

# SOLERA

 Ciudad  
de Málaga

**MÁLAGA CON LAS  
PERSONAS MAYORES**

167 / JULIO-AGOSTO '25





## PORTADA

Noche en Muelle Uno  
Isabel Parra Iglesias

## 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](http://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  
Paqui González Burgos  
Regina Garrido Gil  
José F. Jiménez Trujillo

## EQUIPO DE REDACTORES GRÁFICOS

Antonio Santiago Gómez  
Loly Gómez Galo  
Nicanor Sabín González  
José María Machuca Valle  
Isabel Parra Iglesias  
Antonio Peña Méndez  
Rafael Luis Marqués Sanatan  
José López Fernández  
Adoración Peinado Peinado  
Miguel Ángel Matamala Cerezo  
Salah Salahat Hasan  
Francisco Espada Liñan  
Jesús Postigo Molina  
María Carmen Martín Rodríguez  
Vicente José Morato Areal  
José Barroso Ruiz  
María Eugenia Márquez Alcantara  
Félix Vegas Sáez

## IMPRIME

Editorial MIC

DEPÓSITO LEGAL E ISSN

MA-1168-97

ISSN: 2171-0201

PUBLICACIÓN, REDACCIÓN Y  
SOLICITUD DE EJEMPLARES  
GRATUITOS

C. Concejal Muñoz Cerván s/n  
Módulo 3. 29003 Málaga

Tel. 951 92 84 41

[revistasolera@malaga.eu](mailto:revistasolera@malaga.eu)



# EDITORIAL

**A**vanzamos por el verano y nos aproximamos a la semana grande de nuestra ciudad. La Feria de Málaga nos espera para celebrar con baile y alegría su puesta de gala con las casetas en el Real y por supuesto la feria del centro. De día y de noche durante siete jornadas Málaga acoge a toda la población de dentro y de fuera de ella con entusiasmo y fervor. Como todos los años, la caseta del Rengue abrirá sus puertas para que las personas mayores de Málaga acudan a cenar y bailar. Sin duda alguna serán fechas para celebrar el ahora sin pensar en lo que queda por venir, porque lo que tenga que venir tarde o temprano vendrá.

## SUMARIO

### EVENTOS Y COLABORACIONES

SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES 2025 .....3-6

### ENTRE LÍNEAS

CORAZÓN DE PÁJARO .....7

### CON OLOR A BIZNAGA

NUESTROS CINES DE VERANO .....8

EL CENACHERO .....9

### MÁLAGA CON MUCHO ARTE

EN EL RECTORADO DE LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA.....10-11

### CAMINANDO VOY

AMANECER .....12-13

### MI MESA CAMILLA

EL ABUELO .....14

ENGAÑAR CON LA VERDAD.....15

### LA MARMITA DE LOLA

TEATINOS .....16

POLLO CON PIMIENTOS/SALMÓN CON ALMEJAS .....17

### HISTORIAS Y VIVENCIAS

MI BARRIO.....18

VACACIONES DE VERANO .....19

### LA BRÚJULA

CRISTOBALINA FERNÁNDEZ ALARCÓN .....20

EL REDIL.....21

### DE ESTO Y AQUELLO

UNOS Y OTROS .....22-23

### CONTRACOSTUMBRE

NO APARTES LOS OJOS.....24

SIETE MACETAS .....25

### JUEGOS DE NUESTRA INFANCIA

EL JUEGO DE LA COMBA. ....26

### AGENDA Y MURO

LIBROS/ JEROGLIFICO/PELÍCULAS.....27





# 30 SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES

**E**l día 27 de Mayo de 2024, fue inaugurada en el Paseo de Parque por el Sr. Alcalde D. Francisco de la Torre, la 30 Semana de las personas Mayores, quien fue acompañado por parte de la corporación Municipal, personal de Prosalud y muchos amigos que fueron pasando por todos los stand, que componen La Muestra de Talleres del proyecto: “Talleres para personas Mayores” del Área de Derechos Sociales, Diversidad, Igualdad y Accesibilidad y de las Asociaciones de Personas Mayores, admirando los trabajos que durante el curso han ido confeccionado.

Cada día han actuado en el Recinto Eduardo Ocon de nuestra ciudad: grupos de: Baile, Castañuelas, Coros, Rondalla, Baile de Salón, Teatro, Guitarra, Taichí, Yoga, Prensa y Radio, con un

lleno a rebosar, que aplaudió cada actuación con cariño y emoción, ya que entre el público se encontraban más de un familiar y amistades de los actuantes, que se han sentido orgullosos al ver tan maravilloso espectáculo.

El domingo día 1 de Junio de 2025 fue la clausura con la actuación de varios coros y la de un grupo de teatro. Al término, según el fallo del jurado se otorgó el premio al ganador del concurso de pintura, que representará a la Caseta de El Rengue en la Feria de Málaga del año 2025.

Este fue concedido a Doña Ana Florido Arreza, de la asociación La Ilusión.

Terminó el acto con unas palabras del Sr. Alcalde invitando a seguir participando en todas las actividades que nos mantienen jóvenes e ilusionados.









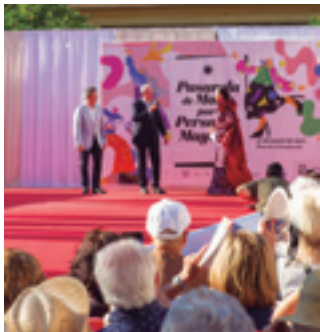
# PASARELA DE MODA DE LA 30 SEMANA DE LAS PERSONAS MAYORES

**E**l pasado martes día 27 de Mayo se abrió el telón de un espectáculo muy especial en Málaga, en el marco incomparable de: “La Plaza de la Constitución”, se trata nada más y nada menos que la Pasarela de Moda para las Personas Mayores. Al dar las seis de la tarde comenzó un desfile de modas espectacular lleno de colorido, música y simpatía de todos los participantes, que impacientes esperaban salir a lucir sus palmitos.

Comenzó el acto con unas palabras de nuestro Alcalde D. Francisco de La Torre, acompañado de la Corporación Municipal, dando la bienvenida a un público que llenaba la plaza y parte de las

calles adyacentes. Dio las gracias a las empresas colaboradoras y muy especial a 102 modelos, (84 mujeres y 18 hombres), que hicieron un desfile espectacular sobre la pasarela, poniendo ese punto de elegancia, que solo saben hacer nuestros mayores, como verdaderos profesionales, haciendo honor a las prendas que lucían.

Al terminar el desfile, salieron de nuevo al escenario todos los participantes, firmas colaboradoras, monitoras y todo el personal que hacen posible “La Pasarela para las Personas Mayores de Málaga”, aplaudidos por un público que a pesar del calor y un sol de justicia, se mantuvieron hasta el final en sus asientos, aplaudiendo el precioso espectáculo.









# CORAZÓN DE PÁJARO

**I** Ay, xiqueta!, deja que te mire: traes mala cara. Los ojos de haber llorado. Respiras fuerte, agitada. La boca abierta como un pez que se asfixia fuera del agua. Siéntate aquí, al borde de la acequia. Así, quietecita. Serénate.

Cierra los ojos como cuando eras niña. Aspira profundamente. El aire trae consigo la fragancia de los naranjos, de las cañas, el olor a barro de los arrozales. Aspíralo, hasta el tuétano, hasta que la humedad profunda de la tierra inunde tu alma, despeje tu cabeza y los malos pensamientos se alejen volando.

Siente cómo la brisa acaricia tu cara y te despeina. Ven, apoya tu cabeza en mi regazo. Abriré caminos en tu pelo, de norte a sur de este a oeste y aprovecharé para besarte los ojos y la frente. Luego, mientras te peino, examinaré cada mechón con cuidado, como hacen las madres. Dice la maestra que hay piojos en la escuela.

¿Lo ves?, no tienes nada, sólo la vieja cicatriz, rugosa aún bajo la yema de mis dedos. ¡Pobre xiqueta!

