



LA BANASTA

Cosechando experiencias de vida



La revista de la Sala del Mayor

Número 2
Abril de 2021

NECESITAMOS ESTAR JUNTOS



Fotografía de archivo

¡Por fin!
Ya tenemos vacunas...
... y grupo de whatsapp



Esta primavera,
mucho  por compartir

¡Vuelve LA BANASTA!

No ha hecho falta esperar mucho: aquí está el segundo número de **la revista que nos une**, con nuevos contenidos para seguir cosechando y compartiendo **experiencias de vida**.

ÍNDICE

Necesitamos estar juntos	3
El saludo de... Jesús Riaza	4
Vamos a conocernos mejor	5
Hoy toca... ¡cocinar!	11
Nos gusta la cultura	19
Juegos de ayer	25
Hablan los voluntarios	29
Otras cosillas.....	31

Edita: Cáritas Diocesana de Segovia – Programa de Mayores

Textos: Cáritas Diocesana de Segovia; Juegos populares de Castilla y León, Ignacio Sanz, Castilla ediciones (1983).

Fotografías e imágenes: Cáritas Diocesana de Segovia; pixabay.com; freepik.com; acueducto2.com; elnortedecastilla.es; segoviaaldia.es

NECESITAMOS ESTAR JUNTOS

Las personas somos un poco raras. Muchas veces decimos que necesitamos estar solos, que necesitamos «nuestro espacio», pero con la pandemia nos hemos dado cuenta de lo importante que son los vínculos entre todos, la amistad y la compañía: **NECESITAMOS ESTAR JUNTOS**. Sí, el hombre es un ser social que necesita vivir acompañado, que sólo se desarrolla en comunidad. Con los niños es muy claro: necesitan jugar, tener amigos, expresarse formando parte de un grupo. Y para los mayores, también es una necesidad, es un alivio a nuestras penas; es una forma de darse, de escuchar, de sentir. La mayor parte de las veces, nos basta con estar ahí, con acompañar y sentirnos acompañados. Por favor: a pesar del distanciamiento social, más complicidad, más calor humano.

Esa es la intención de la Sala del Mayor y de nuestra *BANASTA*. Además de una plaza pública donde poder expresarse, opinar, conocernos mejor, es un lazo que nos une, un elemento que nos ayuda a estar juntos no en la distancia física, sino en la del corazón. ¿Qué son, si no, los buenos libros? Cuando hoy leemos el Quijote, estamos conversando con Cervantes; si leemos a Machado, estamos junto a él en la pensión de la calle Desamparados; con la Biblia reflexionamos sobre Dios con aquellos hombres que lo hicieron siglos antes que nosotros...

Con *LA BANASTA*, todos estamos un poco más cerca. Es como una red social, pero no de esas que te atrapan y te hacen prisionero, sino como la de los pescadores, que recogen y arrastran a la orilla. Os animamos a participar, especialmente a los que estáis en vuestras casas y todavía no acudís a los encuentros presenciales: ¡hacednos llegar vuestras experiencias! ¡Os necesitamos!

LA BANASTA refleja la vocación y el estilo de Cáritas y los de esta generación maravillosa que se reúne en la Sala del Mayor: estar presentes, trabajar por los demás y por el bien de todos sin hacer ruido y sin estorbar, con la sabiduría que dan los años comprendiendo lo que de verdad es bueno, bello y necesario en estos días de tanta confusión.

¡Disfrutemos juntos de la vida!

EL SALUDO DE...

Jesús Riaza

Consiliario de Cáritas Diocesana de Segovia



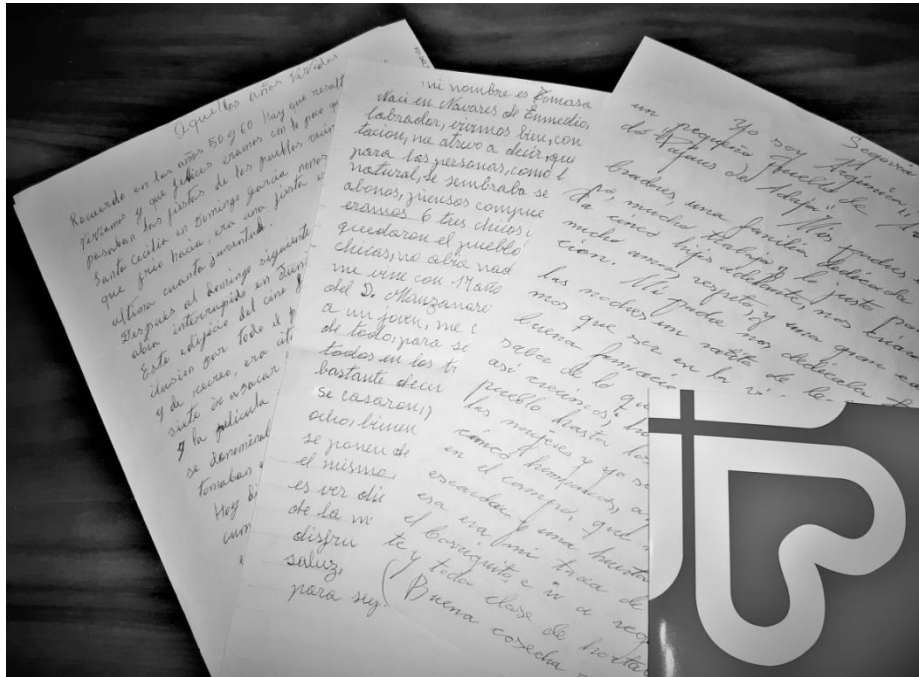
Me llamo Jesús Fco. Riaza, soy el párroco de la Unidad Pastoral del Cristo del Mercado y Sta. Teresa de Jesús. Soy alcarreño, de un pueblo llamado Brihuega en la provincia de Guadalajara, aunque ya hace muchos años que vivo en Segovia, puesto que fui párroco de San Frutos durante dieciocho años y otros diez estuve en la zona de Ayllón. En El Cristo llevo desde 2016.

