



Forja

nº 45- julio de 2024

AMN
MESA DE TRABAJO POR LOS NAVALMORALES

Boletín de la Asociación *Mesa de Trabajo por Los Navalmorales*
Consejo Editorial: Junta Directiva

Residencia Tomás Costa-Los Navalmorales 50 años de historia



FUNDACIÓN TOMÁS COSTA. 50 ANIVERSARIO

En primer lugar, quería agradecer a la revista Forja y a sus responsables la oportunidad de escribir unas palabras para dirigirme a vosotros, nuestros paisanos.

Como todos sabéis, o todos aquellos que hayáis tenido la oportunidad de pasear por nuestra travesía, este año celebramos nuestro 50 aniversario, tal y como reza el cartel que preside la fachada de nuestra Residencia. ¡¡¡ 50 años!!!...

(Texto completo en el interior).

SUMARIO

Forja

Boletín de la Asociación
Mesa de Trabajo por Los
Navalmorales
Nº 44
Diciembre 2023

CONSEJO DE REDACCIÓN

Amparo Carpizo
Antonio Martín
María Teresa de Castro
Mariví Navas
Teresa Noguera
Pedro Sánchez

EDICIÓN

Pedro Gómez

FORJA

agradece a todos los
colaboradores su aportación
desinteresada, que
contribuye a llenar de
contenido esta publicación.
Los artículos y las opiniones
vertidas en Forja son
responsabilidad exclusiva de
sus autores.

SALUDA del Presidente Antonio Martín.....	Pág. 2 – 3
EMPRENEDORES	4
➤ “Del mar a su mesa”: pescadería Fernández, un lujo en Los Navalmorales	4 – 6
➤ Reimaginando tradiciones por Javier Mansilla Arteaga.....	7 – 10
PERSONAJES	11
➤ José Luis de la Vega Romero, profesor de música en Los Navalmorales	11 – 12
INSTITUCIONES.....	13
➤ Fundación Tomás Costa. 50 aniversario.....	13 – 14
➤ Verano cultural en Los Navalmorales.....	15
➤ Centro de la Mujer de Menasalbas.....	16 – 17
➤ La Semana del Libro en Los Navalmorales.....	18 – 19
➤ CEIP San Francisco. Dificultades de aprendizaje.....	20
RINCÓN DEL ESCRITOR	21
➤ Literatura oral y tradicional. Mariví Navas. Recopiladora.....	21 – 22
➤ <i>VerSOS menguantes</i> . Isidoro Moreno Sánchez	23 – 24
➤ Puerta del Sur. Germán Pinto Recuero	25
➤ De guerras y batallas. Ángeles Calvo Sánchez-Cid	26
➤ El orgullo de llamarse Maravillas en Los Navalmorales. Clemente Arroyo Gómez.....	27
➤ Islandia. Javier Gómez	28 – 33
➤ Ángel Muñoz: nuevo premio de poesía	34
➤ 12 de junio - Día Mundial contra el Trabajo Infantil – Microrrelato. Pedro Gómez.....	35
EXPOSICIONES.....	36
➤ Don Quijote en Los Navalmorales. Mercedes Mencía	36– 38
HISTORIA	39
➤ Los Navalmorales en los archivos. Arsenio Talavera Almendro	40 - 43
➤ Los siete magníficos. Teresa de Castro del Pozo. Amparo Carpizo.....	44 - 46
➤ El cine El Greco y su historia. Flor Illán	47 – 48
➤ Recuerdos de Los Navalmorales (v): el reclinatorio. Luis Valero de Bernabé y Martín de Eugenio.....	49 – 50
EL TRANSPARENTE	51
➤ Los silencios de Jesús (III). Mario González. Párroco de Los Navalmorales.	51 – 52
RUTAS Y NATURALEZA	53
➤ Ruta de “La fuente de los muertos”. Elena Rivera	53 – 55
ASOCIACIONES	56
➤ Asociación La Amistad. Mariví Navas	56 - 58
➤ La Mirada Verde. Álvaro Luna Morales	59
➤ Coros y Danzas Nuestra Señora de la Antigua.....	60
➤ Banda “Pepe Menor”. Christian Garrido, Diego Ruiz Y Rosa María del Puerto.....	61 - 62
➤ La Asociación MENA. Tu asociación amiga. Modesto Gómez	63 – 64
➤ Asociación Mesa de Trabajo por Los Navalmorales: impartiendo arte.....	65 – 66
FIESTAS Y TRADICIONES	67
➤ Pregón fiestas Cristo de la Fuente 2024. Miguel Á. Pacheco del Pino.	67- 69
➤ Fiestas del Cristo de la Fuente, 2024. Himno al Santísimo Cristo de la Fuente.....	70
➤ Alfombras Corpus Christi 2024 – Los Navalmorales	71
VIDA SANA.....	72
➤ One health –Una sola salud. Juan Julián García Gómez	72 - 73
➤ Gestionar el estrés en la madurez: la importancia de la relajación. Rossy.....	74 - 75
➤ ¿Qué ciencia para qué sociedad? Emilio Criado.....	76 – 77
PLANTAS	78
➤ Las plantas: unas buenas compañeras. Teresa de Castro	78
DEPORTES	79
➤ Club deportivo Sports Pusa: Marcos Celada Gómez	79
➤ Campeonato de España de Judo Kata 2024.....	80
➤ La importancia de una vida saludable. Francisco Mencía Bastanchury.....	81 - 82
➤ Temporada acabada. CD Los Navalmorales FS.....	83
NOTICIAS VARIAS	84
➤ Finca La Pontezuela. Miriam Neira	84
CARTAS AL DIRECTOR	85
➤ La piel de plátano. Paloma Nevado.....	85
ANUNCIOS.....	86-90

SALUDA DEL PRESIDENTE

“Miré los muros de la Patria mía, // si un tiempo fuertes, ya desmoronados, // de la carrera de la edad cansados, // por quien caduca ya su valentía...”

Sirva este primer cuarteto del soneto de nuestro insigne Quevedo como introducción a este SALUDA de FORJA, que cumple nada menos que 45 números “sin despeinarse”. Todo un logro que tuvo sus inicios en el verano del año 2001, bajo la dirección de **Arturo Fernández Pacheco** (Alcalde de Los Navalmorales desde 2003 hasta su fallecimiento a finales de 2004) y un Consejo Editorial de lujo, conformado, además del propio Arturo, por **Francisco del Puerto Almazán**, **Pilar García Camacho**, **Germán Pinto Recuero** y la incombustible luchadora **M^a Victoria Navas**, que sigue hoy con nosotros como representante de una generación “Cum Laude” de chicos y chicas comprometidos con nuestro pueblo.

Hoy mi SALUDA se lo cedo a todos ellos a modo de homenaje, recuperando el EDITORIAL de aquel FORJA-1 que ellos titularon “**Esperando a Mr. Marshall**” y que os dejo íntegro a página completa en la hoja siguiente, fotografiada de la revista original. Un editorial que bien se pudiera haber escrito hoy mismo... leerlo y reflexionar sobre el tema, resultará un ejercicio bastante interesante, ya veréis.

Y volviendo al soneto, Quevedo expresa un sentimiento de desazón por el presente y el futuro que, con claros signos de decadencia, abandono y deterioro del orden establecido, bien pudiera extrapolarse a nuestro mundo actual. Las grandes potencias mundiales, dirigidas por líderes ya locos, ya seniles, ya guerreros infatigables (mientras seas tú quien va a la guerra y no ellos, cómodamente dando órdenes desde sus despachos), no auguran nada bueno para los tiempos venideros. La polarización de las sociedades no es un hecho casual: es el resultado de unas políticas que bajo el lema “y tú más”, consiguen enfrentarnos y generar ese guerracivilismo que ya creíamos superado.

RESPETO: Sentimiento que se tiene hacia alguien o algo y que hace que se les trate con atención y cuidado, y que se les reconozca un mérito o valor especial. (R.A.E.)

Quizás algún día, RESPETO se convierta en una asignatura obligatoria en los colegios que, como lengua o matemáticas, en tanto que materias esenciales, sea capaz de inculcar a los más pequeños una forma distinta de relacionarse con el mundo, aprendiendo en un principio a respetarse a sí mismo para continuar respetando todo lo que nos rodea y a todos los que nos rodean. Tal vez podríamos vivir en paz.

Pero bueno, ya está aquí de nuevo Don Verano con sus calores y sus moscas (que, por cierto, ¿cada vez hay menos o es una impresión mía?), pero también con su luz, su alegría, sus días infinitos, sus vacaciones...

Desde FORJA os deseamos que disfrutéis de este verano tanto como seáis capaces de hacerlo, en la playa o en el pueblo, en Alicante o Teruel... Sed felices y repartid RESPETO a raudales allá por donde vayáis.

Y para terminar, una vez más os invitamos a colaborar con nosotros en FORJA, seguro que muchos tenéis mucho que contar a los demás. Escribidnos a: mesa@losnavalmorales.com

Antonio Martín del Río
Presidente



Staff

Consejo Editorial

Francisco del Puerto Almazán
Arturo Fernández Pacheco
Pilar García Camacho
Germán Pinto Recuero
M^a Victoria Navas

Director

Arturo Fernández Pacheco

Subdirectora

Pilar García Camacho

Redacción

Germán Pinto Recuero
Ángela Magán
Carolina Ramírez

Fotografía

Beatriz Serrano

Diseño y producción

BPMO Edigrup
Paseo de la Castellana, 121
28046 Madrid
www.bpmo.es

Depósito Legal

M-36471-2001

Esperando a Mr. Marshall

Como en la famosa y genial película de Berlanga, nuestro pueblo lleva años esperando a Mr. Marshall. Esperar y esperar a ese rico y generoso "americano" que llegue, con sus inversiones, a resolver los problemas endémicos que nos aquejan. Ese "americano", que bien puede estar personificado en la Volvo o en la Mercedes, en Porcelanosa o en Calzados Segarra, en "Textil Catalana" o en "Hierros del Centro". Da igual. El caso es que sea "americano", sea rico y llegue a instalarnos esa Empresa salvadora que proporcione empleo a nuestra juventud y corte la riada de emigración, que lleva camino de no parar.

Lo triste es que, al igual que sucede en la película de Berlanga, el "americano" no parará. No llegará nunca Mr. Marshall.

El problema no se resolverá hasta que nos demos cuenta de que "el americano", el Mr. Marshall de turno, tenemos que ser cada uno de nosotros. No esperar a que "otro" nos resuelva el problema y ser nosotros los que, con iniciativa y arrojo, nos convirtamos en nuestro propio "americano".

Recordemos que cerca del 90% del empleo existente en España, ha sido creado por pequeñas y medianas empresas. Incluso, diríamos, por pequeñísimas empresas de dos, tres o cuatro trabajadores. Empresas familiares, o "cuasi-familiares" que proporcionan empleos a la propia

familia y a su entorno más cercano. Los pueblos cercanos a nosotros, rurales y agrícolas como el nuestro, incluso algunos mucho más deprimidos y pobres, han resurgido, gozan de pleno empleo y, por ende, de mucho mayor nivel económico, gracias al empuje empresarial de sus habitantes. Ninguno ha tenido su "americano". No ha llegado a ellos ningún Mr. Marshall. Han sido sus propios habitantes los que han creado todo un entramado de pequeñas empresas, surgidas de su imaginación, iniciativa y apoyo empresarial. Los ejemplos de lo que hablamos están en la mente de todos.

Es muy ilustrativo del sentir o pensar general de nuestro pueblo, la conversación que mantuvimos el otro día con uno de nuestros obreros de la construcción: se quejaba, amargamente como tantos de nosotros, de que "...aquí en el pueblo nadie crea nada. Nadie monta fábricas ni negocios nuevos. Los ricos del pueblo no invierten en crear empleo. Si esto sigue así, nos tendremos que ir todos: es una verdadera pena, si es verdad". "Y tú -preguntamos- si te toca la primitiva o la lotería, ¿qué fábrica montarías?, ¿qué negocio pondrías?" "¿Yo? -respondió atónito- ¡Ninguna! Me iría a Madrid o Talavera a invertirlo. ¡Este pueblo no tiene vida!"

Ya..., pues muy bien. Seguiremos esperando a Mr. Marshall.

EMPRENDEDORES

“Del mar a su mesa”: pescadería Fernández, un lujo en Los Navalmorales



“Buenos días Fernández, ¿qué has pescado de bueno hoy?”, saludo casi a voces al entrar en el local que Gema y Ernesto tienen alquilado en el 29 de la calle Concepción de Los Navalmorales. Como siempre, me reciben con sonrisa y chascarrillos que intercambiamos mientras dura mi proceso de selección y compra.

Es un local grande, espacioso, que llenan casi diariamente con pescados y mariscos, tanto frescos como congelados, además de diversas “delicatessen” que hacen las delicias de los clientes aficionados al buen yantar. Desde ricos quesos de autor hasta berenjenas de Almagro, pasando por una exclusividad que no se encuentra en ningún centro comercial por grande y lujoso que sea: Las cortezas naturales asadas de piel de bacalao, que me recuerdan a las que hacía mi hermano Isidoro a la lumbre y que no había vuelto a comer. Un aperitivo original y (para mí) exquisito.

Se han prestado amablemente a responder a mis preguntas para incluirlas en el capítulo de emprendedores de FORJA-45, para conocimiento y disfrute de nuestros “millones” de lectores repartidos a lo largo y ancho del planeta.

P.- A mi entender y si se lleva bien, cómo lo hacéis vosotros, la pescadería debe ser uno de

los negocios más esclavos y complicados del comercio. ¿Por qué elegir entonces, insensatos, este complicado oficio? ¿Acaso descendéis de familia de pescaderos o pescadores?

R.- Porque el anterior pescadero se iba a jubilar y nos pareció muy buena idea de ponerla. Ni que decir tiene que no somos descendientes de familia de pescaderos.

P.- ¿De dónde os vino la inspiración para montar una pescadería?

R.- Nos pareció buena idea emprender este negocio pues queríamos trabajar los dos juntos en nuestro pueblo, ya que llevábamos muchos años trabajando fuera.

P.- ¿Cuántos años lleváis ya en el negocio?

R.- Este año cumplimos, el 28 de Junio, nuestro decimotercer aniversario.

P.- Habladnos un poco de vuestros clientes, pues supongo que los tenéis de todo tipo y condición, desde el que viene a por media docena de boquerones hasta restaurantes de la zona, ¿es así?

R.- Tenemos todo tipo de clientes como bien dices. También vienen a nuestra pescadería clientes de los pueblos de alrededor e incluso hay gente de Madrid y Toledo que nos hace pedidos para llevar.

P.- Siempre he oído que Merca-Madrid es el mejor puerto de mar de España, ¿correcto?

R.- Sí Antonio, es el mejor puerto de mar de España porque entra todo tipo de género de toda la costa española y del mundo. De lo bueno lo mejor.

P.- Contadnos cómo es un día normal de vuestro negocio, viajes, preparación, horarios...

R.- Nuestro trabajo es de martes a sábado. Comienzo el trabajo a las 2:00 de la madrugada, que es cuando me voy a Merca-Madrid. Al llegar, recorro el mercado viendo lo que más me interesa, sobre todo con buena relación calidad-precio. Compró y cargo la furgoneta, y sobre las 7:00 vengo de vuelta. Al llegar ya está Gema en la tienda y entre los dos descargamos el género, montamos los tres mostradores que tenemos y colocamos el congelado en las cámaras. A las 9:30 empieza el horario de venta, en este horario despachamos a nuestros clientes cubriendo sus necesidades y dando a cada cliente un trato personalizado. En este horario de trabajo preparamos el salpicón, boquerones en vinagre, preparado de paella, pedidos... según el día.

Nuestro horario de cierre es a las 14:00, y a partir del cierre es hora de recoger, limpiar, desinfectar y aun así algún cliente llega fuera de hora (como tú, por ejemplo) y siempre es bien recibido, ya lo sabes.

P.- ¿Cuántos tipos de pescado soléis vender?

R.- A diario se venden unos veinte o veinticinco pescados frescos diferentes, dependiendo de la temporada. También contamos, por supuesto, con una gran variedad de mariscos.

P.- Seguro que también trabajáis con algunos clientes “bajo pedido”, ¿correcto?

5 R.- Sí, a diario también trabajamos bajo pedido, así damos facilidades a las

personas que por distintos motivos no pueden ir a la tienda.

P.- Las pescaderías en los pueblos como el nuestro son negocios en vías de desaparición, ¿Cuál pensáis que puede ser la causa?

R.- Pensamos que, sobre todo, es la despoblación tan grande que sufren los pueblos. La ya famosa España vaciada.

P.- ¿Cuáles son vuestros competidores más cercanos?



R.- Hace unos meses San Martín de Pusa y Los Navalucillos, pero cerraron y ahora ya es Talavera de la Reina.

P.- ¿Algún miembro de la familia se animaría a continuar vuestro oficio?

R.- No, porque la pescadería de pueblo hoy día es, por desgracia, un negocio en decadencia.

P.- ¿Cuál es vuestro pescado favorito?

R.- A nosotros nos gustan todos, pero si tenemos que elegir nos quedamos con un buen gallo o un buen bacalao, que nos encantan.

P.- Supongo que la pesca con caña no es vuestro deporte más apreciado...

R.- Pues no, aunque resulte irónico jamás hemos cogido una caña de pescar.

P.- ¿Alguna vez en el mercado central os han dado pargo por besugo? (o gato por liebre, como se dice más comúnmente)

R.- No, allí está todo muy bien identificado y es muy difícil que ocurra algo así. Sabes en todo momento lo que estás comprando.



P.- El pescado azul goza de muy buena prensa, ¿notáis que se vende más que otro tipo de pescados?

R.- Sí porque aparte de ser muy saludable también suele ser más económico.

P.- ¿Hay diferencia en sabor (en precio ya sabemos que sí) entre pescado de piscifactoría y pescado salvaje? ¿Se distinguen a simple vista?

R.- Suele haber diferencia, más bien matices de sabor y aspecto. Siempre está más cotizado el salvaje, por supuesto, ya que su alimentación es diferente y natural, aunque los de piscifactoría reciben una alimentación muy cuidada y selecta.

P.- ¿Conseguís quitaros el olor a pescado de la ropa o ya vivís con ello “per sécula seculorum”?

R.- Tenemos mucha higiene en cuanto al aseo personal y de uniforme se refiere, eso unido a la limpieza del local, permite eliminar los olores.

P.- Para ir terminando, os voy a hacer una propuesta deshonesta: Para un día señalado del pueblo (a determinar), en colaboración con el ayuntamiento, preparad una gran “sardinada” a la que, por una módica cuota, nos podamos apuntar todos los que nos encantan las sardinas, ¿os atrevéis?

R.- Eso está hecho. Nosotros estaríamos encantados de que así fuese. Es una idea genial.

P.- Rematadme el estribillo de la canción: Mis sardinitas, qué ricas son, ...

R.- Os las traemos, que ricas son.

P.- No es exactamente así la canción, pero estáis perdonados. Y, por último, aquí tenéis barra libre para hacer un alegato publicitario de vuestra magnífica pescadería y contarnos cualquier detalle que os parezca interesante. Adelante:

R.- Queremos agradecer a nuestras familias, en especial a nuestros padres, por todo el apoyo recibido desde que empezamos a fraguar la idea. Por otro lado, no podemos dejar de mencionar a las personas que nos enseñaron altruistamente y sin conocernos de nada, Javi y Olga, los pescaderos de Polán. Por supuesto, a todos nuestros clientes que cada día nos visitan y, por último, decir que siempre estamos abiertos a todas las ideas y propuestas de nuestros clientes, que sirven para mejorar cada vez más nuestro servicio. ¡Aquí seguimos para vosotros a pie de cañón!



Gracias especiales a la revista FORJA y a ti, Antonio por tener está atención con nosotros de interesarte por nuestro negocio, ha sido un placer. ¡MIL GRACIAS!

... Y dejo a Gema y a Ernesto en plena faena, preparando su local para que esté impecable cada día, bien limpio y abastecido en variedad y calidad para hacer las delicias de los clientes.

Gracias chicos, por traernos lo mejor del mar a nuestra mesa, que os vaya genial y continuad deleitándonos con vuestros buenos productos.

Antonio Martín

Reimaginando tradiciones



Guitarra eléctrica terminada

Se suele decir que una persona no es de donde nace sino de donde quiere morir. A día de hoy no tengo intención alguna de espichar, pero siempre he pensado que, de poder elegir, preferiría que las cenizas de este humilde servidor acabasen bailando al son del viento entre los riscos y las orillas de El Mazo, contemplando los restos de la antigua mina de hierro. Así que con esta barata excusa, un madrileño con un montón de horas de vuelo en Los Navalmorales, se cuela en la revista del pueblo (la mitad de mi sangre es navalmoreña, por si aún alguien le da importancia a esto; y también me he gastado pequeñas fortunas en cortos y botellines en sus bares, para quienes le deis importancia a esto otro, hay donde elegir).

A lo largo de mi vida he tenido la gran suerte de poder desarrollarme en diversas facetas que no vienen al caso ahora, excepto la que nos ocupa: constructor de guitarras eléctricas. Cuando desde Forja supieron que había construido una de mis guitarras, la más especial para mí, con centenarias maderas del pueblo, me pidieron si podría escribir un artículo sobre ella. En realidad, ya

describo gran parte de mis trabajos con detalle en mi web:

www.doppelgangerguitars.com (Creando a Doppelgänger #5) así que poco más puedo aportar. Sería repetirme. Sin embargo, creo que puedo relatarla de nuevo con otro enfoque.

Para quienes no estéis familiarizadas con mi trabajo (entiendo que el 99,100% de vosotras), os hago un resumen rápido, a brocha gorda. Las guitarras eléctricas son instrumentos que se inventaron, hace casi un siglo ya, para resolver ciertos problemas técnicos que surgieron cuando se comenzaron a amplificar a grandes volúmenes las actuaciones musicales. Pronto, estas perdieron su caja de resonancia y se empezaron a construir con un cuerpo de madera maciza, menos sensibles a los acoples que se producían en los escenarios debido a las grandes potencias. El sonido de las cuerdas, por tanto, era captado por unos micrófonos (no exactamente, pero para entendernos), que luego eran magnificados a través de amplificadores y altavoces. Muchas personas piensan que, en las guitarras eléctricas, la construcción y las maderas utilizadas no influyen en absoluto y que su tono es únicamente fruto de su parte electrónica. Aunque este es un antiguo y arduo debate entre músicos y constructores incluso a día de hoy, la experiencia me demuestra que la madera sí influye y mucho. Cuando pulsas

una cuerda de guitarra, esta puede vibrar de muy diferentes maneras dependiendo del soporte al que se encuentre anclada. El ataque, la duración, la atenuación de la nota o el realce de ciertos armónicos... La electrónica va a transmitir todo eso, sí, pero nunca se va a inventar sonidos o matices que no existan. Prueba de ello es que dos guitarras del mismo modelo y fabricadas de la misma manera, no suenan exactamente igual.

Hace bastantes años, leyendo sobre los famosos violines Stradivarius, me topé con un estudio que analizaba cómo la madera iba modificando su estructura interna a lo largo del tiempo, a medida que iba perdiendo su humedad y los restos de resina se iban cristalizando. Y cómo esta evolución en la forma de sus poros y canales internos contribuía no solo a una mayor estabilidad ante cambios de humedad ambiental, sino también a una mejor y más homogénea transmisión de las vibraciones, razón tras la cual (entre otras, como las colas y los barnices), podría encontrarse parte del secreto del tono de los legendarios violines italianos.

Así que cuando conocí el trabajo del luthier estadounidense Rick Kelly, que lleva décadas recorriendo las calles de Manhattan en busca de edificios derribados para construir increíbles guitarrones con vigas centenarias, los huesos de su ciudad, pensé: ¡yo también quiero!

Desde entonces no he dejado de buscar maderas antiguas para construir mis guitarras. Y fue así como una fría mañana de enero me encontré con ellas en un corral cerca del Espartal. Jesús Bazán nos había avisado de que una de sus borras había parido y nos acercamos a conocer a las criaturitas. De las primeras cosas que llamaron mi atención al entrar fue un bonito y antiguo tractor, y calzando sus ruedas, allí estaban: dos cuartones viejos, grisáceos y agrietados. Ay, qué nervios. ¿Cómo podría yo hacerme con ellos? En un primer vistazo, de lejos, era difícil evaluar si esas maderas podrían serme de utilidad. Fue entonces cuando mi socia se me acercó y me dijo en bajito: "Oye, ¿te has fijado en esas maderas?". Pues claro que me había fijado. ¡En mi imaginación yo ya era el Rick Kelly de la comarca de La Jara! Así que preguntamos a su dueño y antes de terminar la frase, nos contestó con un: "¡Pues claro, lleváoslas!" Quienes conozcáis a Jesús sabéis



Cuartones de madera de derribo utilizados

que nos hubiera dado el corral entero si se lo hubiésemos pedido. Es todo corazón.

La antigüedad de una madera es difícil de tasar sin los instrumentos y los métodos adecuados. En este caso, solo dispusimos de la memoria de los implicados, que nos contaban que esas vigas eran de una casa muy antigua que se derribó hacía ya al menos 20 o 25 años. Debemos tener en cuenta, además, que si actualmente se reutilizan algunas vigas, antes era una práctica aún más habitual. Un palo en buen estado se podía aprovechar de una construcción a otra, existiendo vigas aún hoy en servicio con unos cuantos siglos a sus espaldas. La madera es un material asombroso.

Debo confesar mi escepticismo en el momento de cargar en el coche esos cuartones llenos de polvo y con un tufillo a orín de gallina; no estaba muy convencido de que pudiesen servirme. Pero algo me decía que valía la pena probar.



Distintas fases de la construcción de la guitarra

En ese momento me encontraba yo realizando un curso de carpintería en Madrid, y disponía de las herramientas y máquinas de un taller profesional totalmente equipado, así



como de la experiencia de mi maestro. Con su ayuda (o más bien, él con la mía), no fue difícil transformar esos cuartones en un tablero de tres piezas que serviría de base para el cuerpo de la guitarra.

Cierto es que en ese momento aún no construía mis propios mástiles, como hago ahora. Sería interesante en un futuro poder localizar unas maderas de frutales autóctonos en buen estado para construir esta pieza.



El resto es historia ya escrita (que os recomiendo leer en mi web para completar la comprensión de este texto).

Como dije, no es mi intención meterme en aspectos técnicos en este artículo. Fue una suerte dar con esa madera de pino tan antigua, resonante y ligera. De vez en cuando me paso



vigas de madera de derribo

por el vertedero del pueblo cuando se derriba una casa y no siempre se acierta. En dos ocasiones he recogido chopo (muy ligero, pero demasiado blando), y roble (muy duro, pero muy pesado y devorado por las termitas en el interior). Pero también esa búsqueda forma parte de la emoción del proceso. Se admiten donaciones, por cierto.

