



# ❖ boletín informativo ❖

ASOCIACIÓN CULTURAL «AMIGOS DE MACOTERA»

Número 122

Ejemplar gratuito

Diciembre 2009

## Dicen que no pasa nada

Hace tiempo que he decidido no leer un periódico; y no lo hago, porque nunca hablan de la gente; parece ser que, para los periodistas, la gente no es noticia. Y desde aquel día, que decidí no leer un periódico, me dedico a leer la prensa de la calle, de la gente que pasa a mi lado, del que trabaja detrás de un mostrador, del obrero que sierra una baldosa en la calle, de la funcionaria que está detrás del mostrador, despachando a la gente, como el camarero, el carnicero, el estanquero...; del parado que lleva su mirada perdida en la desesperanza; del político que nunca está en paro, pero que saca tajada del paro para sus propósitos; del periodista servil y agradecido... Me paso grandes ratos hojeando a los paseantes de la plaza Mayor, que comentan y recitan la lección, que les dictaron, a primera hora, desde las ondas de una radio, sin percatarse de que lo están manipulando...Y de aquel, que pierde su mirada entre la gente, degustando un tarro de cerveza bajo la sombrilla de una terraza: y veo a la madre y al abuelo conduciendo a los niños a la escuela y que llevan en sus ojos la sonrisa de un futuro más alegre; y al más maduro, que disfruta con la cultura en la Universidad de la Experiencia, y que sirve también de estímulo a esa juventud, que busca una formación y un porvenir... Lo leo todo de toda la gente, que me encuentro. Y cada una de la gente me dice muchas cosas, me cuenta su vida con sus preocupaciones, con sus desvelos, con sus agobios, con sus desencuentros familiares, con sus triunfos y fracasos, con sus alegrías y lamentos, con la soledad de tantas cosas, que la gente se niega a compartir... Y me informan con la mirada, con el gesto, con las manos en los bolsos, con su paso cansino, o nervioso: aquellos que siempre tienen prisa de llegar a ningún sitio, porque les falta tiempo y solicitan más horas, mientras a otros, les sobran todas; esos son los agraciados, los que no notan la crisis, los que siguen disfrutando a pesar de ella.

Y, ya en el terrero doméstico. ¡Qué grandes noticias se cuecen cada día, que, incluso, hacen grandes las más insignificantes! ¡Y cuánta trascendencia tienen! Desde que te levantas y

entras en el cuarto de baño a *periponerte* y aliviarte. ¿Te miraste, después, en el espejo? ¿A qué te pareces otra cosa?

Y, después, tomas el desayuno, y reanimas el cuerpo, lo fortaleces; y te vas a hacer la cama, esa cama, que haces y deshaces, ¡y cuántas cosas contiene!: desvelos, angustias, preocupaciones, ilusiones, esperanzas, insomnios y, ¿por qué no decirlo?: ¡Cuántos secretos de amor y de alcoba! Y abres la ventana, todo aquel trájín nocturno se airea y se disipa por las rendijas de la ventana, y vemos la vida de otra manera, con más ánimo, con más ganas, con más sacrificio, con más olvido, si cabe.

Y, luego, dicen que no pasa nada; que la gente del pueblo no da noticias, no produce noticias, y esto es así, porque se trata de una gente honesta, trabajadora, amiga de sus tareas, responsable,

respetuosa, sacrificada por lo suyo y por lo de los otros; sabe convivir y respetar la libertad y la vida del otro; y estos valores y principios no son testimonio en este mundo de farándula y pandereta.

Por eso, no son noticia, no tienen precio, no ocupan sitio ni en la tele ni en los periódicos. No venden: son más lucrativos y comerciales los enredos, las bocas desabridas e insustanciales; las que enseñan lo que no tienen que enseñar. Son el sustento del noticiero de la voz y de la palabra, de caldo baldo: un come cocos, que no salvan nada ni conducen a ningún lugar. Y con estas reflexiones al son del ordenador, me he olvidado de que estamos en Navidad, o a un palmo de la fecha conmemorativa del Nacimiento de Jesús y de la marza de los quintos. Fecha, en que Jesús viene a enmendar tanto desvarío, que conduce al absurdo y a lo intrascendente; pero, también, son días entrañables en que se celebra, valora y reconoce la labor callada y desinteresada de la gente sencilla y de sana voluntad; de esa gente, que fundamenta y soporta el gran edificio de la sociedad; por eso, no digamos nunca que no pasa nada; digamos más bien que no somos noticia porque la gente honrada y buena nunca es noticia, y somos mayoría.

**¡Felices Pascuas!**

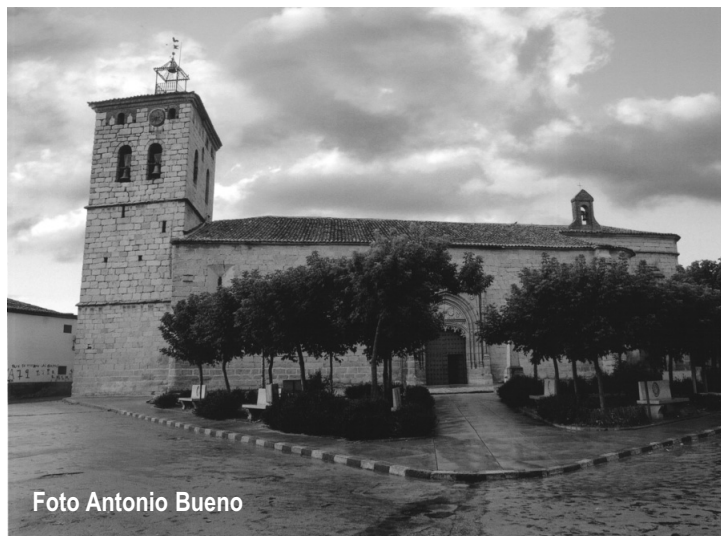


Foto Antonio Bueno

## La escuela, añoranza e historia

La palabra escuela evoca en nosotros recuerdos infantiles, nostalgias, correrías, picardías y travesuras inocentes e ingeniosas. Como etapa imborrable, conservamos en los desvanes y trasteros (en algunos casos, con primor y lustre), el escaso material escolar que nos servía para iniciarnos en las primeras letras. Así se decía entonces, primeras letras, como se le titulaba también al maestro en tiempos antiguos y menos antiguos: maestro de primeras letras. Y así ocurre, pues no hay un pequeño museo doméstico, en el que no se muestre la estufa,

el cabás, la pizarra con su borrador de trapo, el plumero...; el yodo y el ajo con que intentábamos apaciguar el picor y el dolor de los sabañones, que nos acompañaban, inseparablemente, en aquellos inviernos largos, interminables, de barro, lodo y charcos malolientes.

Una de las fotos, que yo conservo con más cariño, es la que aparece, a la vera de este escrito, de las antiguas escuelas de Santa Ana:



Antiguas escuelas de Santa Ana

nuestras escuelas y las escuelas de nuestros padres, porque ellos también asistieron a las escuelas de Santa Ana; más bien, ellos inauguraron las escuelas de Santa Ana.

De la escuela, se habla desde el tiempo más lejano. Los maestros de primeras letras estaban presentes en las sociedades de todas las épocas, y que los vecinos pagaban con fanegas de trigo, que ellos hacían dinero vendiéndolas al mejor postor; en aquellos años, no existía edificio escolar, las clases se impartían en pajares, paneras de la iglesia, ubicadas en la

calle Honda, (que daban trasera con la calle Millán y Caro), en el pósito o en el trastero de la iglesia. Y recuerdo a un compañero, don Manuel Palomino, casado con Narcisa de Ros, con 31 años y cuatro hijos, que cobraba un sueldo de 1.100 reales, que, en aquel entonces (1752), eran 78 fanegas de trigo.

Pero la cosa fue mejorando con el tiempo, en 1826, el Obispo mandó que se adecentase y acondicionase la ermita de la Virgen de la Encina para que sirviese de escuela, y, así fue, durante algunos años.

La iglesia estuvo siempre comprometida con la enseñanza; y, un día del año 1851, el Obispado de Salamanca cedió al Ayuntamiento el solar de la ermita de Santa Ana (que se hallaba completamente, arruinada), para que edificase en él un grupo escolar.

En agosto de 1863, el Concejo vende treinta y ocho huebras de tierra en 49.438 reales para el menester;

con ese dinero, se levantaron dos locales: uno, para niñas; y otro, para niños. Además, el Ayuntamiento contaba, para culminar la obra, con un donativo de diez mil reales, que le había concedido el Arzobispo de Santiago de Compostela, don Miguel García Cuesta. Se finalizan la obras de la nueva escuela en 1866, y no se pudieron inaugurar, porque se desplomó el techo. Hubo que utilizar, como escuela, el Pósito, durante aquellos meses, en que dicho lugar no se hallaba libre.

### boletín informativo

#### ASOCIACIÓN CULTURAL AMIGOS DE MACOTERA

##### Equipo coordinador

Eutimio Cuesta Hernández  
Diego Losada Cosmes  
Fernando Cuesta Martín  
Ramón Zaballos Bueno  
Juan Manuel González Hernández  
Ángel Blázquez Taboada  
José Luis Rivero del Campo  
Juan Bautista Blázquez  
Cristóbal Martín Bueno  
Gerardo García Cuesta  
M<sup>a</sup> Teresa Nieto Bueno



##### Cuentas corrientes

Caja Duero:  
2104/0012/60//300001166-1

Argentaria/BBVA:  
0182/3700/19/0208786324

Cooperativa Macotera "Sección de crédito":  
5589

**Para los interesados,  
la cuota anual es de 8 euros.**

Depósito Legal: S.192 - 1987

Maqueta, fotocomposición e impresión:

COPISTERÍA OPE  
PASEO CANALEJAS, 20  
37001 SALAMANCA  
923 26.42.73

##### Dirección de la Asociación:

**Boletín Informativo  
ASOCIACIÓN CULTURAL  
AMIGOS DE MACOTERA  
C/ Gardenia, 1, 3º D  
37003 - SALAMANCA  
Teléf. 923 25 20 12**

[asocumacotera@yahoo.es](mailto:asocumacotera@yahoo.es)

Transcurren varios años y nadie quiere responsabilizarse del derrumbamiento del local; los escombros siguen en el mismo sitio; los vecinos de la Plazuela de Santa Ana protestan, porque suponían un peligro para los niños, que jugaban sobre ellos y su entorno.

El Ayuntamiento instaba, una y otra vez, al gobernador civil, para que atendiese la necesidad de afrontar, con urgencia, la construcción de un nuevo edificio.

La respuesta llegó en octubre de 1883. El Ayuntamiento ya tiene sobre la mesa el proyecto y presupuesto del anhelado grupo escolar; entre las recomendaciones del gobierno, se encontraba la obligación de adquirir una vivienda aledaña, para así disponer del espacio necesario para realizar la obra.

