

*L*  
*a*  
*C*  
*O*  
*L*  
*O*  
*n*  
*i*  
*a*  
*L*

# Emprendemos un nuevo curso



**Caminemos juntos**



## OTOÑO 2006

- |           |   |           |  |
|-----------|---|-----------|--|
| <b>03</b> | <b>EDITORIAL</b><br>Feliz travesía  | <b>20</b> | <b>TOMA LA PALABRA</b><br>Formatear una memoria Flash USB<br>Ntumu / Señales de humo               |
| <b>04</b> | <b>UN PASEO POR LA HISTORIA</b><br>Tejidos de la Plaza  | <b>22</b> | <b>EL PERSONAJE</b><br>Mozart<br>Isabel López Calzada  |
| <b>05</b> | <b>FIRMA DEL MES</b><br>Natalia Verbeke   | <b>24</b> | <b>ARTE</b><br>Frida Kahlo   |
| <b>06</b> | <b>ENTREVISTA</b><br>Montserrat Sepúlveda   | <b>26</b> | <b>LA ESCAPADA</b><br>Patones de Arriba  |
| <b>08</b> | <b>RINCÓN LITERARIO</b><br>Francisco Ayala  | <b>28</b> | <b>SALUD</b><br>Alimentos funcionales<br>La Gripe  |
| <b>10</b> | <b>CRÓNICA DE ACTUALIDAD</b><br>Relaciones a través de internet<br>El vacío   | <b>30</b> | <b>DEPORTE</b><br>Gimnasia   |
| <b>12</b> | <b>ACTIVIDADES CULTURALES DEL CENTRO</b><br>Excursión a Toledo<br>Cuento ganador I Certamen<br>Excursión al “Madrid de San Isidro”<br>Teatro<br>Fiesta de Fin de Curso<br>Oferta Educativa del Centro | <b>31</b> | <b>LIBRO/CINE</b><br>Literatura: “Homenaje a García Lorca”<br>Cine: “Vida secreta de las palabras” |
|           |   | <b>32</b> | <b>AUTÓGRAFO DEDICADO</b><br>Luis Eduardo Aute   |

**LA COLONIAL**

**Dirección:** Julia Vázquez Serantes. **Subdirección:** Rosa García de Porras. **Redacción:** Beatriz Cuenca Gil, Rosa García de Porras, Elena León Rodríguez, Ana Martínez Herrerueta, Carmen Pérez Osorio, Isabel Ruiz Prieto, Mª Teresa Sánchez Martín, Julia Vázquez Serantes. **Diseño y maquetación:** Beatriz Cuenca, Ana Martínez, Carmen Pérez. **Supervisión:** Elena León, Rosa García, Isabel Ruiz. **Fotografía:** Beatriz Cuenca, Ana Martínez, Carmen Pérez, Isabel Ruiz, Mª Teresa Sánchez, Julia Vázquez y Archivo. **Fotografía portada:** Pedro Lorenzo (Foto Crespo). **Colaboración especial:** Natalia Verbeke, Luis Eduardo Aute y José Antonio Pleguezuelos Martínez. **Colaboradores:** José Miguel Fernández-Laguilloat de Lara, María Díaz Pérez y Luis Miguel Solano González. **Técnicos informáticos:** Simeón Morcillo y Rafael Marín González. **Consejo asesor:** Mª Jesús Díaz Jiménez, Magdalena García Carrasco, Luis Miguel Solano González. **Impresión, encuadernación:** Solana e hijos, José María Delgado Doblas. **Edita:** CEPA Mariano José de Larra.

**E-mail:** lacolonialpinto@yahoo.es - <http://es.geocities.com/lacolonialpinto>. **Depósito Legal:** M-49232-2005

Los artículos firmados son responsabilidad de sus autores.

## Feliz travesía

¿Quién ha dicho que el nuevo año comienza en enero? La creencia popular así nos lo indica, pero, en la práctica, el ciclo empieza cuando llega septiembre y comenzamos otro curso.

Septiembre es el mes del inicio, del comienzo, de situarnos ante nuevas expectativas... De esperar las ansiadas lluvias y del olor a tierra mojada que nos recuerda la proximidad del otoño, tratando de olvidar el infierno de llamas y cenizas en que se ha convertido una parte muy importante de nuestra geografía. De soñar con un paraíso de océanos, montañas y oxígeno que nos dan la vida.

Nuestro planeta ha necesitado millones de años para convertir la nada en el edén, para transformar el caos en la más maravillosa de nuestras posesiones: la naturaleza. Y este nuestro verano nos ha dañado en lo más hondo de la existencia. Tal vez nunca conozcamos las causas reales de tanta desgracia, pero, de lo que sí podemos estar seguros es que nuestra tierra no sólo posee vida, nuestra tierra está viva.

Y nosotras, aunque desoladas ante tanto desmán, debemos sentirnos siempre optimistas y firmes en nuestras convicciones; sin dar un respiro al tiempo, trabajando sin tregua para sacar adelante este nuevo número de "La Colonial".

Tal vez sería poco original desearos toda clase de fortuna ante el inminente comienzo del curso. Tampoco queremos deciros que ojalá os hayáis recuperado después de las largas vacaciones. Quizá no sería novedoso comentaros los esfuerzos que tendremos que realizar a lo largo de esta nueva etapa que se despliega ante nosotros. Pero, cuando la naturaleza prepara todas sus defensas para descansar, sí estamos obligadas a deciros que comienza nuestra travesía.

En estos días nuestro barco emprende un viaje que durará nueve meses. Un viaje repleto de aventuras, satisfacciones y, por qué no, algún que otro sinsabor. Somos navegantes de la preparación cultural y del estudio. Y, como en todo barco que comienza su singladura, tendremos que agarrar bien fuerte el timón e incluso modificar rumbo, en caso necesario, para llegar al puerto deseado. En este viaje se han enrolado con nosotras Natalia Verbeke, Luis Eduardo Aute y Montserrat Sepúlveda. Su buena disposición aportando su artículo, su firma y su entrevista hace que nos sintamos muy orgullosas y realmente agradecidas al poder contar con todos y cada uno de ellos.

Desde "La Colonial" os deseamos un provechoso viaje. Y dejad de perder el tiempo leyendo el editorial. Sumergíos en nuestras páginas y disfrutad de este nuevo número.

Feliz curso y muy buena suerte.

*Porque el hombre de hoy crece  
A lo tonto chawal  
No necesita el aire  
No necesita el mar  
No necesita el bosque  
con ellos quiere acabar...*

*Y es que el hombre de hoy crece  
A lo tonto chawal  
Necesitaba el aire, necesitaba el mar  
Necesitaba el bosque  
Y ahora todo ya da igual...*

*De la canción "Frágame tierra"  
Celtas Cortos*

## La tienda del señor Roque

El señor Roque y su esposa Carmen llevaban varios años desplazándose desde Madrid para la venta de ropa y tejidos por los pueblos de la zona. Aquí, en nuestro pueblo, por aquel entonces, el mercado tenía lugar los martes en la plaza Nacional. Era costumbre del señor Roque, situarse en invierno al sol, junto a la posada (donde se encuentra actualmente La policía municipal) y en verano a la sombra, en el ángulo opuesto de la plaza donde estaba la casa de Correos.



M<sup>a</sup> Teresa Sánchez Martín

En el mes de Julio del año 1956, decidió establecer su negocio en Pinto, bajo los arcos de la plaza del pueblo. Elió este municipio porque decía que estaba bien comunicado gracias al ferrocarril. En la puerta del establecimiento un letrero sobrio indica el objeto del comercio: TEJIDOS. En aquel tiempo no eran necesarios títulos rocamblescos para llamar la atención del cliente. La llamada venía dada con el nombre del dueño, su carácter y su personalidad: **La tienda del señor Roque**. Así se conocía popularmente y se conoce. Su hija mayor, Carmen, se encargó de atenderlo mientras sus padres continuaban con la venta ambulante, después ella contrajo matrimonio y Ángela, la menor, terminado el colegio, ocupó el lugar de su hermana con la directriz y la colaboración de sus padres.

Por allí pasaron mocitas con sus madres a comprar los tejidos que dedicarían a su ajuar. Las mismas que pasaron después con sus hijas, las mismas que ahora vienen a comprar con sus nietas, a las que cuentan sus historias, su relación cordial con la familia que lo regenta y la confianza depositada en el señor Roque, quien guardaba confidencialmente el libro donde, nombres y adeudos quedaban anotados como grato favor, en espera de que la gente pagara como buenamente pudiera.

Y allí desde hace cincuenta años, en el mismo lugar, sin ningún acto de modernización, sobre las mismas baldosas salidas de la fábrica del Ejido, con el mismo mostrador que atesora las muescas de su historia y de la gente que por allí pasó, con los mismos estantes, y la misma banqueta, la tienda de tejidos del señor Roque, sin haber hecho gran fortuna, sigue abierta en la plaza, hoy llamada de la Constitución.

A raíz de la muerte de su padre, Ángela se hace cargo del negocio familiar y con la misma dedicación y cariño que él mantiene a flote si no el último, sí el más antiguo comercio del pueblo que se conserva intacto desde su apertura, como un velero a merced de un viento hostil, frente a la poderosa flota de los grandes comercios.

No recibiremos propaganda de grandes ofertas para celebrar el cincuenta aniversario, como es costumbre en los grandes almacenes, pero a cambio encontraremos el trato cordial y familiar de una persona conocida y que nos reconoce al entrar. Dentro, dos sillas están dispuestas para el cliente o conocido que al pasar saluda amablemente, entra y se sienta a comentar con Ángela, como buenos vecinos y amigos, los sucesos y acontecimientos cotidianos.

Cuando ella deje la tienda de tejidos, nadie ocupará su lugar. Entonces desaparecerá un elemento más de aquello que llamamos el comercio tradicional, cercano y familiar, que a tantos de nosotros nos trae a la memoria dulces recuerdos de la niñez. Su desaparición dará paso a otra forma de comercialización, donde no importan: ni quién compra, ni de dónde viene, ni sus circunstancias personales, tan sólo el número de su tarjeta de crédito.

