



TRES TEMAS DIFERENTES

SEMANA SANTA

Es la segunda vez que escribo de este tema, y desde luego lo haré más veces si no se arregla lo que a continuación paso a explicar, situemos el foco en la Semana Santa, en concreto el Jueves Santo, la legión y el Cristo de Mena levantan pasiones (bueno, el Cristo no es de Mena, puesto que lo esculpió el malagueño Palma) agrupando a personajes ilustres de toda índole, pues bien, en la foto fija que recogían las distintas cámaras de televisiones, principalmente la de RTVE, nos detenemos de nuevo en un horrible desconchón en las paredes exteriores del portón principal, esos desperfectos se apreciaban desde todos los ángulos y desde luego no pasaban inadvertidos. Esa dejadez no solo deja en entredicho a la Congregación, sino más bien a todos los malagueños que se representan en un acto solemne de esta naturaleza.

A ver si tenemos suerte y el año que viene no tengo que volver al mismo tema.

SIN PAPELES

Hace muy poco presencié un caso algo lamentable, la cuestión es que no se trata de valorar las reglas establecidas, sin embargo, sí se traduce en apreciar hechos que disminuyen la dignidad del ser humano. Como sabemos, algunas personas de otros países menos favorecidos que el nuestro se postulan para buscarse la vida de la manera que mejor pueden, se trata de subsistir a contracorriente, en esa difícil situación esas personas son perseguidas por no contar con los documentos que le acrediten, a veces, antes de verse repatriados ellos han de correr como

animales acorralados, al igual que si hubiesen cometido un gran crimen. Si hablamos de globalización, no debemos olvidarnos de la humanidad y de la sintonía entre las personas del mundo.

INMORALIDAD

Al menos los de a pie podemos protestar, aunque de momento no consigamos hacer nada más que opinar al respecto, se prevé que en años venideros estos comercios entre deportistas y todos sus grandes entramados se desvanecerán.

Cuando existen millones de niños en las puertas de la pobreza e infinidad de familias sin recursos es inmoral que se manejen esas cantidades de dinero para tales fines, la compra de deportistas de élite no compagina con una sociedad justa y mucho menos con el alto significado del deporte. En la deportividad no cabe los intereses, solo los trofeos y el esfuerzo común o independiente.





LÁGRIMAS EN SEMANA SANTA

No parece un tema para la revista de mayo – junio, pero resulta que los escritos hay que hacerlos con cierta anticipación para que salgan a tiempo y este año estoy escribiendo lo último en plena Semana Santa. Viendo tanta desolación ¿quién se resiste a hacer un comentario? Si se tiene en cuenta como las cofradías y sus cofrades están todo el año pendientes de las imágenes que han de procesionar, de cómo las cuidan y las miman, de lo pendientes que están de sus túnicas y mantos, bordados con hilos de oro y plata (muchos de ellos, por manos cofrades), de sus tronos y todo el atrezzo que los acompaña, de como limpian y abrillantan para que luzcan radiantes en las procesiones de Semana Santa, nos parecerá normal su frustración por estas tormentas inoportunas que impiden el lucimiento por el que tanto han trabajado.

(No conozco demasiado las labores de las cofradías malagueñas, pero sé que muchas están implicadas en obras sociales, para mejorar la vida de las personas más vulnerables de su entorno)

Pero volvamos a esta lluviosa Semana Santa que yo solo veo desde mi butaca, frente al televisor. Además de los cofrades también lloran desconsoladamente los que esperan, como espectadores, el paso de sus vírgenes y cristos favoritos. Creo que todo el mundo sabemos que hay una única virgen y un solo cristo: la Virgen María y su hijo Jesús, pero en la Semana Santa malagueña (es la que conozco) parece que cada advocación tiene su propia vida independiente y única. No son María y Jesús los que no pueden salir por las calles para hacer el recorrido habitual, es a una virgen y a un cristo determinado a los que cada uno llora con tanto desconsuelo. Por lo menos con los cofrades parece ser así. Son sus imágenes, en las que tanto fervor ponen, las que se quedan en casa y es como si se hubiera perdido la afanosa tarea de todo un año.