El Consistorio atiende la petición y compra la vivienda requerida en 1.641 reales. Todo listo. El presupuesto asciende a 80.000 reales y el proyecto diseña un grupo escolar compuesto de dos aulas para niñas y tres, para niños; dos entradas individuales; las aulas serán de 11 x 9.

Las escuelas nacionales no pueden acoger a la

gran muchachada del pueblo, y, en 1902, las Hijas de la Caridad, que regentaban el hospital, deciden abrir una escuela de párvulos, que, en años sucesivos, se hace extensiva a los muchachos y muchachas mayores.

Circunstancia que no impide que, ante tanta demanda, se pongan de moda las escuelas de "miga" en casas particulares, que dirigen personas con algún conocimiento. Recuerdo a la señora Anita, a la señora Petra, Beatriz...

El número de matrícula aumenta progresivamente, y el gobierno se plantea construir un nuevo grupo escolar, más amplio, que absorba todas las necesidades que plantea el entorno educativo del pueblo. Se habilita un terreno en las eras grandes y se abre el periodo de presentación de proyectos; se le adjudica al arquitecto don Joaquín Secall, y se encarga de la obra el aparejador don Ricardo Mateos y el constructor, don Manuel Martín Mulas de Peñaranda de Bracamonte. El grupo escolar constará de ocho aulas, biblioteca, sala de labores, despachos y con una capacidad para quinientos alumnos.

El grupo escolar fue inaugurado el 18 de octubre de 1954. Así lo cuenta la prensa provincial: "A las cuatro de la tarde, el Gobernador Civil y Jefe del Movimiento, don José Taboada García, acompañado por diversas jerarquías provinciales, se dirigió al pueblo de Macotera, donde fue inaugurado un Centro escolar, amplísimo, que viene a resolver los problemas de la enseñanza de dicha localidad. Recibieron al Gobernador Civil el señor Alcalde, don Juan Bautista Bueno, el párroco, don

Leónides Prieto Pedro y el profesor del Seminario de Calatrava, don Juan López Oreja, concejales y autoridades del pueblo; visitaron, en primer lugar, la iglesia parroquial, donde se entonó la Salve popular.

Seguidamente, se dirigieron al Grupo Escolar, que fue bendecido por el cura - párroco, recorriendo el Jefe provincial y sus acompañantes las diversas aulas de las dos plantas; desde uno de los balcones del piso alto, el señor Taboada García dirigió la palabra al pueblo, que allí estaba congregado en masa, glosando el significado de la fecha (18 de julio), que se conmemoraba, abordando los problemas locales y propugnando para los mismos soluciones definitivas. El reparto de la miseria, dijo, conduce a la miseria mayor". Invitó después a los traba-

bajadores a un próximo éxodo, que no sería a la aventura, sino a los nuevos poblados en zonas de colonización, que serán construidos, en breve, en la provincia. La intervención simpática y espontánea de un trabajador macoterano dio valor de diálogo a la alocución del Jefe provincial. En prueba de su completa identificación con el



sentir del pueblo, se cantó, al final, el "Cara al sol".

También visitó el señor Gobernador la fuente, recientemente, construida en Macotera, siendo despedido con gran entusiasmo por el vecindario".

Hoy las condiciones son muy distintas. Los medios, los recursos y las oportunidades, que se ofrecen a nuestros chavales, son mucho más accesibles y enriquecedoras, que las que pudimos disfrutar otros (los del simple catón, pizarra y la enciclopedia de Dalmau Carles), y esta nueva situación es un paso más firme para ampliar la cultura y la educación de las generaciones futuras, que son las que tienen que afrontar los nuevos retos y desafíos, que les propondrá la vida.

La noticia es buena. Las enseñanzas básicas son totalmente gratuitas, pero no lo eran del todo, puesto que había que pagar el material escolar: los libros de texto y demás... Los muchachos de la oposición venían, un año sí y otro también, proponiendo en los plenos que se subvencionasen los libros de texto a nuestros escolares. Su demanda era ninguneada (como ocurre con casi todo) y, por fin, en el curso presente, se ha decidido abonar el material de trabajo a nuestros alumnos; el Ayuntamiento ha destinado 6.000 euros para este fin. Se han beneficiado de esta cantidad los 80 niños macoteranos, matriculados en nuestro Centro de Macotera. Los infantiles (3,4 y 5 años, total 25) ha percibido cada uno 57 euros; los de primaria, (26 alumnos), 70 euros; y los de ESO, (29 muchachos), 95 euros.

Nunca es tarde, si la dicha es buena.



Familia de Portaleros: Delfín con su esposa Rosa; Manuel con su esposa Isabel, Manuel (Manolillo, su hermana Isabel; Antonio Choto) y su esposa Petra.



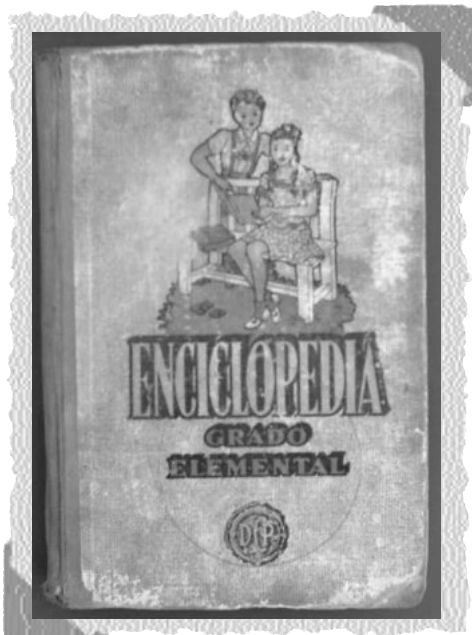
M<sup>a</sup> Teresa Gómez, casada con Pedro Nieto



Fulgencia Sánchez Echatierra.



Así se restaura un emblemático monumento rural, con un brochazo.



Enciclopedia de Dalmau Carles



Señora Rosario Andaja

## Desde Sunnyvale (California)



Disfruto con la lectura del Boletín informativo, publicado por la Asociación cultural "Amigos de Macotera". Nos acerca información de la historia, costumbres y noticias de actualidad de dentro y de fuera del pueblo, y esto nos agrada,

y mucho, a quienes conocemos y sabemos de Macotera por quienes un día, muy lejano, tuvieron que emigrar de allí, y hemos sentido su añoranza de su pueblo y de sus seres queridos.

Mi nombre es Linda García Nichols, vivo en los Estados Unidos y soy nieta de Cayetano García Madrigal, un macoterano, que nació en febrero de 1892: Mi abuelo era hermano de Cándido *Jarín*, casado con María Teresa Cuesta, padres de Ramona García, casada con Dionisio el Vaquero, y de Manuel García Sánchez, un *Jarín*, que vivió, muchos años, en Valdecarros.

Cayetano salió de Macotera con destino a las islas hawaianas en 1912, cuando terminaba de cumplir los veinte años; era un joven aventurero, que parte de su pueblo en busca de una vida más próspera y feliz. En Haway, trabajó cortando caña de azúcar y segando hierba para alimentar a los caballos, en Armys'work. Este tipo de trabajo no agradaba mucho a Cayetano y, un día, decide mudarse a California, un lugar del que él había oído hablar cuando estaba en el pueblo.

Al llegar a San Leandro, obtuvo dos puestos de trabajo: uno, en una fábrica de conservas; el otro, recogiendo pepinos. Le gustaba el trabajo del campo, pues es el que él había realizado en su juventud en Macotera; pasó en él seis años y, después, se empleó en la construcción de carreteras y ferrocarril en "Southern Pacific", en Watsonville.

En 1918 nuestro abuelo se casó con Eulalia Montosa Romera, quien emigró de Argón, (Granada, España), con su familia en 1907. Nuestros abuelos ahorraron suficiente dinero para comprar diez acres de tierra en Sunnyvale, donde construyeron su casa; Cayetano siguió desempeñando distintos trabajos para poder financiar los gastos de la casa y ahorrar algunos dólares con vistas a montar un negocio, que le diese mayor prosperidad. Al cabo del tiempo, adquirieron otros diez acres de tierra, donde instaló su propia explotación y, además, continuaba realizando tareas extras (recolección de peras), para poder amortizar la deuda de la compra de su nueva finca.

En 1914, su hermano Miguel abandonó España y se sumó a Cayetano en Ojai, (California). Se instaló en su casa y los dos trabajaron juntos durante mucho tiempo en su hacienda y en otros trabajos que demandaban mano de obra; en 1926, los dos hermanos contrajeron la neumonía; mi abuela tenía que cuidar de los dos y le resultaba difícil; además, mi tío Miguel empeoró y la situación se complicaba cada día más; entonces, Filomena (también nacida en Macotera) se ofreció a echarles

una mano y se llevó a Miguel a su casa. Miguel falleció en Mountain View, en 1926.

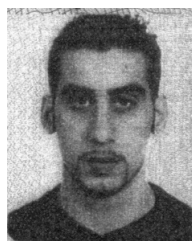
En 1940, Cayetano y Eulalia poseían ya una granja de veinticinco hectáreas, que dedicaron al cultivo de la zanahoria, y donde separaron un trozo de terreno, que dedicaron a huerto. Debido a sus grandes cosechas de zanahorias, se vio obligado a hacerse con una empresa de camiones para distribuir las mercancías por todo el Condado de Santa Clara. Se convirtió en el pionero de Sunnyvale. Se le conocía como el "rey Zanahoria". Vendió zanahorias al Farmers Market y como pienso para caballos de carreras; pero al famoso Cayetano le gustaba mucho experimentar, e injertaba perales de distintas variedades para obtener frutos más saludables y gustosos, se le daba bien y, además, le reportó buenos ingresos.

Cayetano y Eulalia tuvieron siete hijos: Manuel, María, Carmen, Cayetano Jr, José, Antonio y Ramón (Ray). Eulalia falleció en 1973, y Cayetano nos dejó en 1983, a los 91 años. Eulalia y Cayetano se labraron una vida digna, dedicados, plenamente, a la agricultura; Cayetano era una persona muy conocida y estimada por todo mundo; fue un verdadero pionero en todo lo que iniciaba; eso sí, trabajó duro y supo, con su esfuerzo, sacar a la familia adelante, e introducir sus raíces profundas en su nueva patria.

### Linda

Linda es una americana, nieta de Cayetano *Jarín*, macoterano, que emigró a los Estados Unidos en 1912. Se puso en contacto con nosotros a través de internet, interesada en saber de su familia macoterana. Por los datos, que nos remitió, dimos con ella. En el verano pasado, la visitamos en Alaraz y Valdecarros. Les contamos la historia y le expresamos el deseo de Linda de relacionarse con ellos. Nos consta que se han intercambiado noticias y fotos, y que la alegría es grande por este encuentro.

### Iván Jiménez, in memoriam



Iván Jiménez Hernández "Bizcocho", 14 agosto 2009, primer aniversario. Tus padres, tu hermano y tu abuela recuerdan que tu mayor ilusión era estar en los Sanroques de tu Macotera, y bailar al Santo con tus amigos, desde la salida hasta la entrada; pero no llegaste! En silencio, has pasado por nuestra vida y ¡qué huella has dejado!