Escucho tu corazón que palpita como un pájaro asustado.

¿No has sentido latir el pequeño corazón de un pájaro? Claro que sí, cómo no ibas a sentirlo, niña mía, si eres la cuidadora de los arrozales, la defensora de los gorriones y los mirlos.

¿No has sentido palpar su corazón?, ¿el pequeño corazón de un pájaro?... Su latido es leve, rápido, tan frágil que piensas lo vas a romper cuando lo tomas entre tus manos.

Tu corazón aletea cuando me ves, y si me acerco, entonces se convierte en un revuelo y parece se te va a escapar volando. Le ocurre igual que al



mío, por eso lo sé, aunque a veces no palpiten al unísono.

Escúchame: te quiero.

No te levantes aún, a qué esas prisas. Deja que por una vez alguien te meza, deja que te arrulle el rumor del agua, de las hojas brillantes de los naranjos que agita el viento. Deja que te arrope con los recuerdos de nuestros paseos por la

ribera, de nuestro primer beso.

Cierra los ojos, querida mía.

Rozo la cicatriz que bordea tu párpado izquierdo, la recorro con mis dedos fríos. Quiero que olvides todo lo feo y lo malo, niña de mi alma. Corazón de pájaro.

Levántate. La luna va a salir.

Regresemos. Ha refrescado y el horizonte teñido de rojo sangre me produce escalofríos. Dame la mano, no me sueltes.

No estás sola, xiqueta, aquí me tienes. Mi corazón en tu corazón de mirlo blanco.

Mira, ahí está la luna, ¿la ves? Acaba de asomarse por detrás de la torre, redonda y plena.

¡Deprisa, subamos!

Levanta las persianas hasta arriba, que quiero llevar la luna a nuestro cuarto. Y subir, subir desde nuestra cama hasta alcanzarla, hasta las estrellas y más alto.

Hoy la luna se ha colado en nuestra habitación. Ilumina las baldosas, las sábanas arrugadas, el hueco que dejó mi cuerpo junto al tuyo; tus piernas, tu espalda encorvada, tu pelo ceniza.

No eches las persianas, deja que la luna te acaricie hasta que, rendida, te duermas.

Deja que la luna y yo veamos tu sueño en esta noche de verano.





# LOS CINES DE VERANO

**E**n Málaga debido al buen clima, durante el verano, había cines al aire libre, estas proyecciones abarcaban los meses de junio, hasta principios de octubre y solo ponían películas de reestreno con un programa doble. A veces utilizaban estas salas para verbenas, fiestas flamencas y veladas de boxeo. Los sitios donde se instalaban estos cines era en lugares donde había espacios bastante grandes y solares sin urbanizar. A partir del año 1.920 se proyectan películas en los Baños del Carmen, La Estrella y los Baños de Apolo, pero el más famoso de todos fue el cine Las Delicias, que se mantuvo abierto desde 1.929 hasta 1943, éste se encontraba en la Calle Marqués de Valdecañas donde años más tarde fue un garaje y en la actualidad es un aparcamiento.

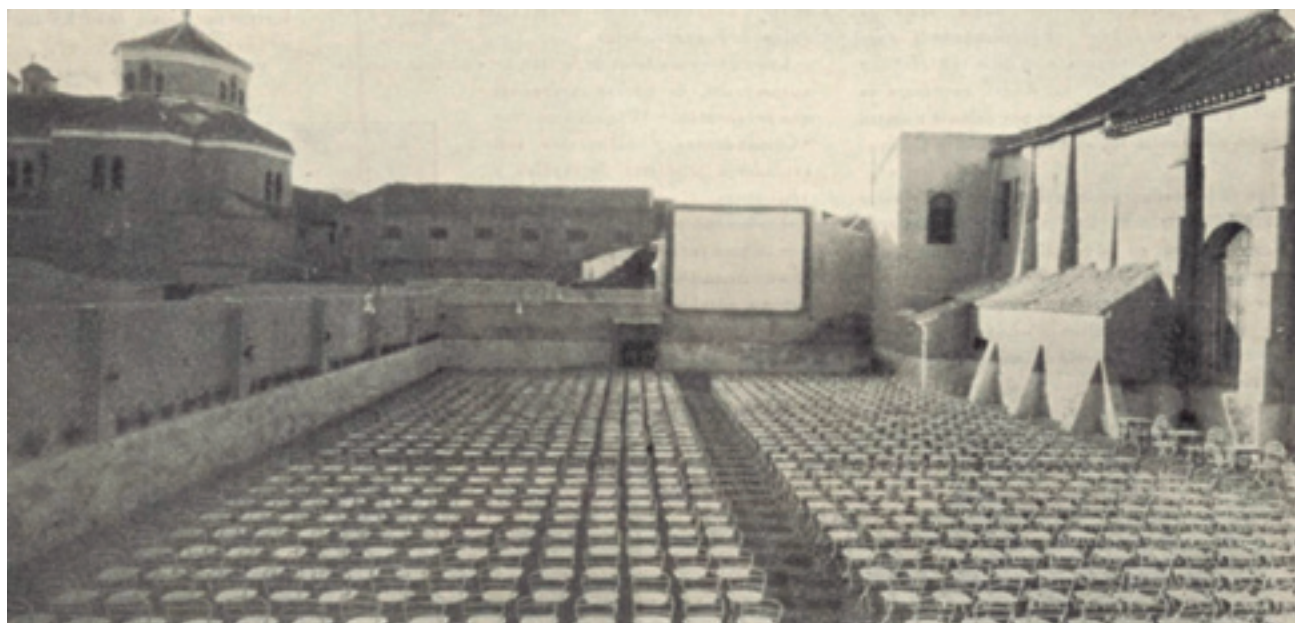
Había cines que tenían dos salas una de invierno y la otra de verano como el cine Duque, el Capitol, el Royal, el Cayri, el Monumental y muchos otros, a lo largo de los años funcionaron bastantes a la vez, desde 1955 a 1964. Los más conocidos fueron Acacias, los Álamos Carmen Cinema, y las palmeras. Pero en la actualidad ya

no existen ninguno de ellos, el último estaba en la Avenida de Capuchino y se llamaba Altamira, lo inauguraron en 1.990 y se cerró en 1.994. La causa de que hayan desaparecido estos cines está clara, por un lado la televisión y los videos, que sin tener que salir de casa tenías muchas películas, y por otro lado la juventud, que tiene otro método de diversión, conciertos al aire libre, discotecas, etc... en fin, que ha surgido otra nueva forma de divertirse.

Pero el Ayuntamiento de Málaga y la Universidad, sigue apostando por esta forma de promover cultura ciudadana y programan ciclos cinematográficos en el parque, en el recinto de Eduardo Ocón, y en la playa.

¿Quién no recuerda aquellas noches calurosas del mes de julio y agosto sentado en una silla de madera viendo una película del Oeste comiendo pipas y palomitas de maíz, y algunas veces nos llevábamos un bocadillo de mortadela o pan con chocolate y un refresco de gaseosa, y ya íbamos cenados a casa?.

Fuente. M.P. Lara ( Historia del Cine en Málaga)  
Imagen : Diario Sur





# EL CENACHERO

**S**i quisiera dar una valoración sobre los pregones Malagueños, para ver cuál es más representativo de nuestra ciudad, no sabría por cual decidirme, ¿El de mejor armonía, el más bonito, el de más elegancia por su personaje, el más típico y popular? No podría quedarme con uno, todos ellos tienen su encanto, su mérito su trabajo, pero quizás el más castizo y uno de los que tienen más solera sea para mí el cenachero.

Popular figura del vendedor de pescado que desde hace muchos años se convirtió en la enseña de nuestra Málaga, este personaje alcanzó una fama que lo diferencia entre todos por su particular vestimenta, su gracia y salero al andar. ¿Por qué le llamaban el cenachero? Pues muy sencillo, porque en sus brazos a la altura de sus codos colgaban dos cenachos. Estas son unas cestas que estaban hechas con pleita y esparto, y al andar llevaban un balanceo para que los cenachos se moviesen y no le molestaran al andar, y ¿qué era lo que vendía este hombre? Pues su producto era el pescado recién sacado del mar ese “*pescaito*” que se cría en nuestras playas, son muy sabrosos y entre todos ellos los boquerones, y los chanquetes.

Su pregón lo esperaban todas las vecinas del barrio, llegaba con sus cenachos llenos de pescado y decía, *“Niñaaaas asomaros a los balcones como la plata llevo los boquerones, chanquetes vivitos y coleando, recién “salios” del copo pescaos” en el Rincón de la Victoria “sardinas frescas”, y bajaban las vecinas con un plato y el cenachero metía las manos en el cenacho y las sacaba llenas de pescao, y como decía mi amigo el profesor Párraga, “sin balanza ni peso que las manos ya habían pesado, las sacaba bocarriba relucientes de pescado”. “Se iba el pregonero a otro barrio a pregonar su mercancía, y al mismo tiempo decía: boqueroncitos vitorianos, sacaos en*



*la farola, sardinas frescas “pa” la moraga”.* Fueron muchos los que recorrían las calles de nuestra Málaga, con su traje típico, pantalón negro subido hasta la mitad de la rodilla, camisa blanca con las mangas remangadas hasta el codo, algunos iban descalzos otros con alpargatas de cáñamo con cintas blancas atadas a la pierna y una faja roja o azul, que daba varias vueltas a la cintura y completaba ésta vestimenta un sombrero negro que cubría su cabeza.

Un personaje muy malagueño y aunque ya no queda ninguno, fueron una identidad en la Málaga del siglo XIX, ofreciendo su mercancía con su pregón ¡SARDINAS FRESCAS PA LA MORAGA! BOQUERONES VIVITOS Y COLEANDO!



# EN EL RECTORADO DE LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA

**E**n nuestro paseo por el Parque, a lo largo de su lateral norte, podemos tropezar con algunos de los edificios más singulares de la ciudad. Uno de ellos es la actual sede del Rectorado de la Universidad malagueña, que hasta 1986 fue Casa de Correos y Telégrafos. Su construcción formó parte de la necesidad de modernizar en todo el país este servicio tan trascendental en la vida ciudadana durante el primer tercio del siglo XX. En Málaga la obra fue proyectada por Teodoro de Anasagasti en 1916 y su construcción se extendió hasta 1923. Está diseñado en un estilo popular en la época -el regionalista- y que aquí en Málaga incorporó elementos del llamado neomudéjar. Merece la pena detenerse en su fachada: en su acceso principal sobre columnas, en sus esquinas redondeadas de una de las cuales emerge una

torre principal, en los tejadillos que nos recuerdan obras islámicas, en el juego de ventanas en sus tres plantas y, con cierta nostalgia, en el testigo de su destino original que son las bocas de los antiguos buzones que aún se conservan.

El edificio fue adquirido por la Universidad de Málaga en 1993. La rehabilitación en su interior fue total y se le añadió un nuevo piso. Hoy sus funciones rectorales lo hacen compatible con ser un centro de actividades culturales de primer orden en la ciudad con su salón de actos y una amplia sala de exposiciones.

Pero si el antiguo edificio de Correos le llama la atención por su arquitectura, anímese a acceder al interior. Tiene buen horario. En pocos lugares de la ciudad podrá hacer un viaje semejante por la historia antigua y medieval de la ciudad. Y, además, con unas cartelas explicativas muy bien





diseñadas que, por cierto, se echan de menos en otros espacios históricos o artísticos.

En su patio central encontrará los restos arqueológicos de una factoría romana de salazón de pescado y donde se elaboraba el *garum*, una especie de salsa que se elaboraba con los restos y vísceras de pescados. Las piletas utilizadas al efecto eran numerosas en la Málaga romana, pero aquí podemos apreciar un conjunto bien conservado que en su día se resguardaban bajo un tejado. El *garum* era un producto cotizado en la mesa e, incluso, se le daba un valor medicinal. Desde Málaga se comerciaba en ánforas que llegaban a numerosos puertos del Mediterráneo. La época de mayor producción fue en torno al siglo IV después de Cristo.

Pero no se puede quedar aquí. Gire a la derecha desde la entrada principal y baje las escaleras que dan acceso a lo que llamaríamos sótano, pero que resulta ser parte de la primera imagen que los marineros tendrían de la ciudad al echar el ancla de sus naves: sus murallas. Sabemos que la visión de Málaga imponía por su defensa amurallada que se elevaba hasta los quince metros. Hay que echar un poquito de imaginación en este espacio que recrea los casi tres mil años de historia de la ciudad, aunque las excavaciones recientes nos están dando algunas sorpresas.

Podrá ver un enorme lienzo de muralla que va en su construcción y reparación desde el siglo XI hasta el XIV bajo distintos periodos de la Málaga musulmana. Sus casi treinta metros quedan divididos en dos por un espolón o farallón de pizarra que se divisaba amenazante para los marineros. Prestemos atención a su color entre verde y morado que hoy vemos en la bandera de la ciudad.

Pero hay más. Bajo las piletas romanas, detrás de las sucesivas ampliaciones musulmanas, invisibles para el visitante, permanece un tramo de la primera muralla fenicia que se puede datar en el siglo VII antes de Cristo. Como decíamos, en pocos espacios de la ciudad podremos hacer un recorrido tan singular por la historia de la ciudad. Nos ayuda la recreación audiovisual que desde hace algunos años se ofrece al visitante. No olvide para ello echar una mirada al interior de las ánforas que recorren en paralelo la muralla.

Cuando salga de la que fue antigua Casa de Correos y Telégrafos quizás verá otra ciudad. Quizás las olas del mar, sobre la enorme extensión que hoy ocupan el Parque y el actual puerto, le estén mojando los pies.

Fotografías: José F. Jiménez Trujillo





# AMANE CER

Pocos de nosotros somos lo que parecemos. *Agatha Christie*

**E**n aquellas horas del amanecer, el lugar se encontraba desierto y había algo que te inducía a ir allí, a pesar de su soledad, en esos momentos en que la noche se va convirtiendo en día en el campo. Llevábamos tiempo sin ir por allí, pero estas cosas de la vida, en las que se te viene a la mente un deseo que quieres hacer realidad... Estábamos abriendo la puerta de la casa cuando sentimos unos leves pasos a nuestras espaldas. Giramos la cabeza para ver qué era, y nos encontramos con un perro precioso, mirándonos con cara de tristeza y, al mismo tiempo, de serenidad. Parecía conocernos de siempre por su forma de mover el rabo. La visita inesperada nos causó alegría. Lo primero fue ponerle agua, porque, a pesar de ser temprano, ya comenzaba a hacer algo de calor. Bebió y se tumbó al lado de la puerta, sin parar de mirarnos. Colocamos las bolsas que llevábamos sobre la encimera, para ir sacando la comida y ponerla

en el refrigerador. Acto seguido, preparamos el desayuno, pensando en compartir algo con el visitante.

Ese día comenzaba como cualquier otro, pero no iba a ser igual. Lo que comenzó siendo una agradable sorpresa, con el paso de los días se convertiría en un doloroso recuerdo para siempre. A pesar de la alegría que mostró al vernos y lo bonito que era, lo vimos triste, delgado y un poco sucio. No lo habíamos visto jamás, pero él se comportaba como si nos conociera de toda la vida. Así como bebió el agua, cuando le pusimos comida la devoró rápidamente y se fue a tumbar a la sombra de la gran encina. Estaba hambriento y cansado. Al sentirse seguro y con sus necesidades cubiertas, se durmió plácidamente durante algunas horas.

Era un perro con pedigrí, cazador. Pensé que se habría perdido, y yo estaba contenta de que estuviese con nosotros —mejor dicho, conmi-



*Recuerdo  
con profundo  
dolor tu  
mirada, amigo  
Amanecer.  
(Esta es su  
raza. Beagle-  
Harrier)*



go— porque parte del día la pasaba sola, ya que mi marido se iba al campo a arreglar los olivos. Pasaron los días y nos hacíamos compañía mutuamente. Disfrutábamos los dos: yo le hablaba y él me escuchaba moviendo la cola.

Un día estaba a mi vera y, de pronto, salió corriendo hacia el Manchón. Ese día no volvió hasta la caída de la tarde. En los días sucesivos estuvo muy tranquilo, hasta que una mañana me volvió a hacer lo mismo: quitarse de en medio... ¿Por qué haría eso?, me preguntaba yo. Se lo conté a mi marido cuando llegó por la tarde, y su respuesta fue: “Buscará novia”, y nos reímos los dos de su ocurrencia.

Otra mañana volvió a irse corriendo, y al rato apareció un coche por el camino. Se bajó un caballero y, dirigiéndose a la casa, me preguntó si había visto un perro, dándome una descripción que coincidía perfectamente. Me dijo que era suyo, que se le había escapado cuando estaban de cacería hacía unas semanas. Le tuve que decir que sí, que lo había visto. Me pidió que, si volvía, lo retuviera, que al día siguiente vendría por él. Al día siguiente, antes de que llegara el dueño, el perro ya se había ido corriendo. Tampoco se lo pudo llevar. Entonces me dijo: “Voy a hablar con el veterinario para que me dé algo que usted le ponga en la comida para dormirlo, y poder llevármelo. ¡Me ha costado un dineral!”.

A las cuatro o cinco horas de haberse ido el dueño, apareció el perro contento y feliz. Bebió, comió y se volvió a dormir tranquilamente junto a mí, que estaba sentada a la sombra leyendo. Al día siguiente llegó con la medicación, pero antes de que el coche se acercara, ya se había ido corriendo. Lo olía desde lejos. Cuando volvió, le puse el somnífero en la comida, aunque no era ese mi deseo.

Cuando llegó el hombre, el perro aún no se había dormido del todo, pero sus fuerzas ya no le obedecían para poder correr. Jamás podré olvidar la mirada de auxilio que me dirigía, intentando levantarse sin poder, tambaleándose hasta volver a caer al suelo, mientras el hombre se acercaba para cogerlo en brazos y llevárselo al coche. Esa mirada la tengo clavada en la retina y en el

fondo del alma. Con gran dolor, cada vez que lo recuerdo, vuelvo a llorar.

Nunca me arrepentiré lo suficiente de haberle dado el somnífero a aquel precioso animal. Le pusimos por nombre “Amanecer”, pero para mí, aquel día fue como una noche oscura que jamás podré olvidar. Traicioné su cariño y su amistad hacia mí, sin querer. No sé si me oiría en el estado en que estaba, pero le pedí perdón, aunque no me entendiera. ¡Qué poder tuvo la mirada de dolor, miedo y desesperación, pidiéndome auxilio! Mi amigo Amanecer... perdón. Como decía San Francisco de Asís: ¡hermano perro!

### **Nos llegaste con el alba,**

alegrándonos el día;  
jornadas de amistad fueron,  
cual humano tú serías.  
Nos demostraste cariño,  
aunque no nos conocías.

Paseábamos por el campo  
con el fresco de la tarde;  
corrías tras los conejos,  
pero daño no les hacías.  
Con tu lengua jadeante,  
a mi vera tú venías,  
dando saltos de alegría,  
revolcándote en el suelo,  
muy junto a la vera mía.

Una mañana temprano,  
inesperada tu huida.  
¿Por qué tan veloz corrías  
si, tumbado a mi vera,  
yo creí que tú dormías?

Me lo volviste a hacer  
al cabo de algunos días,  
y yo, sin saber por qué,  
preocupada me tenías.

Y es que corrías de miedo,  
cosa que yo no sabía,  
cuando tu amo llegó  
para llevarte aquel día.  
Perdón tengo que pedirte  
por dejar que te llevara;  
tu mirada de socorro  
en mi alma está grabada.



# EL ABUELO

---

«No le temo a la muerte, sólo que no me gustaría estar allí cuando suceda», *Woody Allen*

---

**E**l abuelo tenía su sitio en la mecedora del salón. Aquella mañana estaba vacío y toda la familia se hacía la misma pregunta: «¿Dónde está el abuelo?». Era la primera vez y cundió el pánico entre ellos. Lo cierto es que este viejo, con los primeros síntomas de demencia, cruzaba la avenida de Andalucía con el semáforo en rojo. Los vehículos frenaban bruscamente para no atropellarlo y algunos bajaban las ventanillas para increparle: «pero viejo que te van a matar.» Con una sonrisa el abuelo les saludaba inconsciente del peligro. Era tal su perturbación que en una gasolinera pretendió que le llenaran el depósito de la moto *Guzzi* que ya no existía.

Deambulaba por Málaga sin un destino fijo. Entraba en bares y tiendas y se sentaba en los bancos del parque; relataba al que quisiera

escucharle, o no, su paso por el 5º Regimiento durante la Guerra Civil Española, donde obtuvo la medalla de sufrimientos por la patria. Por la calle Carretería se vio implicado en una despedida de soltero que unos jóvenes festejaban. El desparramo del abuelo hizo que, este grupo de chavales, lo declarara padrino del enlace que se celebraría en un prostíbulo cercano. La fiesta duró toda la madrugada, hasta que, avanzada la mañana, la policía lo localizó sentado en un banco de la Alameda.

Postrado nuevamente en la hamaca del salón, su familia le acosaba a preguntas sobre donde había estado. Él no decía nada, solo recordaba en lo más profundo de su cerebro el sonido de risas, música, aplausos, canciones y tintineo de copas, algo que llevaba años sin sentir. Este viejo zangolotino, desapareció una mañana sin que nadie se percatara de su ausencia. Lo encontraron unos senderistas bajo un pino piñonero. Su sonrisa lo identificó.

Se fue sin cumplir sus promesas de que no iría nunca a un centro comercial los sábados por la tarde, y no falló ni una sola, haciendo derrapes en Hipercor con un carrito para que el pequeño se durmiera. Juró que nunca les gritaría, y le aplaudían los vecinos cuando se callaba. Afirmó con rotundidad que no bebería cerveza delante de ellos y terminaron acercándole las latas. Prometió que no les tiraría nada a la cabeza y por la espalda cuando salían corriendo y terminó con un palo de gomaespuma y un cojín de miraguano tratando de poner orden.

Y es que la muerte nos unifica y universaliza. Nos presenta sin artificios, con los valores de toda una vida como único adorno. Nos muestra al mundo tal como somos, sin disfraz. A veces, las matemáticas de Dios no son exactas.





# ENGAÑAR CON LA VERDAD

Un idiota destruye más de lo que crean mil sabios

**S**iempre ha habido analfabetos, pero los de hoy son los peores porque en la mayor parte de los casos sí han tenido acceso a la educación. Nunca como ahora la gente había presumido de no haberse leído un libro en su jodida vida y se dejan llevar para caer en las garras de la banalidad y los adoctrinamientos más torticeros. Es ese el momento en el que los medios cuidan de esta nueva mayoría: difunden diversión y distracciones permanentes, ignorancias diseñadas para las gentes que rehúyen por costumbre o convicción el pensamiento y la reflexión. Es todo un regalo envenenado, lo superficial, lo frívolo, lo más elemental y primario pasa a un primer plano en sus vidas. Todo es fácil, todo simple y sin matices, un mundo poblado de tópicos para contentar la pereza mental, ¿se ha impuesto el derecho a la vulgaridad como un mandato? Es el síntoma de nuestro tiempo:

la corrección política y la posverdad, manifestaciones contemporáneas de la quiebra de la racionalidad y la estupidez. Después de todo, ¿qué es la mentira sino una verdad inventada? Una sociedad atosigada por enemigos por el culto a la ignorancia. Poderosos de todas las orillas, que intentan convertir a los ciudadanos en rebaño o agitadores.

El poder juega un papel decisivo en estas actitudes, él se encarga de reescribir la historia. Con narrativas grotescas y falsas, puede convertir a los héroes en criminales y a los criminales en héroes. Y puede cambiar la definición de las palabras que usamos para describir la realidad haciendo que la ignorancia trabaje para ellos. El mundo nos tienta con el pensamiento cómodo, esa forma de convencernos de que nuestras ideas siempre son correctas, Pero la certeza absoluta y la ignorancia voluntaria son dos caras de una moneda sin valor.





# BARRIOS DE MÁLAGA

## TEATINOS

**E**n el actual barrio, se encontraban históricamente la Hacienda Teatinos y la Huerta Teatinos, unas fincas pertenecientes a la Compañía de los Jesuitas, que se establecieron en la ciudad en 1572. El nombre de Teatinos, se origina debido a la confusión existente entre padres teatinos y jesuitas por parte del Cabildo de Málaga.

Es un barrio muy conocido y el que da nombre a todo el distrito, barrio de reciente creación y, en el que hay amplios bulevares, zonas verdes, complejos residenciales, colegios, bares, restaurantes, estupendas heladerías y zonas de ocio, los cuales son acogidos por una gran afluencia de personas diariamente.

En las décadas de 1960 y 1970, los terrenos de Teatinos son considerados para la construcción de la Ciudad Universitaria de la recién creada Universidad de Málaga. Durante los años 1990 y 2000, tras la consumación del campus en la zona, ésto provocó el boom urbanístico en Teatinos y en el resto del distrito.

En esta zona hay una gran afluencia de residentes jóvenes que estudian en la Universidad, debido a que hay muchas viviendas en alquiler que son una perfecta oportunidad para vivir de ésto jóvenes. Aunque el metro de Málaga da la oportunidad de llegar con rapidez al campus universitario a gran parte de los malagueños.

(de Wikipedia)



Wikipedia



## LOLA NARVÁEZ

### POLLO CON PIMIENTOS

#### Ingredientes:

- 400 gr de pechuga de pollo cortada en tiras
- 2 pimientos rojos y 1 verde, cortados en tiras
- 1 cebolla picada

Para el caldo: 275 ml. de agua con una pastilla de caldo de pollo, 1 cucharada de vinagre de manzana, 2 de salsa de tomate frito, 2 de miel, 1 de maicena, 1 de salsa de soja, 4 de aceite de girasol y un poco de sal. Diluir en el agua todos los ingredientes y ya lo dejamos preparado.

En un Wok poner 2 cucharada de aceite de girasol y saltear a fuego alegre las verduras dos o tres minutos con un poco de sal, sacar y reservar.



Poner otras 2 cucharadas de aceite y las pechugas salpimentadas; se saltean hasta que estén casi hechas; se reincorporan las verduras, se agrega el caldo preparado y se deja cocer unos 5 o 6 minutos. Probar de sal y que el espesor de la salsa quede a nuestro gusto. Para 4 raciones.

### SALMÓN CON ALMEJAS

#### Ingredientes:

- 2 lomos de salmón
- 2 patatas medianas
- 1 cebolla
- 250 gr de almejas
- 750 ml de agua con una pastilla de caldo de pescado
- 1 cucharada de harina
- 100 gr de guisantes congelados
- 100 ml de vino blanco
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- sal y pimienta
- PARALAPICADA: 2 dientes de ajo, un puñado de perejil y un chorro de aceite de oliva

Dejar en agua fría con sal las almejas.

En olla, poner el aceite con la cebolla picada y sofreirla con un poco de sal. Verter el vino y dejar que reduzca. Agregar la harina, remover y



añadir las patatas cortadas en medias rodajas, incorporar el caldo y los guisantes. Dejar hervir a fuego medio hasta que las patatas estén tiernas. Incorporar el salmón salpimentado y cocer unos 3 minutos. Agregar las almejas hasta que se abran. Apartar la olla del fuego. En la picadora poner los dos dientes de ajo, el perejil y un chorro de aceite y triturar. Poner un par de cucharadas al guiso, probar de sal y listo para servir. Para dos raciones.



# MI BARRIO

---

Sin el cariño y la amistad, el mundo sería un desierto. *Anónimo*

---

**E**ste barrio es chiquito, y guarda ese sabor añejo que da la sabiduría de sus gentes, sobre todo nuestros mayores. A veces en sus ojos asoma la tristeza por los que se fueron. Aquí nacieron sus hijos, crecieron y se marcharon cuando les tocó formar sus propias familias. Hoy muchos de esos hijos han vuelto al barrio que los vio nacer, solo que con menos familia, pues estas se componen de la pareja y uno o dos hijos, a diferencia de aquellos años que estaban formadas por el matrimonio y 10, o 12 hijos. Estos niños jugaban en las calles sin peligro, pues casi no había vehículos. Las puertas de los bloques tenían cancelas de hierro, pero estaban siempre abiertas y los chiquillos salían y entraban, ya que la vida se hacía en las calles donde se podía jugar a toda clase de juegos.

Tiene una distribución muy peculiar, este mi querido barrio: Sus calles están distribuidas en grupos de cuatro calles y en el centro tiene una plaza preciosa con cuidados jardines. A un lado de esta se encuentra el colegio, hoy llamado Luis Braille, y al otro lado casas de dos plantas para los maestros. A la espalda un bonito jardín con bancos y mobiliario para los pequeños. Cuando el barrio fue poblado, en este lugar había una Casa de Baños. Hace unos años fue demolida por encontrarse abandonada, ya que los vecinos fueron haciendo los suyos propios, al estar la vida

más modernizada, aunque hay quien siente esa nostalgia de sus primeros tiempos allá por el año 1946, cuando la Delegación de Sindicatos construyera un barrio precioso, con sus comercios en la calle principal, la que todos llamaban “La calle Comercio”, donde había: una carbonería, barbería, tiendas de comestibles, droguería, mercería, peluquerías, lechería, papelería, varios cafés (o tabernas) una churrería, carnicerías, una clínica donde el Practicante hacía las veces de médico de urgencias para todo el barrio, este hombre se llamaba D. José, persona solidaria y amable con todo el que llegaba. Y también había una farmacia. No faltaba de nada. Desgraciadamente solo queda la farmacia.

Hoy todo ha cambiado, como la vida, y como todas las cosas. El barrio está envejeciendo, sus casas se están agrietando, porque según los expertos, el terreno está cediendo y los cimientos no aguantan el peso de los años. Los vecinos están luchando porque se les escuche y les den una solución antes que las casas comiencen a caer como castillo de naipes.

Lo que no ha cambiado es al llegar el mes de Abril, sus calles se alfombran de azahar con ese olor tan sutil que impregna los sentidos y todo el barrio, mi querido Barrio, que aunque todos lo llaman: “Las viviendas de Cuevas”, su nombre es muy malagueño, nada más y nada menos que “Nuestra Señora de la Victoria”.





# VACACIONES DE VERANO

*Las almas nobles son como la madera de sándalo, perfuma hasta el hacha que las golpea.*  
Anónimo

Cuando llega el verano y los nietos están de vacaciones, generalmente están con los abuelos, por razones de trabajo de sus padres.

Es cuando estos tienen que ingeniarse para que los críos, lo pasen lo mejor posible y no den mucho ruido. Así que hay que montárselo de mil maneras, enseñándoles a hacer manualidades, sobre todo por las tardes cuando el calor aprieta y no se puede salir a las calles.

Otras veces y siempre que se porten bien, se les puede llevar a la playa, al campo, a ver museos, al cine, al caer la tarde sentados en la arena de la playa, comiendo un bocata de los que preparan las abuelas.

Este año, el abuelo los llevó al pueblo de Estepona en plena Costa del sol. Allí se encuentra el Orquidario, un invernadero donde se encuentran más de 3.000 especies diferentes de plantas, entre ellas más de 1.500 orquídeas. Tiene una superficie de unos 1.000 metros cuadrados y un volumen de 15.000 metros. En dos niveles de altura diferentes, conectados por un bosque de bambú. Tiene tres cúpulas de vidrio, la mayor es la más alta de España, ofreciendo al visitante una imagen sorprendente, con diferentes cascadas, la más grande tiene 15 metros. Formando un manantial con un río que mantiene la humedad que

necesitan las plantas, ofreciendo la imagen de un bosque subtropical, con sus orquídeas de todos los tamaños, colores y formas en su hábitat natural. Sus orígenes son: América Central y del Sur, Australia y Sudeste de Asia. Entre ellas se encuentra un ejemplar raro: la *Amorphophallus Titanum*, del Sudeste Asiático, siendo la flor más grande del mundo y florece cada 40 años, su última floración ocurrió en 2012. Este paraíso fue inaugurado en el año 2015 siendo una joya de la costa del Sol, la visita dura alrededor de dos horas, cosa que a nuestros nietos les parecieron pocas. Allí aprendieron a observar la naturaleza en todo su esplendor, quedando maravillados de la belleza de sus plantas y su entorno. Le prometimos volverlos a llevar en otro momento, porque merece la pena incluso para los abuelos.





# CRISTOBALINA FERNÁNDEZ DE ALARCÓN

## POETA ANTEQUERANA DEL SIGLO XVI

**C**ristobalina Fernández de Alarcón, fue una poeta malagueña que perteneció al grupo literario más importante de la ciudad de Antequera en el siglo XVI.

En la historia más antigua y remota hallamos a mujeres malagueñas que indudablemente alcanzaron una enorme notoriedad en su época, por esa razón, el largo tiempo transcurrido no ha borrado sus huellas, a veces, en nuestros días, sabemos de ellas muy poco y aunque se quisiera recuperar más intensamente la totalidad de sus obras nos conformamos con recordar parte de ella, deliberadamente nos adentramos en su mundo lejano y más que el ánimo de revivir al personaje, nos renueva su grandeza y el recuerdo grato que nos dejan imperturbables, a pesar del paso de los siglos.

En este gran salto a través del tiempo aliamos nuestros antepasados a la memoria de esta celebridad, nada menos que más de cuatrocientos años atrás. Fernández nació alrededor del año 1575 y falleció en 1646, su importancia histórica y cultural acontece en su dilatada obra, su potencial como escritora y poeta queda patente a pesar de que por esos años era prácticamente un sacrilegio ser mujer además de escritora, por entonces el pensamiento libre y las opiniones eran propiedad exclusiva de los varones.

Cristobalina fue educada por su tía Beatriz de Rivera, era hija natural de un escribano, tal vez perteneció a la clase media de la burguesía del momento, sin embargo, su inquietud por aprender la llevó a inscribirse a la cátedra de Gramática de la Colegial, se cree que muy joven sobre el

año 1593 el profesor de latinidad Bartolomé Martínez la enseñó a dominar el latín y métodos de la gramática española, considerándose como su principal maestro.

En esas clases contactó con un nutrido grupo de poetas formado por Pedro Espinosa, Luis Martín de la Plaza o Agustín de Tejada y también con las hermanas Luciana e Hipólita Narváez, todos ellos la influenciaron en la disciplina literaria que algo más tarde puso en práctica, fundamentalmente escribió poemas humanistas que hacían alusión a su firme religiosidad.

Al parecer, el entonces joven Pedro Espinosa se enamoró profundamente de Cristobalina y por esa poderosa razón la llevó de su mano ayudándola a publicar sus poemas, una vez más, el amor siembra su infinito poder, sin embargo, Cristobalina se casa con un mercader llamado Agustín de los Ríos, al quedar viuda Espinosa le propone matrimonio, al no ser correspondido, se cuenta que mientras Cristobalina se casaba en la iglesia de San Sebastián con un estudiante portugués llamado Juan Francisco Correa, Pedro Espinosa tomó los hábitos consagrándose al amor Divino.

Sus poemas fueron incluidos en libros de Pedro Espinosa y Juan Antonio Calderón, fue también representada en el cancionero antequerano con uno de sus sonetos y se le reconoce unas quintillas dedicadas y compuestas a la beatificación de Santa Teresa en el año 1615, También se sabe que la autora recibió algunos premios, aunque ellos no estén documentados específicamente. Se cree que el mismo Lope de Vega reconoció su valor poético en su visita a Antequera en el año 1602.



# EL REDIL

**E**n la actualidad lo más común es seguir las pautas impuestas, las reglas que la sociedad dicta con todas sus condiciones. En ese redil estamos sometidos a perfiles herméticos, todos ellos escrupulosamente idénticos, vivimos copiando cánones sin salirnos de la cadena que nos dirige, con espontaneidad cero y siempre por una ruta muy parecida, horarios, días preconcebidos, viajes, vacaciones, todo planificado y bastante predecible.

Luego está la rueda laboral que nos inunda el espacio, atropellando cualquier iniciativa que se salga del absolutismo de sus estatutos, lo peor es que los que están fuera de sus normas desean subirse a sus métodos, desean encadenarse de por vida, deliberadamente, sin escapatoria, es igual que atraparse a la rueda del hámster para nunca poder bajarse.

¿Dónde queda entonces la preciosa palabra libertad? ¿En qué lugar se halla? posiblemente solo en nuestra quimera interior, siendo una palabra sobada, manipulada y recurrente, su

significado nos redime y nos indulta, pero no es apenas practicada en nuestro día a día, por tanto, es una expresión fatídicamente inalcanzable, la libertad solo nos sirve para mencionar su bonita fonética, solo para eso, siendo su concepto una simple utopía, a veces, en su nombre, se usa para reprimir a las personas y reducirlas al redil, otras veces, deseamos con fuerza atraparla, aun sabiendo que el esfuerzo pudiera ser inútil, pero al menos intentamos alcanzarla.

Todo está premeditadamente organizado, también en las relaciones, sus pilares se basan en creencias obsoletas, ellas se abrazan a términos preestablecidos, luego está el compromiso, otra palabra contundente que acapara a la familia, a los amigos y que se embarca con unas obligaciones asfixiantes, y desde luego nada de eso es semejante a la libertad.

Tal vez estos mandamientos seguirán así, sin remedio, pero si ocasionalmente quisiéramos emular al reino animal, quizás su ejemplo nos valdría para disfrutar plenamente de la libertad y de lo que anuncia su gran significado.





# UNOS Y OTROS

**E**ntre la fábrica de bulos (según unos) y las cloacas de la Moncloa (según otros) parece que, nuestros políticos, quieren convencer a los españoles de que España es un estercolero.

Puede que en España haya un estercolero, pero nada tienen que ver con él ni Juan, ni Pedro, ni Mari Loli... que se dedican a hacer bien su trabajo, y ganar lo suficiente para sacar adelante a su descendencia. Quieren para ellos la mejor alimentación y vestuario, la mejor preparación para enfrentarse a la vida: Educación, una carrera o un oficio que les permita, a su vez, tener su casa y su propia familia, y el ejemplo de sus progenitores que se esforzarán en que sea el mejor para que se conviertan en unas buenas personas. Gracias al trabajo de Juan, Pedro y

Mari Loli, España va hacia adelante, a pesar de sus políticos.

Cuando los unos no nos gustan, a los españoles sólo nos queda el recurso de votar a los otros. Y ahí está lo malo, en que muchas veces no vamos a votar, sino a desvotar, con lo que el problema se resuelve sólo a medias.

Votar es un acto de responsabilidad extrema, porque en el voto, nos jugamos el futuro de España. Bueno, sólo a medias, porque lo verdaderamente importante para la marcha de España está en el trabajo de Juan, Pedro y Mari Loli, al margen de los políticos, sean del color que sean. Pero a los españoles, lo mismo que a cualquier país democrático, nos viene muy bien que nuestros políticos sean colaboradores y que además de la posibilidad, tengan la voluntad de facilitarnos aquello a lo que la ley dice tenemos derecho: una vivienda digna y empleo. Algo que nuestros descendientes tienen ahora muy difícil. La escasez de vivienda, sobre todo, impide a nuestros hijos emanciparse a la edad conveniente y viven, hasta bien mayores, a la sombra de sus progenitores. Para las madres, mejor, así tardan más tiempo en sentir el síndrome del nido vacío, pero es muy chungo ver como los hijos tienen que esperar a poder pagar el precio de un alquiler para levantar el vuelo. Así es que, si intentamos ser responsables a la hora de votar, más lo debemos ser en nuestro trabajo. No pensar nunca que es una rutina aburrida, ni que lo que hago no sirve para nada, porque todo trabajo bien hecho, por nimio que sea, le sirve a España para ser un gran país, dueño de su destino.

El trabajo bien hecho sea de oficina, profesión vocacional, artístico, manual o de cualquier tipo, impulsa más a un país que la política, no os quepa duda. ¡Enhorabuena a todos los Pedros, Juanes y Mari Lolis currentes de España! ¡A seguir trabajando con ilusión!





# VERANO EN LA MALAGUETA

**D**esde la hermosa terraza que se asoma a la playa de La Malagueta, veo donde hay el mejor sitio para extender la toalla y plantar una sombrilla. Pero ahora ya no miro la playa con esa intención, porque no puedo bajar a bañarme en el mar. Tengo 92 años y camino con un andador que parece estar reñido con la arena, pero como con el bastón no puedo sostenerme pues... eso, que no voy a la playa y me conformo con verla desde mi terraza con un poco de añoranza. De bastante añoranza porque una de las cosas que valoré cuando compramos esta casa fue la proximidad a la playa. Sólo tengo que cruzar la carretera.

¡Cuántos recuerdos bonitos de mis veranos playeros! No son demasiado lejanos, pero yo los tengo archivados con mis recuerdos de juventud y me parecen lejanísimos. Además, porque no he continuado la comunicación diaria con las amigas de la tertulia playera. Con alguna me encuentro de vez en cuando. Nos dedicamos un cariñoso saludo y poco más. Recuerdo especialmente a María de los Ángeles, una vecina encantadora, bastante más joven, a la que llamaba “mi bañista” porque cuando me veía dispuesta a salir del agua venía a ayudarme, tendiéndome una mano, para ayudarme

a salvar el puñetero escalón que había justo a la salida de donde nos sentábamos. Supongo que seguirá habiéndolo, pero desde mi terraza ni lo veo. Mari Ángeles estaba casada con un militar, jubilado cuando los conocí, y tenían un montón de hijos ya mayores, algunos casados. El más joven acompañaba a sus padres, llevando la silla de ruedas de su progenitor, que era también un hombre simpático y con un aspecto muy saludable; yo no me enteré de lo que tenía. Pasaban grandes temporadas en Madrid, pero también estaban mucho tiempo en su piso de Málaga. Cuando se quedó viuda empezó a venir menos. Ahora es a la madre a quien el hijo lleva en silla de ruedas. Yo también tengo una recién estrenada. No la necesito para todo, pero sí para mucho... Cuando no tuve más remedio que coger el andador, echaba de menos la autonomía que me daba el bastón, ahora ya empiezo a añorar la que el andador me da... ¡La vida! ¿Quién sabe lo que nos reserva?

Siempre nos queda el recuerdo de sensaciones pasadas. Cosas que añoras, pero que te hace feliz recordar porque te demuestran que has vivido. Como la delicia de el último baño en el atardecer de un día caluroso: “Dios mío, ¡qué maravilla! ¡Y es gratis...!”





# NO APARTES LOS OJOS

**Cuando leí el siguiente texto no dudé en compartir un resumen. Deseo que les guste y emocione tanto como a mí.**

*“No apartes los ojos. Mantén tu mirada sobre la herida vendada. Por ahí entra la luz.” – Rumi.*

*Texto compartido por Thaïs Capella*

Según el psiquiatra americano John Pierrakos, hay cinco heridas de difícil aceptación: el rechazo, el abandono, la humillación, la traición y la injusticia. Son heridas que nos duele sentir y, por tanto, solemos ocultar a los demás a base de mucho esfuerzo personal. Por eso, en cuanto sucede algo que activa alguna de ellas, respondemos automática y reactivamente acusando a los demás de producirnos ese dolor, para no asumir nuestra parte de responsabilidad (porque la ignoramos o nos duele demasiado).

Cuánto más duele la herida, más fuerte y rápida es la reacción.

Es difícil asumir nuestros “botones” si no somos capaces de indagar dentro de nosotros mismos con el coraje y la humildad necesaria para descubrirlos. Generalmente ocurre todo lo contrario: en cuanto nos disparamos nos defendemos tanto frente al otro que acabamos depositando en el otro todo el peso de la culpa, volviendo a ocultar la herida y, por tanto, perdiendo una preciosa oportunidad de sanarnos.

Darnos cuenta es el primer paso imprescindible en el que la práctica meditativa de Mindfulness adquiere un papel fundamental.

¿Cómo vamos a tratar una herida si no sabemos que existe?

El segundo paso es aceptar el hallazgo con amabilidad y ternura porque no lo hemos encargado a propósito. Esas llagas han podido producirse por multitud de circunstancias, muchas de ellas ni siquiera provienen de nuestro entorno próximo, sino de nuestra historia de vida y nuestra evolución y necesidad de supervivencia. El difícil paso de

aceptación radical requiere poder mirar el dolor de cerca -con apertura y curiosidad- el tiempo suficiente para poder saber qué nos está diciendo sobre cómo somos, y qué podemos aprender de nosotros mismos en esa investigación reflexiva.

Del dolor se sale entrando en el dolor, soltando la resistencia a ese dolor, dándole espacio para poder observarlo con mayor distancia y ligereza.

¡Cuánto podemos aprender si en lugar de virar la mirada, la mantenemos ahí con valentía!

Volvemos a Rumi, un sabio y poeta sufí del S.XIII, que siempre nos ilumina con su inmensa clarividencia...

“El ser humano es como una casa de huéspedes.

Cada mañana, llega un nuevo inquilino.

Una alegría, una tristeza, una maldad,  
que viene como un visitante inesperado.

¡Dales la bienvenida y recíbelos a todos!

Aun si son un coro de penurias que vacían tu casa  
violentamente.

Trata a cada huésped honorablemente,  
él puede estar creándote el espacio para alguna  
delicia.

El pensamiento oscuro, la vergüenza, la malicia,  
recíbelos en la puerta sonriendo  
e invítalos a entrar.

Agradece a quien quiera que venga,  
porque cada uno ha sido enviado  
como un guía de muy lejos”.

“La casa de huéspedes” –Rumi

Meditación preparada para iluminar nuestras formas habituales de resistir o querer controlar la experiencia, cultivando la capacidad de presenciar la vida sin condiciones, dispuestos a acogerla tal como es, con valentía, humildad y honestidad.

<https://www.psyke.es/no-apartes-los-ojos-manten-tu-mirada-sobre-la-herida-vendada-por-ahi-entra-la-luz-rumi/>



# SIETE MACETAS

EL VEINTISEIS DE JULIO DE 2025 SE CELEBRA EN ESPAÑA EL DÍA DE LOS ABUELOS

*Para celebrar el día de los abuelos se me ocurre compartir una historia que me contó mi padre. Estoy segura de que usted, querido lector o lectora, guarda también anécdotas que se le quedaron grabadas. No las olvide, es necesario guardar memoria de los que nos precedieron.*

Allá por los tiempos del hambre, sin una perra chica en el bolsillo, mi abuela Isabel, tras mucho esfuerzo encontró una habitación para alquilarla. La casera se llamaba Cayetana. Era una mujer seca, llena de nudos, bastante gruñona y fresca en su comportamiento. Antes de firmar el contrato de arrendamiento, resentida por su consolidada soltería, le preguntó a mi abuela:

—¿No tendrá usted hijos, verdad? Porque yo no quiero niños en el corralón.

Mi abuela la caló enseguida y respondió:

—¿Hijos yo? Para nada. Quédese tranquila. Eso sí, tengo siete macetas grandes.

—¿Macetas?, macetas sí, todas las que quiera, pero niños ninguno.

Tras la aclaración, firmaron los papeles.

Esa noche, al acceder a la vivienda, mi abuela animaba a sus siete hijos a subir apresuradamente las escaleras para no ser vistos. Sin embargo, la casera los oyó, salió al rellano y comenzó a dar gritos.

—¿Pero qué es esto? ¡Le dije que nada de niños!

—Niños no tengo, tengo macetas. Mire—decía señalándolos—una maceta, dos macetas, tres macetas, cuatro macetas, cinco macetas, seis macetas y siete macetas.

Haciendo oídos sordos a los improperios, las macetas subían los escalones de dos en dos.

—¡Me ha engañado! No le renovaré el contrato. Esta casa fue un antiguo convento y no deben oírse gritos, llantos, peleas, ni carreras por los corredores.

Mi abuelo Agustín y el escaso mobiliario llegaron al amanecer del día siguiente en un carro de madera con barandillas de hierro tirado por un burro, medio de transporte habitual de entonces. Al cochero le llamaban “El Titi”.

Pues bien, “El Titi”, invitó a mi padre (la mace-ta más pequeña) a dar una vuelta gratis por el barrio cuando terminó la descarga. Durante aquel corto paseo, imaginaba que venía de otra estirpe superior y que viajaba en calesa. Pero su origen era otro, y su ropa también. Con gracia, saludaba con la mano a la gente que transitaba por las aceras.

A su regreso, media hora después, no sabía cómo interpretar la cara de susto de mi abuela que, llevándose las manos a la cabeza, maldecía al dueño del carro, al mulo y a mi padre, que no entendía lo que pasaba hasta que escuchó la explicación de lo sucedido más tarde: El cochero, para vengarse del poco dinero que le pagaron por el transporte, subió al niño al carro con mala idea porque en el porte anterior a la mudanza, había llevado carbón. Así fue como mi padre quedó bicolor.

De mi abuela llevo el nombre y tengo el orgullo de haber heredado parte de su valentía terrestre relativa a la supervivencia, don que a mi padre le encantaba cuando me veía actuar en efervescencia pura.





# EL JUEGO DE LA “COMBA”

**E**ste juego era a la vez que divertido, nos ayudaba a hacer ejercicio moviendo todo el cuerpo. A mí me tocaba hacer solo ejercicio de brazos, uno para sostener a mi hermanito pequeño y el otro para dar a la cuerda mientras mis amigas saltaban.

Cada tarde cuando volvía del colegio, tenía que hacerme cargo de uno de mis hermanos. En aquellos años tanto las chicas como los chicos jugaban en la calle, ya que apenas había coches, al menos en el barrio donde me crie.

Recuerdo una de las tardes, que jugamos a saltar a la Comba. Yo sostenía la cuerda, junto a mi amiga Belén en el otro extremo mientras las demás se divertían saltando. Belén era una niña que tuvo polio de pequeña y tenía una pierna más corta, por lo que llevaba un zapato con un soporte más alto y lógicamente no podía saltar. Nunca olvidaré aquella carita de ángel, que paciente hacía girar la cuerda sin poner nunca mala cara, siempre tenía una sonrisa, y animaba a las demás cantando aquello de “Al pasar la barca, me dijo el barquero....”. La verdad es que ella me consolaba diciéndome, que era divertido ver a las demás saltar. Siempre fuimos muy buenas amigas, de esas inseparables, incluso aun nos vemos y nos abrazamos, recordando aquellos años tan bonitos de la niñez, aunque no podíamos jugar como las demás niñas.

Un día se me apetecía a mí saltar, así que convencí a otra amiga para que sostuviese a mi hermano y así lo hicimos. Pero con tan mala fortuna que el pequeño que era muy inquieto se le cayó de los brazos al suelo, el niño lloraba como un descosido, por lo que llamo la atención de una vecina que corrió a decirle a mi madre que

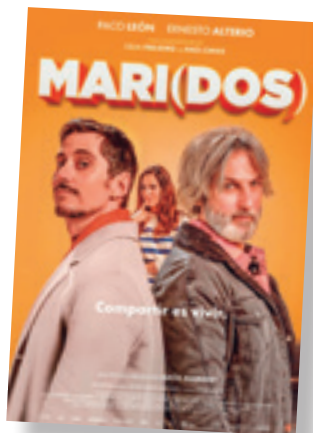
el niño estaba en el suelo. No quiero ni acordarme de aquel día, porque se acabó la salida de las tardes siguientes, tanto para mí como para la otra chica, a mí por dejar el niño con ella y a esta por cogerlo, no porque se le cayera, si no por desobedecer a mi madre. Yo cada vez que vía el chichón que le salió al pobre niño, lloraba a la par del chiquillo.





## COMARIDOS O MARI(DOS)

Esta comedia se estrenó en marzo de 2023. Fue dirigida por Lucía Alemany. Guión de Pablo Alén y Breizo Corral. Fue rodada en el Pirineo Aragonés y parajes naturales de la Comunidad de Madrid. Sus protagonistas son Paco León (Toni) y Ernesto Alterio (Emilio). Ambos reciben la noticia de que sus esposas han tenido un accidente mientras esquían y se encuentran ingresadas en el mismo hospital. Toni y Emilio no se soportan, son de caracteres muy diferentes pero esto no impide que junto con sus hijos descubran secretos que desconocían. Es muy divertida y con un final sorprendente que tienen que compartir.



## EL MAESTRO QUE PROMETIÓ EL MAR

Impresionante película dirigida por Patricia Font estrenada en 2023. Consta de un gran reparto: como el maestro, Laia Costa como la nieta, Gael Aparicio como el bisabuelo, Alba Hermoso, Luisa Gavasa, entre otros. Ha sido galardonada con dos premios, Goya y Gaudí. Un anciano busca los restos de su padre desaparecido durante la guerra. Dada su avanzada edad y su precario estado de salud, la nieta retoma el compromiso de encontrarlo. Es en esta búsqueda donde conoce la historia de un maestro que llegó al pueblo y les mostró a los niños la esperanza de crecer. Recomendada sin duda alguna.



## JEROGLÍFICO

Nono Villalta

12345  
6789

¿Cómo es tu novio?

Enviar solución a:  
revistasolera@malaga.eu

## SEVILLANAS DE BROOKLYN

Estrenada en septiembre de 2021. Dirigida por Vicente Villanueva. Música compuesta por Riki Rivera. Guión de Nacho La Casa y Juan R. Apolo. Divertidísima comedia familiar. Para poder pagarse la carrera de Filología inglesa, la protagonista, Ana (Carolina Yuste) trabaja como profesora de flamenco de un grupo de niños sin conseguir ingresos. A esta situación se suma la de su familia, abuela incluida, que vive al borde de la ruina. Carmen, la madre (Estefanía de los Santos), tiene la arriesgada idea de acoger a un estudiante afroamericano, Ariel (Sergio Momo), con tal de que en casa entren ingresos y evitar el desahucio. A partir de aquí, juntos montan una historia increíble.



Si quieres coleccionar nuestra revista Solera la puedes descargar y leerla tantas veces como quieras en el siguiente enlace: <https://derechossociales.malaga.eu/> que disfrutéis.





# Feria de Málaga

del 16 al 23 de agosto de 2025



Ciudad  
de Málaga