Cuando Begoña me dijo que el Programa de Mayores no tenía un lugar para seguir reuniéndose, debido a que los salones de Santo Tomás y San Lorenzo no tenían ventilación, y las recomendaciones sanitarias lo pedían, me pareció que los salones del Cristo podrían servir. Lo consulté con el Consejo Parroquial y a todos les pareció que era espíritu cristiano poner a disposición de todos lo que teníamos. Así que me alegro de que hayáis encontrado en esta parroquia un lugar de acogida.

Las parroquias tenemos que ser como pequeñas islas que ofrecen algo distinto a lo que uno se puede encontrar por la calle. Es decir, un lugar para el diálogo, para compartir y para orar. Ese lugar donde uno puede estar en silencio y hablar con Dios o estar con un amigo y compartir una preocupación. O cantar juntos, que también es una forma de expresar nuestros sentimientos.

Por eso, me alegra veros cada miércoles y jueves. Tan aplicados a las tareas, tan atentos a las explicaciones, tan animosos con las canciones. En ese sentido reflejáis el espíritu que tenemos que tener todos para vencer no sólo a la enfermedad que ha provocado este terrible virus, sino a esa otra enfermedad que es la tristeza, el desánimo o la soledad. Encontrarse nos ayuda a vivir mejor. Enhorabuena por participar en este programa de Cáritas.

VAMOS A CONOCERMEOS MEJOR



*Yo, señor, soy de Segovia. Mi padre se llamó Clemente Pablo,
natural del mismo pueblo...*

PRIMERAS PALABRAS DE «EL BUSCÓN»

Francisco de Quevedo

DESDE YANGUAS... A LA PLAYA

Me llamo Concepción (Conchita), tengo 75 años y nací en un pequeño pueblo de Segovia llamado Yanguas de Eresma, donde pasé parte de mi infancia.



Por circunstancias de la vida tuve que ir a estudiar a un colegio de monjas en Plasencia (Cáceres). Allí hice mis estudios durante cinco años, pasados los cuales me vine a Segovia, donde residía mi madre. El motivo de ir a estudiar a Plasencia es que mi padre era militar, muriendo a los 39 años, y el colegio era para huérfanos de militares.

Tuve la suerte de que nada más salir del colegio entré como empleada en una entidad financiera, pasando allí toda mi vida laboral hasta que me jubilé.

Ahora que tengo tiempo y puedo, me gusta viajar y pasar en la playa el mayor tiempo posible. Me gusta la lectura y estar con mi familia.

Conchita, 75 años

ADIVINANZA

**Dos mirasoles, dos miracielos,
cuatro danzantes y un barrendero.**



LOS PELIGROS DE LA SIERRA

Les voy a hablar de mi pueblo, que no es pueblo, que se llama Puebla de Alcocer, provincia de Badajoz. Es un pueblo muy típico, está en una sierra que está rodeada de olivos por todos lados y hay un castillo que está un poco ruinoso pero que se puede visitar. Yo, cuando era pequeña, mis padres tenían unos cuantos corderos y nos íbamos a cuidarlos al castillo.

Ahora no se puede entrar porque, como todo ha evolucionado, pues ahora hay que pagar para entrar. Antes, las muchachas del pueblo nos íbamos allí a jugar y a buscar espárragos y acederas. A mí me daba miedo de subir: yo nunca fui capaz de pasar por la muralla. Lo hice cuando ya tenía casi 70 años por primera vez. Ahora la gente va en coche pero se puede subir andando por los olivares.

De pequeñas, nos lo pasábamos bien. Jugábamos a la comba, al *pasemisís* y a los juegos de entonces y luego, con siete u ocho años me fui con una tía mía al campo a una finca que estaban ellos de guardas y tenía una hija que era un poco mayor que yo y lo pasábamos muy bien. Una noche se presentaron «los de la sierra» (los *maquis*) a llevarse comida y cosas. A nosotras no nos hicieron nada, pero a mis primos que eran tres chicos les quitaron todo, les hicieron desnudarse y se llevaron toda la ropa y los zapatos, y la despensa la dejaron vacía. Aunque éramos pequeñas, pasamos mucho miedo. El caso es que por allí iba mucho la Guardia Civil, pero aquéllos sabían cogerles las vueltas...

Antonia, 86 años

PASCUAL Y LOS SIETE MAGNÍFICOS

Pascual (86 años) es de los pocos hombres que se animan a participar en las Salas del Mayor de Cáritas Diocesana de Segovia y tiene muchas cosas que contarnos. Empieza hablándonos de su trabajo.