Total, que esta guitarra ha pasado a ser mi favorita. Desde el momento en que toqué el primer acorde supe que era especial y que se quedaría conmigo. Hay algo en ella que no puedo explicar, pero que me hace elegirla por encima de otras de marcas conocidas y caras, y de las que, por cierto, me he ido deshaciendo

Sí me gustaría detenerme en el aspecto emocional, ya que es una parte importante del valor simbólico de Doppelgänger #5. La guitarra es el instrumento del que se vale el músico para trasladar su visión al plano terrenal. La máxima aspiración de esta herramienta debe ser la de sentirse como una extensión del propio cuerpo del intérprete. De ahí la importancia, a mi entender, no solo de sus especificaciones y medidas, algo obvio, sino también del vínculo emocional con el material que lo conforma. No solo estás tocando una guitarra, esas cuerdas con las que te expresas vibran sobre una madera que ha sido testigo mudo de la historia de tu pueblo.

Lleva impresa en ella el calor del sol del verano, el olor de los campos de trigo y las higueras, el sonido de la lluvia en otoño y el tacto helado de sus mañanas de invierno. El sonido de las risas y los lamentos de nuestras paisanas.

No pretendo engañar a nadie, no soy un particular defensor de las tradiciones, especialmente de aquellas que se desarrollan a costa del daño y sufrimiento de otros seres. Las tradiciones no deberían ser inamovibles mandamientos tallados en piedra. ¿Quién lo ha dicho? Deberían ir adaptándose a las nuevas sensibilidades que vamos adquiriendo como sociedad para que nadie quede fuera. Entiendo, por supuesto, la profunda fuerza emocional que tienen y cómo hunden sus raíces en partes muy viscerales. Afortunadamente, tenemos, en el mal llamado primer mundo, la gran suerte de poder elegir quiénes queremos ser. Creo que hay formas muy saludables para todas de celebrar, disfrutar y honrar el legado de las personas que estuvieron antes que nosotros y que conformaron en gran parte lo que somos a día de hoy. Esta, la de construir instrumentos musicales dando una nueva vida a las venerables maderas que llevan siglos guareciendo a nuestras vecinas en sus hogares, es la mía.

Javier Mansilla Arteaga

PERSONAJES

Entrevista a José Luis de la Vega Romero, profesor de música en Los Navalmorales

Hoy vamos a conocer un poco mejor a José Luis, profesor de música en Los Navalmorales y director de la rondalla Coros y Danzas Virgen de la Antigua, junto con la directora de baile Mónica López.

Empezamos por preguntarle cómo empezó en esta profesión. Nos responde que él es de Toledo y pasaba fines de semana y veranos en Las Ventas con Peña Aguilera, donde vive ahora.

Todo empezó cuando tenía 6 años y le regalaron una guitarra. Recibió clases con ella, primero en el colegio y después en el conservatorio de Toledo.

A sus 14 años ya impartía clases como profesor. Con 17 años salía a los escenarios con su grupo de 40 componentes de todas las edades.

Mientras estaba estudiando, también dirigía los grupos de Coros y Danzas de Orgaz y de Las Ventas con Peña Aguilera.

Por último, finalizó sus estudios en el Real Conservatorio Superior de Música de Madrid.

Además, es licenciado en ADE (Administración y Dirección de Empresas) y tiene un Máster en Dirección y Finanzas. Sin

11 embargo, rechazó participar en la Tuna

de la Universidad y sus viajes fuera de España, anteponiendo en primer lugar los estudios.

Trabajó cuatro años en Madrid en el departamento de contabilidad de la empresa Rodilla conocida por sus sándwiches.

En 2015, Mónica López le llamó para dirigir la rondalla del grupo de Coros y Danzas Virgen de la Antigua. Cuya participación la directora de baile no deja de agradecérselo continuamente. Nos dice que se siente querido y aceptado por lo que se considera uno más de Los Navalmorales, "un chocolatero".

Claramente, a lo que más tiempo dedica es a la música, pero sin dejar de lado su otra carrera. Así pues, alquiló un local en Navahermosa y abrió una academia donde imparte a unos 25



"José Luis y su guitarra"

alumnos clases de matemáticas a chicos de ESO y bachillerato. Prefiere alumnos mayores –nos dice– porque al gustarle la enseñanza le resulta más gratificante ver los resultados.

Con la música trabaja en varios pueblos aparte de Los Navalmorales, Las Ventas con Peña Aguilera, Menasalbas, Gálvez, Noez y Navahermosa.

También ha formado la Agrupación Musical José Luis de la Vega con más de 40 componentes de distintos pueblos de la Comarca de los Montes de Toledo y van a actuar allí donde les solicitan.

Dirige tres grupos de Coros y Danzas en Las Ventas con Peña Aguilera; Menasalbas (Vetas Blancas desde 2000), y Los Navalmorales (Virgen de la Antigua).



Agrupación musical José Luis de la Vega

Para poder hacer todo esto necesita, evidentemente, organizar y cuadrar horarios a principio de curso; de otra forma sería imposible.

Le preguntamos por su vida privada y nos dice que está soltero; que sus hobbies son la pesca e ir al Bernabéu con su bufanda a animar a su equipo favorito, el Real Madrid. Vive por y para la música y la docencia; que está

satisfecho, porque nota que sus alumnos asimilan en general sus enseñanzas.

De cara al futuro trabaja para preparar la Gala de Verano, tratando de innovar el espectáculo musical con el que recorren distintos pueblos, Gala que empiezan ya a preparar cuando termina la de Navidad.

Con los Coros y Danzas de Los Navalmorales, por ejemplo, en Semana Santa van de barrio en barrio por Talavera "quemando al Judas" y, a la semana siguiente, participan también en Las Mondas.

José Luis nos comenta que el interés por la música, en general, no ha disminuido, aunque es verdad que hay menos espectáculos que antes en lo que se refiere a las jotás, a causa de la disminución de las subvenciones. Ahora, las actuaciones se hacen principalmente a través de intercambios. Con el grupo de Menasalbas han salido a Portugal, a Ibiza y a muchas más ciudades de España, al igual que con el grupo de Los Navalmorales.

José Luis, te damos las gracias por el tiempo que nos has dedicado para esta entrevista y por el que nos dedicas con tus enseñanzas, tus capacidades y simpatía.

María Teresa Noguera

Amparo Carpizo

INSTITUCIONES

Fundación Tomás Costa. 50 aniversario



En primer lugar, quería agradecer a la revista Forja y a sus responsables la oportunidad de escribir unas palabras para dirigirme a vosotros, nuestros paisanos.

Como todos sabéis, o todos aquellos que hayáis tenido la oportunidad de pasear por nuestra travesía, este año celebramos nuestro 50 aniversario, tal y como reza el cartel que

preside la fachada de nuestra Residencia.

!!! 50 años!!!

50 años desde que se abrieran por primera vez las puertas de nuestra Residencia haciendo realidad el deseo del Sr. Tomás Costa: dejar en Los Navalmorales este legado tan importante, una residencia de ancianos gestionada por una fundación sin ánimo de lucro, representada por todas y cada una de las personas del pueblo en forma de Patronato.

Una fundación muy funcional, creada exclusivamente para el cuidado de nuestros mayores, los cuales nos precedieron y a los que tenemos que agradecer todo lo que hoy disfrutamos y la calidad de vida que tenemos.

Además de esto, que es lo más importante, se trata de una fundación con una gran

oferta laboral, pues es una de las "empresas", no solo de las más longevas, sino de las que más oferta de empleo genera en Los Navalmorales.

Es esto, precisamente, lo que me hace pensar que, de una manera u otra, todos nosotros tenemos un nexo de unión con la misma: bien por haber tenido un familiar residiendo dicha Residencia, bien por uno que trabaje en ella o, si acaso, por uno que vaya a ser parte de la misma.

Quiero aprovechar estas líneas para agradecer a todas las asociaciones, organismos, voluntarios y agrupaciones que, desinteresadamente, colaboran con nuestra

Residencia por el bien y entretenimiento de nuestros ancianos.

Por tratarse de un año tan especial, nuestro 50 aniversario, me vais a permitir dirigirme a todos los patronos que han hecho posible que lleguemos hasta aquí. Así, y de forma especial, quiero recordar a todos los presidentes anteriores del Patronato, quienes, de forma totalmente altruista, como todos los patronos, luchando día a día contra muchas adversidades, han trabajado juntos, debiendo en ocasiones adoptar decisiones complejas en pro del futuro de la Residencia y de los ancianos de nuestro pueblo. Cómo no tener un reconocimiento para aquellas primeras personas que tomaron el mando de la nuestra Residencia, las Hijas de la Caridad, las cuales hicieron una gran labor.

Y cómo no hacerlo con nuestra gente de hoy, de nuestro presente: desde auxiliares, que han luchado a pie de cañón en una de las peores épocas de nuestra historia, la pandemia, y que hoy continúan cuidando de nuestros mayores; pasando por nuestros empleados de la limpieza, sanitarios (médico, enfermera), y por todos los técnicos, que trabajan día a día, con el único objetivo del conseguir el bienestar de los residentes. Y, sobre todo, quiero destacar al Equipo de Dirección, formado por la Gobernanta, la

Secretaria y la Directora, quienes constituyen el eje principal del correcto funcionamiento diario de la Residencia, y facilitan muchísimo el trabajo del Patronato que represento. A todos vosotros... GRACIAS.

Por último, y como no podía ser de otra



Discurso del presidente del Patronato

manera, deseo enviar un recuerdo especial para nuestros mayores, tanto a los actuales, como a los más de 400 que han pasado por la Residencia en estos años, a los que hemos cuidado, con los que hemos reído, hemos bailado e incluso hemos llorado, llegado el momento de despedirles, como si de un familiar nuestro se tratase.

Que estos 50 años no sean más que nuestro inicio.

Brindemos por muchísimos años más, CON NUESTROS MAYORES...CUIDADOS.

Jesús Manuel Fernández González

Presidente del Patronato

Verano cultural en Los Navalmorales



¿Qué es cultura?

Según el diccionario, cultura es el conjunto de creencias, valores y comportamientos que se comparten en un grupo.

Partiendo de esta idea, y pensando en nuestro pueblo como una comunidad que participa de unos valores y creencias comunes con una idiosincrasia que nos une, un año más, este Ayuntamiento quiere promover la cultura en esta época de verano.

Es un tiempo de vacaciones, ocio y diversión durante el que ofreceremos la posibilidad de disfrutar de diferentes manifestaciones culturales y artísticas, a

través de variadas actuaciones, que abarcan un amplio abanico: desde grupos musicales, bailes folclóricos, teatro, flamenco, hasta la música de nuestra banda.

Quiero recordar que todas estas actividades cuentan con una importante tradición en nuestro municipio, es decir, tienen un importante arraigo y las sentimos como nuestras.

Desde la concejalía de Educación y Cultura os animamos a participar en los actos programados deseando que disfrutéis con entusiasmo y alegría de los mismos.

María Belén García Arteaga

Concejala de Educación y Cultura

Centro de la Mujer de Menasalbas



El Centro de la Mujer de Menasalbas es un organismo público dependiente del Instituto de la Mujer, cuya finalidad es asesorar y orientar de forma gratuita a

las mujeres de toda su demarcación territorial, así como la realización de actividades dirigidas a la población, con el fin de sensibilizar en igualdad y prevenir la violencia de género. Así mismo, el acompañamiento y la información a mujeres víctimas de violencia de género es una de nuestras funciones prioritarias.

En el área rural, donde los roles y estereotipos de género están firmemente arraigados y la desigualdad afecta especialmente a las mujeres, es fundamental la existencia del Centro de la Mujer como entidad de referencia en cuestiones de género. Por ello llevamos a cabo acciones comunitarias, además de las atenciones individuales, con el objetivo de acabar con las discriminaciones que se producen hacia las mujeres en todos los ámbitos de la vida (laboral, social, institucional, política, cultural...).

Nuestra ubicación física está en Menasalbas, pero la demarcación territorial del Centro abarca 20 municipios y sus pedanías, a saber: Campillo de la Jara, Cuerva, Espinoso del Rey, Gálvez, Hontanar, Menasalbas (EATIM Las Navillas), Navahermosa, Los Navalmorales, Los Navalucillos (EATIM Los Alares, EATIM Robledo del Buey, EATIM Valdeazores), Retamoso de la Jara, Robledo del Mazo, (EATIM Las Hunfrías, EATIM Navaltoril, EATIM Piedraescrita, EATIM Robledillo), San Bartolomé de las Abiertas, San Martín de Montalbán, San Martín de Pusa, San Pablo de los Montes, Santa Ana de Pusa, Sevilleja de la Jara (EATIM Buenasbodas, EATIM Gargantilla, EATIM Las Minas de Sta. Quiteria, EATIM Puerto Rey), Torrecilla de la Jara (EATIM La Fresneda), Las Ventas con Peña Aguilera y Villarejo de Montalbán.

De todos estos municipios, además de atender personalmente en Menasalbas, nos desplazamos a 6 de ellos para realizar atenciones también allí. Es una forma de dar cobertura a las necesidades de un territorio tan extenso. Nuestro horario de atención es de 9 a 14 horas y atendemos con cita previa.

El Centro de la Mujer de Menasalbas cuenta con 4 áreas de trabajo que se coordinan para ofrecerles a las mujeres una atención integral:

Área laboral:

Desde el área laboral acompañamos a las mujeres en su búsqueda de empleo, asesorándolas y apoyándolas en sus itinerarios laborales y facilitándoles información tanto de ofertas laborales como formativas. También informamos y asesoramos en autoempleo. Así mismo, realizamos acciones dirigidas a empresas, con el objetivo de que asuman su responsabilidad social corporativa en cuanto al objetivo de desarrollo sostenible relacionado con la igualdad de género. La atención siempre se prioriza a mujeres víctimas de violencia de género.

Área social:

Desde el área social trabajamos de forma individual, grupal y comunitaria, en el acompañamiento a la reinserción social y en la promoción de la igualdad entre mujeres y hombres para erradicar la violencia hacia las mujeres: violencia visible e invisible. Trabajamos en equipo junto a las mujeres, que forman el tejido asociativo, para concienciar y erradicar desde el día a día las actitudes de violencia invisibles: comunicarse de forma ofensiva y/o sexista; controlar, invadir el espacio íntimo, humillar, aislar, chantajear, culpabilizar, traspasar límites, desvalorizar, entre otras. A la vez que, gracias al trabajo en red con dichas Asociaciones de Mujeres, con Ayuntamientos, Centros Educativos, AMPAs, Bibliotecas, Servicios Sociales,

Agentes de Igualdad y Entidades del Tercer Sector (Médicos del Mundo, Punto Omega, Cáritas, Cruz Roja, Cocemfe, OMIC), se apoya la expresión de emociones, se promueve la equidad, se potencia la inclusión y se fomenta la igualdad a través de talleres, actividades socioculturales, participación social y política de las mujeres.

Área psicológica:

El Centro de la Mujer ofrece principalmente información, apoyo y asesoramiento psicológico a las mujeres cuya sintomatología, tras la realización de un diagnóstico psicológico, derive de una situación de discriminación por motivos de género o por violencia machista. Aunque se puede facilitar también apoyo y asesoramiento psicológico en otro tipo de problemáticas.

Además, se da orientación sobre los recursos que en materia psicológica puedan existir en la comunidad y se difunden mediante charlas, talleres, conferencias, etc., temas relacionados con el ámbito psicológico desde una perspectiva de género.

Área jurídica: el Centro de la Mujer ofrece asesoramiento jurídico a todas las mujeres que lo precisen tanto en materia civil: divorcios, medidas paternofiliales, impago de pensiones de alimentos...; como en materia laboral: despidos, modificación de condiciones de trabajo, acoso laboral y/o sexual...; así como en cualquier otra materia jurídica que la mujer precise.

Asimismo, se realiza el asesoramiento en casos de violencia de género y de violencia sexual: se hace un acompañamiento si la víctima desea denunciar en el sentido de enfocarla en lo

Email: centromujermenasalbas@gmail.com

Teléfonos: 925 11 00 08 / 627 54 88 61

importante y en aclararle las dudas que pueda tener. En el caso de que no estén preparadas para denunciar, se las escucha sin cuestionar en ningún momento sus razones.

El asesoramiento jurídico para las víctimas de violencia de género y sexual implica la información de todos los derechos a los que estas pueden acceder como víctimas de violencia de género.

¿Dónde estamos?

- Los lunes: en Gálvez en el antiguo consultorio médico.
- Los martes: en Los Navalmorales en la Casa de la Cultura.
- Los miércoles: en Cuerva en el Ayuntamiento y en San Pablo de los Montes en los Servicios Sociales.
- Los jueves: en Navahermosa, en el Ayuntamiento, y los segundos y cuartos jueves de mes, en San Martín de Montalbán en el Ayuntamiento.
- De lunes a viernes en Menasalbas, donde además atendemos los miércoles por la tarde, de 15 a 17 horas.

Debido a la vasta extensión de nuestra demarcación territorial, también realizamos atenciones telefónicas en situaciones en las que la distancia hace prácticamente imposible la atención personal.

Todas las atenciones están sometidas al secreto profesional, garantizando la confidencialidad de las personas y los datos conocidos a raíz de las actuaciones profesionales.

Las formas de contacto con el Centro de la Mujer de Menasalbas son:

Centro de la Mujer de Menasalbas

La Semana del Libro en Los Navalmorales



Autoridades y público asistente

Como en todos los números impares de esta revista, el mayor protagonismo de las páginas que sus editores ceden a la Biblioteca Municipal va a girar en torno a una fecha: el 23 de abril. Es cuando se conmemora en más de un centenar de países el Día del Libro, sobre todo desde que la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura) aprobó en 1995 la propuesta presentada por el gobierno español para que se estableciera esa jornada como Día Mundial del Libro y del Derecho de Autor. Además de ese “toque nacional”, podemos reseñar que fue el escritor y editor valenciano **Vicente Clavel** quien en 1926 consiguió que en España se celebrara el primer “día del libro” del mundo, entonces en un 7 de octubre; y también fue en nuestro país en donde, en 1930, la fecha pasó a ser la que ha resultado ser la definitiva: 23 de abril.

Ciñéndonos a Los Navalmorales, también aquí queremos ensalzar la efeméride internacional y, por segundo año consecutivo, hemos tenido una programación especial en la última semana de abril. Si el año pasado hubo

cuentacuentos para niños, este año hemos triplicado esta atractiva e instructiva actividad, ya que **Juan Villén**, excelente y reconocido profesional de la palabra, ofreció en la biblioteca tres sesiones seguidas el día 25 para que disfrutasen con sus historias y ocurrencias todos los niños (y los maestros) del colegio San Francisco.



Cuentacuentos Juan Villén

Si en 2023 hubo ruta literaria, concretamente la Quercus, este año, también. En este caso, la Ruta Valhondo, que transcurre por Robledo del Buey, pedanía de Los Navalucillos, y que, como la citada anteriormente, ha sido diseñada atendiendo a las descripciones y a la trama de las novelas homónimas de nuestro tan querido escritor toledano **Rafael Cabanillas**. Lástima, que la pésima climatología de ese sábado, 27 de abril, redujera considerablemente la posibilidad de deleitarnos con la conjunción de naturaleza y literatura de la cercana senda.

Si en 2023 tuvimos presentaciones de libros de autores locales, este año también asistimos a la de Versos menguantes, del navalmoraleño **Isidoro Moreno Sánchez**,

de la que les informamos con detalle en otro apartado de este número de Forja.



Intervinientes en el Día del Libro 2024

Y si en 2023 organizamos un estelar “Homenaje a la lectura”, este año tuvimos una segunda edición que volvió a resultar todo un éxito. El acto, celebrado en la tarde del 24 del 4 de 2024, reunió a más de un centenar de personas en el Museo del Aceite para escuchar con suma atención un breve ensayo de **Irene Vallejo** titulado Manifiesto por la lectura en el que se refiere, de forma muy didáctica y comprensible, los más de mil y un beneficios que esta reporta a quienes la practican, sobre todo si lo que leen es literatura.

Volvieron a presentar el acto **Remedios Martín y Jesús Magán**; volvieron a iniciar la lectura del libro dos niños, esta vez **David y**

Carla; volvió a culminarla **Lourdes**, nuestra emérita bibliotecaria; volvieron a pasar por el micrófono más de 30 lectores entre miembros del Taller de Lectura de la biblioteca, de usuarios de la misma y de representantes de numerosos organismos y asociaciones del pueblo; volvieron a actuar el grupo folclórico local **Aires del Pusa**, el cantautor **Manuel Maestro** y el polifacético **Antonio Martín**; y volvió a ser él quien puso el broche de oro a la ceremonia cantando Leer, canción que compuso el año pasado para este concreto evento y que nosotros hemos rebautizado como El himno a la lectura.

Y como no hay dos sin tres, ya estamos preparando, con el apoyo y colaboración de nuestro Ayuntamiento, la tercera edición del Homenaje, que de nuevo estará precedida y seguida de cuentacuentos, salidas culturales y/o veladas literarias para que la gente de Los Navalmorales sepa que aquí, todos los años se celebra, y por todo lo alto, la Semana del Libro



Lourdes, cerrando la lectura

Arturo Marqués

Bibliotecario

CEIP San Francisco. Dificultades de aprendizaje.

No es tu alumno aquél a quien enseñas, sino aquél que de ti aprende. Maestros Sadilés



Para cualquier tipo de aprendizaje, es necesaria la participación de unas competencias básicas, cuya presencia va a depender de factores tales como: el adecuado desarrollo de los procesos madurativos del niño-a; una experiencia rica y estimulante; y la imprescindible y correcta intermediación de maestros, materiales y respuestas educativas.

Los procesos de aprendizajes básicos permiten al niño la adquisición de aprendizajes posteriores y éstos, a su vez requieren de actitudes y compromisos personales, familiares y sociales adecuados. La evaluación y diagnóstico de las posibles dificultades de aprendizaje, se llevarán a cabo a través de la valoración de criterios madurativos (procesos de atención, percepción visual, motricidad, desarrollo del lenguaje, habilidades sociales...), comprobando que siguen un ritmo de desarrollo adecuado.

También será necesaria, en caso de que esto no se produzca, la detección y evaluación del contexto familiar, social y cultural en el que se enmarcan dichos aprendizajes, pues aquellos ambientes menos motivantes (y motivadores)

contribuirán de manera significativa a dificultar tanto el normal desarrollo de los procesos arriba indicados, como la adquisición de aprendizajes previos sobre los que se asienten los nuevos contenidos.

Sin embargo, no es suficiente con buscar las causas de los déficits; tampoco lo es el que seamos capaces de detectarlos y evaluarlos. Además debe existir una respuesta educativa apropiada que parte de: 1) La formación de los profesionales que trabajan día a día con estos niños-as; 2) La capacidad para poner en marcha las actuaciones dirigidas a compensar esas dificultades; 3) La adecuación de estrategias metodológicas y de contenidos curriculares, partiendo del nivel de competencia curricular del alumno; 4) La suficiente provisión por parte de la administración, de recursos materiales y, sobre todo, personales para la atención a los niños que así lo precisen.

Esta es la realidad del día a día en nuestro centro. La progresiva reducción de alumnado y, en consecuencia, de profesorado, se contrapone el continuo aumento de las necesidades educativas por dificultades en el aprendizaje. La categorización de nuestro centro como “de difícil desempeño” no es baladí.

Gracias a todos los docentes por vuestro esfuerzo y profesionalidad.

RINCÓN DEL ESCRITOR

Literatura oral y tradicional

Traemos hoy a las páginas de *Forja*, con el objeto de recuperar la literatura popular de Los Navalmorales todavía desconocida un par de poemas. El primero, de una serie de tres, ha llegado a nuestras manos gracias a los papeles guardados por Carmelo García. Fue escrito por Jenaro García Iglesias en 1894 y renovado por su nieto Francisco Almazán García, en julio de 1930 e impreso en Toledo en ese mismo año. El segundo, las *Coplas de la Pavera*, en el género que se entiende literatura de cordel, se lo debemos a la buena memoria de nuestra paisana Silvina García.

VIDA DE DOS AMIGOS

JENARO GARCÍA Y MARIANO ALMAZÁN
ROMANCE

VIAJE DE DOS AMIGOS A TOLEDO

Estando yo un día en mi casa
a mí me dijo Mariano,
yo pienso hacer un viaje
¿vienes conmigo Jenaro?

Y yo le dije, amiguito:
¿dónde vamos a parar?
pues nos vamos a Toledo
que yo me quiero casar.

Emprendimos el viaje
con buena bota de vino
siete veces la llenamos
mientras que duró el camino.

Ya llegamos a Toledo
donde vamos a parar
en una casa (cualquiera)
nos podemos hospedar.

Y aunque nos costó dinero
y esto no sirva de broma
lo pasamos muy alegres,
pues eran buenas patronas.

Me rompí los pantalones
y fue de tanto bailar,
pues podrán darse una idea
de lo que pude bregar.

Por no ir con el culo roto,
mandé poner un remiendo.
Ellas lo pusieron blanco
y el pantalón era negro.

Me quise traer una niña
y ella lo halló conveniente;
pero no tenía dinero
“pa” cubrir el expediente.

El expediente señores
yo se lo voy a explicar,
y es que me dijo la dueña
que debía una cantidad.

La cantidad que debía
era diecinueve duros,
que lo dijo la patrona
por eso yo lo aseguro.

Era una hermosa muchacha
simpática cual ninguna,
y el nombre de guerra que usa
es Magdalena Laguna.

A las novias no las vimos
pues ya podrán comprender,
que el tiempo que allí
estuvimos
lo empleamos en ... beber.

Estuvimos trece días,
buscando novias y aprisa,
si no venimos tan pronto
allí queda la camisa.

Ya salimos de Toledo
nos pusimos a pensar
esta vida no es muy buena,
nos tenemos que casar

Y llegamos a una venta
echamos vino en la bota
no volvimos a acordarnos
ni de esta ni de la otra.

A Navalmoral llegamos
con mucha felicidad,
esgarrados y sin cuartos
y con algo que rascar.

El viaje a Toledo
señores ya se acabó.
Porque ya estamos casados
y se ha acabado el humor.

COPLAS DE LA PAVERA

Cantadas por Silvina García García (92 años) en mayo de 2024

Nuestra paisana las aprendió de unas octavillas que compró su madre y las cantaba cuando iba a la aceituna. Según Silvina el autor sería Agapito Aragón Arteaga. Con música del famoso villancico *Los campanilleros*. La fecha probable de la composición sería los primeros años 30 del siglo pasado.

Señores lamento el hecho que
que en todas las partes causa indignación
porque caso como este presente
jamás en la historia nunca se encontró
y causa dolor.
Ver a un niño arrojado al arroyo
que recién nacido su madre dejó.

En el pueblo de Navalmorales
el 11 de octubre del año “pasao”
que se encuentra un niño en el arroyo
cubierto de harapos estaba “tapao”
¡tened corazón!
Y aprended siempre a ser buenas madres
no cometáis nunca esta mala acción.

Una joven que estaba sirviendo
y a eso de las once bajaba a lavar
y ella a todo estaba resistiendo
y entre los olivos se quiso ocultar
y allí alumbró
y a un hermoso niño desgraciado
que le hizo la madre y apenas nació.
Entre harapos le dejó escondido
entró en una casa y los engañó
diciendo que un aborto he tenido
mas ella en su casa no lo consintió.
Y ella se marchó
por el sitio de los Chaparrales
al sitio de Herrera y allí se paró.