## Natalia Verbeke

De nuevo varada entre películas me enfrento, una vez más, al vacío de mí misma. Hay quien, sin dudar, aprovecha la oportunidad para someterse a un concienzudo proceso de purificación interior: acepta los consejos de sus familiares, baja la vista, contempla sus despojos y entra por voluntad propia en su particular clínica de desintoxicación. Se tiene noticia de actrices desnudas haciendo yoga en playas recónditas, o acompañando a barbudos gurús tibetanos, intentando despojarse de sus personajes... Pero a mí me falta la fe necesaria para entregarme de esa manera al vacío. No me veo capaz de encararlo. Quizá tema el resultado: esa reducción, esa absorción, el resultado final de esa “yo” sin personajes, de ese último esqueletillo... No me veo capaz de flotar en el vacío hasta la nueva posesión. Pese a los experimentos de Torricelli sobre la gravedad atmosférica sigo defendiendo la veracidad (al menos en lo que a mí respecta) de aquel aforismo de la física antigua: *Natura abhorret a vacuo* –la naturaleza abomina el vacío-. El “horror-vacui” bizantino me aqueja desde mi más temprana infancia. Mi habitación era entonces, y aún hoy sigue siendo, un claro ejemplo de ello. Mi madre (hoy el que me tiene que aguantar, que es más minimalista que yo un rato largo) entraba, se llevaba las manos a la cabeza y decía: “¡Recoge ahora mismo esta pocilga!”, pero no entendía que aquel caos de ropa, revistas, libros y papeles era una configuración perfectamente medida y premeditada, el sello de mi cordura y de mi bienestar. Y eso mucho antes de que empezasen a poblarlo mis personajes. Por eso ahora, entre películas,



Natalia Verbeke Leiva nació en Buenos Aires, Argentina, en 1975. Cursó estudios de interpretación y ortofonía en la Escuela Superior de Arte Dramático e hizo cursos de Danza Clásica y Contemporánea, baile flamenco y expresión corporal. Filmografía: Un buen novio, Nadie conoce a nadie, Carretera y manta, Kasbah, Jump Tomorrow, El hijo de la novia, El otro lado de la cama, Apasionados, Días de fútbol, El punto sobre la i, Hermanas, El Cid, la leyenda, Gal.

no me esfuerzo en desembarazarme de “Ella”, aunque tampoco ejerzo ninguna violencia para retenerla. “Ella” se une al coro de “Ellas” y si no congenia con el resto, siempre tiene la posibilidad de irse. No pongo candados ni abro zanjas a su alrededor. Dejo las puertas siempre abiertas. Y aprovecho esos espacios para llenarme de ruido. Porque, como ya he dejado intuir, soy totalmente incapaz de encontrarme a mí misma en el silencio. No me veo subida a una columna, apoyada en un solo pie, en medio del desierto. Y en el campo, el contacto new-age con la naturaleza me produce escozores. La decoración y la desnudez (¿terapéutica?) del minimalismo me parecen más bien psicóticas...Porque es ahí precisamente, en las cosas, en los impactos (y no en la sobre valorada Nada a la que aspiran los más visionarios) donde realmente encuentro los rastros más evidentes de mí misma: el último libro de Paul Auster; aquel maravilloso cómic de Craig Thompson; el disco en directo de Eels; el helado de plátano y chocolate de Ben&Jerry; la noticia de una última película de David Lynch; las reuniones freakies con Chic y la Kelly, haciendo cocktails en la termo y viendo Mujeres Desesperadas; los abrazos del que mejor sabe abrazarme; los ladridos de mi perra y de mi amigo Javi... Podéis llamar-

me Señora del Caos. Pero lo saben las vacas y los graneros de Kansas: sólo en el centro del huracán, en el corazón del torbellino, se encuentra la calma. Y ahí es donde podréis encontrarme entre películas: en mi sofá favorito, muy poquito zen, con la música bien alta, pintándome las uñas. A mi alrededor relámpagos.

## Montserrat Sepúlveda

**L**a actriz pinteña tiene la alegría de la juventud, el optimismo de quien se sabe en el buen camino, la versatilidad que requiere el "nuevo milenio" y la preparación de la persona responsable que sabe que hay que estar siempre en la mejor forma, cuando se presenta la oportunidad esperada. En el Colegio Santo Domingo, por sus excelentes calificaciones, su tutor le aconsejaba estudiar cualquier otra carrera, pero ella ya tenía el gusanillo de la actuación y pidió información sobre la Escuela de Arte Dramático.

Rosa García de Porras

**La Colonial: Cuéntanos cómo empezó tu trayectoria...**

**Montserrat:** A los 8 años ya lo tenía claro, me encantaba disfrazarme y actuar, el público estaba formado por mis muñecos de peluche. La "tele" me servía de inspiración. Me gustaba imitar a Xuxa.

**L.C. ¿Cómo fue tu primera actuación?**

**M.** Fue algo gracioso. Llamé a mucha gente para que fuera a verme. Era "El Oso" de Chejov. Lo que tenía que hacer era mínimo, ni tenía que hablar. Estaba muy nerviosa. Eso siempre me pasa.

**L.C. Sabemos que te has movido entre el teatro, la televisión y el cine, ¿Qué te gusta más?**

**M.** Bueno, son mundos distintos. Lo bueno del teatro es el contacto directo con el público, es muy gratificante, sabes si les ha gustado. Por otro lado, es difícil vivir de ello, a menos que te coja una buena compañía.

El cine me gusta y se puede vivir de él. También está la opción de las series de televisión, he hecho algún papel en "Policías", serie de Antena 3.

**L.C. ¿Y tu trayectoria académica?**

**M.** Soy Licenciada en Artes Dramáticas y he hecho especializaciones a través de diversos cursos: Comedia del Arte, Doblaje, Esgrima, Clown, Canto, Danza... el mundo de la actuación es muy versátil, es una carrera muy amplia en opciones, siempre tienes lagunas.

**L.C. ¿Es complicado empezar?**

**M.** Sí, es un mundo muy cerrado. Cada día se entra



menos por pruebas y más por representante. Los casting que salen son sobre todo para publicidad y hay mucho "enchufismo". También está la opción de Internet y tener suerte. Al principio te ilusionas demasiado, pero luego va pasando el tiempo y no te llaman, entonces aprendes a ir con más calma. La vida del actor es como una montaña rusa, un día tienes tres rodajes por hacer y luego estás meses sin hacer nada.

**L.C. ¿Te han llamado para varias cosas a la vez?**

**M.** Sí, estaba acabando la carrera y Raúl Sández me llamó para un papel secundario en

Don Mendo. Decidí terminar primero, porque luego no sabes cuánto tiempo te va a llevar el trabajo.

**L.C. ¿Cómo se prepara un personaje?**

**M.** Eso depende. En el cine se graba con mucha prisa,

*"La vida del actor es como una montaña rusa, un día tienes tres rodajes por hacer y luego estás meses sin hacer nada".*

apenas se ensaya, hay poco tiempo para preparar el personaje. Hay primero una lectura con todos. El observador, que muchas veces es el director, va perfilando el personaje. En televisión no hay tiempo para repetir, se va grabando casi sobre la marcha. En el teatro, lo principal son los ensayos, conocer tu cuerpo, porque tienes que caminar, hablar... como si fueras otro (de eso se trata ¿no?). Aunque eres tú y siempre queda algo de ti en lo que haces.



**L.C. ¿Se puede superar la timidez y subirse a un escenario?**

**M.** Claro que sí. Hay personas bastante tímidas, pero sucede un fenómeno muy particular: el actor se esconde detrás del personaje, el vestuario ayuda bastante y cuando estás en el escenario te sientes distinto, ves al público abajo, a veces ni lo ves porque los focos te lo impiden y eso ayuda a superar el pánico escénico.

**L.C. ¿Hay algún personaje que te gustaría interpretar?**

**M.** Adela, en *La casa de Bernarda Alba* y *Blanche Dubois*, en *Un tranvía llamado deseo*.

**L.C. ¿Qué actores te gustan?**

**M.** Admiro la versatilidad de Anthony Hopkins, puede hacer desde el sádico hasta el abuelo "supertierno" y siempre es creíble. Glenn Close es fantástica, tiene fuerza. En España, Juan Diego me parece buenísimo. Asumpta Serna elige muy bien sus papeles, lo importante es estar a gusto con lo que haces.

**L.C. ¿Piensas vivir de tu profesión?**

**M.** Hay que abrir otros campos, prepararse cada día más para tener mejores oportunidades. También me gustaría dar clases. Es importante crear una "cultura teatral" sobre todo entre los niños y jóvenes. El teatro es compañerismo, es trabajo en equipo.

**L.C. Cuéntanos una anécdota de un rodaje**

**M.** En el rodaje hay que guiarse por las marcas, en una ocasión tenía "conjuntivitis" y no podía ponerme las lentillas, así que tuve que quitarme las gafas y como no veía las marcas me caí varias veces. Los granos y cualquier imperfección que no cubra el maquillaje todo se puede tapar con juego de luces y sombras.

**L.C. ¿Proyectos de futuro?**

**M.** Tengo muchos y me haría ilusión poder cumplirlos. De hecho estoy trabajando en un proyecto. Aquí tenemos un excelente teatro y la verdad traen muy buenas obras.

**L.C. ¿Eres supersticiosa?**

**M.** No lo soy, pero tengo manías. Por ejemplo verificar dos horas antes que todo lo tengo preparado. Luego empiezo a calentar voz, a peinarme y finalmente el maquillaje y el vestido. En ese estricto orden. Ah... y siempre llevo en mi bolso una pata de conejo que era de mi abuela.

**L.C. ¿Has tenido que improvisar?**

**M.** Muchas veces. En una ocasión, en *La dama boba*, cambié los versos. Te parece eterno el tiempo, pero luego la gente ni lo nota. O que se te rompa algo y la función debe continuar, es algo que debes asumir siempre.

**L.C. ¿Es complicado hacer "todo" en escena?**

**M.** Es complicado. Cuando es algo sangriento por ejemplo. O tener que violentar o tirar a alguien. Llevar pelucas o miriñaques. Hacer de prostituta. Lo de los besos es un poco más normal. Pero bueno, en este mundo también hay muchos trucos para que las cosas parezcan lo que se quiere.

*Podríamos continuar horas hablando con Montserrat, una persona sencilla y sensible que ama lo que hace.*

#### ALGUNAS DE SUS INTERPRETACIONES...

**Teatro:** *Brenda y Jerry de René Taylor; La gata sobre el tejado de zinc caliente de Tennessee Williams; La discreta enamorada de Lope de Vega; Los días felices de Samuel Becket; Yo estaba en casa y esperaba que viniera la lluvia de Jean Luc Lagarce; Otelo de Williams Shakespeare; Un tranvía llamado deseo de Tennessee Williams; Solos esta noche de Paloma Pedrero...*

**Cine:** *50 conejos muertos; Como no se hizo; Son 10.00; Espejismo; Viernes, sábado y domingo; Los flageladores del pensamiento; De oficio abogado...*

*Nominada como mejor actriz en el Festival Internacional de cortos de Gijón.*

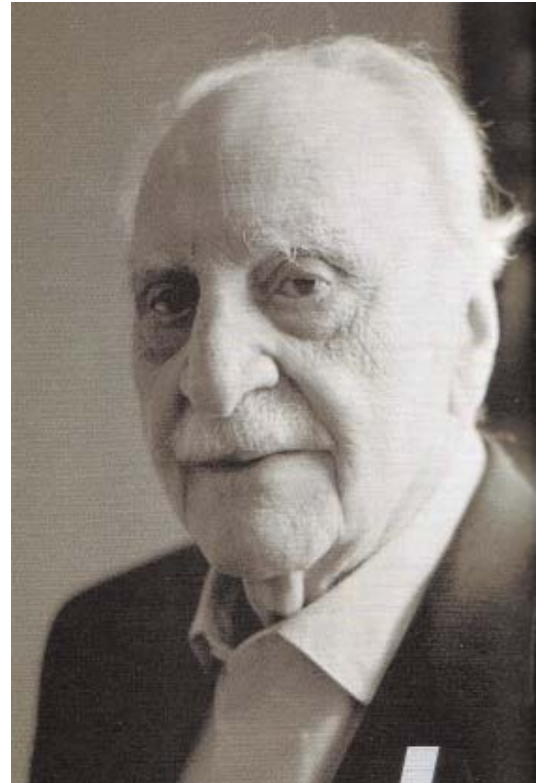
## Francisco Ayala: una vida y una obra centenarias

**“Nos ha tocado a nosotros sondear el fondo de lo humano y contemplar los abismos de lo inhumano, desprendernos así de engaños, de falacias ideológicas, purgar el corazón, limpiar los ojos y mirar al mundo con una mirada que, si no expulsa y suprime todos habituales prestigios del mal, los pone al descubierto y, de ese modo sutil, con sólo su simple verdad, los aniquila.” La Cabeza del cordero.**

Rosa García de Porras

Francisco de Paula Ayala García-Duarte nació en Granada el 16 de marzo de 1906. Su familia se trasladó a Madrid donde se licenció en Derecho y Filosofía política. Viajó a Alemania a complementar su formación en Sociología y allí conoció a la chilena Etelvina Silva Vargas quien sería su esposa. Viajaron a España y Ayala empezó a dar clases en la Facultad de Derecho de la Universidad de Madrid.