De repente, todos los recuerdos se agolpan; cuando te vi como dormido, quise tumbarme a tu lado, pero tu cuerpo, frío, me hizo temblar, y comprendí que nos habías abandonado; te fuiste, y sin despedirte, roto tú, y rotos todos, pero tu recuerdo estará en nuestra memoria siempre. Siempre estarás con nosotros siempre en el corazón: tu corazón y el nuestro unidos siempre.

## Rutas para vivir

### La Cueva de Valporquero

El autobús se retuerce por el valle, bordeando las impresionantes montañas de la *Cordillera Cantábrica*, que se alzan majestuosas mirando hacia un cielo cubierto de nubes, con acceso restringido a tímidos rayos de sol. El río *Torio* discurre encajonado y sumiso al fondo del estrecho desfiladero en busca de amplios valles. A su paso por las angostas *Hoces de Vegacervera*, sus aguas cristalinas se nos muestran juguetonas por la fuerza del deshielo. Los puentes romanos que nos van abriendo paso ponen de manifiesto el devenir de los siglos a través de sus reconstrucciones obligadas, pintando, tal vez con tristeza, aquello que fueron y que ahora no son. Poco a poco, vamos consiguiendo altura y los picachos del macizo montañoso se ponen al alcance de nuestra vista a través de los ventanales de un autobús que, ante la dificultad de la carretera, exhala relinchos en su empeño por querer amedrentar empinadas y sinuosas cuestas, mientras que un pueblo de estrechas y laberínticas calles pone a prueba la pericia del conductor ante la mirada expectativa de los curiosos y pasajeros. Pasado *Felmin*, los quebrantos del camino adulteran la belleza del paisaje con el vértigo. En la lejanía del horizonte, los hayedos se disputan el territorio con los cortados calizos. Un embudo natural esconde el final de nuestro trayecto: jardines, merenderos, unas casas y, definitivamente, un túnel y la maravilla geológica que hemos venido buscando: la *Cueva de Valporquero*. Como hemos llegado con tiempo, hemos de esperar hasta la hora de nuestra visita guiada, por lo que, decidimos dar un paseo por los hermosos alrededores, analizando y fotografiando las innumerables plantas, florecidas muchas de ellas, despuntando entre la hierba. Llega el momento y todos nos encaminamos al túnel de entrada a la cueva. Una enorme boca nos da la bienvenida e inicia nuestro viaje al mundo subterráneo. El guía comienza sus explicaciones ante un mapa, anticipándonos lo que vamos a ver: la cueva se encuentra a 1.309 m. de altitud, bajo el pueblo de *Valporquero*, en la vertiente sur de la *Cordillera Cantábrica*, al norte de la provincia de *León* y en el municipio de *Vegacervera*.

Nos cuenta que hace un millón de años, en el *Pleistoceno* de la era *Cuaternaria* (época geológica caracterizada por sus glaciaciones, que comenzó hace 2,5 millones de años y finalizó aproximadamente hace 12.000 años), en los albores del hombre sobre la Tierra, las frías aguas del arroyo de *Valporquero* empezaron a filtrarse a través de fisuras y grietas en la roca caliza, disolviendo y horadando la montaña, en un proceso que se llevó a cabo durante milenios, dando lugar a la formación de grutas con sus depósitos minerales (estalactitas y estalagmitas), dejándonos un maravilloso paisaje subterráneo que ahora podemos admirar. La *Cueva de Valporquero* está formada por un entramado de galerías, de las que, sólo unas pocas, son visitadas. Podríamos distinguir un nivel superior preparado perfectamente para la visita turística durante 1,6 km. de recorrido hasta la sorprendente "*Sala de Maravillas*", y un nivel inferior o "*Curso de Aguas*", de visita espeleológica y aventuras, cuyo trayecto es de unos 2 km. a través de la montaña llegando a las espectaculares *Hoces de Vegacervera*.

La visita es, sin duda, una apasionante ruta de senderismo pero, para variar esta vez, el trayecto es subterráneo. La magia de las luces y las sombras juega con el encanto de las salas, que discurren por misteriosos y cómodos pasadizos, puentes y escaleras hacia un mundo desconocido y singular, permitiéndonos admirar miles de estalactitas, estalagmitas, coladas y columnas de diferentes brillos y colores por siete salas visitables. Incluso puede que, si estamos atentos, podamos distinguir entre el arrullo de las aguas y el murmullo de los visitantes, los lamentos y las risas de los seres fantasmagóricos que la pueblan, unas veces, escondidos entre las sombras; otras, disfrazados de hermosas formas.

En época de lluvia o deshielo primaveral, el río penetra con gran estrépito en la cueva, dando pie a rápidos y cascadas, que corren por las primeras salas visitables hasta desaparecer en un impresionante salto hacia las profundidades de la "*Sala de Hadas*". Por este motivo, la primavera, el otoño y el invierno son las mejores épocas de visita.

<b>CUEVA DE VALPORQUERO</b>	
<b>HORARIO</b>	Mañanas: de 10 a 14 h.
<b>TAQUILLA:</b>	Tardes: de 15,30 a 19 h.
<b>VISITA:</b>	<b>EN GRUPO, CON GUIA</b>
PROHIBIDO FUMAR E INTRODUCIR CAMARAS DE VIDEO, TRIPODES Y COMIDAS O BEBIDAS AL INTERIOR DE LA CUEVA	
<b>VISITA NORMAL</b>	
Recorrido Total -----	1,6 Km.
Duración Aprox. -----	50 min.
Nº de Escalones -----	322
<b>VISITA ESPECIAL</b>	
Recorrido Total -----	2,4 Km.
Duración Aprox. -----	80 min.
Nº de Escalones -----	486



**Datos de interés**

La visita se realiza con guía y en grupos. La temperatura interior media es de 7 °C y con una humedad del 99%, por lo que se recomienda ropa de abrigo y con calzado cómodo, evitando en todo momento los resbalones. Salas de posible visita: *Gran Rotonda, Pequeñas Maravillas, Hadas, Cementerio Estalactítico, Gran Vía, Columna Solitaria y Maravillas*. Recorrido normal (ida y vuelta): 1,6 km. con una duración aproximada de una hora.

Recorrido especial (ida y vuelta): 2,4 km. (incluye las siete salas antes citadas, con duración aproximada de una hora y media).

Normas: Está prohibido fumar e introducir videocámaras, comidas, bebidas y animales domésticos al interior de la cavidad.

Distancias kilométricas: León - 47 km., Oviedo - 90 km., Valladolid - 183 km., Santander - 340 km., Bilbao - 406 km., Salamanca- 243 km., Madrid - 374 km.

Gastronomía: potajes, estofados, típicos embutidos y quesos artesanales. Las crónicas del siglo XVIII nos hablan de que los arrieros de esta zona llevaban a las ferias de Castilla cecinas, lomos, chorizos y jamones.

**Final: "De todo un poco, ¡naturalmente!":** Cuestiones del tipo: "¿Procesos naturales o antinaturales?" debaten asuntos como el poder modificar la naturaleza para poder crear un mundo mejor. ¿Han oído Vds. hablar de la *Geoingeniería*? Entendida como la ciencia que estudia la modificación a gran escala del medioambiente de la Tierra para contrarrestar los efectos de los cambios climáticos inducidos por los humanos. El concepto moderno de geoingeniería es usualmente tomado para significar la manipulación deliberada del clima de la Tierra para contraatacar los efectos del calentamiento global de las emisiones de gases de efecto invernadero. Aunque nos parezca de ciencia-ficción, actualmente se llevan a cabo distintos experimentos para que, frenando y reduciendo los gases del efecto invernadero, se puedan evitar muchas catástrofes medioambientales. Sin embargo, algunos científicos nos advierten del peligro, ya que manipular el sistema atmosférico podría acarrear consecuencias muy adversas e imprevisibles.

Algunos métodos ya han sido llevados a la práctica. El denominado proyecto "Lohafex" depositó varias toneladas de hierro en el Atlántico Sur, para alimentar el plancton del fondo marino y que éste, a su vez, absorbiera dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>) de la atmósfera. De forma similar, otros investigadores proponen incrementar la capacidad de los océanos de absorber CO<sub>2</sub> mediante la diseminación de carbonato cálcico. Según

Ricardo Aguilar, de la organización "Oceana", señala que la idea de fertilizar el mar podría tener consecuencias muy negativas, destruyendo el precario equilibrio de los ecosistemas.

Otra posibilidad ya probada, esta vez sin intervención humana, es la inyección de partículas en suspensión a la parte alta de la atmósfera para enfriar el planeta. En 1991, la erupción del volcán Pinatubo arrojó 15.000 toneladas de dióxido de azufre a la estratosfera. Tras propagarse por todo el mundo, formó una nube de partículas durante 15 meses que reflejó una proporción significativa de rayos solares. La temperatura global descendió medio grado centígrado.

Algunos científicos creen que este fenómeno podría imitarse de varias maneras. James Lovelock, famoso por su teoría *Gaia*, sugiere llenar con azufre los depósitos de combustible de los aviones comerciales para que lo expulsen durante su vuelo. Otros sostienen que el lanzamiento de cohetes de azufre a la estratosfera sería más eficaz.

Otra técnica sería los barcos "crea-nubes": los buques lanzarían diminutas partículas de agua salada al aire. Las nubes que se formarían reflejarían la luz solar.