En el año 1961 me presenté a unas oposiciones para Arbitrios, lo que conseguí pues había seis plazas y quedé tercero. Entré ganando 816 pesetas, lo que son 5 euros de ahora. Los arbitrios es como si fuera una frontera local. Para pasar por la ciudad, tenías que pasar por las calles donde estaban las casetas de Arbitrios y te daban un salvoconducto que luego tenías que entregarlo a la salida de la ciudad. Había en Segovia seis casas, unas más importantes que otras.

Por ejemplo, en San Marcos, que es la única que sigue en pie (*el fielato de San Marcos*). Luego, otra en los jardines de San Roque: tenían una sala grande para despedazar corderos y vacuno, pero en pequeñas cantidades.



En José Zorrilla había otra con báscula que pesaba los camiones que traían alimentos. En Baterías otra, en los depósitos de agua y en San Lorenzo. Luego había tres garitas: en la estación, en el barrio de San Lorenzo y en Santo Espíritu, y luego dos parejas que vigilaban por la ciudad.

En el año 1963 se quitaron en toda España y a los funcionarios nos mandaron al sitio que mejor nos convenía a cada uno. Yo escogí de policía. Estuve de prácticas hasta que una vez formado me mandaron a la policía de tráfico, que estábamos dos horas menos y teníamos una prima de peligrosidad. En esta plantilla éramos siete. Nos llamaban «Los 7 magníficos».



Había dos puestos fijos: uno en la Plaza Oriental y otro en Azoguejo-Fernández Ladreda. Teníamos un pequeño pedestal, un impermeable blanco, casco del mismo color, así como el correa. Por Navidad poníamos una cesta y nos ponían muchos regalos y dinero.

Aquí estuve quince años. Después pasé a distrito, todo el tiempo a patita pues sólo había una moto para el jefe. Ahí estuve hasta los 60 años. Luego me pasaron a la reserva a los Mercados y a los Servicios Sociales. Ahora se jubilan a los 60 años; nosotros a los 65.

Me casé a los 28 años, lo curioso es...

...y hasta aquí podemos leer... porque esta historia, que es más personal, Pascual se la guarda para el próximo número de LA BANASTA. ¡Hasta entonces!

*¿Alguien sabe
tomadas las*



*dónde están
fotos de esta*

historia?

LA FIESTA DEL RAYO

Me llamo Lidia y nací en un pueblo muy pequeño: Miguel Ibáñez. Cuando yo vivía en él tenía sesenta vecinos. Quiero contarles lo que ocurrió un año en la fiesta del Corpus Christi. Ese día del Señor se iba a misa por la mañana y a la procesión con el Santísimo por las calles del pueblo.

Cuando se llegaba de la procesión, se dejaba al Santísimo expuesto, velándole todo el tiempo hasta las cinco de la tarde. Un cuatro de junio que se celebraba la fiesta, al mediodía hubo una tormenta muy fuerte y cayó un rayo en la iglesia atravesando todo el techo. Y todas las velas que había encendidas, que eran muchas pues todos los vecinos las llevan, se apagaron menos las dos que estaban una a cada lado de la custodia.

En ese momento, no había más que dos personas, mi bisabuelo y una vecina y no les pasó nada. Esto ocurrió hace más de un siglo. Le dijeron al señor obispo lo que había pasado y desde entonces concedió que se celebrara la fiesta del rayo todos los años el cuatro de junio con media procesión.

Esto es lo que puedo contar de mi pueblo. Tengo otra fiesta también muy bonita.

Algún día os la contaré...



Lidia, 88 años

HOY TOCA...

¡COCINAR!



Para este número, el **Chef** de la *BANASTA* nos ha
preparado este exquisito menú:

Empanada

Judiones de la Granja

Dos tartas Charlota

Americanos, hojuelas y florones

y... **LA MEJOR RECETA DE LA VIDA**

*Nuestro menú de hoy comienza con un entrante clásico,
una empanada que nos propone **Antonia** (86 años)*

EMPANADA

Para hacer una empanada, se coge un bol y se pone como medio quilo de harina y un sobre de levadura y se hace un hoyito en el centro. Se pone un poquito de sal y un poquito de azúcar y cuarto de quilo de mantequilla que no esté muy dura para envolver con la harina. También se pone medio vaso de leche, se mezcla bien y se va echando la harina que te pida hasta que te quede una masa bien hecha. Luego la dejas reposar mientras haces el relleno.

Fríes cebolla, pimiento y tomates. Cuando esté frito añades el bonito, lo mezclas todo y luego dos huevos duros, todo bien mezclado. A continuación, coges la masa y la partes en dos, la parte de abajo un poco más grande.



Aquí untas un poco de mantequilla para untar la bandeja. Estiras la masa con un rodillo. Cuando esté bien estirada, la colocas en la bandeja y pones la mezcla dentro y luego haces lo de arriba. Lo colocas encima y con la parte de abajo lo sellas bien con un tenedor.

Luego bates un huevo y con una brocha lo pintas por todos los lados y una vez que esté bien pintado lo metes en el horno a temperatura media durante una hora.