Unos niños que estaban jugando
sitio de Callejas y al pie de un zarzal
se acercaron y enseguida vieron
que lloraba un niño y allí sin pensar
causa admiración

porque ignoran quién era la madre
que para dejarle tuvo gran valor.

Un obrero por allí pasaba
le llaman los niños y enseguida va.
Se horroriza de ver ese suceso
y va a dar parte a la autoridad.
Pero quiso Dios
que enseguida las gentes supieron
quién era la madre de esa mala acción.

Los Civiles por todos los sitios
buscan a la fiera sin poderla hallar.
Y después de dar vueltas y vueltas
al sitio de Herrera la encuentran “sentá”
no podía más.
Y enseguida la llevan en un auto
y al ayuntamiento para declarar.

Y no niega que era su hijo
y en el calabozo la quieren encerrar,
mas al no encontrarse en condiciones
y a los dos llevan a una “posá”.
Permanecerán.
Y hasta encontrar algo mejoría
lleven a Toledo a la maternidad.

Jovencitas que acudís al baile
divisando orgullo y honestidad
que el suceso sirva de escarmiento
y a todas las hijas de Navalmoral
y un consejo “sus” dá
el autor de estos versos escritos
y a todas se une un amor maternal.

Mariví Navas

Recopiladora

verSOS menguantes

Isidoro Moreno Sánchez

Profesor en la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad Complutense de Madrid, formado, además, en Fotografía, Cine y Radio, ha sido asesor y creador de siete museos hipermedia, como el Museo del Libro de la Biblioteca Nacional, y de más de veinte exposiciones interactivas, como

125 años soñando caminos para Unicaja de Málaga.

Nuestro paisano es guionista y realizador de cortometrajes y anuncios publicitarios para varias empresas. Su primer corto profesional, *Retratos en el retrete* fue protagonizado por Luis García Berlanga y José Sacristán, montaje de Pablo del Amo, técnico habitual de Carlos Saura o Víctor Erice.

Isidoro es además autor y coautor de diversos libros y de infinidad de artículos de la especialidad, así como conferenciante por Hispanoamérica y Estados Unidos, en cuyos países ha realizado estancias de investigación en sus universidades. Por cierto, ya tiene en prensa otro poemario, *Perdido entre versos*. En su vertiente de navalmoraleño empeñado en su tierra y en sus gentes- recordemos su breve carrera como cantante en el grupo local Nuevo Tráfico en los años 70-, ha recopilado *Escrito en la memoria. Coplas y romances populares de Los Navalmorales*, cancionero inédito de nuestro vecino, el poeta popular Doroteo Martín del Pino, el tío Caserilla, fuente de inspiración para Isidoro, juntamente con el legado recibido de su madre, “maestra de coplas”.

Hace algún tiempo, Isidoro elaboró el Plan Museológico y Museográfico Transmedia para nuestro pueblo, y se lo ofreció a la Asociación de Amigos-Voluntarios del Museo Etnográfico de Los Navalmorales (MENA), entidad que lo publicó en 2021 en su libro *De ti y para ti. Tus raíces en tu Silo*.

Es colaborador habitual de la revista *Forja* donde ha recopilado, entre otras, las inscripciones populares de las lápidas de nuestro cementerio y ha dado a conocer fotográficamente, sendas, rutas, caminos y veredas. En fin, que Isidoro Moreno está siempre disponible para echar una mano en todo aquello que sirva para valorar la cultura de Los Navalmorales.

Mariví Navas

Presentación del libro
verSOS menguantes



de Isidoro Moreno
Sánchez



Presentan: M^a Victoria Navas y Jesús Bermejo

Biblioteca Municipal
de Los Navalmorales
Viernes, 26 de abril
18:00 horas



En la Biblioteca Municipal de Los Navamoraes, el 26 de abril de 2024 tuvo lugar la presentación de *verSOS menguantes*, de Isidoro Moreno Sánchez, con una notable asistencia de vecinos, familiares y amigos del autor. Coordinó el acto María Victoria Navas, que informó del itinerario profesional del autor. Después, Isidoro fue dando a conocer de forma amena su libro: proyectó imágenes, contó algunos pormenores de su elaboración y leyó algunos poemas. Jesús Bermejo hizo una breve exposición de sus impresiones acerca del poemario. Por último, hubo un animado debate entre el público y el autor.

Isidoro, biografía y obras

Isidoro Moreno Sánchez (1954) nació en Tierra Toledo. Y su tierra, como veremos, le tira y mucho.

Los tres pilares de *verSOS menguantes*

Mi primer contacto con el libro *verSOS menguantes*, de Isidoro Moreno Sánchez, fue cuando lo presentó en la biblioteca Eugenio Trías de Madrid hace un par de meses. Isidoro atendía a todo el mundo, verificaba que los aparatos funcionaran, conversaba con los amigos y familiares más cercanos y sonreía. En cuanto empezó el acto, la inquietud previa dejó paso a una persona tranquila, que iba transmitiendo al auditorio el contenido de su libro de una forma sencilla y atractiva. *verSOS menguantes* es una colección de poemas acompañados de sendas fotografías. Isidoro iba mostrándonos algunos de ellos, llevándonos casi de la mano, como sin darse importancia. Cuando terminó la presentación, todos le aplaudimos agradecidos.

En mi opinión, *verSOS menguantes* se asienta en tres pilares: sinceridad, emoción y sabiduría.

Sinceridad: Porque el poeta elige retazos de su vida en los que se le observa disfrutando, sufriendo, trabajando; una sinceridad hecha de palabras que emanan de la verdad, una verdad que se manifiesta con naturalidad.

Emoción: Porque los poemas y las fotografías nos transmiten alegría, dolor, tristeza, rebeldía, amor; emociones expresadas de una forma contenida, como sin querer llamar la atención, con un pudor que a veces se tiñe de humor fino.

Sabiduría: Porque por debajo de una aparente sencillez está la experiencia de toda una vida, que empieza en un jergón de paja, pasa por muchos mundos y se condensa en este poemario.

El propio título, *verSOS menguantes*, contiene las tres características, y además intenta jugar con los lectores como pidiendo socorro con un SOS en el título. Pero en el libro no se pide socorro; más bien es al revés: al componer cada poema y cada fotografía, el poeta responde a esa llamada de socorro.

El título del libro también contiene otro juego. Al lector le llama la atención el adjetivo del título: *menguantes*. Efectivamente, según se avanza en la lectura, el número de versos de los poemas va menguando, pero la intensidad del contenido va creciendo. Hasta llegar al final, cuando se nos dice:

Y estos versos menguantes desembocan
en la misteriosa página en blanco.

Isidoro nos ofrece 77 fotografías y 77 poemas. Y, con mucho conocimiento, ha preferido trasladar al índice del libro la información que podría haber puesto en cada pie de foto. De esa manera, los poemas y las fotografías dialogan entre sí, y dan pie a que el lector construya un contenido que aúne palabras e imágenes sin interrupciones.

En *verSOS menguantes*, el autor toca temas muy variados, pero a todos los poemas les unifica una conciencia cívica, sustentada en unas raíces que nunca han caído en el olvido, una ética en la que brilla la justicia, la solidaridad y la alegría de vivir.

Debemos darle las gracias a Isidoro, por ofrecernos este libro tan bien escrito y con unas fotografías tan excelentes. Y también por venir al pueblo a presentárselo a los amigos y paisanos de Los Navalmorales.

Jesús Bermejo

Puerta del Sur

El iris se confunde
con rumores de piel, y los silencios
estrangulan la luz de los andenes,
su túnel de hormigón entumecido,
por toda la ciudad.

En la estación confusa se amontonan
arcángeles de limo
y desayunan
su miedo en envoltorios
de papel celofán sin cafeína.

Un nudo de contornos y cantiles
aguarda su vaivén y su destino
al lado del riel en el que crecen
nigromantes de prisas suburbanas.

Periódicos y radios genuflexos
esperan sin pasión en las rodillas,
buscan entre las hojas y diales
las conciencias impresas y los mitos
desde el vagón de un tren congestionado.

Matronas sin abdomen
desandan con susurros
de teta y biberón en los peldaños,
se funden en panal de guardería,
acurrucan en labios y pasillos
dulzor de carricoches sonrientes.

Murales que congelan
en plástico y neón sus atuendos,
su color luminoso entrelazado
con licra de mensaje subcutáneo,
diseñan a tizón en la retina
y en la geometría de las tapias
su nimbo de almonedas.

Amanece.

Germán Pinto Recuero

De guerras y batallas



Hay guerras que se combaten solas, no precisan ejército alguno, solo cuenta tu valor, tu persona, guerras lideradas por un solo soldado.

Hay batallas que vienen a ti por sorpresa, de frente, directas, implacables, son las batallas que lidera la vida, desconociendo el alcance de los daños, poniendo a prueba tu resistencia. Hay batallas personales, luchas internas que te retan, te prueban, te desarman, sin saber si uno saldrá victorioso, o por el contrario permanecerá doblegado ante la oscura indecisión.

La guerra del olvido, que con gran sutileza devora todo a su paso, invadiendo cuerpos, derribando recuerdos, creando el vacío, cubriendo la noche con un frío y espeso velo negro.

Hay batallas que lidera la tristeza, la añoranza y la melancolía, batallas que calan hondo, que penetran en el propio ser, en un intento por rescatar otros días, otros rostros, otros sueños, otros tiempos.

Hay guerras que se lideran con flechas cargadas de tinta azul, palabras de ánimo y esperanza, de corazones al descubierto, de buenas intenciones y mejores actos.

Esa es la batalla que debes liberar, superándote día a día, donde cada esfuerzo te haga crecer, que te levante una y mil veces y te conduzca siempre a ser la mejor persona que lidera en ti.

Ángeles Calvo Sánchez-Cid

<https://arquerazen.blogspot.com>

El orgullo de llamarse Maravillas en Los Navalmorales



*Santísimo Cristo de Las Maravillas
Los Navalmorales*

A principios del siglo XVII los marqueses de Malpica donaron al pueblo de Navalmoral de Pusa la imagen de un Cristo al que se le pasaría a conocer posteriormente como el Cristo de Las Maravillas. Ya fue en el año de 1693 cuando, reunidas las autoridades locales y contando con el sentir popular del pueblo, acordaron que sería el Santísimo Cristo de las Maravillas el patrón del municipio y la fecha para celebrarse, como día máximo festivo, el día 14 del noveno mes del año.

Desde entonces debemos de suponer que se hizo costumbre local y orgullo para las familias poner a los niños varones nacidos en esa fecha, o fechas próximas, el nombre de Maravillas.

Ya sabemos que en otros lugares esto ya se daba. Es costumbre popular poner el nombre del patrón o la patrona a los nacidos en esas fechas de celebración o fiestas locales. En Tarancón, por ejemplo, existen muchas mujeres llamadas Riánsares debido a su patrona Nuestra Señora de Riánsares; en Villanueva de la Jara (Cuenca) encontraremos hombres y mujeres llamados Nieves debido a su patrona la Virgen de las Nieves; así mismo en Navahermosa, más próximo a nosotros, tenemos a las Rosarios, en Toledo a las Sagrarios, en Talavera de la Reina a las Prados.

en nuestro pueblo ya había niños que correteaban por sus calles y se llamaban Maravillas.

Debiéramos de investigar bien en la hemeroteca tradicional o digital para poder sacar algún dato de jóvenes o adultos llamados Maravillas. Sabemos de las últimas generaciones, nacidos en el siglo XIX y que vivieron a lo largo del siglo XX; otros lo hicieron a principios o finales de la pasada centuria.

Tenemos a dos Maravillas Márquez, coetáneos y creo que no de la misma familia. Uno de ellos regentó durante un tiempo un supermercado “Supermercado Maravillas”, anunciado en el libro de ferias y fiestas de 1971: también tenía piensos para ganado en otra dirección, según me cuentan.

Otros Maravillas se dedicaron a las labores del campo o la ganadería o tuvieron diferentes oficios; otros también tuvieron que salir del pueblo para buscar trabajo y nueva vida en otros lugares. Pongamos por ejemplo a Maravillas “Soplacañas” fallecido no hace mucho tiempo. No me podría olvidar de Maravillas Arroyo, artesano de la madera, carpintero de profesión, que estuvo en la escuela de artes y oficios y enseñó la profesión a otros principiantes del pueblo. Aún podemos ver parte de su obra en forma de puertas si nos pasamos, por ejemplo, por la calle de la Iglesia, casa de la familia Garayalde, donde se aprecia en relieve el año que fue construida, 1932. También hizo la puerta del Casino y otra que aún existe en la plaza de la Constitución, la plaza que nació conociéndose popularmente como de los toros.

En fin, que Maravillas ha habido siempre, que ha habido muchos. Se me viene a la cabeza otro que llamaban Maravillas “Panta” y que a buen seguro hoy estaría entre los 130 años o el siglo y medio de su nacimiento.

Hoy tenemos también un Román Maravillas que reside en Talavera de la Reina; y en el mismo pueblo contamos con Maravillas Almendro, ya jubilado, y junto a él el más joven de todos (esperemos que no sea el último en llevar el nombre de nuestro patrón local), el joven Maravillas Rodríguez Fernández.

Desde el año de 1693, siendo rey Carlos II y Papa Inocencio XII, entenderemos pues que

Clemente Arroyo Gómez

Islandia

Para Mario Gómez Geisler, el mejor compañero de viaje.

Nunca creyó que el hecho de jubilarse mereciera premio especial alguno. Pero así se lo plantearon y así lo aceptó. La cuestión consistía en señalar, por la razón que fuera, el sitio al que más le apetecería viajar: una ciudad cosmopolita, algún país singular o remoto, una región específica o algún lugar que, por lo que fuera, más deseara visitar... En definitiva, que tenía que elegir destino para un viaje en compañía de su hijo, promotor de esta iniciativa del premio especial. La respuesta fue Islandia.



Mapa de Islandia

Tal vez, para encontrar las razones de esta elección, hubiera que remontarse a la nebulosa edad de la infancia, hasta las llamadas entonces *escuelas de arriba*, cuya precaria dotación se reducía a una *grandeza de espíritu nacional* puramente simbólica, puramente representativa, pues amén de los pupitres y una estufa de tubo (alimentada en invierno con pezón y cáscaras de almendra) emplazada por defecto junto a la mesa magistral, la dotación docente se resumía a un crucifijo en el centro, sobre la pizarra, y sendos retratos a sus costados: el primero, del

Generalísimo Franco y el otro, de José Antonio, fundador de la Falange. También había dos mapas de hule colgados en la pared: uno, de España y el otro, de Europa. En estos mapas, antes de la aparición del maestro, se entretenían los muchachos en jugar a buscar las capitales de los distintos países, con clara preferencia por aquellas más exóticas o enrevesadas de pronunciar: Copenhague, Helsinki o Reikiavik. Ahí nació su primera idea de Islandia: una isla encaramada en lo más alto del mapa, poco menos que metida casi en el Polo Norte, con la capital más septentrional de toda Europa. Y de este modo, la guardó en su imaginario hasta el día en que vio por televisión algo de alcance mundial sucedido en Reikiavik. En esa escena, un hombre joven, con traje y corbata, aparecía por una puerta en una sala sin decoración. Una sala aséptica en la que lo esperaba otro hombre sentado a una mesa. Después de un saludo protocolario, correcto, pero sin entusiasmo por parte de ninguno de los dos, el hombre joven se sentaba también a la mesa en la que esperaba dispuesto un tablero de ajedrez. Se trataba del más tarde denominado *Juego del Siglo* (Campeonato Mundial de Ajedrez de 1972, jugado en Reikiavik del 11 de julio al 31 de agosto) entre el campeón ruso, Boris Spasski, y el aspirante norteamericano, Bobby Fischer.

Un Campeonato jugado en mitad de un verano seguramente caluroso, pero que él guardaba en su memoria como congelado, como esas imágenes gélidas que traslada el cine mudo a pesar de su comicidad plástica. Porque aquellas imágenes las vio en la televisión, todavía en

blanco y negro, del antiguo bar Colón, con sus mesas de mármol blanco, sus luces fluorescentes y aquella chaquetilla, también blanca, del carpintero Deogracias, quien redondeaba su sueldo haciendo extras como camarero en el bar Colón los fines de semana, con una bandeja de metal en alto para salvaguardar las consumiciones solicitadas por los parroquianos, apostados sobre las mesas que cada tarde de domingo se llenaban de jugadores para *echar una partidita de cartas* (tendencia mayoritaria), de dominó o incluso de ajedrez que, con la cobertura mediática de aquel mítico Campeonato en Reikiavik, desató una fiebre inusitada por este juego en cualquier rincón del Mundo. De aquella época databa precisamente su iniciación autodidacta en el tablero, jugando con otros amigos de su edad. Recordaba, por ejemplo, que Jose el Picapedrero, viéndolos jugar, les explicó en qué consistía comer al *paso*.

Y además estaba la lectura de Julio Verne, con su soplo incesante de fantasía: *Viaje al centro de la Tierra*. Pues aquel viaje, aquella bajada al centro de la Tierra, se producía en Islandia, a través del cráter del volcán Snaefells, dormido desde 1219, fecha en la que se produjo su última erupción. Precisamente, como los personajes de la novela de Julio Verne, por esta península comenzarían ellos su propia aventura de recorrer la isla, siguiendo las agujas del reloj, pero apartándose a voluntad de esta carretera N1 (1320 Km) que circunvalaba la isla, de una extensión similar a la comunidad de Castilla-León.

Habían volado desde Frankfurt a Keflavik, el aeropuerto de Islandia, a unos 50 Km al sureste de la capital, con dos horas de diferencia horaria. Muy cerca del aeropuerto, en unas casernas de

29 la antigua base militar americana

reconvertidas en hotel, pasaron la primera noche, si puede llamarse noche a una especie de atardecer perpetuo. Al día siguiente, durante el desayuno, un grupo de españolas se hacía notar por sus voces. Por la pegatina que llevaban, su hijo reconoció el logotipo de una agencia de viajes especializada en formar grupos por franjas de edad para viajar. “Tú pones la mochila y nosotros, los amigos” -rezaba su eslogan de promoción-. “¡Hambre no hemos pasado!”-decía una de aquellas chicas a sus compañeras, mientras daban cuenta del desayuno-.

El punto para recoger la furgoneta se encontraba a pocos pasos del hotel, por este motivo lo habían elegido. Primero pasarían a recoger la furgoneta y luego volverían con ella para cargar el equipaje. Les atendió una joven islandesa muy simpática y amable, que pacientemente les explicaba todas y cada una de las condiciones del contrato, a la vez que no dejaba de intercalar recomendaciones útiles para un mejor aprovechamiento del viaje y una feliz vuelta alrededor de la isla. En un momento, establecida ya cierta confianza, la joven hizo la observación de que se parecía muchísimo a un actor. “¿No se lo habían dicho nunca?” “¿Un actor?” “¡Sí, Christian Clavier!”-respondió ella-. Entonces, un matrimonio francés que aguardaba su turno detrás de ellos manifestó que este actor, fuera de Francia, era poco conocido. Así descubrió que aquella joven tan simpática y amable, a la que su imaginación había ido adornando con las virtudes y características más genuinas de Islandia, era en realidad francesa.

De este modo, su aventura islandesa comenzó por la península de Snaefellsnes, bajo la omnipresencia del volcán del mismo nombre, aquél por el que el testarudo catedrático de

Mineralogía, profesor Otto Lidenbrock, su sobrino Axel y un guía islandés llamado Hans se introducían, a través de su cráter, con intención de alcanzar el centro de la Tierra. De aquella lectura juvenil, vagamente recordaba que los protagonistas bebían “agua ferruginosa”. Lo recordaba porque a él le sonó mal este detalle, pero -según Julio Verne- estas aguas resultaban no sólo saludables, sino beneficiosas para su consumo. Y el otro recuerdo de aquella lectura había sido la imagen de alguien visto a lo lejos por los protagonistas. Alguien de rasgos humanos, pero de unas proporciones desmesuradas. Una especie de Polifemo arcaico, un *gigante mayor de doce pies*, pastoreando mastodontes como si fueran ovejas, en un *paisaje de épocas ternarias o cuaternarias*. Un paisaje oculto nada menos que en el interior de la Tierra. Lo que apuntaba a esa posibilidad inquietante de mundos subyacentes dentro del nuestro.

Porque, a su deseo de visitar Islandia, además se había añadido el deseo de un viaje a lo largo de carreteras solitarias e interminables, con destinos sólo sujetos a la voluntad de cada uno. Naturalmente, estas carreteras no eran las autopistas de una *road movie*, de una de esas películas americanas que llenaban de asfalto la imaginación, mientras los protagonistas atravesaban desiertos enteros sin inmutarse. No. No era eso. Pero ahí estaban esas carreteras islandesas, rodeadas de una soledad telúrica de belleza sobrecogedora. “Piensas que el paisaje que estás viendo es tan bonito que no podrás olvidarlo nunca, pero de repente te das cuenta de que ese paisaje ha cambiado por completo y tú sigues teniendo la misma sensación de no olvidar nunca lo que estás viendo, aunque ya sea otra cosa

diferente”-observó en algún momento su hijo y tenía razón, porque se trataba de una sucesión de paisajes sobrenaturales, de una tierra geológicamente joven, todavía adolescente, en formación-.

Y estas tierras
bravas, indecisas
todavía, en
transformación,
guardaban dentro
de sí historias
fabulosas y
terribles de la
época de la
colonización,



Iglesia luterana de Búdir

llevada a cabo por colonos escandinavos, muchos de ellos proscritos en busca de una nueva oportunidad, como Ingólfur Arnarson, quien huyó de Noruega y se instaló en el año 874 en un lugar al que llamó Reikiavik (Bahía humeante), por el vapor de sus fuentes termales. Había llegado hasta allí siguiendo el ritual pagano de arrojar unas pilastras de madera (símbolo de autoridad) al mar, cuando avistaban nuevas tierras. Los dioses se encargaban de dirigir esas pilastras hasta el lugar propicio para establecerse como granjeros. Hjörleifur, hermano adoptivo del anterior, se asentó cerca de la actual Vik, pero un año después fue asesinado por sus esclavos. Sagas de tradición oral, contadas y repetidas de granja en granja durante la noche polar del invierno islandés que, al ser puestas por escrito (s. XIII), dieron origen a la novela, según Borges. Sagas como la de *Egil Skallagrímsson*, poeta cortesano, asesino precoz (comenzó a los siete años) y guerrero vikingo que salvó su cabeza gracias al recitado de una composición

improvisada durante la noche anterior a ser ejecutado, lo que le valió el indulto a regañadientes del rey. O Snorri Sturluson, el autor más famoso y figura clave en la Islandia medieval, jurista, historiador y cronista de las sagas, asesinado en su propia granja de Reykholt a manos de su exyerno Gissur Porvaldsson, quien buscaba de este modo congraciarse con el rey Hákon de Noruega y conseguir, gracias a esta hazaña, el título para sí de gobernador de Islandia.

Dejadas atrás las tierras de Borgarnes, escenario principal de *la saga de Egil*, bordeando la costa en dirección sudoeste (después de un breve desvío para visitar la iglesia de Búdir, una iglesia luterana completamente negra, salvo la puerta y las ventanas, de un intenso color blanco), se encontraron en las tierras de otra saga singular: la de *Bárdur Snæfellsás*, un personaje mitad hombre, mitad troll, representado por una escultura gigantesca hecha con piedras locales, obra del escultor islandés Ragnar Kjartansson, en Arnarstapi, cuyos acantilados imponentes atraen a miles de turistas. Pero Arnarstapi fue también la patria de Gudmundur Bergbórsson (1657-1705), un ejemplo de voluntad y superación, pues, aunque padecía una inmovilidad casi absoluta desde los cuatro años (sólo podía mover la cabeza y el brazo izquierdo), aprendió a leer y escribir y ejerció como maestro y poeta. Siguiendo por el suroeste en la carretera 572, se llegaba a la playa negra de Djópalón, entre cuyos inquietantes farallones (el Gatklettur, un espectacular arco rocoso en medio del mar, o una mujer troll con su cesta de pescado, o una catedral élfica...) aún pervivían los restos oxidados de un barco inglés

naufregado en 1948, cuatro años después de la independencia de Islandia.

Este pequeño país que, en la actualidad, genera más electricidad *per cápita* que cualquier otro país en el mundo, concretamente el doble que el segundo, Noruega, gracias a sus fuentes de energía hidroeléctrica, a los ríos y saltos que éstos producen por todas partes. “Cualquiera de estos ríos, que aquí no llevan nombre, en España se estudiarían en Geografía como muy importantes”. De esta abundancia proviene su colección de cascadas, cada una con alguna particularidad, con alguna historia que contar: Kirkyafellsfoss, junto a la montaña del mismo nombre, que significa iglesia. O Dettifoss, la más caudalosa de Europa (500 m. cúbicos por segundo), o Skógafoss, con un doble arco iris, o Seljalandsfoss, con paso practicable por debajo de la cascada. Pero, sobre todo, Godafoss (cascada de los dioses) entre Acureyri y los fiordos del Este y Gullfoss (cascada dorada), en el Círculo Dorado. Ambas tienen un papel importante en la Historia del país. La primera, porque Porgeir (*intérprete de la ley en el año 1000*) debía decidir sobre la fe a seguir en Islandia. Después de 24 horas encerrado en un cuarto, optó por el Cristianismo. De vuelta a su granja, pasó por esta cascada y arrojó allí las tallas de sus antiguos dioses paganos. “Igual que Julo - comenté a su hijo-, el de los helaos, cuando ya viudo, ingresado en la Residencia, le pregunté por aquel carrito verde tan bonito con el que iba por las calles vendiendo sus helados y me contestó que lo había tirado al pozo”.



Cueva de Yoda

Gullfoss (cascada dorada), con dos saltos consecutivos en diagonal (11 y 21 metros), estuvo a punto de desaparecer cuando un grupo de inversores extranjero quiso construir una presa a principios del siglo XX.

Pero Sigríður Tomasdóttir, hija del propietario, se opuso con todas sus fuerzas: marcha hasta Reikiavík (120 Km.), amenazas de arrojarse por la cascada, inversión hasta el último céntimo de sus ahorros en abogados... Hoy está considerada la primera ecologista islandesa, como acredita un monolito junto a la cascada.

A veces, se apartaban de la carretera principal por otras secundarias para acceder a lugares especialmente recomendados en su guía. Carreteras sin arcén, jalonadas cada cierto espacio por ensanches o paradas en donde poder aparcar en caso de necesidad. Algunas de estas paradas aparecían señaladas como puntos de interés por sus vistas panorámicas o cualquier otro motivo: la carcasa inerte de un avión estrellado contra las rocas, o un campo cubierto de musgo con enormes cascotes de lava sobresaliendo, como resucitados en la hora del Juicio Final. Algunas de estas carreteras permanecían sin asfaltar, con enormes máquinas en ambas bandas, pero sin nadie a la vista trabajando, lo que acentuaba aquella sensación de soledad. Por las noches, durmieran en hotel o en camping, solían jugar una partida rápida de ajedrez antes de dormir, como un modo más de acompañarse. Algo inconcebible para los amigos de su hijo. ¿De vacaciones con tu padre? ¿A Islandia? Yo con mi padre no aguanto más de dos

días. Incluso uno aseguró que sería su padre quien no lo aguantaría a él.