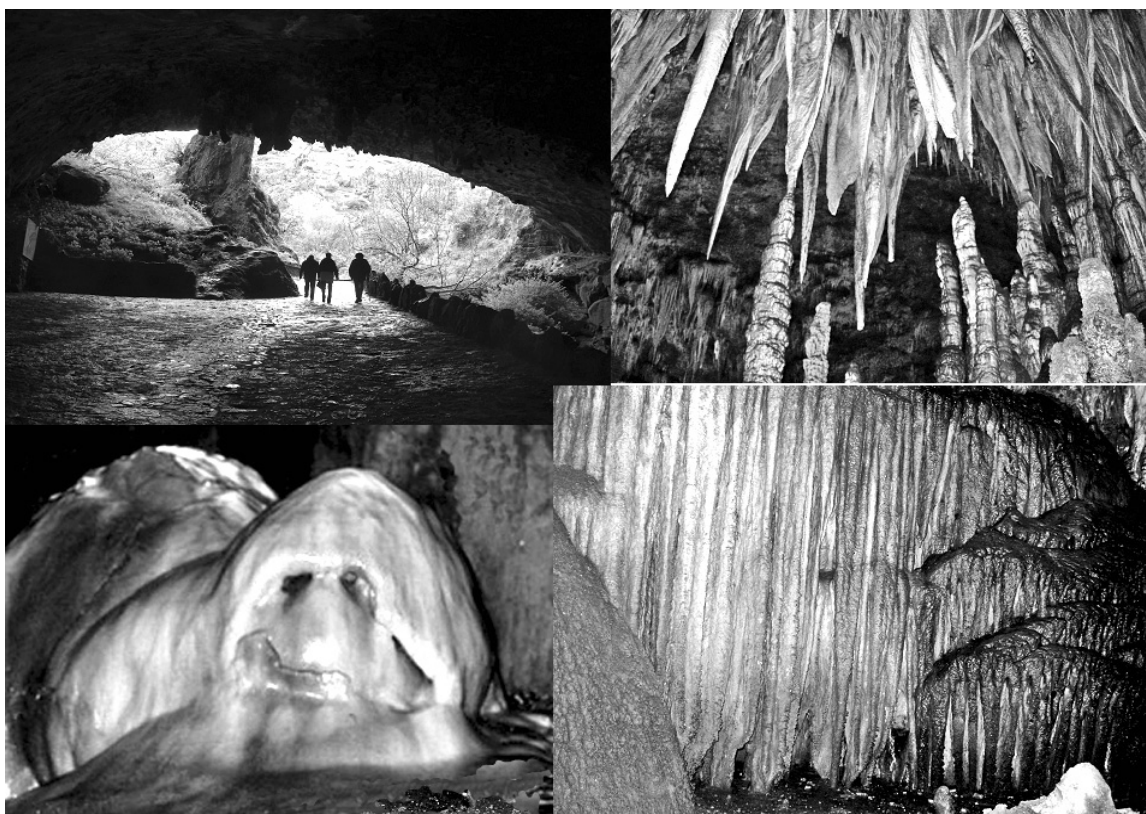
El estacionamiento en órbita de espejos entre la Tierra y el Sol reflejaría un porcentaje de la radiación solar y la temperatura global descendería. Los llamados "árboles artificiales", constituidos por diversos artefactos tecnológicos que absorberían el CO<sub>2</sub> de la atmósfera, aunque todavía se encuentran en fase de experimentación.

La dificultad y elevado coste de las tecnologías de *geoingeniería* dejaría en manos de unos pocos países la posibilidad de alterar el clima y los fenómenos atmosféricos. Los expertos recuerdan que son sistemas interconectados y globales, de manera que un posible beneficio en una zona del planeta podría ser perjudicial en otra. Si EEUU decidiera reducir las lluvias en sus dominios, podría generar fuertes sequías en Asia. Por ello, las decisiones deberían aprobarse por todos los países del mundo, algo impensable hoy por hoy.

(\*) Extraído del artículo de: FERNÁNDEZ, A. (2009), *Geoingeniería: modificar el clima a voluntad*. *Boletín Consumer Eroski* © Fundación Eroski.

Nuestro correo: [rutasparavivir@yahoo.es](mailto:rutasparavivir@yahoo.es)

Gerardo García Cuesta



## Carrera popular la "Sanrocada"

**Carrera Popular San Rocada '09**

Sábado 8 de Agosto  
21.00 de la noche  
Polideportivo Municipal  
8.800m

Inscripción GRATUITA en  
www.sanrocada.tk  
hasta el 30-07-09

Música en todo el recorrido

Premios:  
• Trofeos y productos de la tierra,  
medallas y premios de la carrera  
• Trofeo para los primeros de  
cada categoría

Más información en:  
www.sanrocada.tk

Comparticipa con: Ayuntamiento de Macotera, Diputación de Salamanca, Caja Rural de Salamanca, etc.

Todo empezó entre mi hermano Roberto y yo, Juan, hijos de José "el Colorao". Mi hermano que en estos últimos años había corrido infinidad de carreras, muchas de ellas por Castilla y León, se dio cuenta de que muchas de estas carreras tenían lugar en pueblos similares o más pequeños que Macotera. Y pronto empezó a comentarme la idea de organizar una gran carrera en nuestro pueblo. Al principio, era un poco reticente;

"Sí, la idea es genial, pero lo de organizar una carrera no debe ser cosa fácil". Y así se quedó la cosa, hasta que en esta Semana Santa, entré al trapo, y emprendimos el proyecto.

Al principio, todo fue muy lento. El primer paso, fue contactar con dos grandes instituciones que llevaran el peso del patrocinio, como son Caja Rural de Salamanca y Diputación de Salamanca. En ambos sitios he de reconocer que fui tratado de manera ejemplar. Y es que con seriedad y una buena idea, se tiene mucho ganado, aunque he de reconocer que el ser de Macotera facilitó mucho las cosas. Una vez hechos estos primeros contactos, estuvimos casi un mes a la espera de la confirmación de las ayudas, ya que eran clave para la realización de la carrera.

Mientras tanto, contactamos con Ángel Santiago y con Toñi "la del supermercado", ya que veíamos que esto no lo podíamos hacer solo entre los dos hermanos y sabíamos que eran aficionados al atletismo. Además, mantuvimos una reunión con Gini, del Ayuntamiento, para cerrar la fecha y otros puntos como el recorrido.

Finalmente, la Diputación se hizo cargo del seguro, la impresión de carteles, trofeos y medallas de las categorías inferiores y Caja Rural del arco de meta, diseño del cartel y trofeos de las categorías absolutas y cintas de balizamiento. Ya teníamos los pilares, por lo que comenzamos la construcción de una web, la cual ha sido el centro de información y el punto de inscripciones, lo que ha facilitado mucho la gestión.

Es aquí donde también surge el nombre. Tenía en mente que si queríamos hacer una carrera de importancia, que llamara la atención y de la que todo el pueblo se sintiera partícipe, habría que darle un nombre propio. Y así fue, "San Rocada" fue el nombre elegido y cumplía las tres premisas. Además, también había que dar un toque original, así que se me ocurrió la idea de contar con los vecinos del pueblo para poner música que animara la competición a lo largo de todo el recorrido. Para la causa, también les comenté a los dulzaineros Adobe si podían colaborar desinteresadamente y aceptaron sin problemas.

Después de esto, empezamos a reclutar patrocinadores y colaboradores entre los establecimientos y conocidos de Macotera, necesarios para costear los premios en productos y el resto de gastos, a los cuales quiero expresar mi más sincero agradecimiento por su colaboración y espero que sigan apoyándonos.

Fue en este momento, cuando apareció otra de las piezas clave de la organización. Se trata de Juan Antonio "Falogo",

que se enteró por Internet y desde el primer momento se ofreció a formar parte activa de la organización. Y vaya si lo fue. Se encargó de todo lo relacionado con los listados de inscritos, dorsales y clasificaciones, así como de proporcionar y establecer los mecanismos de tiempos de llegada en meta. De esta forma quedaba cubierto uno de los aspectos más importantes de la organización y que mi hermano y yo no habíamos previsto hasta el momento.

A principio del mes de Julio, la carrera ya estaba en marcha, la información mandada a Clubes y varias revistas especializadas, las inscripciones abiertas, y una serie de premios y sorteos publicados que irían creciendo a medida que se añadían patrocinadores y aumentaba el presupuesto. Fue por entonces, cuando sufrimos un golpe serio, al comunicarnos del Ayuntamiento que la salida y meta no podía producirse en la Plaza Mayor, como se había acordado, ya que estaba programado un ballet para ese mismo día. Nos fastidió bastante, pues creíamos que la Plaza Mayor era el lugar más indicado, pero he de reconocer que al final el cambio nos vino bien. La salida y meta se pasó al parque municipal, donde había mucho más sitio, zona de descanso para los corredores tras la llegada y duchas muy próximas en el pabellón.

Ya en pleno mes de Julio mantuvimos más reuniones, a las que se unieron como parte de la organización Ignacio Chico "Ina" y Gabi, de Persianas Ruano Monzón.

El ritmo de las inscripciones fue muy bueno, incrementándose los días previos a la fecha límite, 3 de Agosto, hasta llegar a 350 inscritos, ¡todo un éxito!

La pena fue tener que decir "no" a toda la gente que lo intentó una vez finalizado el plazo, pero queríamos que fuera una carrera seria en todos los aspectos, y los plazos estaban para cumplirse.

Hasta el día de la carrera siempre hubo trabajo que hacer: dorsales, carteles, escritos, recogida de materiales, etc. Pero por estas alturas, la gente ya se había ilusionado con la carrera y muchos se ofrecieron a echar una mano antes y durante la misma. Así, Isabel, hija de Juan Antonio y las amigas de su peña se encargaron de recortar y distribuir carteles y pintar las flechas del circuito junto con Ina, que hizo de maestro pintor, y como peones mi amigo Javi "Parleta" y Ángel. En la víspera, se prepararon las 350 bolsas del corredor que se iban a repartir, trabajo en la que contamos con la ayuda de nuestros familiares. Queríamos que todos, niños y adultos, tuvieran un recuerdo y una recompensa por haber llegado a meta.

Ya el día de la carrera, contamos con la ayuda de la peña Nixas, amigas de la hija pequeña de Juan Antonio, que personalmente me sorprendieron, a su edad estuvieron al pie del cañón entregando dorsales y más tarde, durante la carrera, en varios cruces de calles aguantando el chaparrón. Chaparrón que aguantaron, como no podía ser menos, mis amigos de siempre, la peña Efebos, que junto a los amigos de mi hermano, los Okupas, se encargaron del corte de calles y de asegurar el circuito. Sin ellos, ninguna de las carreras se podría haber disputado.

Ese mismo día, 8 de agosto, se colocaron carteles de prohibido aparcar por puntos del recorrido y se distribuyeron los cd's de música que más tarde iban a sonar. Y a media tarde, sobre las 5 llegaba la hora de la verdad. Todos los miembros de la organización estábamos presentes en el parque junto con nuestro ejército de voluntarios, reclutados con años de amistad o de vínculos familiares.

Se colocó sobre el escenario del parque las mesas con trofeos y demás. Manolo "Quesque" se encargó de poner a punto el equipo de sonido que él mismo había conseguido para la ocasión y su hijo pequeño Marcos, amigo de la infancia, se encargó gustosamente de la música y de las pruebas de sonido.

Pero fue cuando todo estaba listo, decidimos desmontar todo y meterlo en el almacén del parque; la razón no era otra que el cielo amenazaba tormenta y el olor a mojado ya se dejaba notar. Y así fue, no tardó ni 5 minutos en empezar a diluviar. A parte de la organización les pilló cortando calles, otros, como yo, nos refugiamos en el almacén del parque y el resto en el pabellón. Sorprendentemente, ya había mucha gente que se había acercado a por el dorsal y el pabellón tenía ya mucho ambiente.

A partir de aquí, impotencia es lo que puede resumir nuestra situación. Cerca de una hora estuvimos sin poder trabajar esperando a que cesara el diluvio que caía. No solo no avanzábamos, si no que la calle José de Calasanz, donde estaba la meta, se nos volvió a llenar de tráfico de coches. Y para más inri, la empresa del globo de arco de meta no se presentó, lo que dejaba un panorama bastante desolador.