*Vamos con el segundo plato, algo consistente: unos judiones que nos ha preparado **Carmen**, nuestra voluntaria.*

JUDIONES DE LA GRANJA

INGREDIENTES

Judiones (70-100 g. por persona)	Costillas
Pie de cerdo	Oreja de cerdo
Morcilla asturiana	Careta de cerdo
Chorizo	Hueso de jamón
Pimiento, cebolla, ajo, laurel	

MODO DE HACERLO

Después de haber tenido los judiones en remojo 18-24 horas, los escurrimos y ponemos en la olla donde vamos a cocinarlos. Cortamos en trozos la careta, el chorizo, la oreja y demás ingredientes, a excepción de la morcilla y el hueso de jamón que los echaremos enteros.

Con todos los ingredientes en la olla, los cubrimos de agua, echamos sal y ponemos a cocer. Cuando empiezan a cocer, los asustamos por tres veces. Si es cazuela normal, tendremos que cocerlos durante tres horas por lo menos. Si es olla *express*, los tendremos el tiempo que marque dicha olla.

Una vez cocidos, se corta la morcilla y se hace un sofrito con aceite de oliva, cebolla, harina y pimentón, se añade a los judiones y se da a todo un hervor. Se pueden consumir al momento o dejarlos para el día siguiente, que tendrán más consistencia.

De postre, dos recetas distintas de tarta Charlota, igual de ricas, que nos han hecho dos buenas amigas

TARTA CHARLOTA DE JUANA

INGREDIENTES

½ litro de leche entera

1 flan chino

Bizcochos de soletilla

3 huevos

3 cucharadas de azúcar

½ Kg. de nata

MODO DE HACERLO

Preparar el flan, reservando un poco de leche para deshacerlo. Se baten las yemas con un poco de azúcar y se añaden con el flan a la leche y se pone al fuego, dándole vueltas hasta que cueza.

Se baten las claras a punto de nieve y una vez retirado el flan del fuego, se mezcla todo bien y se vierte sobre los bizcochos que se han colocado sobre un molde o una fuente. Y una vez frío, se añade la nata.



Juana, 72 años

TARTA CHARLOTA DE CARMEN

INGREDIENTES

Bizcochos	2 sobres de flan chino
½ litro de leche	4 cucharadas de azúcar
3 huevos	1/4 litro de nata
	Canela en rama

MODO DE HACERLO

En la base de un molde redondo o rectangular, pondremos una capa de bizcochos y los mojaremos con almíbar o con refresco y los dejaremos reposar.

Pondremos la leche con la canela en rama y el azúcar a calentar. Mientras hierve, en un tazón echamos los sobres de flan con una cucharada de azúcar, removemos y con un poco de leche fría deshacemos el flan. Cuando hierve la leche, añadimos el flan y que dé un hervor removiendo con las varillas. Después añadiremos las yemas de huevo con cuidado, para que no se corten, y por último las claras de huevo que tendremos batidas a punto de nieve. Mezclamos bien y lo echamos en el molde donde tenemos los bizcochos dejándolos enfriar.

Batimos la nata a mano o con batidora y cubrimos de nata la tarta.

Se puede adornar con almendras machacadas, guindas rojas y verdes, *Nescafé*, etc.



Carmen, nuestra voluntaria

*Para ir rematando el menú de esta **BANASTA**, tres caprichos muy fáciles de hacer que nos proponen **Julia y Argimira** para endulzarnos la vida*

AMERICANOS

INGREDIENTES

500g. de manteca	500 g. de azúcar
1 Kg. de harina	4 yemas de huevo
2 papeletas de anises molidos	1 papeleta de canela
1 copa de coñac	1 cucharada de levadura

Reservamos las 4 claras de huevo para lo último

MODO DE HACERLO

A la manteca se le añaden los ingredientes (menos las claras). Toda la mezcla se amasa bien, se extiende y se corta con un molde o vaso. Se ponen los trozos en una bandeja del horno. Se batan las claras y se pintan por encima con una brocha. Sólo queda meterlos al horno hasta que estén hechos.

Julia, 86 años

HOJUELAS DE LA ABUELA

INGREDIENTES

2 huevos
1 taza de azúcar
1 taza de las de café de leche entera
1 “ “ “ de aceite o manteca
1 “ “ “ de vino blanco o 1 copa de aguardiente o anís

1 cucharadita de bicarbonato o levadura
Limón rallado
Harina, la que admita
Azúcar glas o miel ligera para después de freír

MODO DE HACERLO

Se baten los huevos y se echan los ingredientes. Se amasa y se deja reposar una hora. Después, se estira la masa muy fina, se cortan y se fríen. Una vez fritas, se espolvorean con el azúcar glas o se bañan en miel ligera.

Julia, 86 años

FLORONES

INGREDIENTES

Para 6 huevos, 3 cascarones de agua (yo es la medida que tomo), $\frac{1}{2}$ cascarón de aguardiente, anís molido y 1 cucharada sopera de harina por cada huevo.



MODO DE HACERLO

Se baten los huevos. Se miden el resto de ingredientes y se hace una pasta que se incorpora a los huevos, se bate la mezcla un poco y seguidamente se fríe.

El florero tiene que estar muy caliente para que suelte bien. Es conveniente que el aceite cubra el florero.

Y se echa azúcar glas por encima. ¡Buen provecho!

Argimira, 84 años

*Y, por último, este delicioso y sugerente cóctel lleno de
sabiduría que nos ha preparado **Rosa** (70 años)
¡Para saborearlo a sorbitos!*

LA MEJOR RECETA PARA LA VIDA

Si no tienes paz...