Pero allí estaban, ante el espectáculo único de Islandia: bordeando las orillas misteriosas del lago Mývatn, o adentrándose en el cañón de Ásbyrgi, una forma de herradura gigantesca, cuyas paredes



Tumba de Fischer

rocosas -hasta cien metros de altura- mostraban a seres atormentados, arrebatados al inframundo y expuestos en masa, a millares, en una especie de "capilla sixtina" imponente y aterradora. O en la cima del volcán Hverfell, circunvalando la corona de su cráter con vistas deslumbrantes alrededor todo el rato. O la central geotérmica de Krafla, una zona volcánica en activo. O Hverir, un paisaje lunar de tonos ocres, mágicos, con un olor intenso a azufre, con pozas de cieno hirviendo, calderas humeantes y regueros de minerales líquidos corriendo por todas partes. O glaciares milenarios en lento fluir hacia la costa. Un mundo de prodigios, de paisajes irreales y extraños, de sombras repentinas que -provocadas por nubes bajas o por montañas tenebrosas- se precipitaban sobre la tierra, en donde la Naturaleza se manifestaba en un estado de libre albedrío, igual que más de mil años atrás, cuando esclavos de Ingolfur, buscando las pilastras para fijar su asentamiento, encontraron el cadáver de Hjörleifur.

Vengado éste por su hermano y enterrado con honores en el promontorio histórico al que habían subido ellos, siguiendo una senda que llevaba hasta esa cima (Hörleifshödi, 221 m de altura), a través de campos ondulados en

los que pastaban sueltas las ovejas. Al bajar por la otra ladera, al otro lado de un río, vieron incluso a un carnero viejo que agonizaba. De nuevo regresaban a ras del mar para visitar la Gigjagjá (también llamada modernamente la cueva de Yoda), una extraña cavidad que se adentraba en la pared rocosa, frente al mar, en aquella playa de arena negra en la que había más gente haciendo fotografías. Entonces ocurrió: un hecho mágico, esotérico. De la misma entrada de la cueva se levantó algo, como si un perro tumbado los hubiera descubierto y se incorporara con rapidez. Enseguida vieron elevarse hasta media altura un torbellino que venía hacia ellos, directamente hacia ellos, a toda velocidad. En cuanto los tocó, se deshizo.

Aquella misma tarde, en un cementerio minúsculo a dos kilómetros de Selfoss, la segunda ciudad del sur de Islandia, visitaron la tumba del Gran Maestro Bobby Fischer, nacido en Chicago y muerto islandés, después de que el Gobierno de Washington lo declarara proscrito (por escupir públicamente sobre un documento oficial en el que se le prohibía participar en un torneo de ajedrez en Yugoslavia) y quisiera extraditarlo a EEUU desde Japón, donde permaneció ocho meses detenido. Valientemente, el Gobierno de Islandia (en recuerdo de aquella gesta de 1972, en Reikiavik) le concedió la nacionalidad islandesa para sacarlo de ese atolladero. Una tumba muy modesta, en la que varias piezas de rey recordaban quién había sido el más grande en este juego.

-¡Descanse en paz, señor Fischer!

Sólo faltaba el Círculo Dorado para cerrar su propio círculo. La zona de Islandia más frecuentada por el turismo, a un paso de Reikiavik, que ofrecía una versión resumida de lo que podía encontrarse en la isla: grandes cascadas, áreas geotérmicas (con un géiser en actividad cada cinco minutos: agua caliente lanzada desde el interior de la tierra a varios metros de altura) y volcanes (como el Kerid, uno de los más populares por el contraste entre el color verde de la laguna interior y las paredes rojizas del cráter). Pero, sobre todo, Pingvellir (asamblea de la explanada), el lugar histórico más importante de Islandia, por ser allí donde, en el año 930, se constituyó el Alþingi (asamblea de hombres libres), primer Parlamento democrático en el mundo, al que podían asistir todos los hombres libres con sus familias. Convocado anualmente, constituía el acontecimiento principal del año. En Pingvellir, además, chocaban las placas tectónicas de los continentes americano y euroasiático. Podían incluso observar los límites de esas dos grandes placas, a través de fisuras espectaculares (como la *gran grieta de Almannagjá*) que, en ese punto, se separaban al año entre 1 y 18 mm.

Dejada atrás Reikiavik, de regreso al aeropuerto, una voz rota de troll, aquella tan grave de Calvin Russell, acompañada por una guitarra eléctrica, los despedía de Islandia con su Crossroad. Su hijo le preguntó entonces qué le había gustado más, con qué se quedaría de aquel viaje.

-Con la compañía -contestó él sin dudarlo-. Por encima de todo, con la compañía.

Javier Gómez

Ángel Muñoz: nuevo premio de poesía



En esta ocasión, nuestro paisano, amigo y colaborador habitual de *Forja*, ha sido distinguido con el premio “Mención Especial del Jurado” en el concurso de Micropoemas de la Fundación García Nieto. Aquí os dejamos la página del boletín del Colegio de Doctores y Licenciados con la reseña de la entrega de premios, micropoema premiado incluido, así como una foto del acto.

Desde *Forja*, transmitimos a Ángel nuestra más sincera enhorabuena y le animamos a seguir cosechando premios.

Marzo-abril 2024

29

X Premio de Micropoemas
“José García Nieto”

[donde] [A3] vive [B3] el [C3] dolor [D3] entre [E3] los [F3] suspiros [G3].

Adviértase, por otra parte, la oposición conceptual y emocional entre “amor/flores”, frente a “pena/losas” y “dolor/suspiros”.

En el tercer agrupamiento estrófico, el poema logra un gran ascenso climático: es “la luz de la eternidad” (dos palabras agudas colocadas a final de versículo) el lugar de la espera y el “reencuentro”, después de la búsqueda, el encuentro y el seguimiento. Y el baile con la muerte, una vez que “la vida / se desprende [se ha desprendido, en realidad] de los huesos” es garantía de “eternidad”. Se realiza así el binomio “infinitud/eternidad”. Y de repente le viene a uno a la memoria el célebre soneto de Quevedo titulado “Amor constante más allá de la muerte”, cuyos dos últimos tercetos organizamos de otra manera: “Alma a quien todo un dios prisión ha sido, / su cuerpo dejará, no su cuidado; / venas que humor a tanto fuego han dado, / serán ceniza, mas tendrá sentido; medulas que han gloriosamente ardido, / polvo serán, mas polvo enamorado”. Quizá sea una exageración comparar a Francisco de Quevedo con Cristina Díaz. Pero lo cierto es que si aquel fue un gran poeta barroco, esta nos parece una gran poetisa de nuestros días, y que su poesía, a juzgar por este poema, está llamada a ascender a insuperables cotas de calidad literaria.

Poética “Espejo de Alicante”, con el trabajo titulado Tiempo de descuento, publicado posteriormente en la revista Forja. En 2023 ha publicado la novela *Veños y Silencios*.

Mención Especial del Jurado

Silencios

escrito por Ángel Muñoz Jiménez
(Madrid, España)

Curriculum

Ángel Jiménez Muñoz nació en Los Navalalmorales (Toledo), el 12 de marzo de 1949. Cursó estudios de medicina en la Universidad Complutense de Madrid y se especializó en Cirugía Ortopédica y Traumatología (COT) en el HGU (Hospital Gregorio Marañón), donde ha ejercido la mayor parte de su vida profesional. Ha sido Premio Nacional de Investigación en COT y Presidente y cofundador de la Sociedad Española de Cirugía del Hombro y del Codo (SECHC). Autor de numerosas ponencias, comunicaciones y publicaciones científicas.

Interesado desde siempre por la literatura, cursó estudios de Escritura Creativa en la Universidad Complutense de Madrid, de relato en la Escuela de Letras y de novela en dicho centro, así como en la Escuela de Escritura Fuentetaja. Ha publicado poemas, relatos y artículos en distintos medios de comunicación. Cofundador y director de la Revista “Espartal”, que se publicó en Los Navalalmorales, entre 1977 y 1979, y de la que salieron a la luz 9 números.

Junto al pintor José Félix del Puerto Almazán publicó el poemario ilustrado *Camino hacia el reposo*. Colaborador del libro homenaje *El paraguas de Joan Brassa* (Papers de Versàlia, 2020). Segundo accésit en la modalidad de prosa poética del II Certamen Internacional de Poesía y Prosa

Palabras de Ángel Muñoz Jiménez

En primer lugar, deseo expresar mi profundo agradecimiento a la Fundación José García Nieto por permitirme la oportunidad de compartir con tan buenos escritores y, sobre todo, de renovar la memoria de tan gran poeta, del que yo recuerdo especialmente *Geografía es amor*, que junto con sus magníficas fotografías hoy se puede consultar en internet con facilidad, cosa que les recomiendo.

En segundo lugar, expreso también mi gratitud al jurado, por seleccionar mi poema “Silencios” para el Premio Especial del Jurado, muy lejos de mis más modestas expectativas. En él, dadas las actuales circunstancias mundiales, su tono está influenciado por aquello que nos dejó escrito el autor alemán Christoph Meckel: “El poema no es el lugar donde se nutre la belleza. Trata de la sal que arde en las heridas”. En este caso, de la inacción del cielo y de la tierra ante las guerras injustas, si es que existe alguna guerra justa.

Poema premiado

Silencios

Callan los cuellos cortados.
Callan granadas y bombas.
Calla, estruendoso, el silencio
de la humanidad ciega y sorda.

Hablan las formas recreadas
bajo montañas de escombros.
Hablan los cuerpos transformados,
por el furor, en despojos.

Y la sangre, sigilosa,
forma regatos y arroyos
que fluyen hacia un mar muerto
donde dormita en silencio
el dios de los perezosos.

Colegio Oficial de Doctores. Número 310

34

12 de junio - Día Mundial contra el Trabajo Infantil – Microrrelato



Como cada día, Madhur subió las escaleras del ruinoso edificio de uno de los barrios más pobres de Delhi, donde trabajaba de sol a sol. Cabizbajo, evitaba su mirada sobre las desconchadas paredes a punto de desprenderse.

Tras él, otras quince almas se disponían a pasar un nuevo día entre telas, bordados, perlas y agujas.

La estancia desprendía un putrefacto olor, consecuencia de los restos de la escasa comida que les daba el “jefe” y los vapores originados por las excreciones del retrete común. El “jefe” separó la cortina de la puerta de entrada. Ya desde fuera se podía escuchar el monótono ruido de los ventiladores que les acompañarían durante toda la jornada.

A pesar de ser varios trabajadores, el silencio era absoluto. Tan sólo era interrumpido por las reprimendas que constantemente recibían. Madhur cogió la aguja con sus ajadas manos estampadas con cicatrices producidas por profundas heridas a causa de las largas jornadas de trabajo. Sentado en el suelo de hormigón, colocó sus piernas encogidas debajo del armazón de madera sobre el que se confeccionaban los saris. Sabía que en pocas horas empezaría a sufrir calambres, pero el dolor de sus pequeñas piernas no era comparable con los golpes que recibiría si el trabajo no se terminaba o tenía alguna tara.

Sin levantar la vista del bordado, Madhur miró de reojo a su amigo Ranjit. Era el pequeño de todos y sus ojos, otrora vivarachos, parecían

entornarse más de lo habitual. Recostado sobre su rudimentario telar, se dejaba vencer por el cansancio, a punto de desfallecer. El “jefe”, que desde el otro lado de la nave observaba esperando lo inevitable, se dirigió con paso raudo al puesto de Ranjit. Se trataba de una nueva oportunidad para ejercer su estatus de poder y escenificar de nuevo un castigo ejemplar que mostrara a los demás niños las consecuencias de su indolencia.

Las amenazas empezaron pronto entre un desagradable griterío, pero cuando el “jefe” tan sólo llevaba la mitad de su recorrido, los chicos se miraron entre ellos instintivamente. Sujataron las agujas con las pocas fuerzas que les quedaban, asintieron con sus cabezas y al unísono, rodearon al tirano. Sorprendido por lo inesperado del nuevo escenario soltó una histérica risa, incrédulo por la osadía de los chicos. Levantó su mano amenazante hacia ellos amagando con su puño a un lado y a otro. Craso error. La demostración de rabia incontenida fue la espoleta que desencadenó la detonación final. Los chicos armados con sus primitivas herramientas se abalanzaron sobre el pobre desdichado que, en pocos minutos, dejaría de respirar.

Madhur cayó de rodillas, fruto de la tensión y la falta de fuerzas. Las pulsaciones de su pequeño corazón se habían acelerado hasta oprimirle el pecho. Había presenciado la escena como si sus cinco sentidos hubieran captado cada uno de los detalles. Y, sin embargo, la rabia y su mente le habían jugado una mala pasada. Una solitaria lágrima caía por su enjuta mejilla buscando la comisura de su boca. El “jefe” cogió a Ranjit por el cuello de su ajada blusa y lo sacó de la nave arrastrándolo por el suelo. Sabía que no lo volvería a ver.

Pedro Gómez

EXPOSICIONES

Don Quijote en Los Navalmorales



Cuadro de Anaïs Mora

Del 16 al 21 de marzo pasado hubo una exposición en el Museo del Aceite titulada La sorpresa del Quijote de Anaïs Mora. En ella había bastantes cuadros referidos al libro de Cervantes: retratos de

don Quijote, Sancho, Dulcinea, el episodio de los molinos... Y me dio por pensar si, quizá, los dos protagonistas del libro, que recorrieron media España, habrían pasado también por aquí. Por Los Navalmorales como tal no, porque por aquel entonces (1605-1615) el pueblo no estaba constituido todavía con ese nombre. Pero quizá sí por los alrededores, por la provincia de Toledo.

Al releer *El ingenioso hidalgo don Quijote de la Mancha*, sí encontré numerosas referencias a pueblos o paisajes de Toledo. Aquí van los más importantes o conocidos.

El primero de ellos es **El Toboso**, donde vive Aldonza Lorenzo, una moza labradora de muy buen parecer, de la que estuvo en tiempos enamorado el protagonista. Pero en el proceso de convertirse en caballero andante, es importante cambiar también los nombres. Él pasará de Alonso Quijada a don Quijote de la Mancha; su caballo de ser un viejo rocín a Rocinante; y esa buena moza, Aldonza, a Dulcinea del Toboso: "...buscándole nombre que

no desdijese del suyo y que tirase y se encaminase al de princesa y gran señora, vino a llamarla *Dulcinea del Toboso* porque era natural de **El Toboso**".

Dulcinea, personaje que nunca habla en el libro, y que apenas es entrevista por Sancho, adquiere su importancia por ser la "dama" del caballero andante, porque cada vez que empieza una aventura se encomienda a ella y cuando la termina, insiste en que los otros vayan hasta **El Toboso** a contárselo a su dama.

Incluso muy al final del libro, en el capítulo LXIV de la Segunda parte, *Que trata de la aventura que más pesadumbre dio a don Quijote de cuantas hasta entonces le habían sucedido*, se cita de nuevo esa localidad toledana.

Y es que, peleando con el Caballero de la Blanca Luna, éste le dice que su dama es incomparablemente más bella que Dulcinea. Ante lo cual don Quijote le reta a un duelo... y pierde. Pero ni siquiera vencido se desdice de la belleza de Dulcinea. Entonces, el otro caballero le cambia la condición. Ya no dirá nada malo de Dulcinea de **El Toboso**, pero don Quijote se tendrá que retirar a su casa por lo menos un año.

El segundo lugar citado en la obra es **Toledo**, la capital.

El autor iba paseando por el alcaná de Toledo (actual calle de las Cordonerías), cuando vio unos cartapacios y papeles viejos que un muchacho iba a vender. El chico iba riéndose. Pero nuestro autor no entendía nada porque estaba escrito en caracteres arábigos. Le rogó que se lo tradujera y el morisco aljamiado dijo: “Esta Dulcinea del Toboso dicen que tuvo la mejor mano para salar puercos que otra mujer de toda la Mancha”.

Y así fue como encontró en **Toledo** el texto titulado *Historia de don Quijote de Mancha, escrita por Cide Hamete Benengeli, historiador arábigo*. Cide significa señor, Hamete es Hamed y Benengeli es “comedor de berenjenas”. ¿Por qué utiliza Cervantes el recurso del manuscrito hallado, en este caso en **Toledo**? ¿Y por qué está escrito por un supuesto autor arábigo? Porque así se evita problemas con los poderes públicos (Iglesia, Corona, Justicia).

Cuando hay un capítulo que pueda resultar crítico con la Corona, con los jueces, con lo eclesiástico, siempre empieza con: “Cuenta Cide Hamete Benengeli....”, que es como decir, yo no lo he escrito, ha sido éste malandrín autor arábigo.

Cervantes ya adelantó que no ponía las localizaciones. Por ejemplo, en el propio comienzo de la novela “En **un lugar** de la Mancha...” para que todos los pueblos pelearan por ser ellos donde suceden las aventuras de don Quijote y Sancho. No aclara dónde ocurre el más famoso –para muchos el único conocido– episodio: el de los molinos.



El ingenioso hidalgo Don Quijote de La Mancha
(Juan Aleu), 1879.

¿Ocurre en Consuegra o en Campo de Criptana?

Nosotros podemos elegir **Consuegra** e imaginar allí el enganchón de la lanza con las aspas de los molinos que don Quijote pensaba que eran gigantes: sus enemigos de siempre, los que le querían amargar la vida. Porque lo más interesante de ese episodio lo dice Sancho al recoger malherido a su señor. “¿No le dije yo a vuestra merced que mirase bien lo que hacía, que no eran sino molinos de viento, y no lo podía ignorar sino quien llevase otros tales (gigantes) en la cabeza?”. Luego el paisaje es interior, está en nuestra cabeza. Son nuestros miedos

Don Quijote y Sancho se pasan toda la primera parte del libro deambulando por Castilla-La Mancha, para llegar en la segunda parte a Barcelona, donde ven el mar por primera vez en sus vidas. Es difícil seguirles el rastro con precisión porque su sistema de viajar sigue las reglas de los caballeros andantes que consisten en dejar que el destino los lleve. En las encrucijadas de los caminos son los caballos –en este caso Rocinante– los que deciden por dónde continuar.

Sabemos que tuvieron que atravesar los **Montes de Toledo** para llegar a Sierra Morena donde pensaban esconderse de la Santa Hermandad tras el episodio de los galeotes (cap. XXII).

Es este episodio, uno de los que empieza con “Cuenta Cide Hamete Benengeli, autor arábigo...”. Esto ya nos pone en alerta sobre lo que viene. Y es que don Quijote se encuentra con una fila de presos que iban castigados a remar en galeras; los llevaban con múltiples cadenas y custodiados por varios guardias y un comisario con arcabuz. A las preguntas del caballero, los galeotes le van contando por qué van a galeras con un lenguaje del hampa que don Quijote no entiende, pero colige que no van con agrado. Entonces, basándose en que el Rey no les puede forzar, arremete contra los que les custodiaban y los libera.

Y cómo no, les obliga a ir a **El Toboso** a presentar sus cadenas a Dulcinea. Ellos se niegan porque les reconocerían y avisarían a la Santa Hermandad. Y muelen a don Quijote y a Sancho a palos y a pedradas. Entonces es cuando el caballero dice: “[...] siempre, Sancho, lo he oído decir, que el hacer bien a villanos es echar agua en la mar”.

Ellos también tienen que partir hacia Sierra Morena para esconderse de la Santa Hermandad puesto que han desafiado la autoridad del Rey.

Y atraviesan los **Montes de Toledo** por el puerto de El Robledillo, en San Pablo de los Montes, camino de **El Viso del Marqués**, que sí aparece citado en la novela.



Señalización de la ruta de Rocinante. El Robledillo (San Pablo de los Montes)

Y a poco trecho que caminaban por entre dos montañuelas, se hallaron en un espacioso y escondido valle, donde se apearon, y Sancho alivió al jumento, y tendidos sobre la verde yerba, con la salsa de su hambre, almorzaron, comieron, merendaron a un mismo punto.

Pero poco a poco se fueron internando en los Montes:

Comenzaron a caminar por el prado arriba a tiento, porque la oscuridad de la noche no les dejaba ver cosa alguna. Acertaron a entrar entre unos árboles altos, cuyas hojas, movidas del blando viento, hacían un temeroso y manso ruido. Había una tupida vegetación y sonaba con fuerza un arroyo. La soledad, el sitio, la oscuridad, el ruido del agua con el susurro de las hojas, todo causaba horror y espanto. Y la mañana no llegaba.

Habían descendido caballero y escudero desde el puerto de El Robledillo a los Baños de la Guarra. Lo que los ciclistas conocen hoy en día como el Alpe d'Huez toledano.

Mercedes Mencía

Los Navalmorales en los archivos

Una de las principales fuentes de cualquier investigación histórica son los archivos y sumergirse en ellos es toda una aventura. Esa aventura se hace aún más complicada en el caso de Los Navalmorales, principalmente, por que hasta la unificación de los dos pueblos, para encontrar una misma información, por ejemplo, el Catastro de Ensenada de 1752, hay que localizar el de Navalmoral de Pusa y el de Navalmoral de Toledo y, después, unificarlos. También, porque en el caso de Navalmoral de Pusa, hasta su conversión en villa en 1653, mucha de su documentación la encontramos con la de la villa de San Martín, a la que pertenecía, por lo que el galimatías a veces es total.

Hoy en día la investigación archivística está a un toque de click o mediante el correo electrónico, por lo que son muchos los que se acercan a los archivos para descubrir el pasado común o el de sus ancestros: podríamos decir que la investigación archivística llega a mucha más gente que hace unas décadas.

Dicho esto, para el lector en general y para quien quiera investigar sobre la historia o los personajes de Los Navalmorales, vamos a hacer un resumen indicando lo que se quiere buscar y dónde lo pueden encontrar, poniendo algunos ejemplos de documentación de Los Navalmorales o de sus vecinos.

Nacimiento, defunción y matrimonio

Don Antonio Palomeque daba fe de que el archivo
39 municipal de Los Navalmorales era de los

más completos de su entorno. En el archivo municipal podemos encontrar el Registro Civil, es decir, los nacimientos, fallecimientos y matrimonios desde el 1 de enero de 1871. Sin embargo, si queremos buscar estos mismos datos con anterioridad a esa fecha, nos deberíamos ir a las partidas de bautismo, matrimonio o defunción de la iglesia parroquial.

Testamentos, pleitos, compra y venta de bienes, tutorías de menores

En el caso de Navalmoral de Pusa, al ser villa, también existían los escribanos, es decir, los actuales notarios. De ellos, hay un Registro de Protocolos de los escribanos de San Martín con asuntos de Navalmoral de Pusa hasta 1653. A partir de su conversión en villa, esta tendrá escribanos propios y los protocolos se prolongarán hasta 1873 (siendo los últimos los realizados por don Domingo Álvarez). La documentación relativa a todo ello se encuentra en el Archivo Provincial de Toledo.

En el caso de Navalmoral de Toledo dichos protocolos están incluidos en los escribanos de la ciudad de Toledo; mientras que las causas criminales se encuentran en el Archivo del Ayuntamiento de Toledo, donde hay nada menos que doscientas cuarenta y una causas correspondientes a Navalmoral de Toledo o con vecinos de dicho pueblo desde el siglo XVI al XIX.

A modo de ejemplo una de esas causas es la siguiente:

FECHA: 1817-01-21 / 1817-04-21. Navalморal.

TITULO: Diligencias por muerte abiertas de oficio tras hallarse el cadáver de José Zazo, vecino del pueblo, en la labranza de Retamosillo.

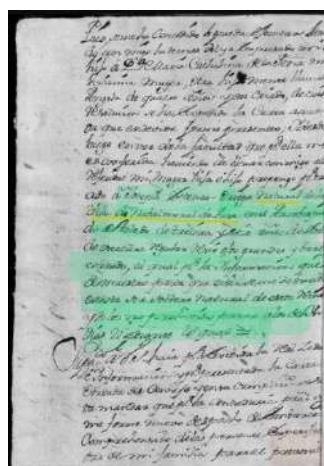
Censos, catastros y alistamientos

A parte de los que existen en el archivo municipal, uno de los más famosos es el Catastro de Ensenada que, en Navalморal de Pusa, se llevó a cabo el 8 de mayo de 1752 y, en Navalморal de Toledo, el 6 de junio de 1752. Las “respuestas generales” se encuentran on-line en PARES (Portal de Archivos Españoles); mientras que lo relativo al “estado civil y eclesiástico”, que es una relación de vecinos y propietarios con todos sus bienes, se encuentra en el

Joseph Esteban Ortega - Archivo Histórico
Pasaje a Chile Provincial de Toledo,
pero también lo pueden encontrar en la página de los mormones www.familysearch.org, donde figura con más de mil doscientas imágenes.

Con motivo de la Guerra de la Independencia en 1808 se hizo un Padrón de Alistamiento de todos los varones mayores de 24 años, clasificados socialmente. Esos padrones, así como otro similar que se realizó en 1816, se pueden encontrar en el Archivo Municipal del Ayuntamiento de Toledo.

Movimientos Migratorios



Dentro de PARES, en el Archivo de Indias, están los expedientes de aquellos vecinos de Los Navalmoreales que cruzaron el charco para buscar una mejor vida. En dicho archivo tenemos a los siguientes indianos navalmoreales:

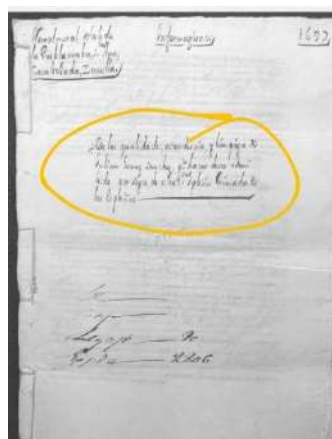
De Navalморal de Pusa: Melchor Rodríguez que fue a Nueva España con su familia, en 1620, y José Esteban Ortega que marchó a Chile en 1746.

De Navalморal de Toledo: Alonso Esteban fue a Perú como criado del mercader Pedro Sánchez en 1614.

También podemos encontrar movimientos migratorios más recientes, por ejemplo, de principios del siglo XX. Así, a través de la página de los mormones, www.familysearch.org, podemos localizar navalmoreales empadronados en Madrid en los censos de 1910 y 1920. Como ejemplo tenemos a Ramón Gullón Renilla, nacido en Los Navalmoreales en 1893, que se encontraba estudiando Derecho en Madrid, y vivía en la calle Hortaleza 22-23, en la vivienda de Enrique Palacios Arriaga, que era de profesión actor.