Llevaba el virus de la escritura en el cuerpo, incluso había publicado en plena juventud dos novelas. Fue un lector precoz, en alguna anécdota publicada hace un tiempo contaba que sus primeros “tacos” los aprendió de Cervantes en El Quijote cuando era aún niño, para asombro de su familia. Muy pronto consiguió crear su propio estilo y navegar con éxito en las orillas de lo fantástico, donde la creatividad ha tenido ilimitadas posibilidades y en la escritura reflexiva: ensayo y periodismo. Siempre buscando, en última instancia el sentido de la vida. Una influencia que tocó a todos los de su generación fue el cine, un descubrimiento que incorporaron a su imaginario. Escribía crónicas sobre el séptimo arte en la Revista de Occidente y La Gaceta Literaria y en otras que creó en varios países.



Tras proclamarse la República, ingresa en el cuerpo de Oficiales Letrados del Congreso de los Diputados. El 4 de noviembre de 1934, nace su única hija, Nina. Pocos meses después moría su madre y daba, sin saberlo, en el funeral, el último abrazo a su padre... Vivió en el exilio y en un largo silencio literario que afortunadamente suspendió. Su sabiduría está plasmada en obras, mucho tiempo leídas sólo en la clandestinidad, por prohibidas. A partir de 1960 hace viajes esporádicos a España donde es reclamado y acogido. Finalmente regresa cuando cree que es el momento.

Don Francisco Ayala ha transitado, a lo largo de su dilatada existencia, territorios amargos y gozosos. Ciudadano del mundo. Testigo privilegiado de avatares como las dos Guerras Mundiales, la proclamación de la República y La Guerra Civil en España; el exilio y el rechazo de la dictadura peronista... Fue catedrático en varias universidades americanas y españolas.

Fernando Savater lo describe como: “lúcido, irónico, memorioso, dúctil, dotado del sentido del humor de los sabios, viajero, cosmopolita, buen conversador, buen patriota de la patria de la humanidad, un español que transpira inteligencia e inspiración, y que ha aplicado su perspicacia a la literatura y a la vida” y la verdad, no se puede resumir mejor a este extraordinario escritor.

Haremos referencia a algunos de los premios que ha recibido, por su extensa obra: En 1972, recibe el Premio de la Crítica, por *El jardín de las delicias*. En 1983, Premio Nacional de Literatura, y lo eligen académico de la Real Academia Española. En 1988, es Premio Nacional de las Letras Españolas y Doctor Honoris Causa de la Universidad Complutense de Madrid. En 1990 es proclamado Hijo Predilecto de Andalucía, recibe el premio de las Letras Andaluzas. En 1991, Premio Cervantes.

### Algunos fragmentos de su obra

**LA VICTORIA DE ARJUNA:** “El príncipe Arjuna salió triunfante de la contienda, en la que perecieron, como había temido, muchos de sus adversarios y muchos de sus fieles seguidores. Ninguna pérdida le afligió tanto como la de su preceptor, el sabio Sendar, que cayó a su lado con la garganta atravesada por un dardo. Al entregar después con toda reverencia sus cenizas a las sagradas aguas del Ganges, Arjuna se prohibió a sí mismo los sentimientos de consternación que pugnaban por brotarle del pecho.

Recuperados sus derechos, bienes y poderes, gobernó Arjuna en paz y con justicia por más de quince años; al cabo de los cuales, viendo que su hijo había crecido y era un joven virtuoso, prudente y capaz, le dejó el trono y se retiró al desierto.” *El Jardín de las malicias*.



“... También yo,... resolví un día, de pronto, volverme a Galicia. No sé cuánto llevábamos ya que llovía y llovía sin cesar, se trabajaba la jornada entera con la luz encendida y, terminado el trabajo, no le quedaba a uno más entretenimiento que... conversar acaso con algún conocido ahí en el almacén, o estarse quieto en casa, mirando por la ventana las paredes de enfrente, la cornisa negruzca bajo la cual se cobijaban unas palomas, o la palmera desesperada del lado de allá de la verja. Aquella tarde, además, la Mariana estaba de un humor tan negro que ni contestaba siquiera... La cosa fue así: le había pedido yo mate por distraer el aburrimiento, y ella se levantó a prepararlo con brusca impaciencia. Cuando me lo trajo y se acercó a dármele, voy y le meto la mano por debajo de las ropas, “salí, estúpido” grita, y me vuelca encima el mate hirviendo... Que me aguantara, que mía había sido la culpa, que esas no eran bromas. Entonces, para sorpresa de ella... y también para sorpresa mía, en lugar de enfurecerme como hubiera sido lo propio, una gran tristeza se me entró por el cuerpo y ahí mismo, en ese mismo instante, decido volverme para España en el primer barco”. *El Regreso*

“Estaba solo el carnicero en la carnicería. Solo, como la baraja en la mesa y pensativo, como los garfios sin carne. El ancho cuchillo, dueño de la luna de enero, hubiera deseado cortar sus dedos redondos, rojos, iguales, en rodajas sobre el tablero. La boca se le había quedado abierta, y los ojos se le habían quedado azules. ¡Qué dulce la muda queja del venado! ¡Qué idílico el lamento imposible de la ternera! Gruesas lágrimas de sangre enfriaban el frío mármol, escurriendo sobre él, sin morder su blancura de cisne”  
*Erika ante el invierno.*



“Vino pues, la Guerra Civil y, para la letras, la dispersión o el aplastamiento; vino la Guerra Civil, sorprendió a mi generación en la treintena de su edad. Los más viejos habían cumplido ya, - ¡Y cómo!- su obra, ejerciendo mediante ella una descomunal influencia sobre el país... marcando una impronta bien perceptible en otras zonas de occidente.”  
*La cabeza del cordero.*

## Relaciones a través de Internet

Elena León Rodríguez

Uno de estos días, escuchando la radio, pude sentir la emoción de una chica no tan joven (30 años) ante una cita programada a través del chat ¿Podemos decir que este encuentro va a ser negativo, va a ser un fracaso ...? No. Simplemente estamos asistiendo a una manera distinta de relacionarse, sin una presencia física previa entre los comunicantes. Quizá estas relaciones puedan resultar arriesgadas pero ¿acaso era mejor la cita a ciegas de esos noviazgos pactados y sentenciados a cuya pareja sólo conocíamos a través de la mirilla de la puerta? El factor tiempo es el que determina posibilidades y alternativas de comunicación específicas y sólo el buen uso de ellas las calificaría o descalificaría. Por eso, esta nueva forma de relacionarse a través de Internet, como mucho, puede ser considerada por una gran mayoría como *poco convencional*.



Hoy, la sociedad está sumida en su trabajo y en tantas otras actividades que han hecho, que las relaciones humanas sean tan breves como un suspiro y tenemos que acudir a estas técnicas para poder saciar el hambre de comunicación personal del que carecemos y necesitamos, porque de lo que no cabe duda es que el hombre es un ser social y de cualquier manera tiene que relacionarse.

En el siglo XXI Internet es el espejo del mundo y una válvula de escape a la soledad de muchos. Las nuevas tecnologías serían un verdadero problema si fueran el único instrumento de relación, es el caso de personas con desarreglos emocionales que se quedan atrapadas en la red y no van más allá, pero también los internautas pueden experimentar una libertad impensable y descubrir interioridades que en su vida ordinaria permanecen ocultas. No es menos cierto que el trato virtual puede ocultar facetas esenciales del ser humano, esto ofrece ventajas e inconvenientes, sin embargo, al final, si queremos consumir la relación no podremos eludir el trato cara a cara. Digamos que la red es la vía inicial de contacto, por tanto aceptémoslo y hagamos de ello un bien común, utilicémoslo a nuestro antojo para nuestro placer. No pretendamos añorar el correo al galope de un caballo. O estás en el sistema, con más o menos rebeldía, o estás fuera de él y no existes, te marginan, te ignoran.



## El vacío

M<sup>a</sup> Teresa Sánchez Martín

En una tertulia radiofónica de una tarde de verano, una voz a través de una llamada de teléfono expresa a los contertulios su preocupación, al tiempo que reclama una posible solución al problema.

**Existe un vacío.** No un vacío legal, ni un vacío burocrático. El vacío, según el radiooyente surgía en el horario escolar de los niños. El tiempo entre las 16:30, hora que salen del colegio, hasta las 19:30, horario aproximado en que los padres regresan del trabajo.



Comenzó el debate. Existe una respuesta a ese vacío:  
- Disertaban - La ampliación de horario, o clases extraescolares. Desde las 7:30 h. de la mañana, hasta las 6 h. de la tarde muchos colegios cubren este periodo. Pero optar por esta solución, sería añadir más clases extraescolares hasta las 19:30 h. éstas sumarían un total de 10 a 12 horas que los niños están fuera de casa. De vuelta al hogar, agregamos a éstas, el baño y la cena, que nos da como total la hora de ir a dormir, y la relación familiar obtiene el resultado: cero.

El problema esencial de este vacío, mantenían los tertulianos, es que en ese tiempo, los niños están en la calle (sin especificar edad) deambulando sin hacer nada, formando grupos en los que nada bueno aprenden.

Al fin propusieron una solución un tanto compleja. Se trataba de crear una serie de talleres o cursos en los que profesionales capacitados, se encargasen de preparar a los niños para su desenvolvimiento en la sociedad y dieran respuesta a la ingente cantidad de interrogantes que puedan surgir en esas edades. Porque era cierto, continuaban discurriendo, que los jóvenes actuales, aprenden mucha teoría pero poca práctica para resolver los problemas que surgirán en sus vidas. La cuestión era desarrollar un proyecto interesante que no resultase aburrido a los niños. La solución estaba dada. Sólo queda



que los organismos competentes la desarrollen adecuadamente y solucionado el problema ¿o no?

En principio, con esta medida se ha cubierto “el vacío” pero, como ocurre en la remodelación de un terreno, cuando se trata de llenar un agujero, hay que sacar la tierra de otro sitio y allí dejamos otro vacío, más bien un socavón.

Para llenar el tiempo de los hijos, que los progenitores ocupan en su trabajo, se utiliza el tesoro valioso de la presencia, el diálogo y el contacto con ellos. Todas sus actividades que deberían estar guiadas, aplaudidas, juzgadas o atendidas por los padres, pasan desapercibidas por falta de tiempo, ése es el gran vacío en la relación familiar.

De la mezcla de relaciones entre niños, padres, abuelos, primos, vecinos, amigos del parque, conocidos y desconocidos; y la comunicación con ellos: disputas, amistades, juegos y reglas, risas y lágrimas, y la atención continuada de los progenitores, surgen las herramientas que utilizarán para responder a todas esas cuestiones

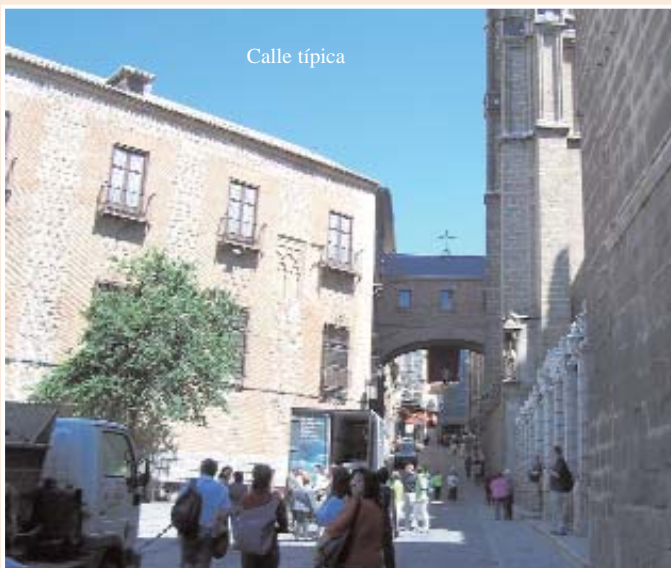
que se presentarán a los largo de sus días. Y no habrá ningún vacío que llenar. Ni ningún otro socavón que crear. La incógnita será el valor que le demos al tiempo, distribuirlo adecuadamente sin recurrir a soluciones ajenas y generalizadas. Y reflexionar sobre qué acuciantes vacíos debemos evitar.