Cuando terminó el aguacero, el reloj marcaba las siete y media de la tarde, hora en la que debían comenzar los más pequeños y nada estaba preparado en la salida. Entonces se sucedieron las prisas para volver a sacar los coches del recorrido y poner las vallas, que se nos antojaban escasas, para contener a toda la gente que a esa hora ya esperaba en las inmediaciones del parque. Entonces apareció él. Lo vi llegar con paso firme y tranquilo, con un maletín en la mano y con una vestimenta completamente negra. Personalmente me recordó al exorcista de la película, dispuesto a calmar la situación y a sacar todos los demonios de la gente que se empezaba a impacientar. Colocó su coche a la altura de meta y con la megafonía personal que llevaba dentro del mismo pudimos dirigirnos a la gente. No se me olvidará una de las primeras frases de "Capucho": "Vamos a ver, ¡aquí no pasa nada! Si no se suspendió la procesión de San Roque el año pasado que llovió, ¡esta carrera no va a ser menos!" Y a partir de entonces, y con apuntes que le íbamos dando la organización, Capucho tomó las riendas de la situación durante 4 horas que se alargaron hasta la entrega de trofeos. ¡Eso sí que era magia!

En cuanto se pudo, se sucedieron las carreras de las categorías inferiores. Fue entonces cuando encargué hacer una pancarta de meta a los de mi peña. Terminaron coincidiendo con la última carrera previa a la absoluta y fue hacer el mínimo gesto de intentar colgarla cuando empezó otro chaparrón. La gente se refugió en portales de la calle, aunque la mayoría acudió en tropel al pabellón. En el interior se podía ver muchísimas atletas locales y venidos de fuera ya preparados para competir. Ante la falta de información por nuestra parte, la gente se puso nerviosa y empezó a pedir explicaciones. Para colmar el vaso, nos comunicaban que en el barrio de Santa Ana no había luz. Entonces, con la ayuda de algunos corredores comprensivos que se acercaron a nosotros, se decidió hacer una carrera amistosa, entre todos los atletas, de 2 vueltas al circuito. Al fin y al cabo, la gente estaba deseando correr y salvo alguno, que criticó la decisión, la mayoría estuvo de acuerdo.

Tras asegurar de nuevo el recorrido, por parte de los voluntarios, se dio la salida y los corredores pudieron disfrutar de las calles de Macotera. Personalmente tuve la suerte de dar la última vuelta y francamente disfruté como un niño. Pasadas las 10 y media de la noche, todavía había mucha gente animando en las calles y cruces, y la música salía de casas y peñas mostrando al corredor la ilusión de todo un pueblo que se había volcado con la causa. Tras la finalización, todos los corredores y voluntarios recibieron la bolsa del corredor, con fruta, agua,

empanada y refresco para recuperarse del esfuerzo, con una botella de vino para celebrar que se había llegado a meta y algún que otro obsequio para recordar la ocasión. Como no hubo competición, se sortearon todos los premios destinados a los vencedores de las distintas categorías, que aunque se hizo un poco largo seguro que más de uno le mereció la pena. Y con esto se llegó al fin de una jornada agotadora que cerraba todo el trabajo realizado durante meses.

Como uno de los implicados en la organización desde el principio, he de decir que la carrera no se pareció mucho a lo que se había preparado. La lluvia nos tiró por tierra gran parte de los detalles que teníamos preparados. Y que decir de la ilusión y el tiempo invertidos en este proyecto, el cual puedo asegurar que cada uno de los implicados no lo hubiéramos hecho de no estar seguros de que las cosas se estaban haciendo bien, con seriedad y responsabilidad. Será por ello, que los días siguientes a la carrera todos estábamos abatidos y alguna que otra lágrima se dejó caer.

A día de hoy, mientras escribo estas líneas, alguna que otra lágrima casi se me escapa. Pero no de desconsuelo como entonces, si no de orgullo y emoción. Orgulloso por haber contado con nuestros amigos y amigas en todo momento, por la gente del pueblo que ha sabido estar a la altura de las circunstancias y por las nuevas personas que he conocido en este camino y cuya diferencia de edad en muchas ocasiones, no ha sido impedimento para la amistad. Y emoción por recordar todas las experiencias vividas que afloran ahora en forma de sentimientos. Y es que prefiero quedarme con los rayos de luz que la gente y corredores percibieron entre todo lo preparado. Y de lo malo... de lo malo prefiero anotarlos en nuestro cuaderno personal de deberes y corregirlos uno a uno para el año que viene. Porque quien pueda llegar a pensar que la San Rocada se iba a quedar en flor de un día, se equivoca. Una vez levantados del suelo, nuestra intención es volver a organizar una nueva edición el año que viene y paralelamente a la misma iniciar un conjunto de ideas en pro del atletismo y del pueblo: La primera, la formación de una asociación o club de atletismo con una única ambición: convocar a la gente que corre y animar a los que no lo hacen, para compartir experiencias y días de entreno por nuestros caminos. Ya estamos ideando alguna salida para los puentes venideros por los caminos de la zona, para intentar hacer la primera salida del club en la San Silvestre Salmantina. Para esto y mucho más, remito a los lectores a nuestra web [www.sanrocada.tk](http://www.sanrocada.tk).

Espero os haya gustado mi historia y espero que no sea la última. Al fin y al cabo, mientras corramos la San Rocada, significará que estamos vivos, vivos y llenos de vida.

Juan Bueno Losada "Colorao"

### Misa del gallo

Este año, hemos elegido la fecha del **27 de diciembre**, domingo, para celebrar la misa del gallo, ya tradicional en estos pagos salmantinos. La hora a las **12 de la mañana**, en la parroquia de **María Mediadora**.

A continuación, en los salones de la parroquia, degustaremos un piscochabís navideño.

Siempre hemos carecido de voces femeninas para interpretar la misa, si tú conoces la misa y estás dispuesta a participar, llámanos. (923/252012).

Celebraremos unos ensayos previos, los días 23 y 26 de diciembre, en la parroquia de María Mediadora a las 17:30.

Anímate, pues se trata de mantener nuestras tradiciones.

## SILBANDO "NOCHE DE PAZ"

(Cuento para la tarde de la Nochebuena)

Voy a darme un paseo. He dejado ya cortados en juliana las berzas, puerros, cebollas, ajos, acelgas y zanahorias, todos los productos de mi huerto, para la cena de esta Nochebuena. El extractor zumba como un moscardón (no lo aguanto), mientras absorbe los humos y los sabores que se escapan de la olla por las rendijas de la tapadera. Salta loca de alegría (la tapadera), sudorosa, bailando, tal vez, un chachachá.

Un rayo de sol invernal, anorético, se estira calle abajo y cansado, "tangió", "se costriba" en la valla del parque. Salgo al Paseo de los Viejos. En el corralillo, acotado con maderas de colorines, juegan las nietas de Luzmary. A la entrada, hay una leyenda que dice: "Área de juegos - Edad de uso de 3 a 6 años - Prohibida la entrada de perros". Yo no puedo pasar, he rebasado la edad permitida. Desde el cercado de madera, saludo a la abuela de Mara y Sonsoles, dos niñas preciosas de 5 y 3 años; huérfanas porque así le vino en gana a un malnacido. Podría haberse suicidado antes. Le doy diez euros a la abuela para que les compre algo a sus niñas, aunque Manolo, el abuelo, se lo gana bien, trabajando de sol a sol en su carpintería. Les deseo toda la felicidad que merecen y sigo mi andar. Veo allí, lejos, sentado en el banco de la esquina a mi amigo Anastasio. Me preocupo: ¿Qué le pasa a este pollo, que ha dejado la partida? Algo inaudito, me susurro a mí mismo. No es normal. Hago que no le he visto y paso de largo. Me mira la gorra y me grita:

- ¿A dónde vas, Macario? Él llama Macario a todo el mundo.  
- Bien sabe Dios, que no te había visto. ¿Cómo es que no estás envidando, chaval?

Me contesta: Porque tenía que contarte a ti, a mi amigo, que estoy más contento que unas castañuelas. ¿Sabes? Ha venido el mi Juan, con ella y con los niños. No te puedo decir los nombres porque son muy enredosos, de p'allí.

Me abraza y se les escapan unas lágrimas a este Anastasio, duro como el pedernal. Juan es el más pequeño de los hijos de Anastasio y Rosalía (+). Todo viene del día que les llevaron al notario y les dijeron: Padre, tú firma aquí; y, tú, madre, aquí más abajo.

De allí, a la residencia, y Juan, desheredado. Estudiaba en los curas y no tenía familia que alimentar. La vocación se le emborrónó en la cabeza a Juan. Se fue a Barcelona. Lo más lejos que pudo. Trabajó de día y estudió de noche. Ahora es traductor del Parlamento Europeo. Los niños y ella me hablan en chau chau, me dice, con pena, Anastasio.

Y yo le consuelo y le digo: Los besos y los abrazos, ¿no los entiendes? Esta tarde van a comprarle ropa, cenan en el hotel y allí le han reservado una habitación, para que esté con ellos hasta el día 29, que se vuelven a Bruselas.

Se va Anastasio haciendo sonar su bastón sobre las baldosas. De cara, viene mi amigo el polaco. Yo le llamo Stanislawski. Se vuelve a su tierra. Le ha ido bien aquí hasta ahora. Ha ahorrado lo suficiente para montar un almacén de materiales de construcción en su pueblo. Nos conocimos en la oficina de Orange, comprando un móvil. Eran iguales, pero con el suyo se podía hablar en polaco. Se lo dije y se partía de risa. Le hizo

tanta gracia, que, desde entonces, somos amigos.

Con la alegría que me ha entrado en el corazón, me pongo a silbar. Sigo andando paseo adelante. Los bancos del Paseo están sin gente. El sol se ha quedado al otro lado de la persiana de las seis de la tarde. Hace frío. Voy con las manos en los bolsillos silbando como un chaval. De pronto, un hombre alto, joven, fuerte se separa de un grupo de cuatro (dos parejas) se vuelve, me agarra por el brazo y me grita: ¿Oye, viejo, viejo verde ¿y tú por qué silbas a mi mujer? Y me suelta un soplamocos, de esos que se escriben con h. Fue como cuando el viento zarandea un portón en medio de la noche. Me arrugué; y acobardado, vencido, humillado, tartamudeé: Yo sólo silbaba el villancico "Noche de paz". Pues, la próxima, lo silbas en castellano para que lo entendamos todos, ¿eh, viejo?

**Pedro Cuesta, Calores**

### Melchor

Cuando me encontraba con Melchor Salinero, en mis visitas al pueblo, me evocaba la figura de Machado, aquel hombre bueno, ensimismado, humilde, "*pensando sólo caminos*", de torpe aliño indumentario, solitario, escuchando en silencio el silencio del pueblo con su cigarro empedernido entre los dedos; lleno de sueños y sin esperanzas, porque Melchor había perdido la esperanza, porque no tenía nada en qué esperar; sus aldabonazos a mil puertas, recibieron la respuesta de "vuelva usted mañana", y ese mañana no tenía mañana, y, si no tenía mañana, mucho menos futuro.