Otro movimiento migratorio más cercano es el de aquellos que marcharon a Toledo. Por ello, en el Archivo Municipal de Toledo, tenemos el censo de navalmoraleños que vivían en la Ciudad Imperial en 1935, como Mariano López Muñoz, nacido en 1901 en Los Navalmorales, y que vivía en la calle Cristo de la Luz. De este padrón hay setenta vecinos de Toledo nacidos en Los Navalmorales, muchos de los cuales estaban en el Asilo Provincial

La Iglesia



Julián Gómez Sánchez -
Limpieza de sangre
documental.

Si por algo se ha distinguido la Iglesia en sus siglos de existencia es que absolutamente todo lo dejaba por escrito. Por ello los archivos eclesiásticos son de una gran riqueza

En el Archivo Diocesano del Arzobispado de Toledo podemos encontrar ordenanzas o estatutos de las diferentes cofradías y hermandades, siempre y cuando se autorizaran por el Arzobispado. Por ejemplo, la documentación de la presentación de las nuevas Ordenanzas de la Cofradía del Santísimo Sacramento de 1793.

Así mismo también hay documentación referida a capellanías, memorias u obras pías de las iglesias de Navalmoral de Pusa y de Toledo. En esa época para los clérigos tener una capellanía suponía unos ingresos fijos importantes

Padrón de Madrid 1915

por lo que pleiteaban ante el arzobispado por su titularidad. Como le ocurrió a Pedro Muñoz de la Torre, natural de Navalmoral de Pusa, quien en 1680 inició un litigio por la Capellanía que Doña Catalina de Ribera, marquesa de Malpica, había fundado en la iglesia de San Martín de Valdepusa en 1590.

En el archivo arzobispal también se encuentran las Relaciones del Cardenal Lorenzana. Este Cardenal Primado mandó hacer a los párrocos, a finales del siglo XVIII, unas relaciones en las que se enumeraran aspectos tan variados como las formas de cultivo; la climatología; la comercialización de los productos; la bondad de sus aguas o la enfermedad más común que se sufría en los pueblos.

Otro importante apartado dentro de la documentación del arzobispado es el referido a las obras y reparaciones de los templos que, en algunos casos, incorporan planos y cuentas de las mismas. Por ejemplo, el Proyecto de Construcción de la nueva iglesia de Navalmoral de Toledo que se proyectó en 1816 y que no llegó a realizarse.

Y para los que quieran adentrarse en la genealogía, existen los Libros de Matriculaciones de la Iglesia. Estos libros eran

realizados casi todos los años por los párrocos. En ellos detallaban casa por casa las personas que vivían en cada una de ellas, la calle, número y su relación entre los que la habitaban: si era

El archivo de la Catedral Primada también guarda información de la “limpieza de sangre” niños navalmoraleños: Julián Gómez Sánchez quien quería, en 1697, entrar en el coro de la catedral como “seise”, niño cantor del coro, y de Joaquín Benedicto Gómez que, en 1742, pretendía ser clerizón, es decir, mozo de coro o monaguillo.

Archivos estatales

Ya hemos comentado esa potente herramienta que es PARES, el Portal de Archivos Españoles, en el que podemos encontrar mucha información referida al pueblo. Vamos a ver algunas de ellas por cada archivo y signatura.

A. Reales Chancillerías.

Hasta la desaparición del Antiguo Régimen las Chancillerías (Valladolid y Granada) se convirtieron en tribunales superiores de último recurso, por ello allí se litigaron importantes pleitos. Por ejemplo, el que existe en la Chancillería de Valladolid:

Pleito litigado por Juan López Moreno, vecino de Los Navalmorales (Toledo), con sus convecinos José Gabriel de Soria y José Cirilo Fernández Muñoz, sobre ciertas irregularidades que podrían anular el testamento del presbítero Agustín Muñoz de la Torre. 1792”.

B. Archivo Histórico Nacional.

Dentro de este archivo existen diferentes signaturas, en la mayoría de ellas hay

esposa, hijo o hija, criada..., los años de cada individuo y si habían confesado y comulgado. Los libros recogen aproximadamente los años comprendidos desde 1825 a 1875.

documentación relacionada con Los Navalmorales. Veamos algunas con unos ejemplos.

CONSEJOS: Se refiere al Consejo de Castilla. A finales del siglo XVIII y principios del XIX, el Consejo de Castilla se convirtió en un recurso de auxilio ante los abusos de la nobleza. Por ejemplo, allí se encuentra el:

Pleito entre el marqués de Malpica, dueño de la villa de Navalmoral de Pusa (Toledo) y Pedro de Cierro, contra el consejo, justicia y regimiento de la dicha villa sobre las elecciones de oficios de justicia.

Universidades. Aquí se recogen los expedientes universitarios de los alumnos nacidos en Navalmoral de Pusa y de Toledo desde el siglo XVII. El expediente más antiguo de un joven de Navalmoral de Pusa es el de Francisco Sánchez de la Sierra, alumno en 1665 de la Universidad de Alcalá y el de Navalmoral de Toledo el de Miguel Martín de Eugenio de la Torre Gómez-Blázquez García, alumno en 1692 del Colegio Mayor San Ildefonso de la Universidad de Alcalá.

C. Causa general:

Tras esta signatura del Archivo Histórico Nacional se encuentra la información documental que el Ministerio Fiscal del franquismo, en 1940, pretendió instruir sobre todos aquellos actos delictivos que se hubieran cometido durante el dominio

republicano. De esta Causa hay diligencias sobre el presunto asesinato de Marciana Martín Rivera que apareció en el fondo de un pozo y sobre un robo de ganado.

Pero sin duda la documentación más importante es aquella que se mandó hacer a los ayuntamientos y a la guardia civil sobre lo acontecido en la Guerra Civil, siempre desde la perspectiva de los vencedores. En esa documentación se relacionan las personas que fallecieron a manos del bando republicano, los desórdenes y quemas llevadas a cabo en los edificios religiosos, así como se señalan a los posibles culpables o inductores.

Centro Documental de la Memoria Histórica.

Este Centro Documental, con sede en Salamanca, recoge la información de las víctimas de la Guerra Civil y los represaliados por el franquismo.

En el caso de Los Navalmorales, principalmente, comprende la documentación de personas represaliadas, hasta un total de quince individuos, entre ellos la depuración que se hizo a los maestros nacionales. Otro ejemplo es el expediente de Inocencio Pérez del Cerro, nacido en Los Navalmorales y represaliado en la provincia de León.

En este fondo también podemos encontrar los expedientes de expropiación de tierras a

vecinos de Los Navalmorales, desde abril de 1938 a junio del mismo año, por ser desafectos al régimen.

Así como información de recibos de entrega de dinero, combustible y mercancías de diversas organizaciones sindicales de CNT, establecimientos, el Comité Municipal de Los Navalmorales y la carta de dimisión del secretario de la



Causa por la muerte de Marciana Martín Rivera

Federación Comarcal de Sindicatos Únicos de la CNT de Los Navalmorales.

Hasta aquí hemos hecho un amplio resumen para poder adentrarnos en los archivos y localizar documentación relativa al pueblo o a sus gentes. Pero la acción investigadora no solo se queda en los archivos, toda vez existen otros medios en los que buscar documentación o información. Por ejemplo, las hemerotecas de prensa histórica o las hemerotecas de Boletines Oficiales, principalmente la del BOE y la del Boletín Oficial de la Provincia, la bibliografía, etc.

Una labor, la de la investigación histórica, que se convierte en un agradable hobby cuando se realiza con pasión, por lo que os animo a ello.

Arsenio Talavera Almendro

Los siete magníficos

Nos reunimos en nuestra sede con tres de los "Siete Magníficos", Hernando Recuero, José Luis Martín y Ángel Magán que, actualmente, viven en Los Navalmorales y que amablemente han aceptado contarnos su bonita experiencia.



De izquierda a derecha: José Luis Martín, Ángel Romero, Ángel Magán, Luis del Puerto, Hernando Recuero, Luis García y Juan Martín.

Todos los integrantes del grupo tenían en la época de su creación edades comprendidas entre los 18 y 21 años. Ante nuestra pregunta de a qué se debe su nombre, nos dicen que se refiere a la película *Los siete magníficos*, western que por entonces estaba en todo su apogeo.

Corría el mes de mayo del año 1968 cuando en el salón de baile del tío Pepe se bailaba con música de disco porque dejó de traer orquestas: con el añadido de que la entrada era más cara.

Se reunieron un grupo de 10 o 12 amigos y le pidieron al dueño del salón que, ya que había subido el precio, trajera una orquesta porque resultaba más animado. Ante su

negativa, decidieron montar una huelga. Se plantaron delante de la puerta del citado salón con una pancarta que decía: "no se admiten forasteros. A San Martín que son las fiestas". E impidieron la entrada de la gente.

Como aquello no dio resultado, decidieron seis amigos de Los Navalmorales y uno de Los Navalucillos, abrir una terraza, el llamado "picú", con orquesta. Existió un antiguo picú, que ya había cerrado, donde se bailaba y se proyectaba cine de verano. Se encontraba frente al parque, lo que hoy es la calle Margaritas. Los jóvenes, decididos, se pusieron al habla con su propietario Florián con intención de alquilárselo. Éste les aseguró que, si se les daba mal, no tendrían que pagar el alquiler. Conseguido el sitio, se pusieron manos a la obra.

A continuación, fueron a visitar a Ginés "Patique", que tenía la ferretería. Maruja, su hija, les atendió. Subieron a hablar con su padre para informarle de su proyecto y de toda la vajilla necesaria para atender el picú. Ginés se mostró muy comprensivo y accedió a promocionarles todo lo necesario. Y les dijo: "mirad si hay dinero esto se paga, si no lo hay, no os preocupéis".

Así que, en agradecimiento a su generosidad, todas las bebidas que se consumieron se las compraron al tío Ginés "Patique", que

tenía también un almacén de ese ramo. Él mismo les entregó las neveras necesarias que, por cierto, se enfriaban a base de hielo, producto que compraban en la antigua fábrica del pueblo.

Las mesas se las dejó el tío Carpo, que había tenido en tiempos un salón de baile en la carretera a San Martín de Pusa. Se llamaba Salones Aragón. Aún se conserva hoy en la fachada parte del letrero.

También los emprendedores ofrecieron un contrato a Florencio Tarzán, músico que tenía un grupo en San Martín, que aceptó. Se pusieron de nombre artístico Tarzán y sus muchachos. Ellos ya tenían nombre, como puede verse en la fotografía, donde figura Los N S T (que son las siglas de Navalmorales, San Martín de Pusa, Toledo).

Una vez concluidos los preparativos, inauguraron el local el 13 de junio que, por suerte, coincidía con la fiesta del Corpus Cristi. “El primer día que abrimos, no entraba nadie, aunque la carretera estaba llena de gente” –nos cuenta Hernando. Dos de los compañeros fueron a ver qué ocurría en el salón del tío Pepe, que ese día había contratado un conjunto muy conocido, Los Aracari. “Pero vimos que estaba igual que nosotros, así que nos quedamos más tranquilos. Las primeras en entrar fueron dos amigas; después poco a poco se fue

bailes, uno por la mañana a la hora del vermut, y otro por la tarde. Siempre con lleno total”.



Los siete amigos se dedicaron plenamente a atender el picú, a excepción de Ángel Magán, que trabajaba en la gasolinera y solo podía estar en sus ratos libres. La idea no fue poner un negocio sino dar una oportunidad para que la gente pudiera bailar con una orquesta y divertirse.

Sigue Hernando:

El picú lo tuvimos abierto hasta el mes de septiembre. Después, al acercarse las fiestas, con un tiempo muy inseguro, claudicamos y fuimos a hablar con el tío Pepe para que nos alquilara su salón de baile. Cuando nos vio entrar (que sabía a qué íbamos), se alegró y aceptó arrendárnoslo. Una vez acabadas las fiestas, pagamos todo, incluidos los alquileres, y devolvimos muy

agradecidos todo el material que nos habían prestado. Nos quedaron limpias 500 pesetas, tal como habíamos empezado. Así que satisfechos, decidimos darnos un festín en Cedená, encargando unos cabritos, festejando a lo grande el éxito de esta aventura. Los beneficios nos los llevamos puestos, pero mereció la pena.

Les preguntamos si alguno de los siete, se ha dedicado a la hostelería después. No; solo Hernando, trabajó un tiempo en el ambigú del tío Pepe, –bar–, pero porque se lo pasaba bien allí, afirma.

¿Con la distancia de los años, les decimos, qué se os viene a la cabeza de aquellos tiempos?

Pues que éramos unos rebeldes; bueno... rebeldes, valientes y alegres. Íbamos a todas las fiestas de los pueblos a pasárnoslo bien. El que no podía acompañarnos a veces era Ángel Magán, trabajaba en la gasolinera con otros horarios. Nos resultó tan satisfactorio que, si pudiéramos, volveríamos a hacerlo.

Por curiosidad, indagamos, ¿tenéis algún recuerdo especial de alguien en particular?

Sí; alguien nos comentó, que había un señor con intención de liquidar nuestras deudas, si no nos hubiera ido bien. Pero nunca supimos quién era. De todas formas, desde aquí, aprovechamos la oportunidad para agradecerse.

Hernando cuenta además que durante cinco años estuvo recibiendo invitaciones del Hotel Ritz de Barcelona, para asistir a convenciones que se celebraban sobre espectáculos u hostelería pero que nunca se decidió a ir.

Ángel nos comenta que los que hayan disfrutado de aquel verano en el picú, supone que tendrán un bonito recuerdo y que les gustará ver nuestra publicación “porque intentamos portarnos bien con todos y no tuvimos problemas con nadie”.

Tenemos interés en saber si alguno ellos, gracias a la experiencia adquirida, abrió algún negocio como aquel. Nos contestan que no. Que cada cual continuó con su trabajo. Los tres componentes del grupo con los que hemos mantenido esta entrevista se quedaron en Los Navalmorales, Ángel Romero en Los Navalucillos y los demás se marcharon fuera a distintos trabajos.

Finalizamos esta entrevista agradeciendo a Los siete magníficos que hayan accedido a contarnos su experiencia, en la que se demuestra su arrojo a la hora de buscar una solución para la diversión de los jóvenes, en ese verano del 68; además sin tener que gastar más.

Teresa de Castro del Pozo

Amparo Carpizo

El cine El Greco y su historia



Enrique Izquierdo (propietario) en la entrada del cine

El otro día bajando por la carretera me fijé que parte del tejado del cine El Greco se había derrumbado, ¡qué pena, pensé, ¡cuántos momentos felices hemos vivido allí! Vinieron a mi memoria recuerdos y más recuerdos. Por ejemplo, el día de la inauguración, fue un 13 de abril del año 1958 con la película La túnica sagrada. Había mucha expectación pues se decía que no había por aquí un teatro como este. Las colas para sacar las entradas pasaban de la casa de Florián y Ovidia; la señora Petrita no daba abasto a despachar entradas. Abrieron a las cinco en punto. Allí en la puerta estaba Doroteo de portero con su elegante uniforme. El vestíbulo, hermoso, con su gran mostrador donde se despachaban los frutos secos, las pepsis y las mirindas y hasta bocadillos hubo ese día. Por allí estaba Liboria, la mujer de

Doroteo, con su delantal blanco,

cuidando de los baños que estuvieran limpios –por cierto baños de lujo para aquellos tiempos; la sala grande y bonita, las paredes tapizadas de granate igual que parte de las butacas y del telón; apliques de luz a lo largo de las paredes, la calefacción la más moderna, las glorias que van por debajo del suelo.

A cada lado del pasillo los acomodadores, Fuencho y el tío Jesús Ureña, que con sus pequeñas linternas te acomodaban en la butaca que te correspondía. También, de vez en cuando, perfumaban la sala con ese ambientador tan fuerte pero tan bueno, ozonopino creo que se llamaba. Cómo olvidar la música tan maravillosa que Carlos ponía antes de empezar el NO-DO o en el descanso: bandas sonoras de las películas más modernas.



Taquillas (interior)

También quiero recordar el ruidito, no tan agradable, de la botellita que algún gracioso dejaba caer desde arriba hasta abajo. ¡Qué pataleo de los muchachos cuando aparecían los



americanos y hacían huir a los indios en las películas del oeste; qué agarranchones a las personas que teníamos al lado cuando salía el hombre lobo o Drácula; cuántas manos entrelazadas de las parejas con esas películas de amor que tanto nos gustaban! Ahí empezaba el plan de los domingos, al cine de las cinco y luego al baile: no era mal plan. Vimos las mejores

Salón de entrada con mostrador
películas de estreno.

Por allí pasaron las mejores compañías de teatro, los artistas más famosos que triunfaban en los mejores teatros de toda España. Después con la televisión y los vídeo clubs los cines se fueron viniendo abajo. El cine se cerró el 7 de agosto del 2007 con la película Piratas del Caribe. El teatro siguió abierto pues el grupo ADELTEA representaba una o dos obras todos los años hasta que un año Carlos nos dijo que ya la sala era peligrosa, que no reunía condiciones (para entonces ya teníamos el auditorio del parque). Allí, detrás del telón, en la pared la compañía ADELTEA dejó sus firmas al lado de las de todos los artistas famosos que por allí pasaron-por cierto, la mía al lado de un gran

actor y director, nuestro querido y recordado Isidoro Martín, que también años antes representaba con su grupo Chaparral sus obras de teatro.

Ya no nos queda más que el pequeño museo que Enrique tiene en el bar Capitol con esas fotos del cine y las carteleras tan bonitas, que algún coleccionista quisiera para su colección, que sé que alguna hay. Pero nunca nos olvidaremos del



cine El Greco, aunque hayan tapiado las puertas, aunque se haya caído el tejado, cuando lleguen

Enrique con su proyector de películas
las fiestas del Cristo siempre habrá alguna persona que pregunte ¿dónde quedamos para ver las carrozas? y alguien contestará, “allí, por el cine de El Greco”: estoy segura de ello.

Flor Illán

Recuerdos de Los Navalmorales (v): el reclinatorio



reclinatorio clásico

Cuando era niño acompañaba a mi abuela a misa los domingos y festivos. Entrábamos en la iglesia parroquial de Nuestra Señora de la Antigua por la puerta grande, que entonces se encontraba siempre abierta, tras subir las gradas de acceso a la misma. En lugar de por la puerta excusada por la que, por detrás como de tapadillo, se entra hoy en día. Nada más entrar había un ancho pasillo transversal, cuyo primer banco a la izquierda no tenía donde arrodillarse, lo que se suplía mediante una serie de reclinatorios. Para el que no los conozca diré que era una especie de silla con un asiento

muy bajo, trenzado en mimbre, en el

que se arrodillaba uno; y un alto respaldo que servía para en esta posición apoyar los codos. Mi abuela tenía uno, identificado mediante sus iniciales, escritas con las cabezas plateadas de las tachuelas clavadas en su parte superior, y que se guardaba en una pequeña habitación que existía en la parte trasera izquierda. En él mi abuela rezaba el rosario con gran devoción. Mientras la miraba pensando que yo podría dar al reclinatorio un uso más apropiado para mi edad, sentándome en su sienta como si fuera una sillita infantil en lugar de arrodillarme.

A la derecha había una capilla con una hermosa talla de un cristo crucificado, al que considerábamos de la familia, pues mi bisabuelo Isidoro Martín de Eugenio lo había costado y donado a la parroquia, en el año 1909 mientras era alcalde de Los Navalmorales. Hoy en día lo he encontrado en la capilla de la Residencia de la Tercera Edad, en donde he podido rezarle por las almas de mis padres y abuelos, enterrados en el cementerio de este pueblo.

Al cumplir los diez años me separaron de mi abuela durante las ceremonias, pues ya era mayor y debía pasar a sentarme en el lado de la epístola (a la izquierda), reservado a los hombres, mientras que las mujeres se

sentaban siempre a la derecha del pasillo central. No dejaba de sorprenderme que hombres y mujeres tuvieran que separarse durante la misa: pensaba yo que sería para evitar posibles tentaciones.

Tras el evangelio, el sacerdote abandonaba el altar y trepaba por una escalerilla, adosada a una columna de la izquierda, hasta un pequeño balconcillo que servía de púlpito. Desde el que se dirigía a los feligreses para que le oyeran mejor, ya que en aquellos tiempos no se conocían aún micrófonos ni altavoces. El cura hablaba así por encima de las cabezas de los hombres. Pero estos se removían rápido y abandonaban el templo a “echar un pitillo”. Justo lo que se tardaba en sacar la petaca y el papel de fumar, liar el cigarrillo y afianzar el papel tras chuparlo en un lado. Luego se sacaba el chisquero y se prendía. Aproximadamente los veinte minutos que duraba la homilía, parecía como si todo estuviera bien calculado entre el oficiante y los fumadores. Me maravillaba el que apenas descendía el cura del púlpito empezaban a regresar los hombres tras haber terminado tranquilamente su pitillo.

En cuanto hice mi Primera Comunión me prepararon para monaguillo y aprendí aquellas hermosas frases en latín con las que se iniciaba la misa “*Introibo ad altare Dei, ad Deum qui laetificat juventutem meam...*” (Me aproximo al altar de Dios, al Dios que es la alegría de mi juventud...), de las que el Concilio Vaticano II nos privó. Antes la misa era toda en latín y seguíamos devotamente la ceremonia en nuestros misales, ya que las principales oraciones las entendíamos bien. Entonces la función del monaguillo, como ayudante del sacerdote oficiante, era muy importante pues debía hacerle el contrapunto respondiendo en latín a sus oraciones. Había un momento en que el monaguillo estaba encargado de pasar el misal, desde la izquierda a la derecha del altar. Momento terrible, pues nervioso yo, al pasarlo lo cerré al colocarlo sobre el facistol (atril) donde debía ir. La misa solemne del domingo se tuvo que detener ya que el cura no lograba encontrar por dónde iba leyendo al no tener señalada la página. Enfadado me fulminó con sus ojos y esa fue mi primera y única vez en que se me permitió ayudar como monaguillo.

Luis Valero de Bernabé y Martín de Eugenio

Los silencios de Jesús (parte III)



3. EL SILENCIO DE LA PASIÓN

En su sacratísima Pasión nos dio ejemplo Jesucristo de admirable silencio. Una nueva forma: el silencio en el dolor. A veces es dolorosísimo callar. Incluso recrudece el dolor. Lo vemos delante del tribunal del procónsul romano. Pilato le da a conocer todo lo que decían contra Él. Se levanta, acusador, el Sumo Sacerdote y grita: “¿No tienes nada que responder? ¿Qué son estos cargos que presentan contra ti?”. *Iesus autem tacebat*. Pero Jesús callaba (Mt 26, 63). Cuánto costaría al Salvador este silencio. No para evitar la muerte, que ya tenía ofrecida su vida al Padre por la redención del género humano, pero sí por amor a la justicia, a la honra, a su conducta pura y santísima que

51 trataban de enfangar a base de

calumnias. Cuántas ocasiones tenemos nosotros así que desperdiciamos. Callar cuando con una palabra podríamos declararnos inocentes y deshacer todo lo que se dice contra nosotros es doloroso y es heroico. Pero también ¡cuántas veces es necesario! Callar entonces, dejar de disculparnos cuando podríamos hacerlo, por amor a la humildad, por imitar el silencio de Jesús en su Pasión. Cuando esté por medio la honra de Dios o el bien del prójimo, debemos hablar. Cuando sólo se trate de nosotros mismos, muchas veces lo más perfecto será guardar silencio.

Hay todavía otro silencio en la Pasión más heroico. Llevaba en su corazón los dolores del infierno (cf. Sal. 17, 6), como dice el salmo, y lo pusieron como dice Isaías 1, 6:

La cabeza está herida,
el corazón extenuado, de la planta del pie a la cabeza
no queda parte ilesa:
heridas y contusiones,
llagas abiertas,
no limpiadas ni vendadas
ni aliviadas con aceite.

No le perdonaron una sola humillación, desde pasearlo con ignominia por las calles de Jerusalén hasta clavarlo desnudo en el patíbulo infamante de la Cruz en medio de ladrones y entre las blasfemias de sus enemigos. Y los sufrimientos corporales extremos... y Jesús callaba: como oveja

llevada al matadero, silencio admirable. Ya ante el bufón Herodes antes de su condena. Ante algunas personas es mejor no decir palabra. O ya ante las increpaciones de los sacerdotes: ¡baja de la Cruz!

Sólo en dos ocasiones parece que Jesús deja ver esos dolores internos y para nuestra instrucción no calló del todo. En Getsemaní, cuando se queja de sus Apóstoles, de nosotros, no como reproche, sino para suscitar conversión y correspondencia: una *hora non potuistis vigilare mecum...* qué impresión al rezar el responsorio del oficio de tinieblas:

¿No habéis podido vigilar conmigo una hora, vosotros que decíais que moriríais por mí? ¿No habéis visto que Judas no dormía, sino que se apresuraba a entregarme a los judíos? ¿Por qué dormís? Levantaos y orad, para que no caigáis en tentación. ¿No habéis visto que Judas no dormía, sino que se apresuraba a entregarme a los judíos?

La segunda vez que el Maestro habla en tono de queja es clavado en la Cruz, para que vislumbrásemos los dolores íntimos de su corazón. Si no, no lo habríamos conocido. Hay almas a las cuales Dios ha dado como

vocación especial conocer, venerar y amar la Cruz interna del Corazón de Jesús: lo que podríamos llamar la Pasión del Corazón y el corazón de la Pasión. Teníamos necesidad de una revelación sobre esto, y escuchamos que el Divino Redentor exclama con fuerza: Dios mío, Dios mío, por qué me has abandonado.

Salvo estas pocas ocasiones para nuestra instrucción, Jesús siempre calla en su dolor. Es una de sus grandes lecciones. Admiraremos este silencio y procuremos imitarlo. Cuántas veces el dolor, al mostrarlo indiscretamente a los demás, pierde su fragancia al disiparla. Porque es semejante a esos perfumes exquisitos que han de guardarse en ánforas herméticas. Si no, se echan a perder. Esto no significa que no podamos mostrar nuestros sentimientos o desahogarnos con un confidente. Jesús mismo lo hizo. Pero fuera de los casos propicios y justos para no caer abrumados y oprimidos por el peso del dolor, el silencio, para muchas virtudes, será señal de madurez y de ofrenda santa.

Mario González
Párroco de Los Navalmorales

Ruta de “La fuente de los muertos”



La ruta que hoy os propongo comienza en Piedraescrita. En el corazón de los Montes de Toledo. Se inicia en el citado pueblo, en el camino que sale según vamos a la ermita. Allí encontramos a Jesús Fernández Mencía, uno de los vecinos que tiene la llave de la iglesia y la enseña a los visitantes. Con él quedamos más tarde para que nos cuente cosas sobre la última restauración realizada. También nos aconseja sobre la ruta a seguir para el itinerario que queremos hacer hoy.

Salimos, como ya he dicho, de la misma calle de la ermita, que a poco se convierte en tierra.

La subida es empinada y cuesta un poco hasta que los músculos se calientan. El camino se va haciendo más estrecho y acaba siendo una pequeña vereda. Paramos a mirar alrededor y ya divisamos allá abajo, el pueblo y los montes que lo rodean.