## ACTIVIDADES DEL CENTRO



**Al visitar ciertos lugares, pocos y escogidos, se desencadena un torrente de evocaciones, reminiscencias e intensas emociones, que no se agotan pese a la repetición. No hay lugar a la monotonía, siempre hay algo nuevo que descubrir o experimentar.**

Patear las calles de Toledo, sus estrechas y empinadas callejuelas, ofrece como recompensa, a cambio del agotador esfuerzo físico, el impregnarse de los múltiples ecos de un pasado que en pocos lugares resulta tan presente y real; las voces de culturas como la judía y la moruna que se multiplican a cada paso, triunfando una y otra vez sobre la intolerancia del pasado y la incomprensión del presente, armoniza sabiamente con el catolicismo triunfante en una espléndida unidad.





La Catedral

La ciudad posee un inigualable perfil ascendente; su orografía, sus edificios, apuntan hacia lo más alto, se quieren liberar de las ataduras materiales y fusionarse con lo mágico y lo espiritual. No es extraño que el carácter místico y extravagante de El Greco, encontrara en Toledo su refugio ideal, el lugar donde su espíritu encajó como un guante. El encanto, la gracia y lo paradisíaco se expresan como nunca en esa diminuta pero maravillosa joya que es San Juan de los Reyes, símbolo de una época arrogante, presuntuosa y llena de esperanzas en el futuro. Su pequeñez no desmerece frente a la grandiosidad abigarrada de la Catedral con sus fastos externos e internos, acumulación de tesoros de una de las diócesis más ricas de la Cristiandad, sudores de miles de campesinos hecho oro, plata, arte y piedra.

Pero Toledo no significa o significó sólo misticismo o espiritualidad, o una idea -a veces retorcida- de religiosidad. También se advierte el aliento de una ciudad indómita o rebelde que desafió y plantó cara a reyes y gobernantes, hasta que el declive económico y social la llevó a lo que es hoy, un maravilloso museo.



En el Monasterio San Juan de los Reyes



Grupo de alumnos



Luis Solano

Todas esas sensaciones las experimentó el grupo de alumnos de este centro que visitó la ciudad el día 24 de mayo de 2006. Una experiencia inolvidable, un regalo de la Historia y de la Naturaleza, del que cansarse es un delito.

**Luis Solano**  
**Profesor de Historia**

## Cuento ganador II certamen: SHAME

Nunca olvidaré aquel día. Aquella mañana en casa todo era un caos, papá se afeitaba mientras mamá hacía las maletas. Había llegado el día tan esperado por todos, bueno, por todos menos por mí, se acercaba mi pesadilla.

Hacía varios meses papá y mamá decidieron adoptar una niña. Después de muchas vueltas e indecisiones decidieron adoptar a una de esas niñas que malviven en los orfanatos de China.

A las pocas semanas nos entregaron varias fotos e información de la niña, se llamaba Shame, tenía cuatro años y era peligrosamente encantadora y sus ojos llenos de tristeza ablandarían el corazón de cualquier persona, pero esto era sólo el comienzo de mi infierno particular.

Tres días después de recibir las fotos, papá y mamá decidieron que me tenía que ir a dormir con mi hermano mayor para preparar la habitación de Shame, pensaron que era mejor para su adaptación que durmiera sola ¿Su adaptación? Y ¿qué pasaba con mi adaptación? Tendría que dormir en la pocilga de mi hermano, un lugar maloliente donde me haría la vida imposible con total impunidad.

Papá y mamá tenían que coger el vuelo de las doce de la mañana, así que mi abuela llevaba desde las ocho ayudando a mis padres y a mí a prepararlo todo. Yo no viajaba a China, pero preparaba todo para pasar los cuatro días que duraba el viaje en casa de mi abuela.

No entendía por qué tenía que irme a vivir con mi abuela y mi hermano se podía quedar en casa, soy lo bastante mayor para cuidarme sola, dentro de tres meses cumpla diez años, pero ya soy más madura que mi hermano, aunque él tenga dieciocho años.

Los cuatro días con mi abuela se me hicieron eternos. Fuimos a esperar a papá, mamá y a Shame al aeropuerto. Cuando los vi aparecer, todo el mundo se oscureció a mi alrededor, papá traía cogida a la niña, fue como si de repente hubiese pasado a un segundo plano en la vida de mis padres.

El camino de vuelta a casa se me hizo interminable, mirando a aquella niña que dormía junto a mí en los

asientos traseros del coche; acababa de quitarme el trono, ya no sería la reina de la casa.

Aquel día ya no dormiría en mi habitación, aunque después de dormir tantos meses en esa habitación tan cambiada parecía como si hiciera mucho tiempo que la habitación no fuera mía.

Pasaron los días y cada vez me caía peor Shame, todo eran atenciones para ella, todo el mundo venía a verla y a mí no me hacían caso, era como si no existiera.

Hay que reconocer que la niña era preciosa, impresionaba la cara de curiosidad con la que miraba las cosas, sus ojos habían perdido toda la tristeza y se habían llenado de esperanza. Todo le impresionaba, parecía que había llegado a un mundo mágico.

A los pocos meses decidieron que me cambiase a la habitación de Shame, ya no me caía tan mal, incluso empezaba a caerme bien.

La convivencia con Shame fue mucho mejor que con mi hermano, ahora era yo la que mandaba, la que podía hacer lo que quisiera y lo mejor de todo, cuando mamá me regañaba por no tener el cuarto recogido le echaba la culpa a Shame.

Con el paso del tiempo empecé a sentir a Shame como a mi hermana, más tarde como a mi amiga y por último como mi confidente, nos contábamos todo.

A mí no me gustaba el nombre de Shame, así que decidí rebautizarla

y llamarla Rocío. Al final toda la familia la llamaba Rocío y el nombre de Shame fue quedando en segundo plano.

Ya han pasado diez años y Rocío y yo nos hemos hecho inseparables. Ya quedó atrás aquel año en el que llegué a odiar a una mocosa venida de China. Ahora se ha convertido en toda una mujer, mucho más guapa que cuando era pequeña, con una melena negra y lisa hasta la cintura que es la envidia de todas nuestras amigas.



**Patricia Aitian fue adoptada en el 2004, tenía 10 meses. Con mucho cariño y cuidados ahora es una niña feliz.**

**María Díaz Pérez (Alumna de 6º curso)**



Isabel Ruiz Prieto

Una vez más Rosalía Ramos nos “rescató” un Madrid de otros tiempos, donde los personajes que lo poblaron volvieron, por unos instantes, a ocupar los antiguos lugares y plazas que habitaron, y sus vivencias, recreadas a modo de anécdotas, nos mostraron las vicisitudes por las que tuvieron que pasar. Descubrir viejas huellas fue una experiencia tan placentera como amena y Rosalía nos fue guiando, en un paseo inolvidable, por la vida e historia del Madrid de finales del siglo XI y de uno de sus personajes más destacables: *San Isidro Labrador*, jornalero del campo que trabajara para Juan de Vargas y cuya devoción y entrega a la oración le hizo merecedor de no pocas enemistades entre sus compañeros; sus múltiples milagros llevaron a que fuera canonizado en el año 1622, siendo proclamado Patrón de Madrid y de todos los labradores.

Escenario de su vida fue la propia casa de los Vargas, el lugar donde se puede contemplar el pozo donde cayera el hijo de San Isidro y del que salió como consecuencia



Atendiendo las explicaciones delante de la Iglesia de San Andrés

el primer milagro atribuido al santo. Muy cerca de allí, la Iglesia de San Andrés, donde los restos de San Isidro reposaron por un tiempo (nunca un muerto fue más paseado y cambiado de lugar como el patrón de Madrid) hoy su cuerpo, junto al de su esposa Santa María de la Cabeza, se hallan en el Altar Mayor de la Colegiata de San Isidro, antigua Catedral de Madrid, donde parecen haber encontrado

reposo definitivo. El recorrido por la zona de las antiguas Murallas de Madrid, la Cava Alta y Baja, Plazas del Humilladero, de los Carros, La Paja, Puerta de Moros... el pequeño oasis del Jardín del Príncipe de Anglona, en el que el tumulto de la ciudad se ve silenciado y desde cuya puerta se contempla la torre de la Iglesia de San Pedro, donde los madrileños veneran la figura de Jesús el Pobre.

Y en cada rincón un recuerdo, un personaje, una historia que contar y un tiempo que se hace corto para continuar con este paseo magistral.



El pozo donde según la leyenda cayó el hijo de San Isidro



El grupo frente a la casa de los Vargas

# Grupo de teatro «El Amanecer»



Del grupo de teatro  
“El Amanecer”,  
actuaron en esta ocasión:  
(De izquierda a derecha)  
Yolanda García (Directora)  
Maribel López  
Puri Ceremí  
Manoli Sánchez  
María Martínez  
Ana Sanz  
M<sup>a</sup> del Mar Álvarez  
Maxi Ignacio

## “El Amanecer” y sus monólogos

El grupo de teatro “El Amanecer” nos presentó su último montaje la tarde del día 29 de junio, como última actividad cultural del curso 2005-2006.

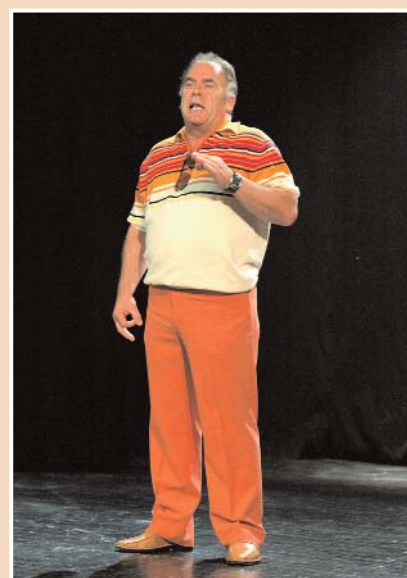
Los componentes de esta fabulosa compañía son auténticos “contadores de monólogos”, personas normales que al subir al escenario se crecen y nos narran hechos cercanos y habituales, enfocados desde su peculiar punto de vista.

En esta ocasión nos han ofrecido numerosos temas como: ¡Qué fácil ser santa!, A mi novia no le baja la regla, Miedo a volar, Adolescentes difíciles, Cuentos infantiles, Cuando hay o no hay pasión, Infidelidades más que probables y Refranes incongruentes.

El grupo de teatro del Centro de Educación de Personas Adultas “Mariano José de Larra” hace gala de un humor de lo más incisivo y a través de sus actuaciones podemos observar las enormes dotes de interpretación de todos y cada uno de los componentes. Gracias a todos ellos por hacernos pasar una tarde tan agradable.