Ahí estaba Melchor, solo, con el cuidado de varias personas, que vivían pendientes de él; de suavizar, al menos, sus necesidades básicas, de darle un poco de calor humano y social, de considerarlo como lo que era: una gran persona; pero él, después, solitario, miraba dentro de sí y sólo veía soledad, melancolía y angustia, y lo llevaba todo con la resignación de un anacoreta.

Me recordaba un antiguo alumno del Colegio Libre Adoptado, (que tanto bien hizo a nuestra juventud, y que quedó olvidado por el tiempo desagradecido y por otras cosas), cómo Melchor se sentaba en un banco de la plaza y compartía, con ellos, saberes e intentaba inyectarles motivación e ilusión por los estudios, aquéllos, que, por circunstancias ajenas, a él se le negaban. Y lo veían así como un pequeño Sócrates, extrayendo verdades mediante el diálogo entre la gente joven, que se allegaba al ágora macoterana en aquellos recreos programados.

Yo recuerdo también aquellos amores más soñados, que vividos, que sacábamos a colación en aquellos encuentros de amigo, que tanto regocijo nos producían.

Melchor, a quien no le conocía, tengo que aclararle que era una persona muy inteligente, que no tuvo suerte; que caminaba solo con su tortura interior, pero siempre sembrando el bien, a pesar de que la vida era muy injusta con sus sueños e ilusiones.

Sigue soñando y no despiertes nunca.

## VÍSPERA DE LOS SANTOS : LA CORROBLA

*Las corrobblas, las farolas en el cementerio y el voltear de las campanas la noche de ánimas se han perdido inexplicablemente. ¡Qué pena!. despreciamos lo mejor que tenemos: nuestras tradiciones profundas. Hace unos días estuve en Macotera; en el sobrao de la casa de una buena mujer, encontré un cuaderno con las tapas de hule. En sus hojas, estaba escrito lo que vais a leer a continuación. Son las páginas de un diario que alguien escribió. Se cuenta cómo éramos antes; como somos ahora, ya se ve, no hace falta contarlo. No he hecho más que poner en limpio esas páginas, que estaban todas borrosas y llenas de lamparones como nuestra propia historia. Pedro Cuesta, Calores.*

### Domingo 31 de octubre de 1965

He llegado del campo, me he mojado los morros, he pegado un tiento al puchero del vino y he salido para la plaza, como alma que lleva el diablo. Mi madre detrás de mí gritando: ¿Dónde vas tan corriendo?, y ¿la leña para la cena de esta noche? Renegando contesto: ¿No lo ha hecho Francisco?, por mi hermano. Y mi madre: ¿De quién es la corrobbla suya o tuya? Madre, he quedado con los amigos a las siete y media, y ya son las ocho. Y ella: Amigos, amigos, la Engracia y las otras. Esas son los amigos.

Son las cuatro de la mañana, cuando intento meter en el aprisco de mi cuaderno los acontecimientos de este día, víspera de los Santos, el día de las corrobblas. El sueño y el vino de la marrá hacen que se batan las contraventanas de estos ojitos míos. Intermitentes, aparecen, en el papel sobre el que escribo, unas figuras difusas. Es ella, Engracia, de charra, en la boda de su hermano. Le brillan las lentejuelas de sus ojos. Se me ha gastado la mina del lápiz y tengo que ir a la cocina a buscar una navaja para sacar punta. Mi padre: ¿A dónde vamos a estas horas? ¡Que ya se ha terminado el acarreo! Voy a la cocina a beber agua, contesto. Mi padre, a mi madre: ¿Acertará, con lo que han "soplao"? Con las voces, mi hermano, que se ha despertado, me ha apagado el farol colocado en la mesilla, precisamente, para no molestarle. Acontecimientos le llamo yo a esto. Dan ganas de llorar, pero yo me río.

A Antonio, a Jeromo y a Pascualín los hemos tenido que llevar a casa en parihuelas. Al uno, que estuvo tres o cuatro años en los frailes, le dio por decir misa en la cruz de piedra. Decía "dominus vobiscum", las dos con "b". El otro se puso a cantar las cañas huecas a la puerta del juez de paz ( la mujer es como un fideo), y Pascualín, llamando a la ventana del padre de su novia, gritaba: "Amadeo que te veo", por el padre de la muchacha. Los demás, supongo que habrá llegado a casa, si no se han caído en la charca de tío Magán.

La noche ha sido muy divertida. Después de dejar a las muchachas, bajamos a la bodega de Manolo, tiramos de un jamón que estaba por allí colgado y cayeron un par de cuartillas del vino del nuevo, que ya se podía beber. De allí, nos fuimos a mi casa, donde, este año, tocaba la corrobbla. Nos vamos turnando, cada año, en una casa. El año que le tocaba

a Tiburcio, ocho días antes, riñó con Ruperto. Se pegaron y todo, porque el uno le llamó al otro roña. Yo creo que Tiburcio la preparó, para que no fuéramos a su casa. No por él que es muy bueno, por su madre, que era la que no quería; y eso que siempre se paga, a escote, el cabrito y el vino. Además, el año pasado, teníamos las gallinas que habíamos robado en La Nava, para hacerlas en pepitoria. Pero..., la tía que si el aceite, que si la leña. ¡Anda que la den! Lo siento por Tiburcio que anda por ahí solo y, este año, no tiene corrobbla. Por mí, le había traído a casa.

¡Qué rico estaba el cabrito! A mí es que me gusta todo lo que guisa mi madre, Lo mejor, la tortilla de patatas! Sólo me falta mojarla en el café con leche. Como no había muchas castañas, uno que pasó, el otro día, por Fresnillo ha traído un fardel de bellotas. Y mi madre nos ha regalado una naranja a cada uno. Esas no entran en el escote. Mi madre ha cogido el almirez, ¡ay que ver cómo lo mene! Y hemos bailado unas jotas con mis hermanas y las vecinas. Después nos hemos ido a la plaza. Allí estaba medio pueblo, o sea, todos los mozos, y tres o cuatro más. Unos cuantos nos hemos escapado a la traseira del tío Trasmundi, que es el padre de Adelaida, la novia de Ruperto. Con una escalera larga, como un varal, del tío Celestino, hemos saltado por encima de la tená él y yo. La moza había dejado del otro lado otra escalera. Por ella bajó Ruperto y, a gatas, llegó hasta la ventana, que se abrió poco a poco y apareció la muchacha, un cometa vertical, lleno de luz. Se abrazaron tanto con la reja separándolos, que los hierros quedaron marcados en sus cuerpos. Yo miraba tras el caballete y tiraba piedras a la luna llena, para que se apagara, y los murciélagos no emborronaran una escena de tanto amor. Cuando estaban más apretados, se encendió una luz en la casa. Yo silbé, para eso estaba de vigía . Ruperto..."cuerpo a tierra que viene la aviación". Allí estuvo, agazapado en el mular hasta que se apagó la luz, y volví a silbar. Con tanto trajín, se rompieron varias tejas. Dentro de nueve meses, sabremos si hay goteras.

### Lunes 1 de noviembre de 1965

Después del responso, nos hemos quedado cuatro en el cementerio. A mí me gusta hacerlo todos los años. Poco a poco iban alargándose las sombras de las cruces y de las tumbas, como el ciprés de Silos. Y, cuando ya era, prácticamente, de noche, porque el sol se había ido a otro país, he visto como se abrían los pétalos de mil lamparillas colocadas sobre las tumbas. Cada sepultura tiene sus lamparillas o sus faroles. Y las caras de los fallecidos se meten en la llama y, si tú miras fijamente, las ves y las reconoces. Me ha pasado con mis abuelos. Se iban y venían, se retorcían en la llama. Es como si hubieran resucitado en pequeño, sólo sus caras en forma de lengua de fuego. Es como si el cielo se diera la vuelta y las estrellas estuvieran aquí abajo sobre el mármol o la tierra de las sepulturas, y cada estrella representara a uno de nuestros antepasados.

Durante todo el día de los Santos, e incluso la víspera, las familias se acercan al cementerio, limpian las tumbas y colocan las farolas, tan bonitas, de cristal de colores, unas parecen siempre vivas, otras imitan cardos morados y amarillos, de esos que hay por estas nuestras tierras, otras claveles...yo qué sé...y más figuras. Todas tienen muchos colores y adornos. La fabrica la señora Rosa la Sacristana y las vende. Algunas familias, con pocos posibles, aprovechan los faroles que utilizan en casa. También está bien, porque, con muchos de ellos, se alumbraron los ahora difuntos.

### **Martes 2 de noviembre de 1965**

Han sonado las campanas durante toda la noche de los Santos hasta al amanecer del Día de Ánimas. Los amigos de Pascualín hemos tirado de las maromas y hemos conseguido voltear las dos campanas grandes. Como éramos muchos, nos turnábamos: Unos hacían sonar las campanas; otros asaban castañas y vertían el vino del medio cántaro en la jarra; un par de ellos estaba escondido en las tribunas por si venía el sacristán. No deja que se encienda lumbre allí arriba por el fuego. No ha aparecido en toda la noche, porque estaba entre los invitados a la cena, que ofrece el mayordomo de Ánimas y que, este año, correspondía al padre de Pascualín.

"Tocan a muerto", dicen las gentes. "¿Por quién?" Con el tañer de las campanas, los familiares avisan a todos los vecinos que una persona se ha marchado, definitivamente, de este mundo. La noche de ánimas doblan sin descanso las campanas ¿Por quién doblan las campanas la noche de Ánimas? Por todos los que se fueron. Y suenan durante horas y horas, porque han sido muchos los que se han ido. Ellos contestan con el eco diciéndonos: ¡Hola! Estamos aquí. No nos olvidéis.

¿Y dónde están nuestros fieles difuntos? Allí, de donde viene el eco.

### **Años de nostalgia**



Recuerdo que, cuando éramos jóvenes, íbamos a la fuente del Carril a buscar agua con los cántaros a la cadera; íbamos por la tarde, más bien al atardecer, porque era la hora en que los mozos venían del campo con la yunta de mulas o de bueyes, que se arrimaban al pilón a beber agua, agua sobrante

que la fuente vertía y se utilizaba para abreviar los animales. Nosotras teníamos pozo en casa, pero, para beber, íbamos a buscarla a la fuente, y por otras cosas de juventud. Si, mien-

tras se llenaba el cántaro, no llegaba el que se esperaba, nos volvíamos a casa y tirábamos el agua en la puerta trasera, y dábamos vuelta a la fuente a llenarlo de nuevo, hasta que llegaba el deseado para charlar un rato. ¡Pequeñas picardía!