ORA

Si estás preocupado...

CUÉNTALE A JESÚS

Si te sientes triste,

*PIDE A MARÍA QUE TE
ABRACE*

Si te sientes solo,

*PIDE A LOS SANTOS QUE TE
ACOMPANEN*

Si tienes miedo,

*PIDE AL ESPÍRITU SANTO
QUE TE INFUNDA VALOR*

Desde la fe, problemas hay muchos; remedios sólo uno:

DIOS

NOS GUSTA LA CULTURA



La cultura es el despertar del hombre

María Zambrano

POESÍA A LA VIRGEN DE LOS REMEDIOS, PATRONA DE CASTROSERNA DE ABAJO

María (82 años) nos regala otro de sus poemas, esta vez dedicado a la Virgen de su pueblo. ¿Sabéis que lo ha compuesto durante mucho tiempo, cada año añadiendo una estrofa?

Entre riscos y montañas,
cual silvestre campanilla,
sobre un fondo pedregoso,
Castroserna tiene una ermita
en donde vive la Virgen
de los Remedios bendita.

El río le canta trovas
a muy reñida porfía
con las muchísimas aves
que en sus árboles anidan.

De frente está Cueva Grande:
siempre en continuas milicias
velan la gloria del pueblo,
guardan con fervor la ermita
de su excelsa capitana,
de su amada Virgencita,
de su patrona adorada,
de los Remedios bendita.

Hombres, mujeres y niños
vienen de cerca y de lejos
orgullosos de tenerte
por patrona de su pueblo:
vienen haciendo una piña,
todos quieren darte un beso.

En ti tanta fe yo tengo

que si tú escuchas mis ruegos
ningún pesar me acobarda
ni a ningún mal tengo miedo
porque los que a ti acudimos
siempre contra el mal
vencemos:

Tú misma me lo repites
Por las noches cuando
duermo.

Adiós Virgen del Remedio,
adiós abogada mía,
adiós madre muy amada,
adiós querida María.
Adiós porque ya no
encuentro
más piropos que decirte,
porque no me cansaría
de alabarte y bendecirte.

Adiós reina de los cielos,
adiós lucero brillante:
no te olvides de mis hijos,
no te olvides de su madre.
Ni te olvides de este pueblo,
que siempre nos acompañes,
nos protejas y nos guardes
bajo tu Manto de REINA
y en tu CORAZÓN DE MADRE.

CON TODO MI CARIÑO

*Este «pequeño poema», que es muy grande, lo ha compuesto **Pepita** (85 años) y se lo dedica a todas sus amigas de la Sala del Mayor de Cáritas. Y, no os lo vais a creer: ¡nos lo dictó por teléfono desde casa!*

Yo dedico a mis amigas
con cariño e ilusión
este pequeño poema
salido de mi corazón.

Este tiempo con vosotras
me ha venido a decir
que lo importante en la vida
no es llorar sino reír.

Yo sólo quiero deciros
que como hasta ahora sigamos,
pues todas estamos contentas
de observar y disfrutar.

Que las cosas malas pasan,
que las buenas ahí nos quedan,
que las hay que disfrutar
con aquellos que te quieran.

Yo he aprendido de vosotras
cosas que nunca aprendí,
cosas que no conocía
y que siempre me perdí.

Pero ahora he comprendido
el valor de la amistad,
el respeto y el cariño
y también de la humildad.

LA JOVEN MADRE (poema)



Tomasa (89 años) nos propone en este número otro poema de David Hernández Sevillano, uno de sus autores favoritos. Un diálogo entre dos mujeres que han sufrido por sus hijos y que, por eso, se entienden muy bien entre ellas...

Mírame aquí postrada, Madre mía.
Yo siento hoy lo que sentiste un día
cuando tu vientre fecundado fue.
Pero tú eras tan casta como pura,
yo soy una pobre criatura
que sólo tengo de tu amor la fe.

Mírame aquí, desamparada y triste.
Madre de amor, su juramento viste;
hoy su perjuicio me conduce a ti.
Yo era pura también, era inocente,
y él deshojó sobre mi tensa frente
la blanca rosa que guardar debí.

Perdón ¡oh, Madre! por mi amor
primero.

Mi corazón te lo guardaba entero
y él de tu lado vínome a arrancar.
Era su voz la música del cielo
y ante mis ojos descorrióse el velo
de este misterio de la vida: amar.

¡Amar! Y yo le amé porque creía
que el sentimiento que en su pecho
había
era una pura emoción de Dios.
Porque el mío era santo, era bendito

y la sombra siquiera del delito
no vi cruzarse entre nosotros dos.

Era mi vida la existencia suya
y la que siempre se llamó hija tuya
a su acento no supo resistir.
Ya no tengo pureza que ofrecerte,
conozco lo terrible de mi suerte
y ni tengo el consuelo de morir.

¡Ya no lo tengo!, que en el seno llevo
lo que decirte, Madre, no me atrevo
sino llena de angustia y confusión.
No me deseches, por piedad, Señora,
porque vengo a pedirte en esta hora
para un ser infeliz tu protección.

Pero yo sólo espero.