Para Mar, fue su segunda actuación.  
La animamos a seguir.  
¡Adelante!



Maxi, único hombre en el grupo, pero integrado como uno más.  
Su estilo es único

# Cena fin de curso



Presidiendo la mesa:  
D. Juan Tendero (alcalde de Pinto)  
y Dña. Magdalena García (directora  
del Centro)

El pasado 29 de junio despedimos el curso escolar con la tradicional Fiesta de Fin de Curso. En ella nos reunimos un nutrido grupo de alumnos, profesores, actor y actrices del grupo de teatro “El Amanecer” y algunas de las componentes del equipo de redacción de la revista “La Colonial”. Este año, hemos contado con la compañía de Juan Tendero Sielva, Alcalde de Pinto; Juan José Martín Nieto, Concejal de Educación; Ismael Pérez, Director de Educación y Héctor Lera famoso cantautor local. La fiesta se prolongó hasta la madrugada en un ambiente distendido, en el que vuelve a hacerse realidad la renovada tradición de “lugar de encuentro y casa de todos” que caracteriza al Centro de Educación de Personas Adultas *Mariano José de Larra*.



# OFERTA FORMATIVA DEL CENTRO PARA EL CURSO 2006-2007



## FORMACIÓN BÁSICA O GENERAL

### **TÍTULO DE GRADUADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA**

- \*Tramo I (cursos 1º y 2º)
- \*Tramo II (cursos 3º y 4º)
- \*Tramo III (cursos 5º y 6º)

### **OTRAS ENSEÑANZAS**

- \*Español para Extranjeros
- Nivel I
- Nivel II



## DESARROLLO PERSONAL Y PARTICIPACIÓN

- \*Taller de Inglés (niveles I y II)
- \*Taller literario
- \*Taller de Astronomía
- \*Taller de Atención y Memoria

## ENSEÑANZAS TÉCNICO-PROFESIONALES

### **FORMACIÓN OCUPACIONAL COFINANCIADA CON EL F.S.E.**

Cursos dirigidos a personas mayores de 18 años, en paro o con necesidades de mejora en el empleo, en horario de mañana

- \*Auxiliar de Geriatría y Atención Socio-Sanitaria a Personas en el Domicilio (450 horas).
- \*Aplicaciones informáticas y Gestión de Pequeñas Empresas (500 horas).

## MENTOR

### **ENSEÑANZAS A DISTANCIA CON SOPORTE INFORMÁTICO. CERTIFICADO POR EL M.E.C. Y LA CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN.**

Puedes elegir entre más de 90 cursos:

- \*Informática e internet
- \*Ofimática
- \*Sistemas operativos
- \*Programación
- \*Diseño Gráfico
- \*Redes y Equipos
- \*Diseño páginas web
- \*Medios Audiovisuales
- \*Electricidad y electrónica
- \*Creación y Gestión de Empresas
- \*Diseño
- \*Salud y Educación
- \*4 niveles de español
- \*Inglés



## REQUISITOS PARA LA MATRÍCULA

- \*Tener 18 años (o 16 con contrato de trabajo)
- \*Fotocopia D.N.I.
- \*1 Fotografía tamaño carnet
- \*Certificación escolar de los últimos años cursados



## HORARIO DE MATRÍCULA

**Del 1 al 30 de Septiembre, de lunes a jueves de 16 a 19 horas y viernes de 10 a 13 horas.**

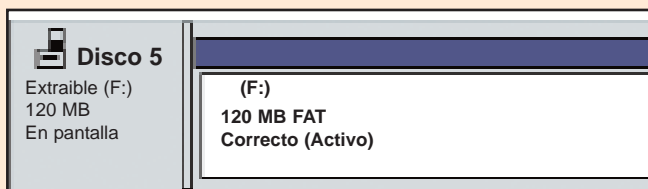
**Correo electrónico : [cepa.pinto@educa.madrid.org](mailto:cepa.pinto@educa.madrid.org)**

## Formatear una memoria Flash USB

¿Os ha sucedido alguna vez tener un dispositivo de almacenamiento a través de puerto USB -como los reproductores mp3, ipod, etc.- verlo desde el explorador, pero no dejaros navegar por las carpetas, ni poder borrar nada?

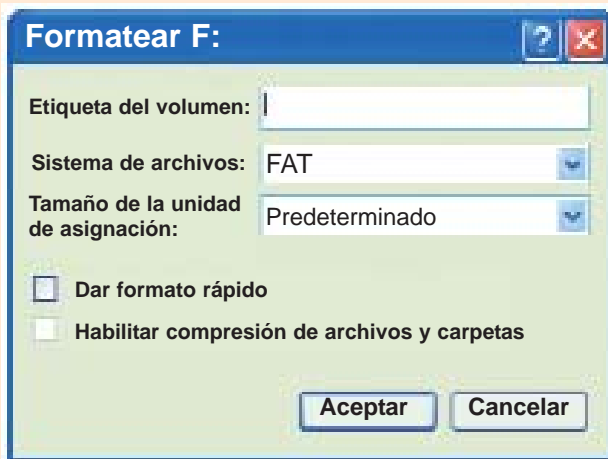
Si os ha sucedido, se puede solucionar muy fácilmente.

1º Id al Panel de Control, pinchad en Herramientas Administrativas / Administración de Equipos/ Almacenamiento / Administración de discos. En una de las unidades os pondrá EXTRAIBLE, como en la siguiente imagen.



2º Pinchad con el botón derecho del ratón en la parte blanca donde informa el administrador de discos (debajo de la parte azul).

3º Seleccionad la opción de FORMATEAR unidad.



4º En sistema de archivos lo normal es que seleccionéis FAT (aunque se podría quizás formatear en

FAT32). De todas formas, usad la opción que os dé por defecto el administrador de discos. En el tamaño de la unidad de asignación dejad predeterminado. Darle a aceptar. Os preguntará si estáis de acuerdo en formatear y os advertirá que perderéis todos los datos de la unidad. Dadle a Aceptar.

5º La unidad se formateará en muy poco tiempo, dependiendo de su capacidad.



6º Cuando haya terminado, cerrad el administrador de discos y todas las demás ventanas.

Ahora, desde el explorador de Windows ya podréis copiar las canciones y los ficheros que queráis a la unidad.

José M. Fernández-Laguilnoat de Lara

## Ntumu

Ntumu, había soñado mucho con aquel viaje que cambiaría su vida y la de toda su familia. Los años de extrema penuria por fin quedarían en el pasado como un amargo recuerdo. Había preparado minuciosamente cada detalle y esperó el día de la partida, con verdadera impaciencia. Cuando el pequeño cayuco se movió mar adentro, recorrió con la mirada el paisaje conocido; quería mantenerlo grabado en su memoria para no desfallecer en la dura aventura que iba a emprender. No tardaría mucho tiempo en regresar a ese lugar. Llegaría a su aldea conduciendo su propio coche y el camino de tierra roja, le llevaría hasta la nueva casa, levantada por su familia con el dinero que él les mandara desde ese país de la abundancia, donde sería acogido con los brazos abiertos. Ntumu, como el resto de sus compañeros de travesía, había dado todo lo que poseía por poder alcanzar la nueva tierra prometida y hacer realidad el sueño de una vida mejor. Pero Ntumu supo que ese sueño tal vez no se cumpliría cuando, envuelto en el silencio de las aguas, dejó que su cuerpo fuera arrastrado hasta las profundidades de un mar, hambriento de sueños rotos.



Isabel Ruiz Prieto



## Señales de humo

En las vacaciones de verano no fui a Galicia, pero la vi casi todos los días en las noticias, mientras burbujas de lágrimas rabiosas se agolpaban en mi garganta. Árboles fosforescentes se diluyeron en cenizas y humo negro. Nubes gigantescas que transportaban astillas de miradas desoladas de sus pobladores y lágrimas de desesperación ante un cerco que los acorralaba en la otra orilla de la impotencia. Un pueblo que luchaba noche y día vigilando al monstruo amenazante y enfrentándose a él en una desigual batalla en la que el clima también estaba en contra. Ardió Galicia por mucho tiempo. Ardió por todos sus costados. Nada devolverá a los pájaros sus nidos,

ni los cantos de los pájaros a los gallegos. Nada devolverá las vidas perdidas. La naturaleza traza sus bocetos con paciencia milenaria y el hombre, con actitud demente, comete crímenes ecológicos que siguen costando demasiado.

Ahora, sólo nos queda recoger las cenizas y archivar los malos recuerdos. Será más fácil decirlo para quienes, como yo, sólo contemplamos el desastre en la pantalla.

Digamos con Machado:

*"Cuando la tierra se trague  
Lo que se traga la tierra  
Habrá mi recuerdo alzado  
El ancla de la ribera"*



Rosa García de Porras

## Isabel López Calzada

Directora de la Orquesta Sinfónica de Mujeres de Madrid

Cuenta con una sólida formación musical y un gran deseo de hacer llegar a los demás el maravilloso mundo de la música, en el que ella está sumergida. Con sólo ocho años de edad, dijo en su casa que quería dirigir una orquesta. Lo que en ese momento provocó risas generalizadas, hoy es una realidad. Actualmente su batuta siempre la acompaña.



Ana Martínez Herrerueta

**“Mi batuta. La llevo a todas partes, incluso cuando no estoy ante mi orquesta. Más que un utensilio de trabajo es una prolongación de mi brazo que me ayuda, me acompaña y me guía en mis quehaceres diarios. Es ella la que me recuerda cuál es mi objetivo, apuntando hacia el horizonte firme, pero con gracia. Ella es la que pone el toque musical en cada cosa que hago, la que me susurra un nuevo acorde y la que me recuerda en cada momento que lo malo es menos malo si de fondo suena un preludio, y lo bueno, mucho mejor con la Quinta, de Mahler”.**

Madrileña, nació en 1968. Inició su formación musical en el Real Conservatorio Superior de Música de Madrid donde, entre los años 1994 y 2003 ha obtenido numerosos títulos. Recuerda con especial cariño el día que aprobó el último examen de dirección de orquesta.

Comenzó su andadura profesional con apenas veinte años, adquiriendo una amplia experiencia en distintas parcelas del ámbito musical: solista de viola y soprano e interpretando obras de autores como Chueca y Sorozábal, entre otros. En su repertorio de pianista ha incluido obras de Mozart o Schumann.

Como Directora de Orquesta, ha dirigido y trabajado con diferentes grupos de cámara procedentes de la Orquesta de RTVE, la Banda Sinfónica Municipal de Madrid, Orquesta Clásica del Conservatorio Superior de Música de Madrid, Orquesta de Cámara de Barcelona, y la Orquesta Joven de Munich Münchner Jugendorchester.

Considera la música “la ilusión” de su vida. Es emprendedora y reconoce que siempre ha sentido vocación de empresaria. En el año 1996 crea la Escuela Musical Fabordón en Villaviciosa de Odón, localidad en la que nació, además del Orfeón Liceo Zuloaga-Fabordón, ofreciendo numerosos conciertos y participando en diversos certámenes y encuentros.

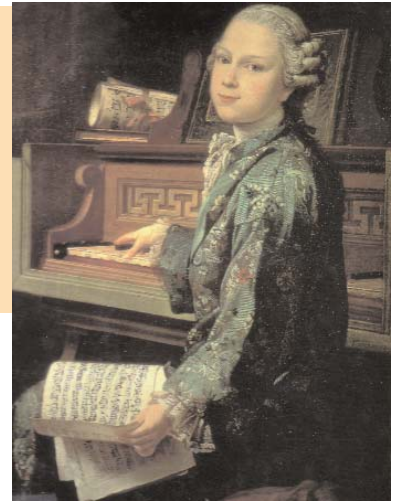
Desde su escuela organiza y lleva a cabo la formación de la Orquesta Sinfónica de Mujeres de Madrid (OSMUM) de este modo entra en la escena musical una orquesta exclusiva que surgió hace algo más de dos años bajo la batuta de Isabel. Fruto del empeño, la ilusión y de un duro trabajo, que indudablemente ha merecido la pena.