Cuando entraba en casa, mi madre me preguntaba que cómo había tardado tanto, yo le mentía unas veces, me creía a medias; y otras, se reía con esa sorna que suelen utilizar las madres. Y así iba pasando el tiempo con la ilusión de una joven que sueña y juega a algo que se llama amor y diversión. Nosotras formamos una cuadrilla muy divertida, cuando íbamos al río en el mes de mayo, nos lo pasábamos muy bien lavando y dándonos bromas las unas a las otras, pero siempre esperábamos el momento en que los mozos traían las mulas al prado, para que cenaran, y no faltaba alguno que subía río arriba con la cabezada al hombro, hasta que se tropezaba con la chica, que le quitaba un poco el sueño; allí se pasaba el rato, y rebuscaba entre el hato a ver si quedaba algo en la fiambre de la merienda; pero, en aquellos años, no sobraba nunca nada. Todo era poco y mucho a la vez. Éramos muy listas y, con hambre, no dejábamos nada. ¡Qué ratos más buenos y felices!

Entonces, teníamos mucho respeto a los padres, siempre había que echar alguna gatariña, si querías gozar de un poco de libertad y de jugar un poco a esas cosas que pide la juventud, que casi nunca vuelven. Dentro de ese respeto a los padres entra este relato: yo tenía una amiga (me reservo su nombre), que tenía el novio en la mili y, para que sus padres no se enteraran del delito, le mandaba las cartas a mi casa, y yo se las entregaba ¡Qué alegría recibía la pobre muchacha!

En tiempo de Cuaresma, no había baile. Nos aburríamos mucho. Los domingos, nos íbamos a la eras grandes y jugábamos a la pelota de colorines, hecha por nosotras mismas, y los mozos nos la quitaban, y nosotras les poníamos buena cara para que nos la devolvieran; pero, una vez la teníamos en la mano, les mandábamos a la mierda. Alguno se la llevaba a casa y nosotras íbamos a buscarla, y alguna madre pensaba que íbamos robarle al hijo.

Así era nuestra juventud; baile, cine, paseos, la salidas de misa o el rezo del rosario en alguna casa con motivo de un cabo de año. Nada de veladas nocturnas como ahora...Al toque de oración todo el mundo a casa; se permitía algo más, si te echabas un novio formal; entonces, anhelabas la noche de ronda, que tenía lugar los miércoles y sábados; los novios solían visitar a la novia en casa al toque de la campana de la Virgen, pegaban a la puerta, salíamos a recibirlos y nos quedábamos en el portal, porque, más adentro, no teníamos permiso; las madres, cuando les parecía, sonaban la tenaza o la badila de la lumbre o se paseaban de una habitación a otra, en son de vigilancia, por aquello, (no sé si recordáis), que decía la madre de una amiga: "Los besos no hacen hijos, pero tocan a vísperas".

Y esta era nuestra vida de juventud, hasta que llegaba la hora del matrimonio, gracias a Dios.

**Teresa Blázquez**

## Quiebros



Pedro Cuesta Hernández

*Pedro Cuesta Hernández, nació en Macotera (Salamanca) en el mes de enero de 1934, supuestamente, en un mes frío, que aún ni se adivinaba lo del cambio climático, y el invierno era invierno. Año republicano y convulsivo para empezar en la cosa de la vida, que le llevó por varios lugares de España, para sacar adelante su propia existencia y, después, la de su familia (ya en compañía de Mary Carmen), ejerciendo de periodista.*

*Su vida laboral casi se resume en el trajín con las palabras y con el armazón de los periódicos y revistas más importantes del país en la era predigital.*

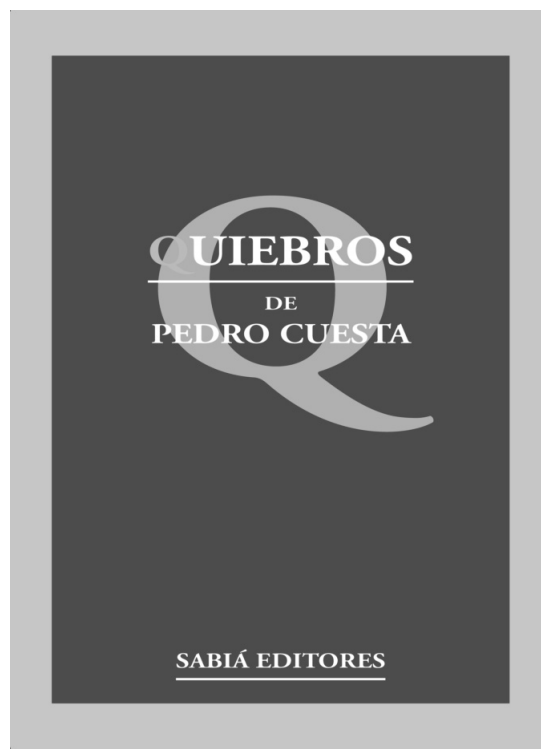
*Se ha pasado la vida escribiendo y escribiendo la vida. Guarda quintales de relatos pendientes de publicar. Le gustan las corrobilas y las tertulias - en muchas ocasiones para escuchar y en otras, para interrumpir -, e insiste en ser raro por el empeño que siempre pone en demostrar que la amistad sigue siendo un remedio inmejorable para luchar contra el colesterol, y, de paso, alargar la vida y convertirla en un poquito medio normal.*

*Ama los huertos y gana el tiempo hurgando en las entrañas de la madera, que, a veces, le cuenta alguna verdad de las cosas".*

Esto dice de Pedro la solapa del libro, que salió a la luz hace tan solo unos días. Un libro, su primer libro oficial, porque ya tiene una importante cosecha de artículos y curiosidades, archivados en cuantos periódicos y revistas, de tirada nacional, en que ha trabajado.

**Pedro, en Quiebros**, ha seleccionado una muestra de sus trabajos, vertidos en los distintos medios, durante su larga y provechosa vida profesional, y los pone a nuestra disposición para que los disfrutemos con sus ironías y con sus sornas intencionadas.

El libro lo puedes comprar en el estanco de Macotera.



### Don Rafa

Caminaba con las manos en la espalda  
 Con sus manos grandes  
 Manos sabias de Hipócrates  
 Manos llenas de vida.  
 Caminaba don Rafa de acto heroico en acto heroico.  
 De recuerdo en recuerdo, de libro en libro.  
 Luchar contra la enfermedad  
 Este podía ser el resumen de su vida  
 Ya sea con bata blanca o pijama de hospital.  
 Luchar, combatirla, vencerla; nunca sentirse vencido.  
 "Yo era poeta", me confesó alguna vez  
 Poeta de verdad no de los de ahora donde todo vale.  
 Poeta de rima asonante  
 Poeta clásico, astuto, sobrio y de verso limpio.  
 Era un poeta de gramática perfecta  
 De versos sencillos.  
 Era un poeta encerrado en un médico  
 Era un héroe encerrado en lo cotidiano.  
 Era un superviviente, un médico de pueblo.  
 "La medicina es la ciencia más humana", me decía alguna vez  
 La medicina para todos, de cabecera, recalcaba.  
 Don Rafa era un médico humano  
 Un médico cercano  
 Un médico de antes en un mundo lleno de ahora.  
 Caminaba con sus manos en la espalda  
 Llevaba chaqueta y una insignia en la solapa  
 Llevaba siempre un poema en la cabeza.  
 "Un poco de amor hacia el doliente es mejor que mil medicinas",  
 Escribió él un día citando a Dostoiewski  
 Lo dicho, un héroe, un poeta, médico de pueblo.

Juan Borrego

## Querida familia

Nací en una familia de siete hermanos; os contaría muchas cosas de aquella querida casa, que ni siquiera tenía sesenta metros cuadrados, pero, con mucho cariño y mucho amor, vivimos todos felices; allí no hubo lujos, pero sí libros que mi padre compraba.

Mis padres se querían y nos enseñaron a querer; por eso, os voy a escribir, sobre todo, lo que me gusta: me gusta la pintura y admiro a los pintores y como reflejan, en sus lienzos, lo que ven; me gusta el campo en todas sus estaciones: sus colores en la primavera, la explosión de las flores y el zumbido de las abejas libando su néctar; también me gustan los cielos azules y los atardeceres cuando el cielo se llena de colores.

Me gusta toda la música clásica, sobre todo, la ópera, la música moderna, la copla.... Cuando un niño toca la flauta o rasga una guitarra, al escucharlo, se convierte para mí en una delicia.

Pero lo que más me gusta es el amor, el gran cariño que he sentido por mis padres mis hermanos; el amor que siento por mí marido y el profundo cariño que siento por mis hijos.

Ya tengo muchos años, sin embargo, se me llenan los ojos cuando veo a mi esposo con el pelo blanco y su andar pesado; ya está muy lejos el día en que le conocí joven, moreno y muy guapo, por lo menos, a mí me lo parecía, y me conquistó; primero fue una ilusión después, con su ternura y cariño, llegó el amor. Nos casamos y vinieron los hijos, y a "luchar por ellos". Fueron años muy difíciles, pues se trabajaba mucho y se ganaba muy poco, pero teníamos para ir viviendo; él, mi marido, siempre renunciando a TODO. Decía que para los hijos y para su esposa, entonces nos demostraba lo mucho que nos quería, y no ha cambiado, sigue igual.

Hemos pasado más de cincuenta años juntos: ha sido una suerte; por eso, me entristezco cuando me dice que le dé la mano; que nos queda ya poco tiempo para estar junto; que él quiere irse primero a esas vacaciones forzosas; que le quedan pocas primaveras para darme la primera rosa, que nace en nuestro jardín (que él cuida para mí).

Ya nos queda poca pasión, pero sí un profundo amor; los dos esperamos, con ilusión, que lleguen los viernes para que vengan nuestros hijos a vernos y pasar el fin de semana con nosotros; y juntos esperamos, con amor, lo que el destino nos tenga reservado.

Con mucho cariño para mis seres queridos y para todos vosotros.

**Rosa Cuesta Sánchez** (Hija de José Manuel (Perines) e Isabel Sánchez (Canillas).

## Fiesta de la Virgen de la Encina



Llega el pobre de mí y las maletas se vuelven a llenar de ropa para volver al tajo; para algunos, llegan unos días, hasta el 31 de agosto, de nostalgia y esperanza; la palabra esperanza es muy bonita, y más, cuando se trata de la fiesta de Nuestra Señora de la Encina. El día 31 de agosto, a eso de las 5 de la tarde, abrí la ermita para empezar a poner guapa a nuestra Patrona, que iba a estrenar manto, una corona y los ocho escudos para las ocho varas de los mayordomos, que bendijo don Rafael antes de la santa misa; poco después, en procesión, se trasladó a la Virgen a la iglesia para su novenario, como es costumbre.

El día 7 de septiembre, con el permiso del Ayuntamiento, hemos querido recuperar la tradición de la antigua luminaria, con un hecho novedoso: el encendido de ocho antorchas sujetas a un tronco de encina, que presidió un acto floral, en el que intervinieron los rapsodas José el Esther, José el Quesque y Antonio Corto, que destaparon el recuerdo de aquella antología poética de la escuela, en la que se hallaba, en su salsa, nuestro paisano poeta y maestro Gabriel y Galán. Los mayordomos obsequiaron al personal asistente con perronilla y refrescos; y el chocolate cerró el acto prolegómeno de la Virgen de la Encina.