El mundo no perdona
pero tú sí, dulcísima Madonna.
En tu mirada de verdad confío,
que eres la pura fuente de rocío
en que vivo con ansias de mujer.
Mi hijo, Señora, mi hijo, mi
esperanza,
cuanto la muerte a comprender no
alcanza,

otro tanto por él te pido aquí.
Yo soy culpable, padecer espero.
Es inocente, Madre y yo no quiero
que pague lo que incauta cometí.

Aquí yo pido, Madre piadosa,
aunque pálida, débil y llorosa,
yo tendré fuerza para a ti llegar.
Yo el hijo que en mi seno se
alimenta,

la prueba de mi llanto, de mi
afrenta,
yo la quiero a tus plantas colocar.

Yo lo traeré guardado en mi
vestido,
con leve paso llegaré sin ruido,
nadie sabrá lo que te llevo yo.
Y tú le tenderás una mirada
a la madre llorosa, abandonada,
y al huérfano infeliz que te
entregó.



ADIVINANZA LITERARIA

*Estas dos coplillas son de un poeta muy vinculado a
Segovia. ¿Quién es?*



La primavera ha venido.
¡Nadie sabe cómo ha sido!

El acueducto romano
-canta una voz de mi tierra-
y el querer que nos tenemos,
chiquilla, ¡vaya firmeza!

¿CUÁL ES...?

*Toda obra literaria que perdura en el recuerdo fue escrita con amor y delicadeza. Este es el caso de estas reflexiones que nos propone **Evelia** (84 años) cuya autora es, ni más ni menos, que SANTA TERESA DE CALCUTA.*

¿El día más bello? Hoy.
¿La cosa más fácil? Equivocarse.
¿El obstáculo más grande? El miedo.
¿El mayor error? Abandonarse.

¿La raíz de todos los males? El egoísmo.
¿La distracción más bella? El trabajo.
¿La peor derrota? El desaliento.
¿Los mejores profesores? Los niños.

¿La primera necesidad? Comunicarse.
¿Lo que más feliz hace? Ser útil a los demás.
¿El misterio más grande? La muerte.
¿El peor defecto? El mal humor.



¿La persona más peligrosa? La mentirosa.
¿El sentimiento más ruin? El rencor.
¿El regalo más bello? El perdón.
¿Lo más imprescindible? El hogar.

¿La ruta más rápida? El camino correcto.
¿La sensación más grata? La PAZ interior.
¿El resguardo más eficaz? La sonrisa.
¿El mejor remedio? El optimismo.

¿La mayor satisfacción? El deber cumplido.
¿La fuerza más potente del mundo? La FE.
¿Las personas más necesarias? Los padres.

¿La cosa más bella de todas? El AMOR.



JUEGOS DE AYER



*No dejamos de jugar porque envejecemos;
envejecemos porque dejamos de jugar*

G.B. Shaw.

*¿Recuerdas algún juego de tu infancia?
¿Conoces algún juego tradicional de tu pueblo o de tu barrio?
Este es el lugar donde poder compartirlo*

LOS BOLOS DE MIGUELÁÑEZ

Migueláñez es un pueblo del centro de la provincia de Segovia, en la zona de Santa María de Nieva y cuenta con 160 habitantes. Tiene connotaciones míticas para muchos niños de la provincia porque en este pueblo se fabricaba el célebre chocolate Herranz que fue socorrida merienda en las décadas de los 50 y 60 del pasado siglo.

De manera regular, a los bolos se jugaba durante la Cuaresma y lo hacían siempre las mujeres que, agrupadas por calles, plazas y plazuelas, formaban grupos de tres jugadoras. El equipo perdedor pagaría una pequeña cantidad de dinero que se iba acumulando y con la cantidad obtenida se hacía una merienda entre todas las participantes.



Con la emigración, esta práctica cayó en desuso pero apareció más tarde al incorporarse en el programa de fiestas, de modo que ahora se desarrolla en la Plaza Mayor. Pero lo que más llama la atención es el juego.

Esta singularidad viene determinada por la existencia del «castillo» formado por once bolos de unos 30 centímetros en su parte media que se colocan tumbados de dos en dos de tal forma que, sobre los primeros, se colocan otros dos en perpendicular. Así hasta formar el castillo de diez bolos y sobre los dos últimos se coloca uno solo a modo de remate.

El «vichi» es un bolo algo más grueso que se coloca a unos ocho metros del castillo. El juego consiste en tirar con una bola de tal modo que del primer impacto golpee sobre el castillo para desplazar los bolos más allá del vichi, cuanto más mejor (los que logran pasarlo son los únicos que puntúan) y, a ser posible, derribarlo también. Después, se reconstruye el castillo con los bolos que quedaron sin pasar y los que pasaron se tiran ahora desde la línea del vichi hacia el castillo para aumentar la puntuación en esta segunda tirada.

De esta forma se recuperó el juego que ahora tiene mucha aceptación entre la juventud.

Priscila, 83 años

EL JUEGO DE LA COMBA

Recuerdo cuando yo era una chavalina de 9 ó 10 años, en el recreo del colegio, a veces después, teníamos una soga como de unos cuatro metros. Dos de nosotras sujetábamos cada una un extremo y balanceábamos de arriba a abajo. La tercera saltaba. Es un juego divertido, lo pasábamos muy bien.

Tomasa, 89 años

JUEGOS CON BEBÉS

Los juegos capaces de arrancar una sonrisa a los más pequeños (y también a la gente muy, muy seria) se juegan con el niño en las rodillas.