OSMUM se presenta por primera vez en marzo del 2004 en el Auditorio Nacional de Música de Madrid. Es la primera que existe en España y Europa. Está compuesta por una plantilla estable que puede alcanzar hasta las noventa instrumentistas dependiendo del tipo de concierto, el 90% españolas y el resto de diversos países; todas ellas con una gran preparación y experiencia en la interpretación de muy diferentes obras. La música es la prioridad de esta orquesta, si bien se le concederá una especial importancia a la investigación y divulgación de piezas creadas por mujeres de todo el mundo a lo largo de la historia, a las que se les ha prestado escasa atención.



## Amadeus Mozart

Compositor austriaco, considerado como uno de los genios musicales más importantes y destacados de todos los tiempos. En la historia de la música occidental su influencia fue trascendental, tanto en el mundo germánico como en el latino. Nació el 27 de enero de 1756 en Salzburgo (Austria), y se le conoce como Wolfgang Amadeus Mozart.



Se cuenta que entre los 7 y 10 años ya podía tocar el teclado con los ojos vendados

Beatriz Cuenca Gil

### Mozart, el mayor ejemplo en la historia de niño prodigio

Su padre, también compositor, observó las prodigiosas facultades que tenía para la música. Se dedicó exclusivamente a la formación de Mozart, siendo exigente como padre y como profesor.

- **A los cuatro años**, practicaba el clavicordio, a la vez componía canciones y minuetos de considerable dificultad.

- **A los seis**, tocaba con habilidad el clave y el violín. Leía partituras a primera vista, su memoria era asombrosa, incluso tenía la capacidad de improvisar frases musicales al instante. Compuso cinco breves piezas para piano, que todavía hoy se siguen interpretando. En esta época Leopold (su padre) decide exhibir las dotes musicales del pequeño por las cortes de Europa. El niño causaba impresión y deslumbraba en los conciertos, además de recibir importantes elogios.

- **A los ocho**, compone su primera sinfonía.

- **A los nueve**, el primer oratorio.

- **A los trece**, sinfonías, misas, oratorios, cantatas y **su primera ópera**, obra que afianzó su reputación como músico. Durante esta etapa de 1769, lo nombraron “maestro de conciertos” del Arzobispo de Salzburgo, importante título para un muchacho, pero sin salario. También el Papa Clemente XIV, admirado por el talento del músico, lo nombró Caballero de la Espuela de Oro.

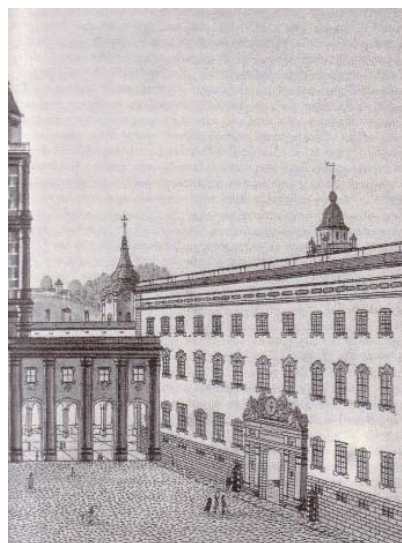
Entre Italia y Viena discurre este periodo de adolescencia. Empezando ahora la lucha por la existencia, compone y estrena, demostrando sus facultades de compositor. Fueron tiempos prolíficos.

**A Mozart no le gustaba el sonido de la flauta “lo único peor a una flauta, son dos”.**

### Tiempos difíciles:

A los veintiún años inició, en compañía de su madre, un viaje a París. Visitando Mannheim, capital musical de Europa, y otras cortes. Con nuevas aspiraciones, buscaba un puesto mejor remunerado, deseos que no llegaron a efectuarse. Vuelve a Salzburgo, y tras una discusión con el nuevo arzobispo, por el trato humillante que éste le da, se instala definitivamente en Viena. Allí se casa con Constanze Weber y viven acosados de deudas hasta el final.

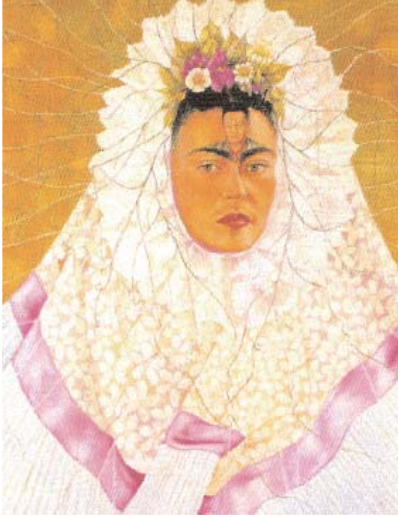
En Viena el 5 de diciembre de 1791, “murió como vivió”, escribiendo su último encargo que, casualmente era “una composición de réquiem para una misa de funerales”. Los motivos no se saben, existen muchas suposiciones (enfermedad infecciosa, fiebre reumática, envenenado por un músico rival). Lo entierran en una fosa común debido a las carencias económicas; sólo unos pocos amigos fueron al funeral.



Palacio arzobispal de Salzburgo, escenarios de las desdichas del compositor

### Su obra:

A pesar de la vida tan corta y de su frustrada carrera, sus **626 obras**, muestran a una persona que desde siempre dominaba las técnicas de la composición, con una imaginación desbordante e inagotable. La capacidad de memorizar le permitía pensar la obra entera y luego escribirla. En ellas combina las dulces melodías del estilo italiano y el contrapunto germánico.



# Frida Kahlo

## 1907-1954

**A** pesar de que la vida parecía empeñarse en hacerla desgraciada, Frida se negó a serlo: comprometida política y culturalmente con su pueblo, alegre, risueña, parlanchina, se ha convertido en un símbolo de la lucha frente a la adversidad. Representa a quienes son capaces de hacer su vida, reinventarse a sí mismos y vivir plenamente. En la época del culto al cuerpo, de la liposucción, de las cirugías y depilación, esta mujer representa algo refrescante y novedoso: nunca ocultó sus defectos, sino que por el contrario, los resaltó. Una parte significativa de la obra de esta artista fueron sus autorretratos, en los que se resalta abiertamente la unión de sus cejas o el vello sobre sus labios.

Carmen Pérez Osorio

Magdalena Carmen Frida Kahlo y Calderón nació en Coyoacán, al sur de Ciudad de México, en 1907, aunque Frida decía haber nacido en 1910, año del inicio de la Revolución Mexicana. Este detalle nos muestra su singular personalidad. Orgullosa de su país y de su tradición cultural, se caracterizó, desde la infancia, por un profundo sentido de la independencia y de rebelión contra los hábitos sociales y morales ordinarios.

Su vida estuvo marcada por el sufrimiento físico, que comenzó con la polio que contrajo en 1910, y continuó con diversas enfermedades, lesiones, accidentes y operaciones. En 1922 entró en la Escuela Nacional Preparatoria de México D.F., la más prestigiosa institución educativa del país, que por primera vez admitía chicas en las clases de dibujo y modelado. En 1925 un accidente de autobús la dejó con lesiones permanentes. La medicina de su tiempo la torturó con operaciones quirúrgicas (treinta y dos a lo largo de toda su vida), corsés de distintos tipos y diversos mecanismos de “estiramientos”.

El aburrimiento que le provocaba su postración la llevó a empezar a pintar. En 1926, todavía convaleciente, realizó su primer autorretrato, el primero de una larga serie, con los que expresaría los acontecimientos de su vida y sus reacciones emocionales ante los mismos. La mayoría de sus pinturas las realizaría tendida en la cama. Sin embargo, su gran fuerza y energía por vivir, le permitieron una importante recuperación.



**Las dos Fridas, 1939**

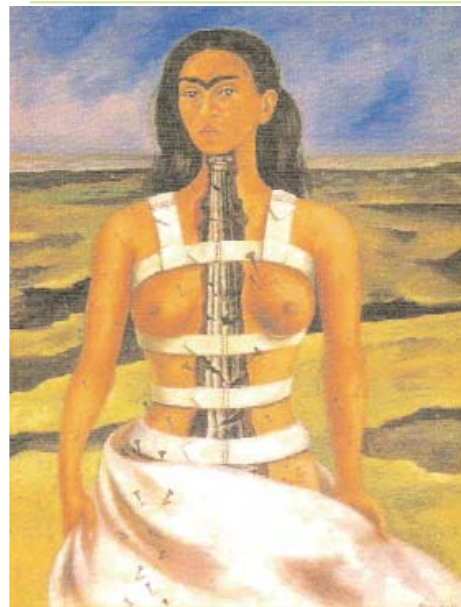
Realizado en el año en que se separa de Diego, se interpreta como la expresión de los sentimientos de la artista en ese momento. La Frida de la derecha, ataviada con un sencillo traje tradicional, es la fuerte y serena, y transfiere su sangre a la otra Frida, que vestida de novia, se siente rechazada y con el corazón destrozado.

En 1929 se casó con Diego Rivera. Su matrimonio fue un compendio de amor, aventuras con otras personas, unión creativa, odio y un divorcio en 1939 que sólo duró un año. Frida, debido a sus lesiones, nunca pudo tener hijos, algo que tardó muchos años en aceptar. A pesar de las aventuras de Diego con otras mujeres (que llegaron a incluir a la propia hermana de la pintora), él la ayudó en muchos aspectos: fue quien sugirió a Frida que vistiera con el traje tradicional mexicano, consistente en largos vestidos de colores y joyería exótica. Él amaba su pintura y fue también su mayor admirador.

En 1939 expone en París. Su estancia en la capital francesa la llevó a relacionarse con Picasso y a aparecer en la portada del VOGUE francés. Por entonces Frida era conocida en el mundo entero. Todos la querían.

En la primavera de 1953 la Galería de Arte Contemporáneo de México D.F. le organizó una importante exposición. La salud de Frida era muy mala y los médicos le prohibieron asistir a la misma. Minutos después de que todos los invitados se encontraran en el interior de la galería se empezaron a oír sirenas. La muchedumbre se asomó al exterior. Allí estaba una ambulancia: Frida había sido llevada a su exposición en una cama de hospital. Los fotógrafos y los periodistas se quedaron impresionados. Fue colocada en el centro de la galería y la multitud se fue acercando a saludarla. Frida contó chistes, cantó y bebió la tarde entera. La exhibición había sido un éxito rotundo.