El día 8, a las 12 de la mañana, don Rafael ofició la misa; posteriormente, el grupo de dulzaineros "Adobe" abrió el pasacalle hasta la plaza de la Leña, donde nos esperaba la paella; por la tarde, el rosario en la iglesia y la conducción de la Imagen a su ermita. A continuación, la capea de vaquillas. La anécdota llegó presto: Una vaquilla sale del toril, limpia bien la plaza, al comprobar que no había nadie en el ruedo, saltó la barrera en busca de personal, y bien que lo encontró; brotó el pánico, derrotes, revolcones y trabajo para los médicos y enfermeras; pero no faltaron arrestos o agallas en este pueblo; se tiraron a los cuernos y apaciguaron los nervios del animal.

Aprovecho esta carta para dar las gracias a los establecimientos, que han colaborado al convite de la noche del 7 de septiembre: "Bacalaos Bueno", "Supermercado Nieto", "Dehesa de Prim" y el "Hinojal".

**Antonio Sánchez Corto**

## Miedo



A Ana Rossetti,  
que sacó punta al lápiz  
de mi memoria.

Yo, reciente niño. No  
estaba el miedo en  
aquellas noches de

invierno, cuando las luces de las humildes bombillas parpadeaban, como alas de mariposa. Ni en el estruendo rechinar de la madera carcomida de ojos. Ni en el silbido dialogante de la trampa con la bisnera. Ni en la refulgente y suplicante mirada del negro felino ante la blancura del lamido del plato. Tampoco estaba el miedo en los aullidos del viento y de la lluvia contra los cristales de las desvencijadas ventanas. Ni en aquel agujero alunarado en la tarima del techo, donde mi índice rascaba la curiosidad por poder tocar los pies de los fantasmas que poblaban la lúgubre estancia del sobrado.

El miedo estaba en aquel libro de rugosos pergaminos, patinados con excrementos de moscas, abrazado con largas cintas de un color rojo pálido. Mi abuela, sentada en la espadaña de la dicha, y yo en las rodillas de la noche, apoyaba sus manos en el hule de zinc de la vieja mesa, con las lentejas apartadas y el rosario de cuentas, de pétalos de rosas entre sus frágiles dedos.

La luz adormecida del quinqué alumbraba el bruno pañuelo, que cubría la hebra argentífera de su pelo. Debajo de la mesa, reptaban aquellos resacas de sombras tiradas por el suelo. Comenzaba a galopar el miedo, cuando aquellos frágiles dedos desataban, lentamente, la lazada del incógnito libro. Alzabase trémula la cubierta de pergamino y un chirrido de goznes espantaba las insomnes polillas de mis ojos. En la primera página, el deslumbrante artificio de versales letras, como nimbos revoloteantes, iba componiendo el título del tenebroso volumen: "LA VIDA DE LOS SANTOS".

Yo, sumiso al sobresalto y mi abuela con enajenada sonrisa, sumida en un profundo éxtasis y con pausada voz, daba comienzo la lectura del martirologio de todos los santos allí presentes: Lorenzo, Esteban, Justo y Pastor, Águeda, Lucía, Eufemia, ...

Agiografías de espantosas torturas y mis ruegos de no querer tanto suplicio, invocaba a un bondadoso ángel, que detuviera aquel pavoroso martirio; mientras el demonio blasfemaba crueles plegarias, oculto entre los pliegues de hollín y arrugadas morcillas, hechas pasas, colgadas, como exvotos, de la piramidal chimenea.

Ella, con boca de anhelante gloria, continuaba describiendo, piadosa y minuciosamente, castigos ejemplares y horrores virginales que, en el mundo actual, pudieran ser para muchos, acciones verdaderamente deliciosas.

**Jerónimo Salinero.**

## La misa y procesión de san Roque en televisión



Televisión Castilla y León eligió Macotera para celebrar la eucaristía dominical dentro de su programación religiosa. Es todo un acontecimiento, pues Macotera nunca tuvo la oportunidad de exhibir, con tanta proyección, los encantos de su arte, centralizados en el templo parroquial. En esta ocasión, Castilla y León ha tenido la oportunidad de admirar los dos arcos escarzanos de mayor longitud de la arquitectura nacional; la riqueza de sus retablos barrocos, la talla armoniosa y dotada de gran movimiento de la tribuna, el artesanado mudéjar, de gran esbeltez, conjunto recientemente, restaurado; la muestra monumental ha sido lo más sobresaliente y lo más significativo de la emisión televisiva. Completaron el programa la salida de la procesión del Santo y la declamación de la loa por su propio autor, Antonio Hernández.

Solemnizó el acto el coro parroquial, que interpretó la conocida misa de De angelis, con la solemnidad y acoplamiento con que nos tiene acostumbrados.

Parece ser que se publicará la grabación en un Cd. en próximas fechas.

## Defunciones

Francisca Cuesta Jiménez, *Chapilla* (esposa de Pepe Constante).

Rafael López Madruga (esposo de Filo Borrego).

Pedro Rubio Hernández, *Rubio*.

Lorenzo García Bautista, *Berbique*.

Julia Martín Celador (esposa de Alfonso Fachenda).

Diego Oreja Zaballos, *hijo del señor Eladio Oreja*.

Felisa Blázquez Jiménez, *hija de la señora Petra Caloras*.

Melchor Salinero González, *Confitero*.

Matías Jiménez García, *Gumersindo*.

Sebastiana Jiménez Salinero, *Nicanora*.

Natividad González Hernández, *Zapatera*.

Pedro Bautista Bueno, *Ronquillo*.

Antonio García García, *Confitín*.

Ana Lerma García, *hija de Francisco Lerma*.

## El té verde

Después de intercambiar las damas y reinas sus poderes y El té verde se ha convertido en una bebida, cada vez, más popular a nivel mundial, debido a sus poderosos beneficios para la salud. Es, verdaderamente, asombroso lo que el té verde puede hacer por la salud.

- **Cáncer.** El té verde ayuda a reducir el riesgo del cáncer. El antioxidante en el té verde es cien veces más efectivo que la vitamina C y 25 veces mejor que la vitamina E. Este ayuda al cuerpo a proteger sus células del daño, que se asocia con el cáncer.

- **Enfermedades cardiacas.** El té verde ayuda a prevenir enfermedades del corazón y derrame cerebral, al reducir el nivel de colesterol. Aún después de un ataque al corazón, previene la muerte de las células y acelera la recuperación de las células del corazón.

- **Antienvejecimiento.** El té verde contiene antioxidantes conocidos como polifenoles, que atacan a los radicales libres, lo que significa que ayuda a combatir los efectos del envejecimiento y promueve la longevidad.

- **Pérdida de peso.** El té verde ayuda a que el cuerpo pierda peso. Quema la grasa y es un estimulante natural del metabolismo. Puede ayudar a quemar hasta 70 calorías por día, lo que se traduce en 3,17 kgs. Al año.

- **La piel.** El antioxidante en el té verde protege la piel de los efectos dañinos de los radicales libres, que son los causantes de las arrugas y el envejecimiento de la piel. El té verde también ayuda en la lucha contra el cáncer de piel.

- **Artritis.** El té verde ayuda a prevenir y reducir el riesgo de artritis reumatoide. Es de gran beneficio para la salud, ya que protege el cartílago y bloquea los enzimas que destruyen el cartílago.

- **Huesos.** La clave es su alto contenido de fluoruro, que ayuda a mantener los huesos fuertes. Al beber té verde, cada día, se ayuda a preservar la densidad ósea.

- **Colesterol.** El té verde ayuda a reducir el nivel de colesterol. También mejora la proporción de buen colesterol y mal colesterol, reduciendo el nivel del colesterol malo.

- **Obesidad.** El té verde ayuda a prevenir la obesidad al detener el movimiento de la glucosa en las células grasas. Quien siga una dieta sana, haga ejercicios regularmente y beba té verde, es muy poco probable que llegue a estar obeso.

- **Diabetes.** El té verde mejora el metabolismo en relación en relación con los lípidos y la glucosa, y previene de súbitos incrementos en el nivel de azúcar en la sangre, equilibrando el metabolismo general.

- **Alzheimer.** El té verde ayuda a fortalecer la memoria. Aunque aún no se conoce cura para el Alzheimer, el té verde ayuda a ralentizar el proceso de reducción de acetilcolina en el cerebro, que es lo que provoca el Alzheimer.

- **Mal de Parkinson.** Los antioxidantes en el té verde ayudan a prevenir el daño celular en el cerebro, que es una de las causas del mal de Parkinson. Quien toma té verde, regularmente, es muy poco probable que desarrolle esta enfermedad.

- **Enfermedades hepáticas.** El té verde ayuda a prevenir las fallas de transplante de hígado en personas con disfuncionamiento hepático. Los investigadores muestran que el té verde destruye los radicales libres en el hígado grasoso.

- **Alta presión sanguínea.** El té verde ayuda a prevenir la alta presión sanguínea. Beber té verde ayuda a reducir la presión sanguínea al reprimir la angiotensina, que hace elevar la presión sanguínea.

- **Envenenamiento por alimentos.** El catechin que se encuentra en el té verde, puede matar las bacterias que causan el envenenamiento por alimentos, y destruye las toxinas producidas por las bacterias.

- **Azúcar en la sangre.** El azúcar en la sangre tiende a incrementarse con la edad, pero los polifenoles y los polisacáridos en el té verde, ayudan a reducir el nivel de azúcar en la sangre.

- **Inmunidad.** Los polifenoles y flavonoides, que se encuentran en el té verde, ayudan a estimular el sistema inmunológico, fortaleciendo la salud en su lucha contra las infecciones.

### Nota

Curé un buen catarro de garganta con la toma de un vaso de agua, bien caliente, al que añadí medio limón y una cuchara de miel. Dosis: uno por la mañana y otro, antes de acostarme, durante dos días. Al tercer día, estaba nuevo.

### El rincón

#### Lo que queda por hacer del polígono industrial

La otra mañana, nos dimos un garbeo por el sitio que dicen polígono industrial. La entrada ya está cimentada y, siguiendo un camino de roderas, llegamos al fondo: allá se alzan una construcción firme de hormigón (no sé lo que guarda dentro), y una pantalla grande, en la que reza lo siguiente: "Junta de Castilla y León. Consejería de Presidencia y Administración Territorial. Fondo de Cooperación Local. Ayuntamiento de Macotera. Adjudicatario Gómez García e hijos s.l. Fase de urbanización industrial, urb 2. Presupuesto 150.000 euros". Están todos. Todo lo demás, la gran parcela, es un campo amplio de retamas, escobas y hierbajos hasta medio cuerpo. Según sigan las obras sus fases e instalación de empresas, os iremos contando. Los plazos es lo de menos. Nunca es tarde, si la dicha es buena.

D. ....

C/ ..... n° ..... Piso .....

Localidad ..... C.P. ....

Provincia .....