Seguimos subiendo y en un pequeño claro, giramos a la izquierda donde a pocos pasos

Muertos.

Esta fuente, según nos contó Jesús cuando le preguntamos al respecto, debe su nombre a que, hasta hace relativamente poco, las aldeas del valle no tenían cementerio y todos los difuntos se enterraban en los dos osarios



existentes bajo la ermita.

La comitiva del entierro venía en mulos y caballerías y, como antes de llegar a la ermita esta es la última fuente que se encuentra en el trayecto, allí aprovechaban para asear al difunto del polvo del camino, y que llegara en un estado más presentable al funeral.

Seguimos por la vereda cada vez más arriba. Ya pueden divisarse desde aquí los cinco pueblos del valle.

Seguimos la vereda y al llegar a un pinar, la abandonamos, pues queda algo perdida, y siguiendo el consejo de Jesús, nos adentramos en los pinos, y adelantamos un trecho. La senda entre los pinos está indicada por mojones de piedras, si no, sería imposible de seguir por la cantidad de

acículas que cubren el suelo. Al salir de nuevo a la vía, tomamos a la derecha y en un kilómetro o dos, alcanzamos una especie de balcón natural o mirador. Es el sitio de las Posillas.

Allí hay una edificación de dos plantas con un porche y una especie de torreta que, probablemente, sería de uso forestal.

Desde allí se divisan hacia el suroeste las rañas de Anchuras y de Valdeazores.

Como las nubes oscuras que nos habían acompañado toda la mañana se pusieron a descargar algo de lluvia nos vino bien para resguardarnos.

Volvemos al camino que hemos traído y bajamos hasta la salida del pinar, pero esta vez seguimos por la ruta principal. Vamos atravesando varios barrancos, donde corren pequeños arroyuelos, que este año con las lluvias del otoño y del invierno, llevan bastante agua, como hace años no se veía.

Continuamos y a nuestra derecha sale otro sendero que nos llevaría si lo siguiéramos a la naciente del Pusa. Esa es otra ruta que ya hicimos en otra ocasión.

Más adelante sale un desvío a la izquierda, que tomamos para ir de nuevo a Piedraescrita, haciendo la ruta circular. Toda la bajada, al ser más larga, es menos pendiente que la subida y se hace más

cómoda.



En la ermita nos reunimos de nuevo con Jesús. Nos cuenta que esta se empezó a construir en el S. IX, cuando un vaquero de Espinoso dijo haber tenido una aparición de la Virgen en ese lugar. Por entonces no existía ningún pueblo en el valle, pero la zona era rica en pastos: no había pinos, sino vegetación autóctona –robles, jaras, brezo...–; y abundante agua: el Pusa, el Gévalo, el Linchero, que abastece al pueblo, y multitud de arroyos en cada barranco. Sólo había una alquería con corrales para el ganado y chozos para los pastores.

La construcción se hizo en el camino viejo de Toledo a Guadalupe, que era utilizado por muchos peregrinos en la época, aunque luego su frecuencia fue decayendo.

De inicio, la decoración de la citada ermita se hizo con pinturas al fresco, como el Pantocrátor románico del ábside y las pinturas de las seis pilastras, pendientes de restaurar.



También nos cuenta Jesús, que siendo niño conoció un manantial que brotaba donde hoy se encuentra la peana de la Virgen. Este, fue cegado por uno de los párrocos que hizo obras en el templo, pero él aboga por descubrirlo en la próxima restauración, pues según dice, esas aguas estaban ahí desde la construcción de la ermita y son “mágicas”. Así se resolvería “el tema de las humedades de las paredes, que aparecieron al tapar el manantial”.

La visión de la ermita desde fuera resulta cuanto menos curiosa, pues parece medio enterrada en el suelo. Por algunos sitios casi dos metros por debajo del nivel de la calle. Está excavada en roca de pizarra, cuenta con dos osarios con más de 60 enterramientos, incluido el de “una joven rubia con el cabello trenzado”. Las lanchas que se sacaban de la roca se utilizaron para construir los muros, que después se enjalbegaban. El tejado es a dos aguas, “cuando llueve el lado norte vierte al Tajo y el sur al Guadiana”. Las vigas principales son muy antiguas y probablemente aguantaron varias reformas. Está tallada en ellas la fecha, 1768.

La ermita cuenta con una preciosa azulejería que se puso más tarde, en el S. XVI, y muestra escenas del Nuevo Testamento, de fábrica de Toledo y Talavera, según nos cuenta nuestro guía. Esta ha sido recientemente repuesta y restaurada, pues muchos azulejos se habían desprendido de la pared por la humedad y

estaban guardados (y otros muchos expoliados).



La imagen de la Virgen es una talla de 45cms. hecha a navaja, que cada siete años se saca en una romería, una de las más antiguas que se conocen. Se celebra el tercer sábado de mayo y se lleva su imagen hasta el pueblo de Espinoso atravesando los montes.

Este acontecimiento convoca a todos los habitantes de los pueblos del valle del Gévalo y de Espinoso del Rey. Incluso los que tuvieron que buscarse la vida fuera de sus pueblos, intentan estar para dicha romería. Yo he conocido a gente mayor, hasta de 80 años que han recorrido los aproximadamente 19 kms “por si dentro de siete años ya no puedo hacerla”.

Me informa Jesús que, aunque siempre se le llama ermita, fue declarada iglesia a finales del S. XVI, hoy tiene el título de Basílica menor, como la Basílica del Prado de Talavera o la de Guadalupe, y ha sido declarada Bien de Interés Cultural.

Lo cierto, es que tenemos una verdadera joya escondida en el corazón de nuestros montes de Toledo.

Elena Rivera

ASOCIACIONES

Asociación La Amistad



Nueva Junta Directiva



Migas del Belén viviente

Una vez más, la Asociación La Amistad se encuentra con los lectores de la revista Forja para dar a conocer algo de nuestras actividades desde el semestre pasado. En primer lugar, queremos destacar la incorporación a la Junta Directiva de tres nuevas compañeras, Bea, Rosa y Tere, pues el elevado número de socias, ya más de doscientas, nos exige una organización más compleja y, por tanto, una mejor distribución de las tareas.



Flor enseñando a poner la mantilla



Preparando el chocolate de Reyes

Os remitimos a números anteriores, en los que mencionábamos los trabajos que hacemos para la comunidad de Los Navalmares (las migas del Belén, el chocolate de Reyes, los toldos, el acompañamiento en la Residencia).

También organizamos actividades para las propias socias (subvención de talleres, organización de cursos: mantilla, empoderamiento digital), celebraciones varias (café tertulia, san Blas, día de la mujer, feria rociera) y visitas culturales (Puy du Fou y musicales).



Curso de empoderamiento digital (Asaja Mujeres)



Premio al Belén de ganchillo

No podemos contar ni dar testimonio de todo lo que hemos hecho en este semestre que acaba. Pero sí que hacemos constar la alegría que tenemos por haber recibido dos premios: uno por el Belén de ganchillo, que Ana Mari ha dirigido a lo largo de meses de forma altruista y generosa –todas trabajamos de forma altruista y generosa, la verdad (risas)–; y el otro, por la decoración de la caseta en la feria rociera.



Premio a la decoración de la caseta rociera

Tal vez, en esta ocasión, además de las fuentes documentales expuestas, nos gustaría destacar a colaboración de Amelia García con sus canciones, de Gema Moreno con un juego interactivo y de Pili Nevado con un texto propio, en el Día de la Mujer, que celebramos en marzo pasado.

Mariví Navas

Presidenta de la Asociación

Por último, en junio, celebraremos la noche de san Juan con una quemada, en julio nos reuniremos en asamblea ordinaria, seguida de una merienda de convivencia, y en agosto montaremos una caseta en la Feria Medieval (donde os esperamos).



Expositor de la Asociación

¡¡¡Feliz verano para todos!!!



Amelia actuando el Día de la Mujer



Celebrando el Día de la Mujer. 2024

El juego de las personalidades

La perfeccionista tiende a buscar la perfección en todo lo que hace e intenta mejorarlo una y otra vez. En psicología, el perfeccionismo consiste en la creencia de que se puede y se debe alcanzar la perfección.

La dominante está orientada a resultados. Tiene confianza en sí misma, es exigente, competitiva, independiente y tenaz. A una persona dominante le gusta organizar y, a veces, se ve capaz de hacerlo mejor que nadie, siendo ella quien lleva la voz cantante.

La familiar tiene el valor de la fidelidad, la firmeza, la constancia y el compromiso. Es una persona que piensa en los demás antes que en ella misma; y siempre está dispuesta y preparada para hacer sentir bien a quien está a su lado

La social es una persona extrovertida, que demuestra entusiasmo por la vida; disfruta con las reuniones de amigos y le encanta la diversión y las emociones nuevas. Es el alma de la fiesta.

En un viaje en coche, la dominante conduce, ella es la que lleva el mando del coche; se ve capaz de llegar al destino sin ningún problema. Es la más resuelta y solo confía en ella misma a la hora de saber conducir.

La perfeccionista se lleva toda la información de la ruta; se acompaña de mapas y GPS actualizado; no permite ningún fallo para llegar a la hora acordada; y lleva planificados los tiempos perfectamente.

La familiar lleva los bocadillos para el camino, agua, paracetamol etc., etc.: todo lo necesario para cubrir las necesidades de sus compañeras en el viaje y para que se sientan bien.

La social es la que llega tarde a la cita prevista para la hora de salida: se ha entretenido por el camino saludando a quien se ha encontrado. Aunque llegue tarde, es necesaria en el viaje: es la que lleva la música preparada para hacer más ameno el trayecto y es la alegría de la huerta.

¡¡¡Todas somos necesarias, todas tenemos algo que aportar!!!

Sin ellas

Entiendo que somos géneros distintos y venimos en moldes diferentes. Pero seamos claros: nacemos varones pero por ellas nos volvemos hombres. Nuestras casas sin ellas jamás serían hogares. Sin ellas no existiría nuestros sueños. Sin ellas ni tú ni yo sabríamos cómo limpiarnos los mocos. Sin ellas habríamos crecido desnutridos y sin sabor. Sin ellas solo seríamos cavernícolas con un pésimo aliento. Sin ellas no sabríamos dar la mano. Sin ellas tus lágrimas no tendrían sentido. Por ellas, una vez más, compruebo que Dios existe, porque si existe algo que realmente se parezca al amor, a la bondad, a la misericordia y al perdón son ellas.

Así que gracias, mujeres, por soportarnos con tanto amor en el parto, por ser el instrumento favorito de Dios, por ser cocreadoras, por vuestras recetas y sazones, por vuestra curvas y sonrisas, por las canas y arrugas que os hacen tan místicas y bellas, por despertarnos a la escuela, por vuestros gritos y gemidos, por vuestra fortaleza y carácter, por vuestros bailes y caricias, por vuestros inventos, por vuestras quejas, por ser la ayuda idónea para levantarse y enfrentarse con sabiduría y madurez a hombres con aire en el cerebro.

Gracias por ser el resumen de la creación, gracias por ser la morada de Dios que escogió para su obra maestra, gracias por vuestro perdón. En nombre de todos los hombres que os han lastimado, blasfemado, engañado, olvidado, traicionado, usado, violado, golpeado, perdón, por favor, perdón y perdón. Perdón por resaltaros solo un día e inventarnos el día de la mujer ya que nos queda claro que si existe en nuestros días es porque vosotras lo hicisteis posible.

Quiero un mundo en donde cada hombre que camina en la tierra viva para honraros amaros, cuidaros y bendeciros. Un hombre no es el que construye una casa y la abandona sino aquel que hace una casa y la convierte en un hogar con respeto para todos.

Hoy honremos a todas esas mujeres que han hecho que nuestra vida valga la pena. Doy gracias por cada una de vosotras. Buen día para todas.

Pili Nevado

LA MIRADA VERDE

El 22 de mayo se celebró, como viene siendo habitual, la Fiesta de la Primavera donde se reunieron más de 400 chicos y chicas con discapacidades diferentes, venidos de



Despedida del anterior presidente, Privado Sanz

distintos lugares de nuestra geografía.

El relevo del Presidente de la Asociación hizo que en el escenario del parque se vivieran momentos de emoción debido al homenaje que se le hizo al Presidente saliente, Privado Sanz, a cargo de la directiva encabezada por el nuevo Presidente, Álvaro Luna.



Actuaciones varias

Hubo muchas sorpresas ese día: actuaciones de los colegios y de otros centros venidos. Así como actuaciones de nuestra cantante de copla, Cristina Bazán, que gustó mucho, de la charanga De bar en peor, el mago Gregorio Díaz: todos nos lo pasamos bomba.

Después en la comida se sortearon un montón de cosas y sobre las cinco de la tarde dimos por finalizada la fiesta.

Desde estas páginas, queremos agradecer a nuestro Ayuntamiento con su alcalde al frente, siempre atento a cualquier necesidad que La Mirada Verde solicite; así como a las panaderías de Pepe Ruiz, Javi Murga, La moza; a Ignacio, que colaboró desinteresadamente, a Gonzalo por la ayuda de la marca Coca-Cola, a Rubén y a la relojería Nuevo. Por último, no nos queremos olvidar de los monitores y monitoras así como a toda la gente del pueblo que echaron una mano en la Fiesta de la Primavera.



Excursión a Hinojosa

Posteriormente La Mirada Verde con sus chicos ha ido de excursión al bonito pueblo de Hinojosa de san Vicente para visitar el Zoo Safari. Pasamos un día genial donde los chicos aprendieron a interactuar con el entorno y con algunos animales.

Coros y Danzas Nuestra Señora de la Antigua

Queridos lectores de la revista Forja, como os prometimos en el número anterior, os vamos a contar como fue nuestra visita a Candelaria, Tenerife.



Recibimiento en el salón de plenos de Candelaria

Sólo tenemos palabras de agradecimiento para la Asociación folclórica Los Brezos, la visita a la isla sin ellos no hubiera sido lo mismo, desde su recibimiento en el aeropuerto hasta su despedida antes de partir de nuevo a nuestra localidad. Tras un primer día de mucho ajetreo visitando Candelaria con una ruta guiada por sus guías oficiales, realizamos la comida de convivencia y tras ello nos preparamos para la actuación que, aunque la coincidencia con un rallye nos puso un poco difícil la llegada a la misma fue un éxito en un lugar difícil de olvidar. La presentación de nuestro grupo por parte de Águeda presidenta de Los Brezos, nos hizo que alguna lagrimilla saliera de nuestros ojos, no os podéis

imaginar las cosas tan bonitas que dijo de nuestro pueblo y su gente.

Al día siguiente nos prepararon una visita por la isla, dejamos nuestro folclore en el Teide, degustamos sus comidas típicas y visitamos La Laguna. El domingo fue día de



Visita guiada por La Laguna

playa y relax para emprender nuestro viaje de vuelta con un sentimiento difícil de explicar, por una parte, mucha felicidad por todo lo vivido y por otra nostalgia porque todo había terminado, pero al mismo tiempo con una ilusión enorme de preparar un nuevo intercambio para este año 2024.



*1. En la playa – 2. Bailando en el Teide
3. Actuación en Candelaria – 4. Rondalla
5. Baile compartido – 6. Foto de los dos grupos.*

Y... ¡ya está aquí!, este año en julio nos desplazaremos hasta Piedras Blancas, en Asturias, para llevar el nombre de Los Navalmorales y su folclore a todas sus gentes, y después ellos nos visitarán para nuestro festival de folclore nacional el 10 de agosto, donde esperamos a todos los navalmoraleños y navalmoraleñas para disfrutar de la Asociación folclórica y cultural Espolín y mostrarles, como siempre, nuestro cariño y buena acogida y que se marchen de aquí con ese buen recuerdo que siempre dejamos en los grupos que nos visitan.

**Asociación Grupo de Coros y Danzas
Nuestra Señora de la Antigua**

Banda “Pepe Menor”



Estimados lectores:

En esta ocasión y para redactar este artículo he contado con la ayuda de dos grandes compañeros que, como decimos en el pueblo, son forasteros pero muy queridos y conocidos ya en nuestra localidad pues llevan varios años perteneciendo a nuestra formación. Así, en las líneas que siguen, nos contarán bajo su punto de vista, cómo es esta gran familia..... la BANDA PEPE MENOR. Uno de ellos, nuestro nuevo **director Christian Garrido**, de Cebolla, y, el otro, uno de nuestros **clarinetistas primeros Diego Ruiz** del vecino pueblo de Espinoso del Rey. Pero no me enrollo más y les dejo con sus palabras.

Comenzamos con nuestro director Christian Garrido:



Fiestas en honor del Cristo de La Fuente

*Tras ocho meses al frente de la Banda Pepe Menor, tengo el gusto de poder volver a dedicar unas palabras para la revista **Forja**, aunque en este caso, ya no para presentarme.*

A mi llegada a esta gran familia musical, todos me acogieron con los brazos abiertos haciendo que el trabajo fuese mucho más fácil.

Nada más incorporarme a la banda, esta tenía muy cercanos los conciertos de Santa Cecilia y Navidad por lo que tocaba ponerse manos a la obra para que todo saliese a pedir de boca.

61

Una vez transcurridos, y ya con más calma, había que preparar un nuevo repertorio para las actuaciones de la calle, para los próximos

conciertos que tenemos a lo largo del año –repertorio cada vez un poco más complicado, que requiere que los músicos estén al cien por cien, dando lo mejor de sí mismos y realizando un gran trabajo–. Y aunque los ejecutantes siempre se quejan de la dificultad de las obras, no dudan en ponerse a ello, dedicándole muchas horas para hacer disfrutar al público y sumar su granito de arena a esta gran familia.

Durante este tiempo la Banda ha colaborado con multitud de asociaciones e instituciones del pueblo, llevando nuestra música y la cultura a cualquier rincón del municipio.

Próximamente, la formación tiene programado un encuentro de bandas con la correspondiente de Lucillos, que será el próximo 12 de julio –encuentro al que estáis todos invitados–, donde difundiremos, una vez más, la música y el pabellón de Los Navalmorales.

Por último, quiero dar las gracias tanto al Ayuntamiento como a la junta directiva, así como a la Banda Pepe Menor por la confianza depositada en mí. Sin duda seguiremos trabajando para llevar la cultura y el nombre del nuestro pueblo por todo el territorio.

A continuación, será Diego Ruiz quien representará a cuatro fantásticos músicos de la localidad de Espinoso del Rey:

En primer lugar, queremos comenzar estas líneas presentándonos. Somos un grupo de músicos aficionados de Espinoso del Rey: Christian, Óscar, Alejandra, Pablo y Diego que, en la actualidad, pertenecemos a la Asociación Músico-Cultural Pepe Menor. Y, concretamente, a su banda de música.

*A la hora de dar comienzo estas líneas, no dejamos de tener sentimientos encontrados. Por un lado, sentimos la enorme responsabilidad que supone escribir en vuestra revista **Forja**, a la que hoy nos invitáis como si fuese nuestra. Y, por otro lado, el magno privilegio de recoger nuestra andadura –que esperemos duradera–, como miembros de la asociación y de la banda de música. Dicho esto, el camino de cada uno de nosotros comienza de forma fortuita, como resultan ser las mejores y más bonitas casualidades de la vida. ¡Ya lo creemos que ha sido así! Pues si hay algo que resulta meridianamente claro para nosotros es que volveríamos a formar parte, una y otra vez, de esta asociación y su banda.*



En el Corpus Christi

Y es que, a veces, necesitamos el transcurso del tiempo, para vislumbrar lo que ha implicado e implica pertenecer a esta asociación y a su correspondiente agrupación musical. A la cual, os animamos a incorporaros para que, efectivamente, podáis comprobar lo verídico de cuanto se verá a continuación.

Todo comienza en nuestro caso con un, ¿por qué no te vienes a tocar a esta actuación?, ya sea por parte de algún miembro de la banda o de su junta directiva. En cualquier caso, siempre acercando la participación a todo aquel o aquella que quiera formar parte de la banda.

Al principio, uno se siente como un barco de papel navegando en medio de un océano: su destino es incierto. Se da cuenta de que comienza en una nueva banda de música; bajo la batuta de su nuevo director; rodeado de caras nuevas y desconocidas; bajo las directrices de una nueva junta directiva; y, en un municipio ajeno al suyo.

Pero rápidamente y, a medida que pasan los días, uno se da cuenta de que se encuentra en el lugar correcto. Porque, entre horas y horas de trabajo, ensayos, actuaciones, etc..., se van estrechando lazos con sus componentes, su director y la junta directiva, que todos ellos traspasan el mero compañerismo y se sitúan en el plano de la amistad.

Es aquí, en este punto, cuando entre partitura y partitura; actuación y actuación; ensayo y ensayo, conoces aquella "melodía de vida" que acompaña a cada un@ de sus componentes, en su intento de superarlas día a día para poder salir adelante.

Dándote cuenta de la otra finalidad (aparte de hacer llegar nuestra música a tod@s), de esta asociación músico-cultural y de su banda que inconscientemente alcanza: que es, cosernos de nuestras heridas de guerra, mediante el apoyo incondicional entre todos sus componentes y . a través del desarrollo de su actividad musical.

Desconocemos si en alguna ocasión se ha realizado este reconocimiento hacia la Asociación Músico-Cultural y su banda de música (encabezadas por su junta directiva y director). Quizá, resultemos muy osados. Pero es una certeza indiscutible que todos esos viernes de ensayos y momentos vividos a través de las actuaciones, resultan ser una verdadera terapia sanadora. Capaz de disipar –aunque sólo por esos momentos–, aquellos sinsabores que nos acompañan en nuestro día a día.

Pues nunca la agrupación cesa en ese apoyo, ni en la voluntad de sacar adelante a cada un@ de nosotr@s.

Igualmente, el conjunto tiene la habilidad de hacer que sintamos la banda como propia. Por eso, no podemos dejar pasar que, a pesar de venir de un municipio distinto al de Los Navalmorales, nunca nos han faltado muestras de cariño, respeto y agradecimiento por parte del resto de los miembros del grupo.

Esta gran familia no elegida, pero ya sí escogida, en la que siempre tenemos un hogar disponible para cambiarnos de ropa, para dormir o, simplemente, descansar cuando se actúa en vuestro día grande, en Honor al Santísimo Cristo de las Maravillas.

Ni tan siquiera, nos ha faltado un plato de comida en la mesa de todos aquellos que, constantemente, lo ponen a nuestra disposición.

Porque sí, tal y como decía al inicio, ahora que ha pasado el tiempo, podemos afirmar que nos encontramos en el lugar correcto. Con las personas indicadas, sin las cuales, la Banda de Música Pepe Menor no podría funcionar.

En nombre de la Asociación y de la junta directiva queremos agradecer estas bonitas palabras.

**Christian Garrido
Diego Ruiz
Rosa María del Puerto**

La Asociación MENA. Tu asociación amiga



Museo Etnográfico Navalморales

Gracias, una vez más, amigos de la revista Forja. Desde la Asociación MENA, agradecemos el trabajo que ponéis a disposición del pueblo de Los Navalморales, nuestro pueblo, con la realización de un nuevo número de vuestra apreciada y prestigiosa revista. Como aportación de esta asociación, ponemos en conocimiento de todos Los Navalморales los avances de nuestro proyecto, así como el devenir del grupo, en su día a día, por conseguir



UN MUSEO PARA LOS NAVALMORALES.

A falta de pan buenas son tortas y, hasta que las autoridades competentes nos den los permisos “necesarios” para la puesta en marcha del Proyecto, un museo para Los Navalморales, queremos informaros de que nuestro Ayuntamiento está intentando que le faciliten desde la Junta de Comunidades los “planos” para realizar el museo que, nuestro ilustre presidente, D. Emiliano García-Page Sánchez, anunció en el programa de festejos de nuestro pueblo, en 2023. Ya falta poco. Desde estas páginas, queremos agradecer el inestimable trabajo de nuestro Alcalde, D. Antonio Talavera, por las reuniones mantenidas con cargos públicos responsables, a fin de acortar los plazos de entrega, lo máximo posible, de las instalaciones para la realización del museo. Gracias Antonio.

Amigos de Los Navalморales, como no solo de pan vive el hombre, esta vuestra asociación, sigue trabajando en aquello para lo que nació, que como todos sabéis, es hacer del pueblo de Los Navalморales, un municipio que sepa y consiga proteger su patrimonio, desde una asociación entregada a rescatar su pasado y a mostrarlo en un futuro que honre a los habitantes que nos precedieron, mostrando una forma de vida del pasado de este nuestro querido pueblo.

Un año más, podemos compartir con todos vosotros, la realización del día Internacional de los Museos 2024. Este año, desde la asociación hemos querido rendir nuestro más profundo homenaje a un amigo del MENA, un socio del MENA y una BUENA persona, que puso sin dudar, parte de su patrimonio a nuestra entera disposición, con el fin de conservar un legado de sus antepasados, para que fuera mostrado a nuestras nuevas generaciones. Gracias mil, a D. José Luis Palomeque Pinto, socio número treinta del MENA, y a los miembros de su familia por la confianza depositada en esta asociación para la realización del proyecto.



Familiares de José Luis Palomeque y autoridades



Pin de plata

Como muestra del cariño que procesábamos a este amigo que nos dejó en cuerpo y con el convencimiento de contar con su fuerza desde donde se encuentre, la Asociación Amigos-Voluntarios del Museo Etnográfico Navalmorales, MENA, acuerda en reunión de junta directiva y por mayoría absoluta, otorgar nuestra máxima distinción a título póstumo, el pin de plata, a D. José Luis Palomeque Pinto, a quien pedimos desde la distancia que nos perdone por no haber sabido hacer ver a los que decidían, la tremenda importancia en el tiempo, de la puesta en marcha del museo que albergará su querida farmacia. “¿Seré capaz de verla montada en el Silo?”, repetía y preguntaba con pesar. A dichos deseos contestábamos con el clásico, “si Dios quiere, seguro que, sí”. Todos sabíamos que Dios podía querer, pero no disponer.

Amigos, esta asociación tiene muchos deseos y os puedo asegurar que ningún rencor. Que los detractores del MENA puedan disfrutar de él, es el mal que les deseamos.

En este año de 2024 hemos querido realizar algo diferente en nuestra celebración del 18 de mayo,

como la Misa oficiada por nuestro querido párroco D. Mario González (nuestro máximo agradecimiento por su disposición y la misa tan grata ofrecida), la ofrenda floral a nuestro Cristo de las Maravillas, la petición de salud para todos los socios del MENA y cuantas personas colaboran con nosotros, así como un profundo recuerdo para los seres queridos que dejaron de estar entre nosotros.

Agradecimientos por su colaboración y buen hacer al Bar Capítol, a la banda de Música Pepe Menor, al Grupo de Coros y Danzas Nuestra Señora de la Antigua –que junto a su rondalla nos hicieron disfrutar de un rato musical de intensos recuerdos–, al restaurante La Parada, por esa comida tan exquisita, que nuestros paladares disfrutaron, y al pueblo de Los Navalmorales por su compañía a lo largo de toda la jornada.