Sea como sea el trabajo y la devoción de las cofradías de Málaga, hemos de darles las gracias por conservar para propios y extraños la maravillosa SEMANA SANTA MALAGUEÑA.



VERSITOS Y POESÍA

No soy especialmente aficionada a la poesía. Leo mucha más prosa que verso. Pero esto no quiere decir que no me guste. De hecho, cuando un poema me llega de verdad puedo leerlo una y otra vez hasta casi aprenderlo de memoria. Pero no me gusta toda en general. Aunque tengo cierta afición a emborronar cuartillas, nunca me he metido a poeta, es algo que me inspira un gran respeto. Si nada menos que Cervantes decía eso de...

“Yo que siempre trabajo y me desvelo / por parecer que tengo de poeta / la gracia que no quiso darme el cielo...”

¿Qué vamos a pensar los humildes “escritores” de a pie? Debe ser verdad eso de que para ser poeta hay que tener una gracia con la que se nace, que viene del cielo. Envidio a las personas que la tienen. Para ser buen poeta no hace falta prepararse adquiriendo un vocabulario poético especial, ni estudiando rima, ritmo, métrica... La poesía sale si la tienes dentro, si no la tienes, no sale. Yo no la tengo. He escrito versitos para mis alumnos y alumnas, sobre todo para los pequeños (¿qué maestra no lo ha hecho?) Versitos para el Día de la Madre, del Padre, para Navidad... Algunos me han quedado “muy monos” pero yo sé que eso no es poesía.

Mi poeta favorito es Antonio Machado. Empecé a fijarme en él siendo una niña por su vínculo con mi Soria; pero, aunque no existiera ese vínculo, lo admiraría igualmente. No conozco a ningún otro que con un lenguaje tan sencillo y cotidiano pueda decir cosas tan hondas y verdaderas. ¿Puede decirse tanto con tan pocas palabras y con tanta sencillez como lo que nos dice en estos versos?

“Érase de un marinero / que hizo un jardín junto al mar / y se metió a jardinero. Estaba el jardín en flor / y el marinero se fue / por esos mares de Dios...”

Cuando los leí quedé impresionada. No por ese marinero protagonista, claro, sino por el pobre jardín florecido y abandonado. ¿Cuánto podría durar aquel florecido jardín sin nadie que lo regara, que cuidara de abonarlo, de eliminar las malas hierbas, de combatir las plagas que pudieran invadirlo? Sucumbiría poco a poco, agostado por el calor, por los vientos furiosos, con las raíces secas y atacado por insectos nocivos...

¿Cuántos alocados marineros hay por ahí sembrando ilusiones en corazones solitarios que después abandonan para seguir con sus navegaciones? Es hermoso despertar ilusiones, pero solo si quien las despierta es capaz de quedarse al pie del cañón para cuidarlas y alimentarlas, día a día, a lo largo de los años. Eso es lo verdaderamente hermoso. ¿Por qué será tan difícil?

De joven me sentía muy acomplejada si leía algún rimbombante poema que no entendía. Pero los años me han enseñado que un gran poeta es el que, teniendo gran profundidad de pensamiento y sentimiento, puede llegar al corazón de un erudito, de un joven, de un viejo, de un rey o de un camarero. Esa es la poesía que yo prefiero. Esa es la poesía de mi poeta favorito: Antonio Machado.





DECÁLOGO PARA MI MAMÁ POLÍTICA

PRIMER DOMINGO DE MAYO DÍA DE LAS MADRES

Querida mamá:

Ya ve que la llamo como a usted le gusta y con ello le demuestro mi buena voluntad. Sin embargo, quiero que sepa lo siguiente para que vaya buscando un arreglo lo antes posible. No la aguanto más y voy por puntos.