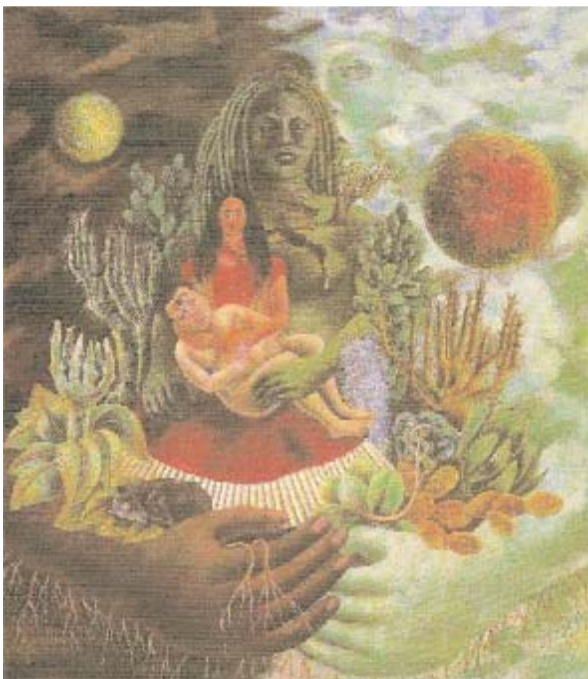
Ese mismo año le tuvieron que amputar la pierna por debajo de la rodilla, lo que la sumió en una gran depresión que le llevó a intentar el suicidio en un par de ocasiones. Murió en Coyoacán el 13 de julio de 1954. No se realizó ninguna autopsia. Sus últimas palabras en su diario fueron: *"Espero que la marcha sea feliz y espero no volver"*.



### La columna rota, 1944

Sus cuadros representan fundamentalmente su experiencia personal, los aspectos dolorosos de su vida, que discurrió, en su mayor parte, postrada en una cama.

Expresa la desintegración de su cuerpo y el terrible sufrimiento que padeció. En esta obra aparece con un aparato ortopédico de metal y con el cuerpo abierto mostrando una columna rota en lugar de la columna vertebral.

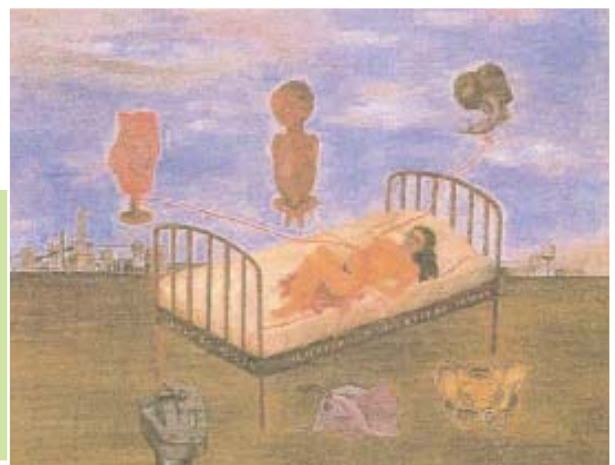


### El abrazo de amor del universo, la tierra (México), Yo, Diego y el señor Xólotl, 1949

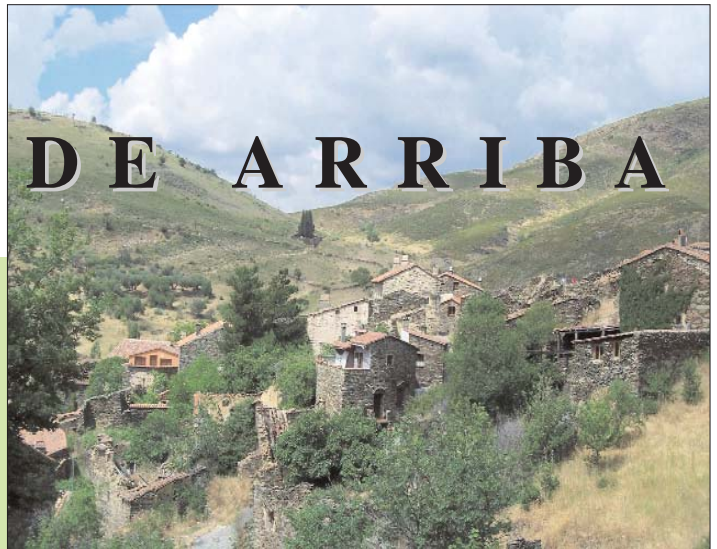
Frida clasifica el mundo a su manera, y lo divide en dos espacios físicos y psicológicos, unificados bajo la función armonizadora de su visión. El cuadro El abrazo de amor del universo, la tierra (México), Yo, Diego y el señor Xólotl es un ejemplo de esa visión integral del cosmos, constituido por pares opuestos y complementarios, la tierra y el agua, la esterilidad y la fertilidad, lo masculino y lo femenino... Diego y Frida.

### "Hospital Henry Ford" (1932)

Su dolor ante la imposibilidad de tener hijos lo plasma en este lienzo, en el que se ve a un bebé y varios objetos, como un hueso pélvico y una máquina, diseminados alrededor de una cama de hospital donde yace mientras sufre un aborto.



# PATONES



# DE ARRIBA

**A** Patones de Arriba llegan cientos de visitantes que disfrutan del pintoresco paisaje que ofrece este pequeño pueblo. Abandonado por sus antiguos moradores, sus calles empedradas y tortuosas, sus características casas de piedra y pizarra y su entorno, nos hablan de la dificultad con que los lugareños tenían que enfrentarse cada día. La algarabía y colorido que llenan cada uno de sus rincones durante el día, da paso al silencio y la soledad cuando, con la llegada del ocaso, los foráneos regresan a sus lugares de origen. Es entonces, cuando Patones de Arriba queda envuelto en la quietud de los pueblos olvidados. Y es que, a veces, para que las personas sobrevivan, los pueblos se ven condenados a morir.

asentamiento y sus casas comenzaron a ser restauradas quedando convertidas, en su mayoría, en coquetos restaurantes y tentadoras casas rurales, refugio inigualable para aquellos que buscan un lugar donde descansar y disfrutar del paisaje de la sierra madrileña, y recorrer las diferentes rutas y sendas de sus alrededores. En 1999 fue declarado Bien de Interés Cultural, el Conjunto Histórico de este recuperado municipio.

Isabel Ruiz Prieto

Al nordeste de la Comunidad de Madrid, en la denominada Sierra Pobre, encontramos la localidad de Patones, hoy dividida en dos núcleos. Fue en la década de los sesenta cuando, poco a poco, el primitivo enclave se fue despoblando y sus vecinos apostaron por un lugar donde el hábitat no fuera tan hostil para sus familias que, hasta entonces, sobrevivían del ganado y la escasa agricultura que les permitía el escarpado terreno. Se asentaron y formaron el nuevo pueblo, aprovechando los ricos recursos de la vega del Jarama. Tiempo después se trasladó el Ayuntamiento y el resto de dotaciones y servicios de Patones de Arriba: nacía Patones de Abajo. Durante

asentamiento y sus casas comenzaron a ser restauradas quedando convertidas, en su mayoría, en coquetos restaurantes y tentadoras casas rurales, refugio inigualable para aquellos que buscan un lugar donde descansar y disfrutar del paisaje de la sierra madrileña, y recorrer las diferentes rutas y sendas de sus alrededores. En 1999 fue declarado Bien de Interés Cultural, el Conjunto Histórico de este recuperado municipio.



Vista de Patones de Abajo



Típica casa de piedra y pizarra

años, el deterioro del despoblado municipio fue notable, acusando los estragos que el abandono y las inclemencias causaban en sus edificios. Años después se valoró la riqueza y peculiaridad de la arquitectura del antiguo

No existen muchos documentos sobre la historia de Patones aunque se sabe que perteneció a la Villa de Uceda y en 1527, se reflejaban algunos datos sobre los primeros pobladores de este sitio, que habían participado en la reparación de un puente sobre el río Jarama, entre los que había varios que se apellidaban Patón. En otro documento de 1555 ya se menciona la alquería de la Hoz de los Patones, así como la de Los Pradales,

La antigua iglesia reconvertida en Centro de Información Turística



cuyos vecinos acabarían bajando hasta el asentamiento de los primeros, dando origen al nacimiento de Patones (de Arriba).

Son diversas la leyendas que rodean su historia, aunque algunas de ellas, sin demasiada base que las sostenga. Una de las más extendidas habla de la existencia de un Rey de los Patones, cargo supuestamente asumido por uno de los primeros pobladores y que actuaba como una especie de alcalde o juez de paz, cuyas órdenes eran obedecidas por el resto de vecinos. Cuentan que uno de estos “reyes” llegó a escribir al legítimo monarca de este modo: “Del rey de Los Patones al rey de las Españas”. Dicen que al Rey le hizo gracia tal modo de presentarse y no tomó ninguna medida que impidiera este hecho, lo que prolongó, por bastantes años, la “dinastía” de Los Patones.

Otra leyenda que se ha convertido en parte de la historia del lugar es la que refiere el hecho de que, debido a su accidentada ubicación, estas tierras no padecieron la invasión de romanos, musulmanes ni franceses, porque nunca la descubrieron. Pero esto, una vez más, es sólo parte de los mitos que acompañaron siempre a Patones y hay algunos documentos que desmienten esta teoría.

Esbozada la raíz de sus cimientos, aparcemos el pasado para internarnos en su presente y en la bella estampa de su conjunto actual, que no es otra cosa que la muestra de lo que conformó sus orígenes y las huellas dejadas por la forma de vida de sus gentes. Se dedicaban a la cría del ganado ovino y cabrío, que era guardado en los *tinados* o corrales, muchos de los cuales aún conservan su primitivo aspecto. Próximos a los *tinados* se pueden ver los *arrenes*, construcciones rectangulares, hechas a base de pizarra y sin divisiones ni cubiertas; se utilizaban para sembrar el cereal con que eran alimentados los animales. En las laderas del Cerro de la Bola aún se pueden visitar las cochiqueras

rupestres excavadas, en parte, en la roca caliza de la zona y que servían para cobijar a los cerdos.

Son de destacar los dos tipos de eras que encontramos a las afueras del pueblo: unas de caliza y otras de pizarra, utilizadas para trillar los cereales cosechados en los *arrenes*.

Vista del Cerro de la Bola



La vegetación de Patones, aunque agreste por la parte montañosa, se ve suavizada por los abundantes arroyos que cruzan su término municipal y por la cercanía de los ríos Lozoya y Jarama, así como por el arroyo Patones que cruza el pueblo. Pero sin duda son sus pequeñas casas, de muros de mampostería y pizarra, ventanas pequeñas y aspecto recio, el verdadero encanto de este apartado emplazamiento, de empinadas calles de pizarra, al que apenas una docena de vecinos guardan fidelidad y velan su sueño en el silencio de la noche profunda, mientras la fragancia de las jaras se extiende por todos los rincones. La antigua iglesia de San José, reconvertida en Centro de Información Turístico (CITECO) permanece atenta al camino para dar la bienvenida a los nuevos visitantes que llegarán con la salida del sol.

Las empinadas calles de pizarra confieren a Patones un encanto especial



## Alimentos funcionales

Mientras hacemos la compra, hemos visto en más de una ocasión alimentos envasados en cuya etiqueta se indica: “enriquecido con omega-3”, “rico en calcio”, “rico en fibra”... Son los llamados alimentos funcionales. Pero ¿qué significa su nombre? ¿qué ventajas pueden aportar? ¿son mejores que otros y eso justifica su precio?

Julia Vázquez Serantes



### ¿Qué son los alimentos funcionales?

El concepto de “alimento funcional” surge en Japón en los años 80, pero la legislación europea todavía no los ha definido. Básicamente consideraremos alimento funcional aquel que consumimos como parte de una dieta normal, que contiene componentes beneficiosos para la salud y que, teóricamente, reducen el riesgo de sufrir ciertas enfermedades.

### Tipos de alimentos funcionales

**Prebióticos.-** Son alimentos que contienen organismos vivos, que al ser ingeridos ejercen un efecto positivo en nuestro cuerpo: *lactobacillus acidófilus, bifidobacterias, l.casei inmunitas...*

**Probióticos.-** Son los alimentos que no se digieren en nuestro intestino, pero que estimulan el crecimiento de la flora intestinal. Entre esas sustancias encontramos diferentes tipos de *fibra*.