Especialmente, quisiéramos agradecer su presencia a Dña. Monserrat Pulido Fuentes, doctora en Antropología Social y Profesora en Enfermería, perteneciente al grupo GEESA de Investigación de la UCLM (y colaboradora de nuestra gran maestra y amiga, Dña. Luisa Abad). Gracias por su tiempo, consejos y apoyo desinteresado en la realización del Proyecto. Gracias a todos, de todo corazón, de la Asociación MENA.

Las fotografías que mostramos dan fe de lo argumentado con anterioridad y del éxito obtenido, si te lo perdiste, no te preocupes, en 2025, más y mejor.

Con Museo o sin Museo, está tu asociación, pondrá siempre su trabajo, ganas y una enorme ilusión, quedando siempre, a tu entera disposición.

Modesto Gómez

Presidente de la Asociación M.E.N.A.

Asociación Mesa de Trabajo por Los Navalmorales: impartiendo arte

AMN

MESA DE TRABAJO POR LOS NAVALMORALES



Cartel anunciador del curso

Recuperamos este año nuestros tradicionales cursos de formación en artesanía y manualidades, y lo hacemos con un curso de lujo: Clases de Cerámica y Modelado que, impartido altruistamente por nuestra querida amiga, compañera y excelente escultora, Amparo García Carpizo, ha tenido una aceptación excelente entre sus alumnos. Tanto es así que se vio “obligada” a prorrogar un mes más las clases por aclamación del alumnado.



Desde aprender a diseñar en papel sus propios objetos hasta modelarlos con sus propias manos, en un compendio de teoría y práctica, los alumnos han conocido tanto los orígenes de la cerámica como los materiales

utilizados (arcillas de diferentes orígenes), desde épocas ancestrales hasta nuestros días.



Es ilusionante ver cómo un pedazo de barro se va transformando bajo la dirección de tus dedos, hasta convertirse en una escultura o en cualquier otro objeto (vasos, jarras, platos...), transformación ésta que se nos antoja a priori “imposible” y que, con la batuta de una gran profesora, se hace realidad.

Aquí os dejamos unas imágenes (mejor que mil palabras) para que comprobéis con vuestros propios ojos los progresos realizados por los alumnos.



*Primeros resultados (objetos aún sin cocer) en
cerámica negra y roja*



Obras realizándose.

Desde Mesa de Trabajo queremos transmitir nuestra más cordial enhorabuena a los alumnos que han participado y muy especialmente a la profesora, que ha querido (y sabido) transmitir sus conocimientos.

Os invitamos a todos los que tengáis inquietudes artísticas y culturales a participar con nosotros en nuestra asociación, abierta a todo el mundo. Enviadnos un correo a: mesa@losnavalmorales.com

¡¡Y estad atentos a los próximos cursos!!

Antonio Martín

Presidente de la Asociación Mesa de Trabajo por los Navalmorales

FIESTAS Y TRADICIONES

Pregón fiestas Cristo de la Fuente 2024



*Miguel Ángel Pacheco -
Pregonero*

Buenas noches a todos. En primer lugar, quiero agradecer a la Junta Directiva de la Asociación del Cristo de la Fuente y, en especial, a Ignacio, su presidente, el haberse acordado de mí para dar el pregón de estas fiestas 2024. Muchas gracias por esta bonita invitación.

Volvía yo de viaje hacia el pueblo cuando recibí la llamada de Ignacio. Pensé que se trataría de algo sobre la Banda de Música y, casi sin dejarle acabar, le quería remitir a las actuales responsables de nuestra Banda. Pero cuál no sería mi sorpresa al decirme que lo que quería era que yo diese el pregón de este año. Ese día casualmente era mi cumpleaños. ¡Un gran regalo! Pero también una responsabilidad grande. Yo no he dado nunca un pregón. Sí, he escrito comentarios a los programas de la banda, un libro sobre la misma y algunas cosillas más, pero esto era totalmente nuevo para mí. Así que ¡vamos a ello!

Estas fiestas del Cristo de la Fuente me resultan especialmente emotivas porque, según creo, volvieron a resurgir a través de sus propios vecinos y, quizá, eso las hace más entrañables. Aunque no soy exactamente de este barrio, nací en el Espartal, siento estas fiestas como mías. Y creo que todo el pueblo también las siente así.

Ahora quisiera tener un recuerdo especial para uno de esos primeros promotores. Fue el primer presidente de la Asociación y uno de los artífices de que ahora sigamos celebrando esta fiesta. Me estoy refiriendo a Antonio Pozas, vecino de esta plaza y, por cierto, también gran amante de la música y de las bandas de música. ¡Gracias Antonio por todo tu trabajo! Y un abrazo a toda tu familia.

Precisamente fue Antonio, allá por 2002, el que me llamó para que nuestra Banda Municipal participase en estas fiestas. Actuamos el domingo 12 de mayo. Primero hicimos un pasacalle acompañando a la directiva de la Asociación Cristo de la Fuente. Luego tras tocar el himno nacional en la misa, acompañamos la procesión desde la iglesia hasta esta capilla de los Seis Caños y, a continuación, dimos un mini concierto aquí en la carpa.

Este lugar en el que nos encontramos, la plaza de los Seis Caños, supone un lugar importante en la vida de nuestra localidad. Límite entre dos pueblos, Navalморal de Toledo que tuvo su ayuntamiento aquí al lado, y Navalморal de Pusa: pueblos que terminaron uniéndose hace ya casi dos siglos para formar lo que hoy es nuestro pueblo: Los Navalморales.

Plaza de los Seis Caños: lugar de encuentro, aquí donde en otro tiempo bebían las caballerías y demás animales; donde se venía a llenar el botijo, el cántaro o el cubo con esta agua tan fresca y tan rica; donde no sólo se celebran las fiestas de su Cristo de la Fuente sino también gran parte de las fiestas patronales del Cristo de las Maravillas. Aquí se hacen las verbenas, se instalan las atracciones, los tenderetes, los puestos de comida. Por aquí vamos y venimos durante los cinco días que duran las fiestas.

Enfrente de la capilla se encuentra un mini local: el kiosco, que fue de prensa y lotería en su tiempo. Así lo recuerdo yo de pequeño.

Y hablando de este kiosco, me parece también muy interesante la iniciativa de la Cruz Roja con su puesto de libros, precisamente aquí en este kiosco, expuestos para uso y disfrute de quien lo desee. Y una de las personas al frente de esta iniciativa, incansable y luchadora, ha sido D. José Antonio, vecino también de este barrio, y al que como ya comenté en mi libro dedicado a nuestra Banda de Música, le debemos tanto y tanto por el trabajo

que ha realizado a lo largo de su vida por nuestro pueblo.

Y llega el jueves. Y es el día del mercadillo. Y por aquí se instalan los diversos puestos de frutas, verduras, calzado... Y la plaza y sus aledaños se vuelven a convertir en centro principal para nuestros vecinos, con el trasiego de ir y venir de un puesto para otro, con las bolsas en la mano, saludando, conversando, dando vida a todo este espacio.

También recuerdo que aquí vine de pequeño a ver algún cine de verano que se proyectaba por entonces, y actuaciones musicales cuando se celebraba lo que entonces se conocía como Semana Cultural. Y he visto alguna foto de un concierto que celebró aquí la Banda Pepe Menor, con su fundador al frente, con motivo del V Centenario del Descubrimiento de América. Foto que aparece en el libro de la Banda.

Lugar de locales variados: herrería, posada, pastelería, sastrería, pescadería, supermercado, bar, algo más allá el taller mecánico, carpintería, taberna, salón de baile, otra pastelería, almacén de frutas... ¿Alguien da más? Todo muy completito. Aunque lo más importante no sean los locales sino las personas que han trabajado en ellos, dueños o empleados, que han dado vida a este barrio y, por supuesto, las personas que viven en él.

Pero, ¿cuál es el sitio primordial de esta plaza junto con su fuente? Sí, claro, la capilla del Cristo de la Fuente. Esta pequeña y preciosa capilla que aloja esta pequeña (sólo de tamaño), imagen tan querida por todos los navalmoraleños. Recuerdo que en los primeros días de la pandemia cuando nos dejaron salir de casa, mi esposa y yo dimos un largo paseo y acabamos frente a esta capilla del Cristo de la Fuente. Y le dimos gracias por irnos sacando poco a poco de esa difícil situación y rezamos por los que no superaron esta etapa tan mala y ya no estaban con nosotros.

Y yo sé que son muchos, muchos, los vecinos no sólo de este barrio sino de todo el pueblo que pasan y se detienen a saludar y rezar a este Cristo tan emblemático, razón fundamental de que celebremos estas fiestas.

Ahora, como es lógico, os hablaré un poco de música. Y empezaré nombrando a otro vecino destacado: Jesús Magán, el Sastre. Él es el creador de lo que prácticamente se ha convertido en el himno de nuestro pueblo: el pasodoble Los Navalmorales, que todos conocéis. Pero quizá no todos sepáis que también tiene una composición dedicada al Cristo de la Fuente, que yo arreglé para tocarla con la Banda. Y así todos los años venimos tocando esta marcha desde su creación, hace ya unos 7 u 8 años, no recuerdo exactamente.

Durante unos años me propuse realizar algunas composiciones para la Banda, que entonces yo dirigía, sobre temas del pueblo. Así escribí siete marchas de procesión: Jueves Santo, El "Amarrao", El Nazareno, La Dolorosa, Viernes Santo, Santo Sepulcro y La Soledad. Es decir, para los dos días de procesión de Semana Santa de nuestro pueblo y las imágenes correspondientes de cada día.



Miguel Ángel Pacheco al saxo con su hija Cecilia Pacheco al piano

Después pensé componer pasacalles también para nuestra Banda, no muy difíciles, para que los pudieran tocar las niñas y niños que cada año se incorporaban a la Banda. Y elegí algunos nombres de las plazas de nuestro pueblo como título para los mismos: Plaza del Rollo, Plaza del Carmen, Plaza de España y..., ¿sabéis cuál? Sí, Plaza de los Seis Caños. De manera que creo haber aportado un poquito a la historia de este lugar desde la composición musical.

En esta plaza he realizado las más diversas actuaciones musicales con la Orquesta Piraña, con la Banda de Música, con el Grupo de Coros y Danzas Virgen de la Antigua. Por aquí hemos pasado con la Banda, además de en

estas fiestas, el día del Cristo, en la diana, en la procesión del Viernes Santo, en la procesión del Corpus –con la plaza tan adornada y presidida por el Cristo de la Fuente en un pequeño altar situado en el puente–, en el desfile de Carnaval. También cuando hicimos algún encuentro de Bandas y empezamos aquí el pasacalle antes del concierto y, seguramente, más ocasiones que ahora no recuerdo.

De igual manera, con la Banda hemos tocado en alguna ocasión en la representación del Belén viviente, que en numerosas ocasiones también se ha celebrado en esta plaza. Y participé en diciembre del año pasado en la tradicional Carrera del Aceite, que tuvo su salida y su llegada aquí al lado, en el Paseo Perales.

De manera que esta plaza y sus alrededores siempre han supuesto un lugar privilegiado para numerosos eventos de nuestro pueblo. Por eso todos sus vecinos y el resto del pueblo debemos estar orgullosos, por la importancia que tiene.

Como he dedicado prácticamente toda mi vida a la música y, más concretamente a las bandas de música y a la educación musical, me vais a permitir que hable brevemente de todo ello. Las bandas son elementos esenciales en la cultura y la tradición española. Desde la más pequeña banda de quince o veinte músicos a las gigantescas valencianas de más de cien componentes, todas tienen el interés común de unir esfuerzos para llevar la música allá donde se presente la ocasión. La mayoría de esos músicos comienzan a recibir clases en la escuela de la banda siendo niños y, tras un no muy largo aprendizaje de lo que antes llamábamos solfeo y ahora lenguaje musical, y del instrumento correspondiente, se incorporan a la banda en la que desarrollarán su particular labor musical. Se trata de un aprendizaje que surge en el mismo contexto en el que viven las personas, en su propio pueblo, con las personas que conoce.

Además de la actividad puramente musical, de la importancia de la práctica musical colectiva, el

músico establece lazos de unión con sus compañeros a través de una responsabilidad por el hecho de pertenecer a un grupo

Las actuaciones de las bandas suelen ir paralelas al ciclo anual de festividades. Ya sabemos que, tradicionalmente, los distintos eventos festivos y sociales suelen estar acompañados por algún elemento musical, lo que a su vez remarca y acentúa ese carácter festivo de la celebración. En palabras de Franco Ribate (1983): “no hay ciudad ni pueblo que no considere indispensable para la celebración de sus fiestas la obligada colaboración de una o varias bandas de música”.

Nuestros pueblos tienen costumbres y tradiciones. Las tradiciones son populares porque son del pueblo. Las bandas de música suponen una de esas tradiciones populares en muchos de nuestros pueblos. No en vano las bandas están formadas por los propios vecinos del pueblo, lo que supone en gran medida ese elemento de proximidad con el resto de habitantes.

Aunque no podemos negar la importancia y el valor de la educación musical dentro del sistema general de educación, la verdad es que esta educación, de forma más específica y con una proyección social más amplia, se ha realizado a través de las bandas de música y sus escuelas en un gran número de poblaciones de nuestro país.

Por eso os pido que sigáis apoyando, como siempre habéis hecho, a la banda de nuestro pueblo, porque es un elemento fundamental desde el punto de vista cultural, musical y social. Así lo espero y sé que así lo seguiréis haciendo.

Sólo me queda decir que disfrutéis de estas fiestas, de sus verbenas, de sus atracciones, de su chocolate con churros y, por supuesto, que acompañemos a nuestro querido Cristo de la Fuente en los distintos actos que se celebran en su honor.

Miguel Á. Pacheco del Pino

Fiestas del Cristo de la Fuente, 2024

HIMNO AL SANTÍSIMO CRISTO DE LA FUENTE

Letra de Jesús Magán. 2015

Arreglo musical de Miguel Á. Pacheco

Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.
Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.

Sabemos que a tu fuente
jamás le faltó el agua
y a nuestros corazones
no les faltó tu palabra.

Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.
Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.

Señor, de tu costado
con lanza herido nace
el manantial de agua
de la vida, de tu sangre.

Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.
Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.

Tu muerte fue la vida,
la salvación del hombre.
Pedimos con tu hijo,
Padre, no nos abandones.

Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.
Cristo de la Fuente, Señor, Señor,
Cristo de la Fuente, danos tu bendición.

Alfombras Corpus Christi 2024 – Los Navalmorales



One health –Una sola salud



El concepto *One Health*, es un concepto relativamente nuevo que, sin embargo, los veterinarios llevamos poniendo en práctica desde hace siglos.

One Health o *Una sola salud* reconoce la interconexión entre la salud humana y la sanidad animal, ambas influenciadas de forma decisiva por el medio ambiente.

Este enfoque busca desarrollar estrategias más eficientes y eficaces para hacer frente a los problemas de salud en la interfaz hombre-animal-medio ambiente.

Personas, animales y medio ambiente compartimos una sola salud. Si descuidamos uno de los tres sectores, estamos poniendo en riesgo los otros dos y comprometiendo la salud pública.

Este concepto adquiere una gran relevancia en ámbitos como la seguridad alimentaria o el control de zoonosis, áreas en las que los veterinarios trabajamos desde hace cientos de años, y la lucha contra la resistencia a los antibióticos, uno de los mayores retos sanitarios de este siglo.

Una cuestión básica es que el 60% de las enfermedades humanas conocidas son de origen animal y más del 75% de las enfermedades emergentes de las personas, proceden de los animales.

Entre los 1.415 patógenos humanos conocidos, compartimos más de 600 con los animales, lo que demuestra la interrelación que existe entre la salud humana y la sanidad animal, así como la necesidad de actuar sobre las enfermedades de los animales en el origen para evitar que lleguen a las personas.

Según los datos que proporciona la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades que



suponen un mayor riesgo para la salud pública tienen su origen en los animales (Ébola, VIH, COVID-19, rabia, leishmaniosis, virus Zika, Virus Nipah...).

Además, el impacto de estas enfermedades no solo radica en el daño a la salud pública, sino que también ocasiona múltiples pérdidas económicas.

De ahí la importancia de establecer medidas preventivas, con el foco puesto en personas, animales y medio ambiente. Evitar la emergencia y reemergencia de enfermedades infecciosas es uno de los grandes retos sanitarios a los que nos enfrentamos, y requiere el aporte, intervención y colaboración de equipos profesionales multidisciplinares que provengan de los sectores de la salud humana, animal y ambiental.

La prevención de enfermedades en los animales no solo protege su salud y bienestar, sino que es uno de los pasos más efectivos que podemos dar para salvaguardar la salud de las personas. La protección de la salud pública depende de la calidad de

las estrategias de prevención y control y su aplicación a nivel global.



En este sentido los profesionales sanitarios desempeñamos un papel fundamental en la elaboración de estrategias One Health por nuestros conocimientos en zoonosis, microbiología o inmunología, así como por nuestra experiencia en la prevención, contención y gestión de pandemias.

Factores tan relevantes actores como el cambio climático, la globalización o la expansión de la movilidad de animales y personas incrementan de manera considerable las posibilidades de saltos entre especies de virus y enfermedades y su rápida expansión.

Por ejemplo, el cambio climático está provocando a su vez nuevos hábitos animales. Hay que conocer bien a nuevos vectores, como el mosquito tigre, para saber cómo actuar y encontrar soluciones a los problemas que pueden acarrear, como la transmisión de nuevas enfermedades humanas o animales.

Es muy importante reaccionar rápido ante la aparición de una nueva enfermedad, de ahí que sea determinante el momento en que se detecta. Debido a la mundialización y los consiguientes incrementos de la velocidad y volumen del

transporte internacional, así como del número de viajeros, los agentes patógenos emergentes también transitan y se propagan por todo el mundo.

La mayoría de las enfermedades emergentes aparecidas en los últimos tiempos son de origen animal y casi todas ellas son potencialmente zoonóticas. Por lo tanto, es preciso tratarlas de una forma coordinada desde el punto de vista de la sanidad animal y de salud pública.

El fortalecimiento de la vigilancia, la creación de redes de información, la detección precoz, la alarma y respuesta rápidas, la mejora de las capacidades de



diagnóstico y otros recursos, así como la adopción de nuevas normas legales que atribuyan capacidades adecuadas a las administraciones proporcionarán mejoras en los sistemas de prevención.

El mensaje clave es que hay que abordar de manera integral la salud y de ahí la importancia del concepto One Health, en el que la salud humana, animal y ambiental son interdependientes y están vinculadas a los ecosistemas en los cuales coexisten.

El único camino para proteger la salud humana, el animal y la ambiental, es hacerlo desde esa perspectiva integral, como una sola salud.

Es, pues, fundamental promover la colaboración intersectorial para abordar los desafíos globales.

Juan Julián García Gómez
Presidente del Ilustre Colegio Oficial de Veterinarios de Toledo

Gestionar el estrés en la madurez: la importancia de la relajación



Llevamos una vida llena de retos, de prisas, de querer estar perfectos, luchando por lo mejor: el mejor coche, la mejor casa, queriendo agradar a todo el mundo... Tanta lucha nos lleva a desarrollar estrés, un estrés que muchas veces no sabemos gestionar y que se va apoderando de nosotros como un enemigo silencioso, que no nos deja disfrutar ni ver lo que tenemos a nuestro alrededor. Disfrutar de esas pequeñas cosas que no por insignificantes dejan de ser importantes y que nos aportan bienestar, esas pequeñas cosas que están ahí y no las vemos de tan inmersos como estamos en nuestras propias preocupaciones. Son esos pequeños momentos que pueden hacernos sentir bien, conectarnos con nuestro yo y con el entorno que nos rodea: el pío de los pájaros que nos despiertan por la mañana y que ni los escuchamos, el agua de lluvia al caer, tan relajante y tan fresco, el nacimiento de una flor abriéndose a la vida que ni lo apreciamos.

Las causas que producen estrés cuando entramos en la madurez son variadas y nos afectan en el día a día; hay que tratar de poner solución porque el estrés no es bueno para nuestra salud y puede afectarnos al corazón, elevar la tensión, causar diabetes e incluso obesidad.

Aprendamos a decir NO. Atrevámonos a expresarnos sin que nos importe lo que puedan pensar de nosotros los demás, aprendamos a pedir ayuda cuando la necesitemos porque eso no nos va a hacer más débiles, sobre todo a los hombres que siempre les inculcaron la idea de que deben ser fuertes. La famosa coletilla de que “los hombres no lloran”, como si no fueran humanos ni tuvieran sentimientos, el hombre tenía que ser un “machote” y aguantar el dolor



sin quejarse ni rechistar. Hoy, por suerte, esto ha cambiado, sobre todo en los más jóvenes. Hay que pedir ayuda si lo necesitamos porque es gratificante, liberar los malos sentimientos y soltar lo que uno lleva dentro. Hay que dedicar tiempo a uno mismo, buscar nuestros momentos personales para hacer lo que más nos guste y, de paso cuidar, de nosotros mismos. Cuando el estrés te asalte, date

un tiempo, desconecta, sal a tomarte una caña con los amigos, mira la televisión, lee un libro, empléate en algo que te guste hacer... En la madurez, solemos tener más tiempo libre, por lo que podemos gestionar el estrés. No te sientas culpable por quererte y busca tiempo para ti mismo, disfruta, relájate, no permitas que te agobien tus problemas y así llevarás una vida más saludable y evitarás el estrés.



Saca jugo a la madurez, piensa en el momento de tu vida en el que estás y en las muchas cosas buenas que tienes. Todos llevamos una mochila llena de vivencias del pasado no siempre agradable. Debemos pasar página, cerrarla y arrojarla por el precipicio, disfrutar de la tranquilidad y seguridad que tenemos ahora, en este momento y pensar que lo único que tenemos es el aquí y el ahora. Apartemos lo negativo, aceptemos nuestro cuerpo como es, que ya no tiene la lozanía de antaño y agradezcamos estar vivos.

Cuidemos también nuestra salud sexual. La sexualidad es esencial para nuestra salud física y mental y cambia con los años, por lo que tenemos que buscar nuevas formas de

practicarla y, ante cualquier problema relacionado con ello, consultar con el especialista, ya que todo o casi todo, puede tener solución –aunque no podemos pretender que todo vaya a ser como en nuestros años jóvenes. La masturbación libera dopaminas en el cuerpo, generando una sensación de bienestar general muy potente para luchar contra el estrés, es bueno para nuestro sistema inmunológico y, en contra del pensamiento general, mejora las relaciones de pareja.

Practicar algún deporte, comer de forma saludable, reconocer los cambios que nuestro cuerpo va teniendo con la edad y aceptarlos como parte de nuestra vida. Conocer nuestro cuerpo es muy importante tanto para nosotros como para nuestras parejas. Evitar relaciones tóxicas que para nada nos va a ayudar a gestionar nuestro estrés. Practicar algún deporte, por sencillo que sea, mejorará nuestra calidad de vida tanto física como psicológica, contribuirá a sentirnos mejor.



En esta etapa de nuestra vida es cuando más necesitamos mimarnos, cuidarnos y vivir cada día como si fuera el último.

Rosy

¿Qué ciencia para qué sociedad?

Uno de los factores cada vez más determinante de nuestra sociedad lo constituye el peso de la ciencia y la tecnología en nuestras vidas cotidianas. Cuestiones clave como el campo de la salud, la generación y transmisión de la información, la energía, el transporte, pero también nuestros hábitos alimentarios y culturales y, por supuesto, la de nuevo pujante industria armamentística están determinados por el contenido científico en que se apoyan.

La aceleración producida en todos estos sectores es consecuencia del importantísimo crecimiento del número de investigadores y tecnólogos que cada año se incorporan a las actividades de investigación y desarrollo. En una sola década, el número de nuevos científicos supera a los existentes en toda la historia previa de nuestra sociedad. Ese proceso se da, aún con diferencias geográficas muy notables, en todas las regiones. El peso cada vez más determinante de China, Japón, Corea o la India se contrapone a una ciencia hasta hace pocas décadas concentrada en EEUU y algunos países de la Unión Europea.

Pero ese proceso lleva implícitas algunas contradicciones muy relevantes. En un par de generaciones la diferencia entre el contenido científico de un producto de consumo y la complejidad de su base científica se han agrandado de forma exponencial. Pensemos en la radio, el teléfono, las primeras vacunas, el motor de explosión, los primeros equipamientos agrícolas: todos ellos se basaban en contenidos científicos relativamente simples y comprensibles para un ciudadano que hubiese superado el nivel del bachillerato. Hoy, cualquier dispositivo

electrónico de uso masivo, las vacunas desarrolladas contra el COVID, las propias placas fotovoltaicas, se basan en conceptos de alta complejidad, cada vez más incomprensibles para la gran mayoría de los ciudadanos.

Los ciudadanos consumimos tecnología, pero desconocemos sus fundamentos y este distanciamiento creciente plantea problemas muy relevantes sobre el futuro de nuestras sociedades. ¿Cómo pueden los ciudadanos influir acerca de la toma de decisiones sobre las orientaciones de esa actividad científica que les condiciona cada vez más y de las que desconoce las motivaciones económicas y culturales de los grandes grupos económicos que las promocionan e impulsan? Tomemos dos ejemplos muy cercanos al mundo agrario. El DDT se planteó en los años 60 como el herbicida que haría posible la revolución agrícola que permitiría evitar las hambrunas, pero nadie escuchó las llamadas de cautela ante la destrucción de suelos que llevó aparejada. El mismo fenómeno se produjo cuando la multinacional MONSANTO inundó el mundo con su glifosato, cuyas consecuencias serían igualmente catastróficas para muchas regiones agrícolas; las amplísimas campañas de publicidad y la falta de estudios de su efecto a largo plazo, que las compañías omitieron para optimizar sus beneficios, no pudieron ser contrarrestadas por un público bien informado.

En otro nivel, por ejemplo, en lo relativo a la aplicación de la Inteligencia Artificial, los ciudadanos asistimos a una introducción masiva que invade todos los sectores de la actividad. Se trata no sólo de la

manipulación de nuestros datos privados, sino que los algoritmos, nada neutrales, generan unos flujos de información que acaban condicionando la información que recibimos y generando en nuestra mentalidad una cultura totalmente condicionada por esa misma información. Acabamos pensando y adquiriendo unos conceptos fácilmente manipulados. Los intentos de introducir regulaciones que permitan una mayor capacidad social de influir sobre su expansión van siempre por detrás de la realidad. Europa lo ha intentado, pero China y EEUU que lideran su implantación, rehúyen cualquier control social por motivaciones políticas muy diferentes.

Qué decir de los problemas de ética ligados a las investigaciones en torno a la genética avanzada. La posibilidad de clonar la propia especie humana está ahí, si no se ha alcanzado ya. La argumentación de que ese objetivo puede ser lícito por cuanto puede ayudar a afrontar enfermedades incurables o alargar la edad de vida, se contrapone ante el riesgo evidente de diseñar especies diferenciadas para obtener individuos especializados por su capacidad física o por su inteligencia. En ciencia hay un aforismo que dice que todo lo que es posible no tiene por qué realizarse, pero la experiencia humana demuestra que intereses políticos y económicos superan todas las reservas mentales. El ejemplo de la fabricación de armas nucleares es tan evidente como refleja la muy recomendable película sobre el tema Oppenheimer, ganadora del Óscar este año.

Un problema relevante al plantearse cuál es la fuerza motora que rige la orientación de la

actividad científica y su traslación tecnológica a nuevos productos es el gran tamaño de las empresas que dominan los sectores punteros. Así, media docena de compañías mundiales están detrás de los avances más relevantes en IA, como pudimos comprobar en la producción de vacunas anti COVID, pues una decena de multinacionales son determinantes en el ámbito de la salud y farmacia.

¿Qué puede hacer el ciudadano para imponer un modelo de avance científico y tecnológico más orientado a resolver los problemas de fondo de nuestra sociedad –salud, energía, vivienda, alimentación, desigualdad, desarrollo sostenible etc.–?, En primer lugar, una mayor participación social y transparencia en la toma de decisiones sobre las políticas en ciencia e innovación, con base en un incremento de la cultura científica, no sólo en la mejora educativa, sino también un mejor conocimiento de los mecanismos de toma de decisiones en las grandes propuestas científicas. En paralelo hay que pedirle a la comunidad científica, no ya incrementar sus labores de divulgación sino una mayor responsabilidad social al plantearse los objetivos de su labor profesional.

En definitiva, ante los graves riesgos que afrontamos no caben las posiciones negacionistas. El método científico basado en la razón y en el trabajo experimental ha permitido avances muy positivos para la humanidad, pero hay que reflexionar y volver, ciudadanos y científicos, a plantearse la ya clásica pregunta ¿qué Ciencia para qué Sociedad?

Emilio Criado
Vocal del Consejo Asesor de Ciencia y
Tecnología de la Comunidad de Madrid

Las plantas: unas buenas compañeras

Si te regalan o compras una planta, lo primero a tener en cuenta es si se trata de una planta de interior o de exterior.

Consejos:



- 1.- Buscar el sitio ideal en la casa o en el jardín para que se desarrolle correctamente.
- 2.- Establecer la frecuencia e intensidad del tipo de riego.
- 3.- Tipo de luz natural que debe recibir (solar directa, indirecta, mayor o menor exposición...)
- 4.- Abonado: Frecuencia y tipo de abono adecuados.
- 5.- Tipo de tierra ideal para cada planta.

Tenemos que tener en cuenta que las plantas pueden proceder de distintos continentes y por lo tanto, de climas muy variados.

Para que podamos disfrutar plenamente de ellas, tanto de su verdor como de sus flores, aquí os dejo mis recomendaciones:

Hay que tratarlas con mucho cariño (no olvidemos que se trata de seres vivos) buscándoles la mejor ubicación posible en nuestra casa o jardín, con el fin de favorecer su pleno desarrollo.



Las dudas concretas que tengamos sobre cada planta nos las resolverán en floristerías o viveros, pero si no tenemos a mano esa opción, siempre podemos consultar en internet, ya que existen miles de tutoriales y consejos para cada tipo de plantas.

Las plantas ornamentales se vienen cultivando desde hace miles de años y por parte de todas las civilizaciones. Chinos, griegos y romanos, ya alegraban sus estancias con muchos tipos de plantas. En nuestros días, los conventos y monasterios de todo el planeta son también vivos ejemplos en el cultivo y cuidado de una gran variedad plantas de distintos climas y países.

Las plantas son un disfrute para la vista y el espíritu, sorprendiéndonos con su belleza en cada estación del año.

Si aún no lo has hecho, ánimo y comienza a “jardinear” en casa pasito a pasito, verás como poco a poco te vas convirtiendo en un experto jardinero y disfrutando con los resultados.



En números anteriores de Forja (<http://losnavalmorales.com/mesa/>) encontrarás muchos tipos de plantas y consejos de cómo cuidarlas y mantenerlas.

DEPORTES

Club deportivo Sports Pusa: pedaleando desde Los Navalmorales hasta Guadalupe



Salida desde la sede del club en Los Navalmorales

El pasado 14 de abril, el Club Deportivo Sports Pusa, la agrupación ciclista con sede en Los Navalmorales, promovió una gran aventura sobre ruedas que le llevó desde su localidad hasta el histórico pueblo de Guadalupe. Esta actividad, que contó con la participación de 15 socios, no fue solo un ejercicio de resistencia y deportividad, sino también una muestra del espíritu que anima a este club, que celebra el ciclismo y el amor por la naturaleza.

Fundado con el propósito de fomentar la práctica del ciclismo y otras actividades al aire libre como el senderismo, el Club Deportivo Sports Pusa ha crecido hasta alcanzar cerca de 90 socios activos. Este club no solo se dedica a promover el deporte entre sus miembros, sino que también se esfuerza por poner en valor el patrimonio natural y cultural de su entorno. Un claro ejemplo de ello es la Pusa Bike Race, considerada una de las pruebas de ciclismo más destacadas de la zona, que atrae a competidores de varios puntos de la región.

La ruta escogida para este recorrido en bicicleta cubrió aproximadamente 110 kilómetros de paisajes variados, uniendo la belleza de los recorridos rurales con el impresionante marco que ofrece el destino final en Guadalupe. Los ciclistas, equipados y preparados, partieron temprano por la mañana, llevando consigo no solo sus provisiones habituales, sino también un entusiasmo que los caracteriza en cada actividad.

La jornada fue un reflejo de lo que el club representa: esfuerzo, compañerismo y una profunda conexión con el entorno. A lo largo del camino, los participantes tuvieron la oportunidad de disfrutar de vistas espectaculares, de

respirar el aire puro de la naturaleza y, sobre todo, de compartir momentos únicos que fortalecen los lazos entre los miembros del club.

Llegar a Guadalupe no fue solo alcanzar un destino geográfico, sino también cumplir con una meta personal y grupal que simboliza la esencia del club. La satisfacción de completar un recorrido tan exigente es, sin duda, una de las razones por las que muchos se sienten atraídos por este deporte y, en particular, por las actividades que propone el Club Deportivo Sports Pusa.

Mirando hacia el futuro, el club tiene grandes planes no solo para sus salidas mensuales sino también para colocar a Los Navalmorales en el mapa nacional como una de las mejores pruebas de ciclismo de montaña. La Pusa Bike Race es el próximo gran objetivo del club, un evento que no solo desafía a los ciclistas con su exigente recorrido, sino que también invita a todos los entusiastas del ciclismo y a la comunidad local a apoyar y a participar en esta competencia. El club anima a todos los ciclistas y personas de la localidad a unirse y a vivir la emoción de esta carrera, contribuyendo a fortalecer el espíritu deportivo y comunitario de Los Navalmorales.

Este tipo de eventos destaca la importancia de los clubes locales en la promoción del deporte y la activación física, al tiempo que pone de manifiesto cómo el ciclismo puede servir como un vehículo para la exploración y la apreciación de nuestros paisajes y patrimonio cultural. Con cada pedalada, el Club Deportivo Sports Pusa sigue fortaleciendo su compromiso con sus socios y su comunidad, asegurando que el espíritu de aventura y camaradería siga siendo tan vibrante como el día de su fundación.



Llegada al monasterio de Guadalupe

Marcos Celada Gómez
Presidente del CD Sports Pusa

Campeonato de España de Judo Kata 2024

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE JUDO KATA 2024

Jun 27, 2024 | Federación Judo Principal



Marcos Fernández Sánchez y Héctor Gómez Abellán consiguen la medalla de bronce en el Campeonato de España de Judo Kata 2024.

Siguiendo la senda de nuestra campeona **Lucía Pérez**, dos judokas de Los Navalmorales dan sus primeros pasos en competiciones nacionales representando al **club SUKUI** en el campeonato de España de Katas celebrado en Villaviciosa de Odón (Madrid) el pasado 29 de junio.

Se trata de dos jóvenes deportistas navalmoreales que dieron sus primeros pasos en el mundo del judo cuando apenas contaban con 4 años de edad y que ahora, después de un periodo de aprendizaje caracterizado por la constancia, el esfuerzo y la dedicación a esta disciplina deportiva, consiguen este hito en su formación.

Ambos yudokas ya han participado en diversos eventos a nivel autonómico, tanto en competiciones de katas como de combate. El acceso al campeonato nacional se produjo gracias a que ambos deportistas fueron campeones de Castilla la Mancha de katas en la modalidad “Katame no kata”.



Campeones de Castilla la Mancha

En este mismo campeonato otro de nuestros paisanos, **Mario Fernández Muñoz**, junto con **Marcos Fernández**, se proclamó campeón de Castilla la Mancha en la modalidad de “kime no kata”.

En el caso de Marcos y Héctor, hay que poner en valor que compitieron en categoría junior, siendo ellos cadetes, una categoría inferior, lo que nos hace pensar que aún tienen mucho margen de mejora.



La valoración de este campeonato de España en palabras de Marcos: “ha estado bien pero siempre se puede mejorar y vamos a trabajar para ello”. Para Héctor, “estamos contentos, ya que conseguimos un gran resultado y pudimos representar a Castilla la Mancha en los premios finales. Hubo algunos problemas de última hora antes de empezar, ya que casi competimos en otro tipo de kata, pero se solucionó al instante. Me quedo con lo bueno que es este tercer puesto en un campeonato nacional y en esta grata experiencia que ha sido la de estar ahí”.

En cuanto a las expectativas para el próximo año, Héctor nos dice que: “en un futuro no muy lejano tenemos previsto desarrollar este kata y así intentar alcanzar esta fase final para conseguir un resultado que supere al de este año, empezando a entrenar un poco antes y con un mayor número de horas para conseguir esta nueva meta”. Por su parte, Marcos nos comenta que: “me gustaría seguir disfrutando y aprendiendo de este deporte para poder mejorar y seguir optando a medallas en distintas competiciones”.

Enhorabuena a ambos y ánimo para vuestros próximos retos.

Pedro Gómez

La importancia de una vida saludable.

Beneficios de la actividad física y deporte regular.

El pasaporte para mantenerse sano



Las actuales recomendaciones de actividad física para la salud que nos llegan de la mano de la OMS (Organización Mundial de la Salud) y el CDC (Centros para el Control y Prevención de Enfermedades), entre otros, ponen de manifiesto la importancia de dedicar al menos 30 minutos diarios durante 3 a 5 días a la semana para realizar actividad física o deportiva de intensidad moderada pues produce interesantes beneficios para la salud y su prevención, así como el tratamiento, control y rehabilitación de enfermedades crónicas no transmisibles.

Por tanto, especialistas en ciencias del deporte y autoridades sanitarias recomiendan incluir en la vida cotidiana actividad física regular para recuperar, mantener o mejorar la salud.

Las enfermedades crónicas más habituales como infartos, hipertensión arterial, cáncer y diabetes son consideradas actualmente como los problemas más importantes de salud pública. Estas patologías han ido aumentando su incidencia al provocar incapacidades en aquellas personas afectadas.

La mayoría de los factores de riesgo asociados a este tipo de enfermedades tienen que ver con el estilo de vida o hábitos de la persona afectada. El **sedentarismo** es uno de los factores de riesgo más influyentes. Es por ello que adquiere relevancia inculcar y fomentar la necesidad de realizar actividad física regular y moderada creando **hábitos y estilos de vida saludable**.

Los **efectos beneficiosos** que tiene la actividad física en la salud son:

- Control y disminución del peso.
- Mantenimiento y/o aumento de la masa muscular, de la estructura articular y de la flexibilidad.
- Mejora del aparato circulatorio, resistencia física y ventilación pulmonar.
- Disminución de la frecuencia cardiaca (en reposo y en actividad), y de la presión arterial.
- Mejora de los niveles de colesterol y glucosa en sangre contribuyendo a la prevención de la diabetes.
- Mejora del sistema inmunológico.
- Reducción y prevención del riesgo de padecer enfermedad cardiovascular, accidente cerebrovascular, osteoporosis y obesidad.
- Mejora de la autoestima, del estado de ánimo, así como de la tensión muscular y el insomnio.
- Prevención y retraso de la pérdida de funciones cognitivas (memoria y atención).
- Disminución del riesgo de depresión, estrés y ansiedad.
- Mejora la socialización y calidad de vida.
- Reducción del riesgo de caídas y lesiones. Mejora el control postural.

Además de estos beneficios de carácter general, podemos señalar, de forma más específica, los que provocan beneficios en la **etapa escolar y fase adolescente**:

- Aumento del desempeño académico y vocacional.
- Mejora de la responsabilidad.
- Reduce alteraciones en el comportamiento.
- Disminuye comportamientos adictivos y no saludables.
- Mejora la relación con los padres.

- Mejora la interacción social.
- Aumenta la disciplina personal y el valor del esfuerzo.

También podemos señalar algunos beneficios en el **entorno de trabajo**, tales como:

- Aumenta la productividad y calidad de desempeño.
- Mejora la imagen institucional.

Numerosos estudios y análisis estadísticos, realizados tanto por organizaciones como por especialistas en la materia, aportan datos significativos y evidencian que un estilo de vida saludable, apoyado en la realización regular y continua de actividad física o deportiva, produce efectos muy positivos que ayudan a prevenir y mejorar determinados factores de riesgo que están más presentes e inciden de una manera más directa en aquellas personas que optan por un estilo de vida más sedentario.

Por tanto, las **recomendaciones y características generales de práctica de actividad física** asociada a la salud van orientadas hacia una serie de aspectos que se resumen en los siguientes puntos:

- **Actividades aeróbicas:** Media o larga duración con intensidad que puede variar de moderada a alta (si atendemos a la percepción de esfuerzo, en un rango de 1 a 10, puede oscilar entre el 5 y 8). De 3 a 5 veces por semana con un mínimo por sesión de 30 minutos hasta los 60-90 minutos dependiendo del nivel de condición física. Actividades como caminar, nadar o andar en bicicleta son muy recomendables debido a su bajo impacto en articulaciones y exigencia muscular.
- **Trabajos de fuerza o resistencia muscular:** Rutinas de ejercicio integral que impliquen grandes grupos musculares enfocados a mejorar y estabilizar la masa muscular y el control postural. Realizados de 2 a 3 veces por semana, utilizando el propio peso corporal o

manejando pesos externos, siempre bajo la supervisión de un especialista y ejecutando los ejercicios con la técnica correcta.

- **Flexibilidad:** Ejercicios encaminados a la mejora y mantenimiento de la elasticidad, elongación muscular y amplitud articular. Imprescindibles para preparar la musculatura y las articulaciones antes de la realización de cualquier sesión de actividad física, en su modalidad dinámica, y tras la finalización de la sesión incidiendo en aquellos grupos musculares que han trabajado.



Como conclusión me gustaría destacar la importancia y la necesidad de **profesionales que pauten y prescriban rutinas de actividad física**, también de instituciones y administraciones públicas, en el **fomento y promoción de un estilo de vida activo y saludable** en todas las etapas de la vida, dotando recursos y medios para realizar actividad física y deportiva.

Las mejoras en las instalaciones deportivas y el aumento de los servicios públicos deportivos son clave y contribuyen a configurar una base sólida para construir una **sociedad cada vez más sana y comprometida con una mejor calidad de vida**.

Francisco Mencía Bastanchury

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (UCLM)

Profesor Nacional de Tenis y Pádel (RFET y FEP)

MBA Sports Management (Unisport)

Temporada acabada



Un año más, ponemos fin a nuestras Escuelas Deportivas con un balance ciertamente agridulce. Esta temporada, especialmente en el último tramo, se ha hecho demasiado larga para algunos equipos, mientras que en otros casos se nos ha quedado un poco corta. No obstante, y hasta el último día, hemos mantenido el trabajo diario, dado que, aunque en algunos casos este año la competición acabó más temprano de lo habitual, nuestra actividad se expandió más allá de las respectivas ligas.

Como ya es tradición, siempre hacia los meses de mayo y junio, nuestro club vuelve a ser distinguido y reconocido por la provincia, con la participación en diversos torneos de final de temporada donde, bien porque nos descuadraba de fechas o por coincidir con otras actividades, no se ha podido acudir a todos. Aun así, quedó un pequeño hueco para poder competir en algunos municipios como Cuerva, Pulgar o Talavera de la Reina.

Ahora, es tiempo de la valoración, de evaluar todo el trabajo del año. Desde ya mismo, a pesar de las vacaciones de verano, comenzamos a trabajar en el próximo curso, conscientes de que nuestra actividad forma parte del día a día de muchos de nuestros chicos.

CD Los Navalmorales FS

NOTICIAS VARIAS

FINCA LA PONTEZUELA



Participantes en el acto

El pasado 29 de junio, la Finca La Pontezuela fue el escenario de una emocionante gala benéfica, organizada en colaboración con la Asociación de Enfermos Neuromusculares de Castilla-La Mancha (ASEM-CLM). Este acontecimiento, que tuvo lugar en la pintoresca localidad de Los Navalmorales, Toledo, reunió a personalidades destacadas y a la comunidad local en una noche inolvidable dedicada a una noble causa.

Una noche de solidaridad y esperanza

La gala, que obtuvo un rotundo éxito, se destacó por la participación de reconocidas figuras de Castilla-La Mancha. Entre los invitados de honor, por ejemplo, se encontraba Raquel Martín Menor, la carismática presentadora del programa "Ancha es Castilla-La Mancha" de Castilla-La Mancha Televisión, quien no solo aportó su presencia, sino también su entusiasmo y apoyo a la causa.

Recaudación de fondos para ASEM-CLM

El objetivo principal del acto era recaudar fondos para ASEM-CLM, una asociación comprometida con el apoyo a personas afectadas por enfermedades neuromusculares en la región. Gracias a la generosidad de los asistentes y a la dedicación de los organizadores, se logró reunir una significativa suma de dinero, que será destinada a mejorar la calidad de vida de los beneficiarios de la citada Asociación.

Un futuro prometedor

El éxito de esta primera colaboración sin duda alguna ha sentado las bases para futuras

ediciones. La respuesta positiva y el entusiasmo generado han motivado a los organizadores a planificar una nueva gala para el próximo año, alrededor de las mismas fechas. Esta continuidad no solo reforzará el compromiso de la comunidad con ASEM-CLM, sino que también consolidará la Finca La Pontezuela como un espacio de encuentro y solidaridad.



Menú solidario

Agradecimientos especiales

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todos los asistentes, cuyo apoyo y generosidad hicieron posible esa noche memorable. Su compromiso y espíritu solidario fueron fundamentales para el éxito de la gala al demostrar, una vez más, que juntos podemos lograr grandes cosas.



Un momento del sorteo de premios

Con la vista puesta en el futuro, nos llena de esperanza y orgullo saber que este acontecimiento benéfico no solo ha marcado un hito en la comunidad, sino que también ha abierto la puerta a una tradición anual que promete traer consigo más alegría y apoyo para quienes lo necesitan. Juntos, seguiremos construyendo un mañana mejor.

Miriam Neira González

Guía de oleoturismo y comercial de visitas

CARTAS AL DIRECTOR

La piel de plátano

Caminaba yo ayer, despreocupadamente, por la calle cuando mis ojos se posaron en ella. Un descubrimiento verdaderamente extraordinario. Es verdad que otras veces la había visto tirada en el suelo, pero nunca en el mundo real. La había visto en multitud de viñetas de Mortadelo y Filemón. Pero aquello era otra cosa, era fruto de la "retorcida" mente de Francisco Ibáñez. Nunca llegué a pensar que tendría ocasión de verla al borde de una acera, esperando a su presa.



Era una simple piel de plátano, pero para mí significaba un antes y un después. ¿Qué clase de persona tira una cáscara de plátano al borde de una acera? Yo os lo diré. Una que no reconoce a los otros humanos como iguales. Una que, desposeída de toda empatía, no le importan las personas que le rodean. Una que, subida en su pedestal de soberbia, padece la ceguera de

humanidad que lleva al ser humano al precipicio. Una que, pensándose el ombligo del mundo, pierde la perspectiva del estado general de las cosas. Un ingrato ser que no recoge las enseñanzas de sus ancestros. Un antojadizo engendro que no tiene conciencia del bien común. Una piltrafa que no ve más allá de sus narices. Una a la que yo no llamaría persona, la llamaría enfermedad del mundo, veneno de la tierra y plaga del planeta.

El otro día escuché en la tele que algunos fotógrafos especializados en naturaleza estaban en la encrucijada de plasmar la belleza o plasmar la realidad de tanta basura como hay por el mundo. Por amor de Dios... ¡¡¡¡basta ya!!!! No todos somos iguales. Ya va siendo hora de señalar ciertos comportamientos nefastos para el medio ambiente.

Para mí, la cáscara de plátano es la gota que colma el vaso. Desde hoy me propongo intentar luchar contra la basura en mi entorno, poniendo mi granito de arena. Iré pensando cómo, día a día..., sin prisa, pero sin pausa. ¿Os apuntáis?

Paloma Nevado

ANUNCIOS

Impresiones **MH**

Camisetas para Peñas, Fotocopias,
Pequeña Rotulación, Impresión digital,
Regalos personalizados, Pegatinas.

tfno: 625685779

em@il : tomiart64@hotmail.com

C/ Cruz Verde nº 3 Los Navalmorales



MAPFRE
LOS NAVALMORALES

C/ Real, 16
Tlf.: 925 40 42 01
Fax: 925 40 41 71
Whatsapp  658 571 822
hmoreno@mapfre.com



BAR - RESTAURANTE
-LA PARADA-

COMIDAS CASERAS
BAR LA PARADA

Avda. Príncipe de Asturias, 4 Tlf: 925 725 592
45140 LOS NAVALMORALES (Toledo)



BAR LOS FAROLES

 Los Navalmorales, Toledo.
Calle del Caño nº 32

 **925 40 40 76 / 686 996 858**

*Especialidad en arroces, cocido y
comidas de caza*




Carnicería
Pineda

Tfno: 925 405 075

C/ Hernán Cortés nº 8
45140 Los Navalmorales (Toledo)

Bar Terraza Capítol
desde 1935

C/Pelayo N 1 Los Navalmorales

Pedidos:

925404386 - 698954831



BAR PACHECO
LOS NAVALMORALES

TFS: 925 404488
676 565 530

Peluquería



Enredos

unisex

Iris
Telf.: 663534669

C/ Concepción 6
Los Navalmorales



MESÓN del cerro Pelón3

Tel.: 925 40 44 69 - 635 43 41 22 pelon3_meson@yahoo.com

C/ Concepción 35 (Los Navalmorales)

 Meson Pelon 1 Bar Tapas y Copas

Meson del Cerro Pelón 1
Tapas y Copas

C/ La Iglesia, 4
Los Navalmorales TOLEDO

925 40 44 69 - 670 64 42 58




CAFE BAR Acañada

Especialidad en:

- * DESAYUNOS
- * TAPAS
- * RACIONES ...

Tfno.: **642 479 844** 45140 LOS NAVALMORALES
Avda. Principe de Asturias, 26 (Toledo)



BAR HERRADERO

Tfns: 628 52 78 08 - 662 19 22 17

Plaza de Los Caños nº 10
CP-45140 Los Navalmorales -Toledo-

BAR EL CALLEJÓN

TAPAS Y COPAS

CALLEJÓN DEL CRISTO, 3 TEL: 658 81 54 36

¡ABASTECIMIENTO DE MEDICAMENTOS!



 **FARMACIA**
Ldo. Javier Cebas Gregorio

LLÁMANOS AL 925 404 982
javiercebas@redfarma.org
<https://www.farmacijaviercebas.es/>
C/ Concepción, 49, Los Navalmorales



Los Sánsanos, s.c.

* CHURRERÍA Y
* FÁBRICA DE PATATAS FRITAS

C/ San Francisco, 8
Tfno.: 925 40 40 95
45140 LOS NAVALMORALES (Toledo)

Todo para el descanso
Tapicería a medida, cortinas, colchonería, toldos, etc.



ÁNGEL SÁNCHEZ

C/Olivares, 39 CP 45140
Los Navalmorales, Toledo

925 40 43 53 665 662 659

angelsancheztapiceria@hotmail.com



Floristería Regalos Tere

Arreglos florales y eventos

Todo tipo de regalos

Productos ecológicos

PESCAÑERÍA FERNÁNDEZ



Tfn: 686371610
C/ Concepción 29
Los Navalmares (Toledo)

Peluquería



Inma
unisex

C/ Cervantes, nº12
Tlfno: 635 480369
45140 Los Navalmares



Comercial Javier
Tfno.: 670 557 555



unide
mejor y más cerca

**C/. Real, 11
Los Navalmares
(Toledo)**

 **925 40 41 13**




Panadería y Pastelería
HORNO TIA PEPA

C/ Soledad nº 2
 Los Navalmares (Toledo)
 Tlfn:Pili - 675 689 849 - Pepe - 699 519 686



Peinados Pili

Tlfn: 925 40 46 82 Móvil: 620 112 467

C/ Barrio nuevo nº 16
 45140 Los Navalmares (Toledo)



El Hilván
FELISA
GARCÍA FERNÁNDEZ

Tfno: 647 537 943

C/ Maestro Serrano nº 14
 45140 LOS NAVALMORALES (Toledo)



RELOJERÍA JOYERÍA
J. MIGUEL NUEVO

Tfno/Fax. 925 404783 - 617 024 665
 Email: josemiguelnuevo@hotmail.com

C/ San Francisco , 3
 45140 LOS NAVALMORALES (Toledo)

¡ANÚNCIATE CON NOSOTROS!

Esríbenos a mesa@losnavalmorales.com

FINCA
LA PONTEZUELA

Espacio Gastronómico de Finca La Pontezuela un lugar exclusivo, moderno y funcional, pensado para disfrutar de la mejor gastronomía de los Montes de Toledo, maridada con los ya reconocidos

AOVE 5 Elementos.



Finca La Pontezuela



“ Un homenaje a la **TIERRA**, la **TRADICIÓN** familiar, la **CULTURA** histórica y la **PERSEVERANCIA** en el campo. ”



LA MEJOR GASTRONOMÍA



FINCA LA PONTEZUELA

2X1 en la visita guiada al centro de interpretación con el código **FORJADERANO**.

(Válido hasta el 01/10/2024)



Descubre la cultura milenaria del olivar y deleita tu paladar con una cuidada cocina, los mejores sabores, texturas y aromas.





Mil flores

MIEL

LA SOLANA DEL SANTO

Producido en España
Castilla-La Mancha

Recolectada de colmenares propios

Conservar en lugar seco
Peso Neto: 1000g
PRODUCTOR PRIMARIO
RSEA-CLM N° 60.01804/45
Consuelo Martín Hontanar
Tel: 699 463 561 - Tel: 636 489 211
Calle Cruz Verde 15, Los Navalmorales, Toledo



Alojamiento rural "La Fragua del Sauce"

C/ Colombia, 8. Los Navalmorales de Pusa (TO)

Telf. 647 537 944 – 622 866 969

www.lafraguadelauce@gmail.com



Busto de Don Tomás Costa

PATRONATO TOMÁS COSTA, MEDIO SIGLO DE HISTORIA AL SERVICIO DE LOS NAVALMORALES



Edificio original del Patronato



Edificio nuevo (ampliación del original)