Primero: No he sido yo, sino usted, la que se ha querido venir a vivir con nosotros por pura voluntad propia, o sea, sin invitación previa, sin que por mi boca insistiese lo más mínimo. Sí, usted que siempre ha presumido de apañárselas la mar de bien sola.

Segundo: Ha sido usted la que al menor descuido aparta a mi marido, su hijo, para cuchichearle a escondidas no sé qué cosas. ¿Nunca le enseñaron que los secretitos en reunión son faltas de educación?

Tercero: Se lo digo a la cara. Ha sido usted la que, poco a poco, tomándome por tonta, cada vez que salgo a la calle me va cambiando de sitio los muebles, incluyendo el contenido de los cajones. No encuentro nada ni me gusta la risa tonta que le da cuando me ve dando palos de ciego por la casa.

Cuarto: Es usted, bien lo sabe, la que, aprovechando mi ausencia, usa mi ropa, me la ensancha, me la deforma.

Quinto: Ha sido usted y no otra, la que me ha usurpado lo más sagrado, mi sitio en el sofá, mi manta de coralina la mar de esponjosa; la que cambia de canal si es que se aburre con lo que estamos viendo. ¿Acaso no entiende

que no soportamos ya las películas de Paco Martínez Soria?

Sexto: Sin duda alguna, por más que lo niegue, es usted la que roba mis recetas de cocina y se las presenta a su hijo como propias. Le digo que estoy al tanto de que en su casa, su menú, día sí y noche también, eran los sobros de sopa, así que no se las dé de lista.

Séptimo: Es intolerable que le enseñe mi casa a sus amigas presumiendo de vivienda, que las traiga a todas horas y que confisque los juegos de mesa de mis hijos para jugar con ellas, ¡habrase visto!

Octavo: No yo, sino usted, es la que usa mi perfume cuando no estoy. La que deja sus canas en mi cepillo, la que se lava con mi esponja, la que cada día está más guapa y más lozana usando las cremas de mi cara que, por cierto, son de farmacia.

Noveno: ¿Se puede saber, por el amor de Dios, en qué está invirtiendo su paga? No quiero pensar, pero lo pienso, que cuando sale a escondidas los miércoles por la noche, a saber con quién, se va al bingo.

Décimo: ¿Sabe lo que le digo? ¿De verdad quiere saberlo? Que por mucho que usted quiera, su hijo es mío y para mí, y los hijos de su hijo, son míos también. Que la casa la he pagado yo haciendo muchas horas extras y que mis cosas son mías por más que usted se empeñe en lo contrario.

No queda dicho todo pero sí lo que más me escuece.

15 DE MAYO DÍA INTERNACIONAL DE LA FAMILIA

QUE JAMÁS ENDUREZCAN LAS BISAGRAS

En esta fiesta conmemorativa, la más importante a mi entender, expreso que no concibo en la vida familiar cocinas de película, esas que aparecen ordenadas como si pertenecieran a un catálogo de ventas. En encimeras de espejo y hogares sin usar yo apuesto por la salpicadura. Me encanta la mesa puesta, una mesa con mantel que te diga que allí se convocan reuniones de manera permanente. La talega aparece con un trozo aromático de hogaza a medio terminar. A su lado, el bote de sal que condimenta. Las servilletas de tela ya gastadas, sin planchar. Una jarra de agua que te habla, que te cuenta que alguien se sirvió de ella hace un momento y por eso está por la mitad. El trozo de bizcocho que quedó del desayuno está justo en el lugar del que ahí se sienta, a la espera de que vuelva. El cucharero heredado de la abuela luce abierto, para que puedas servirte sin más. En una esquina asoma la libreta de recetas. En la pared, colgada, la agarradera de croché que te hizo aquella amiga singular. El más pequeño de la casa, por ejemplo, en un rincón olvida su juguete. Y hasta el perrillo se acerca a los que están rogando su atención.

Allí se habla y se discute sin tapujos. Se hacen planes de futuro con la franca ilusión de que puedan hacerse realidad.