**Productos enriquecidos con ácidos grasos omega-3.-** El consumo de estos ácidos grasos contribuye a reducir las tasas de colesterol y triglicéridos en sangre. Entre los alimentos que los contienen nos encontramos con las leches enriquecidas. Pero, los ácidos grasos omega-3 también aparecen en alimentos tan naturales como *el pescado azul, aceites de girasol soja y maíz, así como en los frutos secos*.

**Productos enriquecidos con sustancias antioxidantes.-** Estas sustancias se relacionan con la disminución en la incidencia de enfermedades cardiovasculares. De forma natural, podemos obtenerlos de *frutos secos, cítricos, pimientos, tomates, zanahorias, calabazas, carne, pescado y huevos*.

**Productos enriquecidos en fitosteroles.-** Son sustancias similares al colesterol humano. Al aportarlas a nuestro organismo, bloquean la absorción del mal colesterol en el intestino. Podemos encontrarlas en *almendras, cacahuetes, pipas de girasol, nueces, aceite de oliva virgen...*

### Conclusiones

Es muy importante conocer que los componentes de los alimentos funcionales se encuentran también en los alimentos convencionales. Si una persona sigue una dieta equilibrada y mantiene unos hábitos de vida saludables, no necesita consumirlos.

Además, no podemos dejarnos llevar por una publicidad que otorga propiedades “casi” curativas y preventivas a alimentos que no las poseen.

Finalmente, añadiremos que debemos contemplar el uso de estos alimentos funcionales con criterios de equilibrio en la alimentación y bajo asesoramiento de un especialista.

Una dieta correctamente diseñada ya es funcional.



# La Gripe

La gripe es una enfermedad respiratoria aguda, causada por un virus (Influenzavirus). Dura aproximadamente una semana y se caracteriza por la aparición brusca de fiebre alta, dolor de cabeza, dolor muscular generalizado, tos seca, dolor de garganta y mucosidad abundante. Puede ser grave en personas que tengan enfermedades crónicas (enfermos renales, del corazón, diabéticos...) y en personas de edad avanzada.



**¿Cómo se transmite?** Se transmite de persona a persona, a través del aire, cuando la persona infectada estornuda o tose. También por contacto directo nasal y ocular.

**¿Cómo se diagnostica?** El diagnóstico es clínico, es decir, se realiza de observar los síntomas y signos que presenta el paciente.

**Tratamiento:** Varias medidas son las que han demostrado ser más eficaces, estas son:

Tomar suplementos de vitamina C, en forma de zumos por ejemplo, o la inhalación de vapor de agua, al beber líquidos calientes, que mejora los síntomas respiratorios. Para reducir la temperatura puede ser útil el frotar la piel con esponja bañada en agua tibia. No obstante, está demostrado que el virus se debilita cuando la temperatura corporal es alta. Respecto a los fármacos, lo primero que hay que decir es que los antibióticos no son nada efectivos en la gripe. Hay dos fármacos, Amantadina y Zanamivir, que sí han demostrado ser útiles en reducir un día la duración del cuadro, pero lo han demostrado si se administran en los dos primeros días de enfermedad, y el diagnóstico suele diferirse en la realidad más de dos días, aún así, la Amantadina no cubre una parte importante del tipo de virus que causa la gripe y posee muchos efectos secundarios. No se recomienda su uso. El Zanamivir, que no está financiado por la Seguridad Social, cubre todos los tipos de virus y reduce 1-2 días la duración de la gripe. Se recomienda su uso en pacientes de alto riesgo.

**Medidas para evitar el contagio:** La medida que ha demostrado ser más eficaz es el lavado de manos con agua y jabón, por parte de enfermo y gente que tenga contacto con él; otras medidas son el uso de crema hidratante tras lavado con jabón y mantener las uñas cortas, usar pañuelos de un solo uso y mantener la habitación bien ventilada.

**¿Cómo evitar la gripe?** Mantener un buen estado de salud general, es decir, alimentación correcta, ejercicio físico diario y buen descanso, ayudan a prevenir las enfermedades crónicas y por lo tanto las complicaciones de la gripe.

La vacunación es la medida básica para prevenir la gripe, se recomienda a mayores de 60 años y menores de esta edad que presenten enfermedad crónica pulmonar, renal, cardiaca, diabetes o inmunodepresión, ya que en todas estas circunstancias la gripe puede complicarse.

## Conchi Jiménez: “impartiendo magia”

**La más bella canción, no sólo gusta por los acordes que componen su melodía, o por el esplendor del texto que la acompaña. Si la música no “habla” al son de la letra y ésta no “baila” al compás de esa armonía, ambas estarán condenadas a morir, pero si en cada una de ellas está impregnada la huella del autor, de su vida y emociones, surgirá una magia que tocará el corazón de quien la escuche. Esta magia, es la que crea cada día Conchi Jiménez, en las salas donde imparte sus clases de Gimnasia y Aeróbic.**

Isabel Ruiz Prieto

Aunque responsable y seria con su trabajo, destaca la eterna sonrisa que ilumina el rostro de esta menuda mujer que, desde 1997, es la encargada de las clases de Gimnasia de Mantenimiento y Aeróbic en los pabellones municipales de Pinto. Comenzó su trabajo en Úbeda en 1986, cuando el Aeróbic no era aún una modalidad deportiva. Años más tarde se reconoció como tal y Conchi consiguió una de las primeras titulaciones que otorgaba el Consejo Superior de Deportes.

Prepara a diario y de manera meticulosa, cada una de sus clases, teniendo en cuenta el tipo de persona que va a asistir a ellas. Le gusta estar al día en las últimas técnicas deportivas, para lo que acude, de manera regular, a cursos que le puedan aportar algo nuevo. En este momento imparte clase a varias centenas de personas, la mayoría mujeres, cuyas edades oscilan entre los 18 y los 67 años, en sesiones de mañana y tarde, en las que alter-



na Mantenimiento y Aeróbic. Se exige mucho a sí misma para poder dar todo a sus alumnos y destaca la evolución de los mismos durante el curso, como algo positivo para todos: *“Mis alumnos captan lo que quiero transmitir con una palabra o un gesto y realizan un trabajo limpio, ordenado, al unísono, obedeciendo cada orden al instante; es muy gratificante ver culminado por ellos, lo que poco antes era un proyecto en papel. Sólo el verlos trabajar me recompensa y me da fuerzas para seguir cada día”*.

Su facilidad de comunicación es tan extraordinaria, que imprime a sus gestos el mensaje necesario para adivinar el movimiento que se tiene que realizar en cada momento y su método de enseñanza consigue transformar un ejercicio complicado, en algo sencillo. Es precisamente su lenguaje corporal el que transmite magia a un ejercicio físico, que todo el mundo logra realizar de manera coordinada.

Conchi es partidaria de realizar otras actividades extra deportivas, para lo que organiza salidas donde todos pueden interrelacionarse más directamente; en estas excursiones suele haber una pequeña ruta de senderismo, para no dejar la actividad deportiva durante la jornada. Ve muy positivo que cada vez más gente, esté concienciada sobre la importancia que tiene el deporte para la salud.

Es feliz con su trabajo, le gusta y se siente totalmente recompensada con la respuesta de sus alumnos y las muestras de gratitud que continuamente recibe de ellos.



## Cine

Director: Isabel Coixet  
 Intérpretes.: Sarah Polley, Tim Robbins, Javier Cámara, Sverre Anker, Steven Mackintosh...  
 Género: Drama . España, 2005



Para ir en consonancia con el valor de la palabra poética, hemos querido recomendar esta película porque en boca de sus personajes las palabras están hechas para emocionar. Es una historia donde en la intimidad de un camarote, dos personas (el herido y la enfermera) que son dos mundos desconocidos, van creando un vínculo tenue pero poderoso que

## La Vida Secreta de las Palabras

les abre su corazón hasta enamorarse: él no la ve, pero la escucha, la siente y ella se siente libre y en paz para desahogarse de las brutalidades que ha vivido. Sus palabras transmiten poesía visual. Ambos se despojan de todo hasta que habla el silencio.

Es una película hecha lenta a propósito, para digerir mejor las sensaciones; adusta y sutil, bella hasta el dolor, sabia como pocas. La acción se traslada a la mente del espectador que tiene que ir reconstruyendo lo que los personajes cuentan (el secreto de las palabras ... está en concebirlas).

El cóctel formado por esa isla mínima suspendida en la inmensidad del oleaje, junto con la banda sonora y la fotografía es perfecto para desnudar el alma de los protagonistas. Y al final, una callada hermosura terapéutica, un mensaje divergente que se grabará en la memoria del espectador.

## Homenaje a Federico García Lorca (1898-1936)

Cuba, Londres, España... se han hermanado para homenajear a este poeta y dramaturgo español en el septuagésimo aniversario de su fusilamiento durante la Guerra Civil española. En esta revista cultural, tampoco puede pasar desapercibido, porque es una reliquia de nuestra literatura y un ejemplo, como hombre, de nuestra historia. No tuvo que rebuscar en el más allá, su poesía la encontró en la calle, en la vida misma. Lorca fue víctima de una guerra, pero antes supo decirnos NO a esa forma de pensar de los hombres. Sólo tenemos que mencionar títulos como “*La Casa de Bernarda Alba*”, “*Yerma*”, “*Poeta en Nueva York*” para darnos cuenta de su fuerza, de su humanidad y su inmortalidad.

Tendría que haber miles de personas en este momento leyendo un poema de Lorca, la consecuencia sería el humanismo, la belleza, la libertad, la reflexión... y saldríamos a la calle con el corazón de uno mismo.

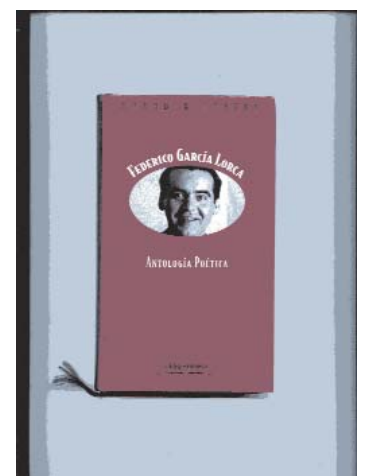
Su fama crece con el tiempo porque su “*Antología*

## Literatura

### *Antología Poética*

*Poética*” requiere ser admirada por las personas que aman la poesía y sienten el arte como un legado imprescindible para su integridad personal. La deshumanización, el maltrato hacia la naturaleza, la exclusión de los desposeídos, el amor y la muerte, recrean su obra: *Por tu amor me duele el aire /com-*

*prendo la carne mínima del mundo / tus labios, un alba sin contorno...* el contacto de su palabra es un acto fascinante.



Para los grupos chicos  
de la revista  
"La Colonial"  
con todo mi afecto  
este beso infinito



## **LUIS EDUARDO AUTE**

*Pintor, compositor, cantautor, director de cine, realizador de películas promocionales, diseñador de carpetas de discos...*

*Los pinceles le acompañan desde niño, convirtiéndose en su trabajo y su vocación. Él se considera pintor antes que nada, coincidiendo su trabajo como pintor y cantante en 1984, año en que sus cuadros y disco tratan el mismo tema.*

*La llegada de Aute al mundo musical marca un antes y un después. En su faceta de cantautor, Aute tiene muy claro que no quiere hacer concesiones comerciales; graba lo que quiere, como quiere y en las condiciones que quiere. La literatura y el cine también lo toman de la mano y no lo abandonarán nunca.*

*Con toda una vida dedicada al arte, bien merece el más alto reconocimiento ya que ocupa un primerísimo lugar en la cultura de nuestro país.*