¿Quién no ha cantado alguna vez estas letrillas?:



Tortas, tortitas,
higos y castañitas;
azúcar y turrón
para mi niño son.

El niño palmotea con el mayor al ritmo de la canción

Cinco lobitos
tiene la loba,
cinco lobitos
detrás de la escoba.
Cinco parió,
cinco crió
y a todos los cinco
tetita les dio.



Se canta girando la mano para que el niño se distraiga



Date, date, date,
date en la mochita;
date, date, date
en la cabecita.

*Se coge la mano del niño
para que se golpee la sien al ritmo de la música*

HABLAN LOS VOLUNTARIOS



FELIPA: RECUERDOS Y VIVENCIAS



Mi voluntariado consiste en estar presente para que todo pueda estar en orden dentro de lo posible y acoger a los mayores de mi sala con cariño y amabilidad. En la sala estamos Paquita y yo y también estuvo María Antonia que ahora, por problemas de salud, casi no puede. Con Paquita muy bien. Ella tiene más idea que yo de manualidades y así nos complementamos.

Yo llevo de voluntaria de Cáritas desde que se hicieron las salas, sobre todo la de San Lorenzo, que fue la primera que se abrió, aunque no recuerdo exactamente el año. Anteriormente estuve de voluntaria también en Cáritas con chavales con problemas unos cuantos años que también recuerdo con mucho cariño.

Lo que sí recuerdo y sigo viviendo son las tardes con los mayores de la sala con sus actividades y las vivencias que he compartido con ellos. Y sobre todo lo bien que lo pasamos cuando las visitas que hicimos a los pueblos y el cariño con que nos trataron en todos a los que fuimos. De todos nos trajimos buenos recuerdos, de cómo nos recibieron y nos trataron y cómo se portaron con nosotros; de todos los pueblos vinimos encantados. Gracias a todos.

En la sala somos más voluntarias y entre todas, muy bien. Maite lleva menos tiempo con nosotras pero es con los mayores muy cariñosa y agradable. También tenemos a Maricruz que suele venir cada 15 días a hablarnos de nutrición y arte, que siempre viene contenta y todos la quieren mucho. También viene Florinda con su taller de lectura que también viene cada 15 días y que además de la lectura a veces hace otras cosas. Y qué decir de los jóvenes que vienen no siempre porque, según ellos, estamos más lejos pero cuando vienen se portan muy bien.

Yo no puedo olvidar a la primera voluntaria y el alma de la sala, nuestra querida Eliana que nos dio mucho amor y cariño y conocimientos, que tenía muchos, y la recordaremos siempre con mucho cariño. Ya no está con nosotros pues Dios se la llevó con Él. Creo que desde allí donde esté nos sigue acompañando.

Yo estoy muy contenta de todo el tiempo que he podido dedicar al voluntariado con mayores y en otras actividades que he estado y también me he sentido muy bien y le doy gracias a Dios por todo ello.



OTRAS COSILLAS

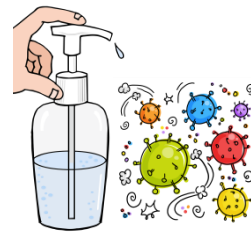


Una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las más noches, duelos y quebrantos los sábados, lentejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda...

EL INGENIOSO HIDALGO DON QUIJOTE DE LA MANCHA (Capítulo I)
Miguel de Cervantes



INFO COVID



¡YA TENEMOS VACUNAS...!

Nuestro cuerpo tiene un “cuerpo policial” (el sistema inmunológico) que se encarga de protegerlo de «okupas» (patógenos) que intentan enfermarlo: virus, bacterias... El sistema inmunológico sabe reconocer algunos, pero otros no. Con las vacunas se le prepara para responder, en un futuro, si el cuerpo se encuentra con un patógeno determinado.

En España tenemos, por ahora, tres vacunas disponibles: Pfizer, Moderna y AstraZeneca. Todas se administran en dos dosis.



Para ponernos las vacunas, primero nos tienen que citar por teléfono. Una vez vacunados, ¡ojo!, debemos seguir con las medidas de protección: mascarillas, distancia social, lavado de manos, ventilación...

La vacuna nos protege frente a la infección, pero podemos seguir propagando la enfermedad, en caso de padecerla. Ten en cuenta que puedes ser asintomático. Además, todavía no se sabe cuánto tiempo dura la protección. Todo esto lo sabremos con el tiempo, ten en cuenta que es un virus nuevo.



EL RINCÓN DE INTERNET Y DE LAS REDES SOCIALES

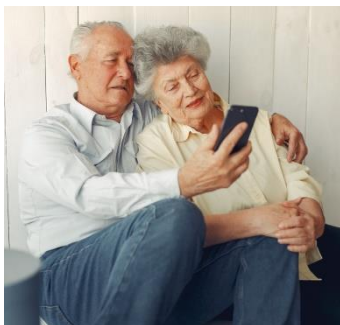


¡...Y GRUPO DE WHATSAPP!

Los grupos de WhatsApp son excelentes cuando se quiere tener una comunicación entre muchas personas, en la que todas puedan recibir y dar información: lluvia de ideas, compartir noticias y avisos (y fotos y vídeos y audios...), planificar un viaje o una actividad, etc. Lo bueno es que todos pueden escribir y leer mensajes de los otros miembros del grupo.