En la calidez de una cocina así estás seguro. Es el centro aunque se encuentre en un extremo de

la casa. Se enciende en la mañana y se apaga cada noche cuando cierras la llave del gas porque ya te vas a descansar.

Su hechura está hecha a la imagen y semejanza de los que conviven. Es refugio contra la soledad, contra la mudez e individualismo del presente.

Cuando recuerdas el pasado, cuando rememoras historias antiguas de familia, la mente, con sus alas, se transporta a este lugar. No aparecen héroes ni villanos, sólo las risas y los llantos que salían de aquellos que ocupaban los asientos y no están.

En una cocina que se precie, la belleza está en que jamás endurecen las bisagras. A la vista debe haber restos de naufragios culinarios para hacer notar que está viva y se renueva, que ahí resuenan ecos de gente unida que se trata. Y además, y sobre todo, una cocina siempre debe estar dispuesta a que el invitado se sienta como en casa.



*El 20 de septiembre de 1993 la Asamblea General de las Naciones Unidas en la Resolución 47/237 decide que el 15 de mayo de cada año se celebre el **Día Internacional de la Familia**. Entendemos que familia es el grupo primario del ser humano. Esto es así ya que la familia actúa como el primer grupo de personas con las cuales el ser humano que nace entra en contacto. La familia es el grupo responsable de cuidar y proteger al bebé pero también de integrarlo al mundo y de hacer que, a través de la enseñanza de prácticas, reglas y pautas de convivencia, pueda adaptarse exitosamente a las necesidades de la sociedad.*

https://es.wikipedia.org/wiki/D%C3%ADA_Internacional_de_la_Familia



IMPORTANCIA DE LA SALUD DENTAL

En mi infancia era la frecuente visión de personas mayores sin dientes. Incluso ahora al recordarlo me da un poco de “dentera”. Además tampoco eran tan mayores, pero eso, a los ojos de un niño, los hacía mucho más viejos. En esos años el tratamiento principal del dentista, por no decir el único, consistía en la extracción dental.

Por suerte, hoy esto es una excepción. Hemos aprendido a cuidar la salud bucal desde la infancia, pasando por la adolescencia, la edad adulta, y la vejez. Por eso me gustaría resaltar la importancia de la salud oral, no solo desde el punto de vista sanitario, sino también en su repercusión en la calidad de vida y la propia dignidad de los adultos mayores.

La salud bucodental incluye el buen estado de los dientes, las encías, los labios, las mejillas y la lengua. Además de realizar su función fisiológica: masticar e iniciar la función digestiva y nutritiva, mejora nuestra calidad de vida. El dolor de muelas, la gingivitis, las periodontitis, alteran la capacidad de hablar y de comunicarnos con los demás. Los problemas estéticos como los dientes amarillentos, el mal aliento, la falta de una o varias piezas, afectan directamente a nuestra autoestima a nuestras relaciones sociales y la manera de transmitir nuestras emociones. Por tanto mantener una boca sana mejora la digestión y la

nutrición, nos permite tener una sonrisa bonita y atractiva, ayuda a la prevención de enfermedades que llamamos sistémicas: infecciosas, cardíacas respiratorias. Etc.

En los últimos años las técnicas de implantología han tenido un avance espectacular, también dentro de la Gerodontología. Por supuesto la edad más o menos avanzada no es, o no debería ser una contraindicación. Todo lo contrario, las prótesis fijas o las removibles pueden estar indicadas en pacientes ancianos y especialmente en los edéntulos. Las prótesis Implanto-soportadas mejoran la calidad de vida oral, el bienestar general y psicosocial de los pacientes adultos mayores.

El mantenimiento de la higiene oral por parte del paciente, y las revisiones periódicas realizadas por el dentista son parte imprescindible de una buena salud dental.

Me diréis que estos tratamientos son caros y la mayoría no están incluidos en la cobertura sanitaria, y no os falta razón, pero también es verdad, que la mayoría de las enfermedades dentales: caries, periodontitis, gingivitis, pérdida de dientes, se pueden prevenir y/o tratar en sus etapas iniciales.

¿Cómo?, pues con una dieta equilibrada, baja en azúcares refinados, con abundantes frutas, verduras y hortalizas. Agua como bebida principal. Evitar el tabaco y el consumo de alcohol. Cepillado de dientes con dentífrico fluorado.

En 2021 la Asamblea Mundial de la Salud aprobó la promoción de la salud oral en el ámbito familiar, escolar y laboral.

Y en 2022 inició la estrategia mundial sobre la salud bucodental, para alcanzar la cobertura sanitaria universal de todas las personas y comunidades para el 2030.

¡Así que manos a la obra!





LA FUENTE DE GÉNOVA

Merece la pena detenerse en la Plaza de la Constitución entre el trasiego de viandantes y el número de turistas que no para de crecer. Y mirar. La Plaza viene siendo el corazón de Málaga, al menos, desde los años que siguieron a la conquista de la ciudad por los Reyes Católicos. Fue Plaza de las Cuatro Calles y Plaza Mayor, aunque también tuvo otros nombres. La vida civil tuvo aquí sus espacios más representativos en la Edad Moderna: la sede del Cabildo, la Casa del Corregidor, las casas del Cabildo Eclesiástico, el colegio fundado por los jesuitas y hasta la cárcel. También tuvo -y tiene- una fuente: la llamada Fuente de Génova. No siempre estuvo aquí. Durante el siglo XIX sirvió para embellecer la Alameda, en uno y otro extremo de la misma. Pasó luego, ya bien entrado el siglo XX, a una sombría glorieta del Parque. Y en 2002 volvió a su espacio de origen, en la reordenada Plaza de la Constitución.

Es una fuente singular, de mármol, de estilo renacentista y procedía de Génova. Sabemos que estaba en la Plaza desde 1554, pero sus orígenes no son del todo claros. Se cuentan con tintes aventureros, con historias de piratas, y hasta hubo quién fantaseó con que pudo haber sido un botín de la batalla de Lepanto. Tampoco sabemos su autor, aunque más tarde, en 1635, lució ampliada por el escultor José Micael Alfaro, bien conocido en la ciudad.

Sin duda, es una fuente marinera. Conviene fijarse primero en la gran taza de doce lados que tiene una sutil decoración. En su primer tramo se representan tres sirenas entrelazadas que sostienen coronas de flores. En el siguiente, tres figuras femeninas -tal vez ninfas- parecen dispuestas para el baile, bajo las cabezas amenazantes de Medusa. Una segunda taza sirve para ampliar la fuente, a la par que la surte de agua.



Foto: Bartolomé Mesa Gil.

Sobre ella, en un nuevo tramo, tres figuras que parecen mitológicas se entrelazan y una resulta fácil de identificar como el dios Neptuno. Entre las figuras se representan escudos reales y de la ciudad. Finalmente, sobre una última taza más pequeña, tres niños parecen divertirse llevando delfines sobre sus hombros. La Fuente se remata con un águila que simula mirar a la antigua calle Real, hoy de Granada, por donde entraron los Reyes Católicos a la ciudad conquistada.

Es una hermosa fuente que cumplía la doble misión de surtir de agua a los vecinos y de decorar un espacio público. En la plaza fue testigo de los acontecimientos más festivos como las corridas de toros, también religiosos, y no faltaron los dramáticos y aquellos otros que hicieron historia. Hoy nos llama a la contemplación y, especialmente, a su cuidado, a respetar su valor, su historia. Y a contársela a los niños que, a veces, con poca vigilancia de sus padres quieren acceder a la gran taza que la custodia. Porque la Fuente de Génova es parte del mejor patrimonio de Málaga y nos obliga a su conservación.



29

SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES

Del 7 al 12 de mayo de 2024

**PASEO DEL PARQUE Y
RECINTO EDUARDO OCÓN**



Ayuntamiento
de Málaga