Por eso se ha creado un grupo de WhatsApp entre los participantes y voluntarios de la Sala de Mayor de Cáritas, que se puede ir ampliando a medida que nos vayamos animando. Es muy fácil y divertido.

En un grupo de WhatsApp, todos podemos ver los detalles de contacto de los demás participantes por si queremos ponernos en contacto directamente con ellos a través de un mensaje «privado», que así es como se llama.



Eso sí, en todo grupo debe haber un administrador que es el único que puede agregar o eliminar miembros en el mismo. Hay que hablar con él para que nos dé de alta.

¡Animaos los que aún no estáis apuntados!

**¡Caben hasta 256 personas en un chat:
tenemos sitio de sobra!**

ORACIÓN DE LA MAÑANA

Esta oración con la que cerramos esta *BANASTA* nos la regala **Rosa** (70 años). La escribió su amiga Loli, que era como una hermana para ella y murió por COVID al principio de la pandemia. Desde entonces, Rosa y otras amigas rezan esta oración cada mañana por todos. Que Dios las bendiga.

Señor y Dios mío: quiero comenzar mi jornada poniéndome en tu presencia. Te pido que me ayudes a vivir este día de modo que sea grato ante ti y bien empleado en obras en tu servicio.

A mis años, Señor, ya no estoy para perder el tiempo en bagatelas y menos aún en cosas o acciones malas para mí o para los demás.

Pienso, Señor, en los niños que van al colegio... ojalá aprendan y se preparen bien para la vida.

Pienso en los jóvenes que están terminando sus estudios... y en los que ya trabajan... haz, Señor, que lleven una vida honrada y provechosa.

Pienso también en las personas que están en la plenitud de sus trabajos y actividades profesionales. Haz, Señor, que realicen un buen trabajo que sirva para bien de toda la humanidad.

A mí, Señor, líbrame de toda envidia. Quiero hacer lo mío sin quejarme de nadie, sin estorbar a nadie, al contrario: ayudando y sirviendo en algo, en lo que buenamente pueda y vea que es grato en tu presencia.

Quiero ser como un ángel de oración. Quiero orar por todos los que trabajan y por todos los que se olvidan de rezar. Y quiero hacer mis pequeños servicios a los demás... en la familia, en la sociedad... con sencillez y humildad, lo mejor que pueda.

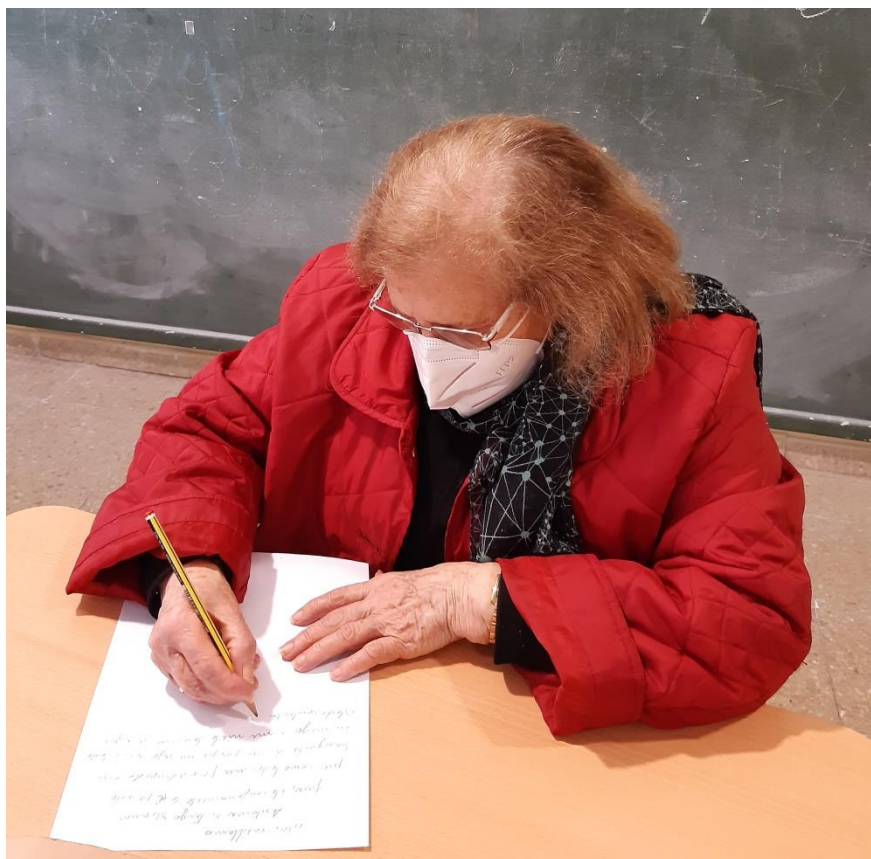
Dame, Señor, danos a todos, un día apacible en tu presencia y haz que podamos disfrutarlo alegremente cumpliendo estos buenos propósitos.

Amén.



Santo Cristo de la Cruz

PARROQUIA DE EL CRISTO DEL MERCADO (Segovia)



Escribir es agregar un cuarto a la casa de la vida
ADOLFO BIOY CASARES

Programa subvencionado por:

