

hablamos

Revista de la Delegación de Mujer de San Sebastián de los Reyes

Mayo 2008. Número 14



**Se cumplen 200
años del
2 de mayo
en Madrid**



Nuevas tallas para
todos los cuerpos



El personaje:
Doris Lessing, nobel
de literatura



Nuevo siglo, nuevos
tipos de familia

CARTAS A LA DIRECTORA

Carta a María Eugenia

Nuevamente nos hacemos eco, con rabia e indignación, de la muerte de una mujer a manos de su pareja. María Eugenia, que así se llamaba, aunque ecuatoriana de nacionalidad, residía en San Sebastián de los Reyes. Recibió de su ex pareja una puñalada que le costó la vida. Con ella ya son 20 las mujeres asesinadas en lo que va de año. ¿Cuántas más hay que esperar para que se busquen soluciones efectivas, para impedir más muertes absurdas, tanta violencia generada hacia la mujer por algunos hombre es incomprensible?. Las mujeres no somos objetos somos personas. Desde aquí un grito "Basta ya" de tantas muertes, "Basta ya" de lamentarnos todos los días. Que desde los organismos competentes se tomen medidas ya, para poder paliar estas muertes inocentes. Que puedan salir tranquilamente a sus puestos de trabajo, a la calle sin tener el miedo de encontrarse con sus maltratadores. Pedimos desde nuestra

humilde revista que se escuche a las mujeres que están sufriendo. Sirva la presente como recuerdo homenaje a esta nueva víctima, María Eugenia.

Mercedes G.

MANUELA, una gata abandonada.

Hace un año, mi vecino Manuel venía del polideportivo y se encontró con más diez gatitos abandonados. Era invierno, hacia mucho frío, la cogió y se la trajo a su casa y aquí se quedó. Yo jamás había tenido un gato. Es alucinante el cariño que te puede dar un animal. Mi hijo estaba enfermo con una depresión le hizo mucha compañía, pues al estar al lado de mi casa se pasaba todos los días y estaba con él. Es muy lista, entiende todo, pasa a casa cuando hace frío, duerme en el sofá, se pasea por la terraza y se sienta en una silla con su cojín cuando hace sol; que parece que es suya. En casa la queremos todos.

Mari Cruz G.

LA IMAGEN

THOMAS BEATI ES Y SERÁ, PARA TODA LA HISTORIA, EL PRIMER HOMBRE EMBARAZADO.

Considerado por especialistas y muchos familiares del propio Thomas como una aberración médica, lo cierto es que es un caso único que demuestra una vez más lo complejo y que aún resulta ser el cuerpo humano. La historia de Beati merece cuanto menos, un libro con su nombre: una mujer que no se sentía como tal y que decidió someterse a un cambio de sexo, pero donde sólo se quitó el pecho, dejando intactos los órganos reproductores femeninos. Pasado los años esta decisión le permitió que, al su actual pareja no poder quedarse embarazada, intentarlo él (o ella) sometiéndose a una inseminación artificial. El resultado, contra todo pronóstico, fue conseguir que ella se quedara embarazada: Un hombre que se siente hombre pero que ha conseguido hacer lo único que, al



menos hasta ahora, sólo podíamos hacer las mujeres. La principal duda que surge es saber cómo debe sentirse el propio afectado, al estar realizando algo inherente a la mujer, cuando fue él quien, por voluntad propia, decidió suprimir parte de esa naturaleza femenina al no sentirse mujer. Una extraña paradoja que sólo el tiempo dirá si es una locura, o una puerta que se ha abierto y traerá más casos en el futuro.

Nacidos para ser olvidados

En el presente número de la revista "Hablamos" hemos querido centrarlo en el bicentenario del levantamiento del pueblo español contra las tropas francesas, con un particular interés en aquellas personas que, sin ser grandes generales ni reyes, sino simples campesinos o amas de casa; pasaron a la historia por su arrojo y valor. Muchos de esos nombres los conocemos aunque sólo sea por haberlos visto en las placas de muchas calles de Madrid, como son Manuela Malasaña o Clara del Rey. Sin embargo, una no puede dejar de pensar en ese tanto otro número de personas que dieron también sus vidas en aquellos fatídicos días, y cuyos nombres no han pervivido en el tiempo, tal vez ni siquiera dentro de sus propios descendientes.

Y antes esto surge la pregunta de qué es lo que hace que ese pequeño grupo de privilegiados alcance la fama y la posibilidad de entrar en los libros de Historia, cuando no ha hecho ni más ni menos que tantos otros compatriotas. E incluso, yéndonos a aspectos más livianos, cuántas veces habremos visto que personajes sin pena ni gloria: cantantes, escritores, actores, políticos... alcanzan la cúspide de la fama (aunque sólo sea durante sus tres minutos de gloria), cuando hay tantos otros, muchos que incluso conocemos de forma cercana, que se saben son tan buenos o incluso mejores que aquellos que han tenido la suerte de alcanzar la fama.

¿Por qué unos sí y otros no? ¿Depende todo de la buena estrella que tengamos al nacer? ¿De los odiosos "enchufes" que tanto ayudan a los que menos se merecen? ¿O simplemente hay que creer que todos pueden llegar a ser un nombre en la Historia con tal de que se lo propongan? Siendo optimistas diríamos que sí, por supuesto. Aunque muchas veces, el día a día, nos haga pensar lo contrario.

HABLAMOS

HABLAMOS

Mayo de 2008. Nº14



EDITA

Delegación de Mujer de San Sebastián de los Reyes.

DIRECCIÓN

Susana Longarela.

REDACCIÓN

Ana María Argudo, Begoña Ramos, Carina Björne, Bárbara Cruz, Isabel Pérez, Lidia Elena, Malu Arcos, María Cruz García, Mercedes García, Pilar García, Pilar García Moncalvillo, Rosa Giménez.

FOTOGRAFÍA

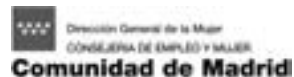
Ana María Argudo.

DISEÑO GRÁFICO

Álvaro de la Paz.

SUGERENCIAS

Para realizar cualquier sugerencia a la redacción de la revista HABLAMOS, pueden enviar un correo electrónico a la siguiente dirección: hablamosrevista@yahoo.es. También pueden hacerlo a través del teléfono: 687 884 442



M-50 por La Dehesa, la polémica está servida

Esta vía será el cierre del quinto cinturón de Madrid, entre la A-1 y la A-6. Tendrá una longitud total de 32,8 Kms y supondrá un coste de 2.300 millones de euros.



La nueva vía contará con 3 túneles, uno de ellos bajo el Monte del Pardo de 10 Kms de longitud, el que más polémica ha levantado entre el Ministerio de Fomento y el Gobierno de la Comunidad de Madrid, por motivos medioambientales.

Este proyecto siempre ha sido objeto de desencuentro entre la Comunidad de Madrid y el Gobierno Central. Al Ministerio de Fomento nunca le gustó el citado proyecto, de hecho a principios de 2006 el Gobierno planteó un conflicto de competencias al Tribunal Constitucional que aún no se ha resuelto. Los túneles tendrán 3 carriles por sentido, con galería de emergencia para evacuación, estará terminado en 2012, incluirá hasta 49 puentes y viaductos, se usarán neumáticos reciclados para su asfaltado y tendrá un plan de enterramiento del tendido eléctrico.

Tanto el grupo socialista, IU y ecologistas de la Comunidad de Madrid se oponen al proyecto. También la Comisión Europea investiga si el citado plan vulnera la legislación medioambiental, ya que el Monte del Pardo está protegido por la Unión Europea, forma parte de la Red Natura 2000, dentro del LIC (lugar de interés comunitario) de la cuenca del río Manzanares.

¿Cómo afectará esta nueva vía a nuestra localidad?

El túnel que pasará por nuestra localidad transcurrirá por la Dehesa Vieja y tendrá una longitud de 2,4 Kms. El alcalde, **Manuel Angel Fernández del**

Partido Popular, ha anunciado que "peleará" para que el cierre de la M-50 no divida en dos a la Dehesa Boyal. Así mismo afirma "estar en contacto permanente con la Comunidad de Madrid y con la empresa que ejecutará la obra, para que al menos el 80% de esta vía esté soterrada" a su paso por Sanse. Para el alcalde esta obra es necesaria y cree que traerá importantes beneficios a nuestra ciudad.

No opina así el grupo de la oposición Izquierda Independiente que piensa que se ha ocultado información sobre los avances de la M-50 y que han conocido la memoria del proyecto a través de organizaciones ecologistas. El portavoz de este grupo en el Ayuntamiento, **Rubén Holguera** afirmó que "si nos hubiesen facilitado la información podríamos haber aportado ideas y apoyo para evitar que la M-50 secciona el municipio".

Entre los vecinos de San Sebastián de los Reyes hay, también, divergencia de opiniones **Leopoldo Alcaraz**, encargado de mantenimiento de la urbanización Rosa Luxemburgo asegura que: "Mi posición sigue siendo la misma que vienen defendiendo unitariamente hace años el propio Ayuntamiento, los partidos políticos, sindicatos, ecologistas, ONGS, Asociaciones de vecinos y el conjunto del movimiento popular: un NO rotundo al trazado que ha hecho público la Comunidad de Madrid el pasado mes de febrero. No, porque la M-50 sería un desdoblamiento innecesario de la M-40; no, porque el trazado que se pretende imponer causaría graves daños al Polideportivo de Sanse, al nuevo parque, a la Dehesa Boyal, a la vía pecuaria, a la urbanización Rosa Luxemburgo y demás poblaciones colindantes y a espacios naturales de gran importancia medioambiental. Si al final el Gobierno central no lo impide y se impone el trazado de **Esperanza Aguirre**, deberíamos rechazar el falso túnel que plantea la memoria elaborada por Mintra y exigir un túnel subterráneo de un trayecto superior a los 2.075 m. que consta en la citada memoria".

Para **Elena Sánchez**, sin embargo, "todas las obras causan perjuicios a alguien pero, en todo caso, muchas son necesarias y dados los problemas de acceso que hay y habrá a la capital, cuantos más accesos se hagan, mejor".

La Tierra se derrite

Todos debemos concienciarnos que el agua, es un bien que escasea por lo que debemos cuidarlo. Si no hacemos nada para remediarlo, el clima global, se verá seriamente alterado.

Constantemente y sin que nos demos cuenta la Tierra está sufriendo continuas transformaciones y daños que serán irreversibles por lo que no es un hecho sino una realidad. Sólo tenemos que observar que la temperatura actual, llega algunos días a los 30°C superados estos en muchas ocasiones. No nos resultaría sorprendente si se tratase de un mes de verano, pero estamos hablando del principio de primavera.

Las altas temperaturas que registramos es debido a la concentración de los llamados gases invernaderos como el dióxido de carbono, metano, óxido nítrico y otros. Estos van atrapando cada vez más radiación infrarroja que harán que aumente la temperatura planetaria entre 1,5 y

4,5 °C. Como consecuencia traerá alteraciones en los ecosistemas globales, afectando a los seres vivos, plantas y animales. Debido a ello, muchas plantas y animales se extinguirán, afectará a la precipitación global, y en los seres vivos será un foco de continuas enfermedades. La capa de ozono es imprescindible para la vida de la Tierra ya que su función es la de filtrar los rayos ultravioletas procedentes del Sol.

En la Antártica la pérdida asciende ya al 70%, si seguimos así no podremos volver a ver la imagen de los pingüinos refrescándose en el mar, por ejemplo. Esto ha conllevado a una reacción gubernamental mundial para poder buscar soluciones a esta crisis. Por lo que se firma en 1997 el Protocolo de Kioto en la Conferencia de la Onu en el que los Gobiernos se comprometen a disminuir en 5,2 las emisiones de gases contaminantes, con dos grandes ausencias E.E.U.U. y Australia.

No es extraño saber de pueblos que ya sufren restricciones debido a la escasez de lluvias, lo que provoca la falta de agua.

RECOMENDACIONES

Si no lo remediamos la tierra se derrite por lo que a continuación os exponemos diez consejos que desde el Canal de Isabel II, nos proponen concienciarnos del ahorro del agua, ¡tú decides!

- 1 Cuando te laves los dientes, utiliza un vaso. No dejes el grifo abierto. Llena moderadamente el lavabo para lavarte la cara, las manos o afeitarte. Ahorrarás 12 litros al minuto.
- 2 No uses el inodoro como cubo de basura, coloca una papelera. Ahorrarás de 6 a 12 litros cada vez.
- 3 Cierra levemente la llave de paso de vivienda, no apreciarás la diferencia y ahorrarás una gran cantidad de agua diariamente.
- 4 Repara los grifos o ducha que gotean o cámbiales por sistemas monomando. Ahorrarás una media de 170 litros de agua al mes. Pon dispositivos de ahorro en los grifos y duchas, reducirás el consumo casi en un 50%.
- 5 Utiliza la lavadora y el lavavajillas con la carga completa y el programa adecuado. Cuando lavas a mano consumes un 40% más de agua.
- 6 Riega tus plantas y el jardín al anochecer o amanecer. Utiliza sistemas de riego automáticos, por goteo.
- 7 Instala una cisterna de doble pulsador. Reducirás a la mitad el consumo de agua.
- 8 Dúchate en vez de bañarte y cierra el grifo mientras te enjabonas. Ahorrarás una media de 150 litros cada vez.
- 9 Ponte en contacto con el Canal de Isabel II, en el número 9000 CANAL, para comunicar pérdidas de agua.
- 10 Utiliza siempre el sentido común y no desperdices ni una gota de agua.

El ser humano es el que tiene la responsabilidad de recuperar el planeta, la solución está en tus manos ¡tú decides!

La terapia de los cuencos de cuarzo

El sonido se ha utilizado desde tiempos inmemoriales con una finalidad que va mucho más allá de la mera musicalidad. Son muchas las tradiciones en el mundo que muestran el sonido como una fuerza creadora primordial. En la antigua Grecia, Apolo era el dios de la música y de la medicina. Había templos de sanación en los que la música se consideraba la principal fuerza para armonizar el cuerpo y el espíritu y, de esta manera sanar.

Los sacerdotes del antiguo Egipto conocían cómo utilizar el poder del sonido para despertar y reequilibrar los centros energéticos del cuerpo. En la tradición sufi gozan de una enorme riqueza y complejidad las aplicaciones del sonido para el bienestar físico y espiritual y para ellos es "Ghiza-I-ruth" ("alimento para el alma").

Son, pues, muchas las culturas y tradiciones en todo el mundo que han conocido el poder de la música y el sonido como un valioso medio de sanación y desarrollo espiritual. Creían que los males del cuerpo tenían una raíz más profunda. La enfermedad era para ellos una desarmonía en la energía de la persona relacionada con el espíritu.

En nuestro mundo todo es energía, de una u otra forma. Cuando energías de vibración similar se unen, tenemos materia constituida. Toda la materia está compuesta de partículas en movimiento y en diferentes frecuencias.

Nuestro organismo, igualmente está creado de estas partículas, nuestros órganos, tejidos, músculos, etc. Si algo, como una comida en mal estado entra en el cuerpo, puede alterar el modelo de vibración normal de órgano, sistema, o el propio cuerpo entero. En estas ocasiones, el cuerpo necesita algo que lo restaure a su modelo vibratorio original. Aquí es donde la llamada medicina vibracional puede obrar milagros. Como medicina vibracional existen diferentes técnicas, todas ellas nada agresivas y en afinidad con nuestra energía, tratamos al cuerpo con "lo igual", lo semejante.

En definitiva la enfermedad no es más que una desarmonía energética. Restaurando esta energía con sus propios patrones, el cuerpo recobrará la salud.

Cada célula y cada órgano del cuerpo está continuamente vibrando a una determinada frecuencia. Cuando un órgano está sano su frecuencia vibratoria está en armonía con el



resto del cuerpo. Cuando esta frecuencia se altera, se rompe esta armonía y aparece lo que conocemos como enfermedad.

Con los **CUENCOS DE CRISTAL**, la oscilación del sonido, y la resonancia en el cuerpo, efectúa un micromasaje de todos los sistemas, tejidos y células del cuerpo.

Esto a su vez, equilibra y mejora la circulación de la sangre, el metabolismo, el equilibrio endocrino, etc. Se produce una corriente electromagnética, mientras se crea una relación íntima entre el sistema circulatorio y el sistema nervioso, llegando a la zona afectada y restaurando el desequilibrio energético.

El sonido envuelve el cuerpo como una ola, proporcionando una experiencia

Similar a un masaje enormemente sutil o a una profunda y serena meditación.

El sonido de un cuenco de cristal de cuarzo es multidireccional: parece que va a un oído, luego al otro, luego detrás, más tarde parece que viene del suelo, producen una onda sinusoidal pura y su sonido se expande hasta un kilómetro de distancia, y puede durar varios minutos antes de extinguirse.

Las personas que experimentan los efectos de los cuencos de cuarzo describen su experiencia como una gran relajación física y mental.

Las vibraciones de los cuencos de cuarzo activan nuestras células y penetran profundamente dentro de nuestro Ser. Este sonido pasa a través de nuestro cuerpo y nos hace vibrar. Producen importantes desbloques en el cuerpo físico y energético, por lo que se utilizan como una importante herramienta terapéutica.

Dejarse llevar por los sonidos

Xavier es uno de los privilegiados que ha podido probar este tratamiento. Para él, en una sesión de cuenco-terapia lo fundamental, como paciente es "olvidarse de todo y dejarse llevar por los sonidos que salen de los distintos cuencos; estás tumbado y con los ojos cerrados y se trata de sentir más que de

pensar". Según su experiencia la sensación no puede ser más gratificante: "A nivel físico, el sonido de los cuencos te envuelve y poco a poco te va llevando a un estado de ensoñación. Si te colocan un cuenco lo suficientemente cerca, puedes sentir las vibraciones en tu piel. A nivel mental, te vas relajando, y el zumbido de los cuencos te va llevando por caminos, recuerdos y sensaciones que poco a poco van transformándose en una paz y silencio interiores, que muchas veces acaban en un sueño profundo".

Una vez acabada la sesión los pacientes se sienten "como si uno hubiera tocado la quietud interior, y los problemas cotidianos parecen tener menos importancia, sales flotando, con una sonrisa en la boca."

El propio Xavier recomienda algunos lugares dónde podemos recibir tratamientos de cuenco-terapia: "Como centro os puedo indicar a Marisol Mora Brihuega en Urb. La Ponderosa de la Sierra. C/ Sta. Catalina, 143. Mataelpino Tf. 91-8573870 y 678320367. Y si alguien está interesado en un curso, la escuela se llama Yaray Kokeba en El Escorial. www.yaraykokeba.com".

¿PARA QUÉ ESTÁ INDICADO ESTE TRATAMIENTO?

- Problemas óseos/musculares: artrosis, fibromialgias, roturas.
- Problemas circulatorios.
- Problemas del sistema nervioso: dislexia, parkinson.
- Problemas de la mujer: menopausia, reglas dolorosas, amenorrea, etc.
- Alivio del estrés y la ansiedad, depresión, tristeza y apatía.
- Fortalece el sistema inmunológico.
- Equilibran los hemisferios cerebrales.
- Cáncer en distintas manifestaciones.
- Mejora la sinusitis y los dolores de cabeza.
- Etc.

200 años del grito del pueblo español (1808-2008)

En este año se cumplen doscientos del comienzo de la Guerra de la Independencia. Conflicto que enfrentó entre 1808 y 1814 a España, bajo el reinado de Carlos IV, con el primer Imperio francés, gobernado por Napoleón Bonaparte.

UN POCO DE HISTORIA

El origen de esta contienda podemos encontrarlo en el levantamiento del pueblo de Madrid el 2 de Mayo de 1808. La debilidad de la monarquía española en ese momento, representada por el rey Carlos IV enfrentado a su hijo Fernando, fue aprovechada por Napoleón para usurpar el trono de España y sentar en él a su hermano José Bonaparte. Esta fue la causa principal del levantamiento del pueblo español contra los franceses, que lucharía para conseguir la vuelta de Fernando VII como rey de España.

HEROÍNAS DEL DOS DE MAYO:

Durante los terribles acontecimientos de la noche del 2 y del 3 de mayo, fueron muchos los españoles que dieron su vida por evitar la entrada del ejército francés. De entre ellos, también resuenan el nombre de varias mujeres, pero de las que realmente no conocemos su historia. Aprovechamos la celebración del bicentenario para dar a conocer sus respectivas historias:

Manuela Malasaña: (1791-1808) como muchos jóvenes madrileños, se sumó a la



defensa del parque de artillería de Montealeón (actual plaza del 2 de mayo), donde fue detenida y más tarde ejecutada por haberle encontrado un arma en su poder (unas tijeras, pues era bordadora). El hecho de que esta joven, conocida en el barrio por su simpatía, muriera tan joven y entregando su vida a la causa de la libertad hizo que se creara en torno a ella toda una leyenda de heroína, pese a que vivió poco para poder desempeñarla.

Clara del Rey: (1765-1808) también dio su vida en el parque de Artillería de Montealeón la noche del 2 de mayo, donde animó y ayudó en lo que pudo a los defensores, junto a su marido y tres hijos. De todos ellos, sólo dos hijos sobrevivieron. Fue enterrada en el cementerio de la Buena Dicha. En la fachada de la iglesia del mismo nombre (C/ Silva, 25) existe una lápida conmemorativa.

Agustina de Aragón (1786-1857): Una de las grandes heroínas de la contienda contra los franceses. En Zaragoza acudió junto a muchas otras mujeres para atender a los numerosos heridos que habían caído intentando defender la puerta del Portillo. Habiendo caído todos los defensores, y siendo la situación ya desesperada, consiguió disparar un cañón sobre las tropas francesas que corrían sobre la entrada aparentemente indefensa. Ante esto, el ejército francés, temiendo una emboscada, se batió en retirada y nuevos defensores acudieron a taponar el boquete, defendiéndose la ciudad una vez más. Murió en la ciudad de Ceuta en el 1856, y no fueron trasladados a

Zaragoza hasta 1870, permaneciendo un tiempo en la basílica del Pilar, y más tarde en la capilla de la anunciación de la Iglesia de Nuestra Señora del Portillo, donde aún se conservan y veneran como los de una gran heroína y símbolo de la resistencia española contra los invasores napoleónicos.

2 DE MAYO EN SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

Buscando en los archivos de San Sebastián de Los Reyes, descubrimos que durante tal feroz contienda, el pueblo de San Sebastián se vio obligado a dar alojamiento forzoso al ejército francés el tiempo que duró el conflicto. Así mismo, según nos cuenta el archivo central, hubo un "Repartimiento para hacer 300 morrales entre los vecinos de San Sebastián de los Reyes desde el día 18 de agosto hasta las nueve de la mañana del día 19, destinados a la División de Juan Martín "El Empecinado"".

OTRO 2 DE MAYO

Sin embargo, fue otro dos de mayo el que marcó una mayor trascendencia en el pueblo de San Sebastián de los Reyes. Ese fue el 2 de mayo de 1492.

Meses antes de ese día decisivo, unos valerosos habitantes de la localidad de Alcobendas, que se habían cansado del yugo al que estaban siendo sometidos por el señor de aquellas tierras, el señor Don Juan Arias Ávila, decidieron marcharse del pueblo e instalarse en las tierras cercanas a la ermita dedicada a San Sebastián. Ante tal desfachatez, el señor de Alcobendas les había estado persiguiendo y haciendo la vida imposible por haberse atrevido a dejar sus tierras.

Viendo que el sometimiento del señor de Alcobendas no iba a parar nunca y sabiendo que los Reyes Católicos iban a pasar por la localidad, algunos aldeanos decidieron suplicarles amparo. Sus majestades les escucharon atentos y decretaron la realización de una real cédula en Medina del Campo, el 2 de mayo de 1492, decretando la



fundación de una localidad denominada San Sebastián de los Reyes, en agradecimiento a los Reyes que les habían dado amparo.

LA EXPOSICIÓN

Con motivo del bicentenario del levantamiento del pueblo español, el centro de exposiciones Canal de Isabel II ha organizado una exposición que, a partir del 26 de abril, recorrerá los hechos acaecidos durante los días 2 y 3 mayo. Unos hechos trágicos pero que mostraron más que nunca la férrea voluntad del pueblo español a no ser sometidos por el ejército invasor, incluso cuando no contaban con el apoyo de su rey ni de su ejército.

No en vano esto es lo que más recuerdan los historiadores al narrar la guerra de independencia. Esto es, que fue el levantamiento espontáneo del pueblo español, armado con cuchillos de cocina y tijeras, frente a un ejército francés que en más de una ocasión dirían "no nos entrenaron para luchar frente a un pueblo". La exposición ha contado con la inestimable ayuda del escritor y académico Arturo Pérez-Reverte, coincidiendo con la reciente publicación de su último libro "Un día de cólera", donde precisamente se narran las vivencias de los hombres y en especial de las mujeres que participaron en el levantamiento, basándose en los hechos reales que ha conseguido reunir tras una ardua búsqueda en archivos y documentos históricos.

La guerra de las tallas

A medida que las vacaciones de verano se acercan la carrera por cuidar (o ser esclavas de nuestro cuerpo) se pone al rojo vivo. Desde las dietas más inverosímiles, pasando por productos adelgazantes y llegando incluso a operaciones de estética. Y todo por ser capaces de entrar en un bañador o unos vaqueros de una talla cuanto más pequeña mejor.



La tiranía de las tallas

Parece mentira que un diminuto trozo de tela adherido a una prenda tenga tanto poder sobre nosotras. La talla, ese numerito que es capaz de conseguir muchas veces acabar con nuestra autoestima y la confianza en nosotras mismas. Y es que vivimos en una sociedad donde perder una talla es un triunfo, pero ganarla lo consideramos una auténtica tragedia.

En la actualidad la medida de las distintas tallas es muy relativa. Es bien conocido aquello de que una misma talla puede variar en función de quien sea el fabricante. También se da el caso de que dentro de un mismo establecimiento la misma talla cambia sus medidas si la buscamos en la sección de "Señoras" o en la de "jóvenes".

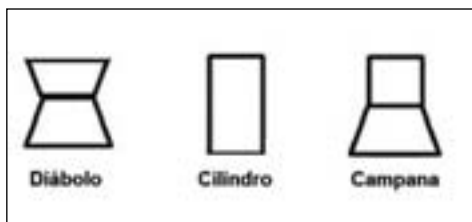
Nuevo tallaje español

Para intentar acabar con todo esto el Ministerio de Sanidad presentó hace unos meses un estudio realizado en el Instituto Biomecánico de Valencia, donde se tomaron medidas a 10.415 mujeres de entre 12 y 70 años.

De este estudio se desprende que el 40% de las mujeres tienen problemas para encontrar tallas de ropa. Y es que las tallas actuales datan de 1972 y no se ajustan al perfil físico de las españolas en la actualidad. Pongamos como ejemplo la estatura: Cada década la población femenina es 1 centímetro más alta. En la actualidad las chicas de entre 18 y 19 años miden un promedio de 162,6 centímetros.

Diábolo, Campana, Cilindro

Vamos hacia la desaparición de las tallas actuales para tratar de encontrar otros modelos que satisfagan a las mujeres de hoy. Estas nuevas tallas responderán a tres cate-



gorías anatómicas que se dividen entre el tipo diábolo –pecho y cadera simétricos, pero cintura más estrecha-, campana –pecho y cintura simétricos, cadera más ancha- y cilindro –total simetría-. Estos son los tres morfotipos presentados por el Ministerio de Sanidad y que el Gobierno español quiere proponer a la Unión Europea. Esta nueva distribución anatómica será relevante para el sector del diseño y la confección de nuestro país, que tendrá que vestir según el estudio a un 36% de mujeres tipo cilindro, a un 39% de estructura diábolo y a un 25% con forma de campana.

La organización de consumidores FACUA ha pedido una norma que unifique tallas y vincule a todas las empresas que fabriquen y vendan ropa en España.

Juegos peligrosos

Nació en Inglaterra, pero esto es lo de menos ya que actualmente con Internet no hay fronteras. Se trata de un juego ¿didáctico? que aparece en una página web dirigida a niñas entre 9 y 16 años y que propone crear y hacer evolucionar a un personaje virtual, casualmente una chica. La evolución de Miss Bimbo, que así se llama la protagonista, consiste en mantenerla en su peso ideal, para ello si fuera necesario tomará pastillas adelgazantes o incluso recurrirá a la cirugía estética. Pero esto no es todo, además de mantener un cuerpo de escándalo la srta. Bimbo tiene otros objetivos en la vida, como por ejemplo llegar al nivel 17 del juego: “Hay un millonario de vacaciones... ¡Debes conseguir que se fije en ti y se enamore!. Suerte... Pero para llegar hasta aquí ha tenido que superar primero el nivel 9: “Someteté a una operación de cirugía estética para obtener una nueva cara” y el 11: “¡Cuánto más grande mejor!, operaté el pecho”. Sin comentarios... Por todo ellos múltiples Asociaciones de Padres de Gran Bretaña han criticado duramente este juego

porque creen que una niña de 9 años puede ver en este personaje un buen modelo de conducta y es entonces cuando el juego puede convertirse en algo peligroso.



CURIOSIDADES

- **Sabías qué:** Si las maniqués de las tiendas fueran mujeres reales, serían demasiado delgadas para menstruar.
- **Sabías qué:** Hay 3 mil millones de mujeres que NO tienen cuerpo de supermodelos, y solamente 8 que sí lo tienen.
- **Sabías qué:** Si Barbie fuera una mujer real, sus proporciones la obligarían a caminar a gatas, sus piernas no podrían sujetarla de pie.
- **Sabías qué:** La mayoría de las fotos de las modelos que salen en las revistas están retocadas, NO son perfectas.
- **Sabías qué:** Las modelos de hace 20 años pesaban un 8% menos que la mujer común. Las de hoy en día pesan un 23% menos.

El mes de las flores

El mes de Mayo es por antonomasia, el mes de los colores, las formas, la luz, la alegría, es decir, es el mes de las flores. No hay parque que no cambie de color y aspecto. No hay balcón que no se engalane con sus mejores bondades ni pradera o valle que no nos invite a pensar en un lindo cuadro de algún pintor. Todo ello nos lo proporciona la generosidad, con que nos agasaja la naturaleza, materializada en la hermosura de las flores. Su olor, nos embriaga y nos transporta proporcionándonos un grandioso bienestar.

La mano del hombre que sabe apreciar esta belleza, nos la trae contenida en recipientes enzarzando distintas composiciones y adaptando su propia habilidad al servicio de un arte. El nombre de este arte se llama Ikebana.

IKEBANA

FLOR VIVA COLOCADA

Ikebana, es el arte de colocar flores vivas, y proporciona una sensación de belleza y paz, representando los más sublimes estados mentales y emocionales a los que el ser humano puede aspirar.

La palabra Ikebana proviene de los vocablos Ikuru (vivir) y Hana (flores en rama). Aunque su nombre original era Ka-do, que significa "El camino o sendero de las flores".

Es un arte milenario que tiene su origen en las ofrendas florales a los kami (espíritus de la naturaleza) por parte de los indígenas en su práctica de adoración a la naturaleza.

En el siglo VI, el budismo alcanzó las costas del Japón a través de China y Corea adoptándose como religión oficial, en coexistencia con el shintoísmo, (religión indígena).

A principios del siglo VII, Onnohimoko, un diplomático chino, se retiró y se transformó en el principal sacerdote del templo Rokakudo a las afueras de Kyoto. Tomando el nombre de Senmu, construyó una pequeña cabaña junto a



un lago, el lago Ike-no-bo, cerca del templo, incluyendo entre sus trabajos composiciones florales en recipientes, que ofrecía a los dioses como ofrenda.

Senmu, está considerado como el primer maestro de ikebana y el nombre de la primera escuela, se tomó de su humilde morada.

Sencillez, equilibrio y belleza

El Ikebana, es mucho más que un adorno floral, es una representación de las áreas espiritual-cognitivas del hombre y de la naturaleza en sus prácticas meditativas y contemplativas.

En el Ikebana, se conjugan tres elementos que nos otorga la naturaleza: sencillez, equilibrio y belleza. Es un camino de autorrealización, es embarcarse en un sendero de autoexploración. Sus raíces descansan en el profundo sentido que los japoneses tienen del paisaje y su respeto al poder de la naturaleza encarnado en las montañas, piedra, árboles y su respuesta a la fragilidad, fuerza y belleza de los árboles y las flores. Estos sentimientos están expresados en la religión indígena "el Shinto".

Los primeros datos de estas composiciones florales son pinturas grabadas en piedra con la flor de loto y en recipientes como jarrones de bronce. En cuanto al primer texto escrito, data del siglo XV en un libro de poesía KoKim Waka Shu, a partir de este siglo comienza a desprenderse del sentido religioso inclinándose al lado más filosófico.

PERSONAJE

Doris Lessing un nobel merecido y tardío

Premio Nóbel de Literatura 2007 y Príncipe de Asturias de las Letras 2001

Aunque tardío, el Nóbel le llega a los ochenta y ocho años, este premio es un reconocimiento a la labor de esta escritora adelantada a su tiempo en temas como la lucha por la igualdad de la mujer, el racismo o el idealismo político.

Doris Lessing nació en Irán el 22 de Octubre de 1919, donde su padre, capitán del ejército británico estaba destinado. En el año 1924 la familia se traslada a Rhodesia (hoy Zimbabwe). Allí vivió durante 30 años. Los recuerdos de su infancia y adolescencia son ambivalentes. Por un lado está la difícil relación con su madre, persona estricta y severa, por otro están aquellos momentos en los que descubre y disfruta la naturaleza en compañía de su hermano Henry.

Juventud

A los 15 años y huyendo siempre del autoritarismo materno Doris comienza a trabajar como auxiliar de clínica. Es por esta época cuando empieza a escribir sus primeros relatos que vende a distintas revistas. A los 18 se va a Salisbury donde trabaja como telefonista. A los 19 se casa por primera vez y tiene dos hijos. En 1943 se divorcia, al año siguiente contrae matrimonio con Gottfried Lessing, exiliado alemán y militante comunista, de esta unión nace su tercer hijo.

A los 36 años regresa a Inglaterra con su hijo pequeño y comienza su carrera como escritora.

En 1956 se le prohíbe la estancia en Afrecha del Sur, por sus críticas constantes e implacables.



Su obra

La obra de Doris Lessing tiene mucho de autobiográfica (su infancia, sus vivencias políticas, su amor por Afrecha) Los temas de sus novelas se centran en los conflictos culturales, las injusticias por racismo, la situación de la mujer, entre otros.

En 1950 ya había publicado "Canta la hierba". Con esta novela se abre camino en el mundillo literario londinense. En esta época pasa fugazmente por el partido comunista británico, pero pronto la política le decepciona y en 1954 abandona el partido definitivamente.

Pero sin duda su libro más conocido es "El Cuaderno Dorado", publicado en 1962, esta obra la lanzó a la fama y la convirtió en icono de las reivindicaciones feministas. Aunque Lessing siempre ha querido dejar claro que el propósito de su obra no es político, sino puramente literario y suscribe la máxima de la también escritora británica Virginia Wolf: "Las escritoras serán libres cuando, sentadas a escribir, no piensen si escriben o no como mujeres".

Regreso a África

En 1995 y 66 años de edad regresa a África del Sur para visitar a su hija y nietos y dar a conocer su autobiografía. Fue recibida con los brazos abiertos por un país, que ironías de la vida, 40 años antes la había expulsado por los temas tratados en sus libros.

Mujer separada, no te encierres

Este es el eslogan de A.C.A.M.S., (Asociación para la Cooperación y Amistad de la Mujer Separada) que nació en 1992, cuando un grupo de mujeres separadas, que formaban parte de una asociación mixta de divorciados, se dieron cuenta de que las mujeres separadas tenían problemas y necesidades distintas a la de los hombres divorciados, y que por tanto era necesaria la existencia de una asociación centrada sólo en las mujeres separadas.



La asociación A.C.A.M.S. nació para ayudar a las mujeres separadas. "Cuando una mujer se separa, en la mayor parte de los casos, tiene que empezar a replantearse de nuevo su vida y, generalmente, se encuentra sola" comenta Mercedes Zapatero, presidenta de la asociación desde 1997 "A.C.A.M.S. se creó para que las mujeres separadas pudieran encontrar, no sólo un lugar donde ir a contar sus problemas, sino también para que pudieran hacer nuevas amistades que les permitieran no encontrarse solas nunca más"

Con el tiempo, la asociación comenzó a acoger, no sólo a mujeres separadas, sino también a viudas o incluso solteras, que encontraban en ACAMS a un grupo de amigas con las que compartir experiencias y pasar ratos de ocio.

Entre las diversas actividades que realiza la asociación destacan El taller de psicología (dirigido por una psicóloga), charlas con la abogada (María Jesús Fernández Boronat, quien colabora con la asociación desde el año 2000), charlas de historia, arte y mitología (dirigidas por María Isabel Moreno colaboradora de la asociación y socia de honor) o coloquios a los que puede acudir cualquier mujer que quiera participar.

Otra parte fundamental son las excursiones que "se comenzaron a hacer con el propósito de servir como impulsor del conocimiento y convivencia entre las socias. Ya que no es lo mismo coincidir dos horas a la semana, que convivir durante un día entero" indica Mercedes "Gracias

a ellas, muchas de nuestras socias se han convertido en verdaderas amigas", lo cual no hace sino dar la bienvenida a las nuevas socias, que llegan sin conocer a nadie. En principio estas excursiones están pensadas exclusivamente para las socias. Pero si en alguna ocasión quedan plazas libres, se anuncia en las revistas locales y están abiertas a todas las mujeres que lo deseen.

Proyectos futuros

Entre los futuros proyectos, pues ACAMS se define como una Asociación en constante movimiento, destaca la reciente creación de un taller de literatura, donde Alberto Baena, responsable de la actividad, introduce a las socias en el mundo de la literatura creada por mujeres.

Destaca también la publicación de un periódico trimestral realizado íntegramente por las socias, y que recibe el título de "Nosotras". Éste periódico surge con la intención de exponer en él las diversas dudas, ideas y anécdotas que todas las socias quieran transmitir al resto de mujeres. Y es que el modo de proceder de esta asociación se basa en que las mujeres separadas o viudas cuenten sus experiencias, para de ese modo ayudar a las mujeres que estén pasando por esa situación, a la par que las permitirá tener el primero de muchos temas en común para poder hacer nuevas amistades en ese momento en el que no deben sentirse ni estar solas.

La sede de la asociación se encuentra en la Casa de la mujer de Alcobendas. C/ Málaga, 50. Despacho nº6. Se reúnen los viernes de 19 a 21h. Teléfonos de información: 653407052 y 636583742.

Aprendiendo de los errores

Dicen que el hombre es el único animal que tropieza dos veces en la misma piedra. Pero se podría ir más lejos y decir no sólo que el hombre tropieza dos veces en la misma piedra, sino también que la mujer tropieza donde el hombre lo hizo en su día, demostrando que no es capaz de aprender de los errores ajenos.

Todo esto viene a colación de la tan deseada igualdad, que no todos dan muestras de desearla. O mejor dicho, no todas dan muestras de desearla. Y es que viendo el comportamiento actual de muchas mujeres, parece que hemos retrocedido en el tiempo, pero con las tornas cambiadas. Parece que ahora que las mujeres ya no son tratadas como hermosos floreros (al menos no de forma tan generalizada como antes), ellas han decidido vengarse y hacer pasar a los hombres por lo mismo que ellas soportaron no hace mucho. Cosa que no estaría mal sino fuera porque lo que se está intentando conseguir, no es que la mujer esté por encima del hombre, sino que ambos estén a la par.

Si no basten un par de ejemplos:

No hace falta retroceder mucho en el tiempo para ver cuál era el trato que recibían muchas mujeres en el mundo del espectáculo y la televisión. Baste recordar la época dorada de aquella cadena privada llamada telecinco, que en sus orígenes tenía como programas más televisados uno en el que aparecía un glorioso Jesús Gil rodeado de muchachas en paños menores (o en ninguno), dentro de un jacuzzi de lo más discreto, o aquel (ya no recuerdo el nombre) en el que de vez en cuando salían las hermosas "cacao maravillao" que entonaban una cancioncita con un mensaje de lo más revelador. Pero eso ya forma parte del pasado, y menos mal. Por el contrario, ahora es más común ver a fortachones hombres en televisión, que podrán ser muy inteligentes

pero que, realmente, no lo parecen. Y si no qué me dicen de esos apuestos camareros que aparecen cada nochevieja llevando unos pantalones ceñidos y una pajarita... Solamente la pajarita. O algún que otro invitado a un programa de "tertulia", véase el caso de deportistas o algunos miembros del cuerpo de bomberos, que van a los programas a intentar explicar en qué consiste su labor, mientras que alguna enfervorecida fan se abalanza literalmente sobre ellos, pidiéndoles que se quiten la camiseta para que enseñen al público la tableta de chocolate que tienen por cuerpo que, cierto, a todas nos gusta, pero... ¿No se supone que el interior es lo que cuenta?

Otro ejemplo lo suponen los calendarios. Desde hace ya unos cuantos años viene siendo costumbre que corporaciones de empresas o incluso grupos de amigos, decidan crear su propio calendario para destinar todo lo que se gana a causas benéficas, o como ayuda para mantener dicha corporación. Muchos de esos calendarios son tomados como una forma de pasarlo bien, y las fotografías tienden a ser cómicas. Pero también hay casos en los que los modelos tienen realmente pinta de modelos, y las fotografías que se hacen de ellos son mucho más artísticas y, para qué vamos a negarlo, interesantes. Y sin embargo aquí también surge la discordia según si es calendario de hombres (y por tanto para mujeres), o al contrario.

Hace ya unos cuantos meses una conocida aerolínea decidió crear su propio calendario en el que sus azafatas salían en ropa interior. Al instante las asociaciones de mujeres pusieron la voz en el cielo criticando que aquello no hacía sino menospreciar a la mujer. Sin embargo, poco tiempo antes había salido el calendario de los bomberos de la comunidad de Madrid, agotándose antes incluso de que una supiera donde podía comprarlo. ¿Hubo quejas entonces? Al contrario. Las mujeres pidieron que se hicieran más, y creo que hoy por hoy no hay ninguna comunidad que no tenga un calendario de sus bomberos.

Familias ¿diferentes?

La definición tradicional de lo que se entendía por familia era el conjunto de personas que viven bajo un mismo techo, y cuyo núcleo principal es el compuesto por el padre, la madre, y los hijos de estos. Sin embargo, esta es una definición que ha quedado anticuada, pues las cosas han cambiado mucho en muy poco tiempo.

A raíz de la polémica asignatura de "Educación para la ciudadanía" fueron muchos los padres que se negaron a que sus hijos estudiaran dicha materia, ya que en ella se afirmaba que "existen diversos tipos de familia, entre los que se incluyen la monoparental (formada por un único progenitor y el hijo), o en las que existen dos madres o dos padres, al tratarse de parejas homosexuales"

Y aunque en un principio resulte extraño que estos casos sean considerados también como familias, hay que empezar a aceptar que en los tiempos que corren, donde los divorcios están a la orden del día y ya no es extraño oír que dos hombre o dos mujeres se han casado, familia es mucho más que un hombre y una mujer, y los hijos de estos. Y que existen otros ejemplos que también tienen todo el derecho a ser considerados como familias.

Hablamos se ha interesado por el caso particular de varias personas que presentan esos

casos "extraños" de familia, y que sin embargo al oírles hablar queda claro que la suya es una familia como cualquier otra.

Una madre y su hijo

Nieves Sánchez, madre de un hijo de 23 años, es una madre soltera. Tuvo y crió a su hijo ella sola, no porque su marido o padre de la criatura se hubieran divorciado o incluso hubiera muerto. Lo hizo porque quería tener un hijo, cuidar de él y quererlo; pero no había ningún hombre al que viera capaz de desempeñar la difícil tarea de ser padre. Por ello decidió hacerlo ella sola aún a riesgo de lo que pudieran decir los demás, familiares incluidos. "Probablemente, si no hubiera tomado esa decisión en el momento oportuno, jamás habría tenido a mi hijo – indica Nieves – Nunca me he arrepentido de lo que hice, aunque está claro que es a veces muy difícil, pues tengo que desempeñar la función de padre y madre a la vez". Ese niño, del que muchos pensaron que no sería normal porque no había estado cerca de un padre, es hoy un chico hecho y derecho, al que nunca le ha faltado un hogar ni unos estudios, y que nunca se ha sentido inferior a los demás por tener sólo una madre. Si le preguntan por su familia, no se para a pensar que él realmente no tiene familia. Que la suya es uno de esos "casos antinaturales"



Familia numerosa

Carlos tuvo una hija con su novia cuando los dos tenían 15 años. Fue un embarazo que ninguno de los dos buscaban, pero nunca se plantearon abortar. A los dos años rompieron su relación y ahora cada uno vive con sus respectivas parejas, e incluso la madre ha tenido más hijos. “Es una situación difícil, cierto”—nos comenta Carlos. Su hija, que ahora tiene 13 años, vive casi todo el tiempo con su madre porque su casa le queda más cerca del colegio y sus amigos. “Pero ella sabe que su padre soy yo, y puedo verla cuando quiera. En verano siempre está un tiempo conmigo, así como muchos fines de semana. Sabe así mismo que el marido de su madre, y mi novia, la quieren como si fuera su hija. Aunque no haya ningún papel que lo diga. Y por supuesto todos somos una familia. Una familia más grande de lo normal. Pero una familia al fin y al cabo”



Matrimonios multiculturales

Magdalena y Fayes, ella de Sevilla y él de Iraq, se casaron hace 21 años, cuando casarse con alguien de otro país era algo extrañísimo y que nadie llegaba a entender. Cuando se conocieron, ella era maestra, y él trabajaba en la embajada. “Al principio no tenía mucho interés en él — dice Magdalena riendo por lo bajo — pero gracias a una amiga empezamos a conocernos mejor y vimos que nos compenetrábamos perfectamente”. Referente a las diferencias culturales, nos dicen que no significan nada para ellos, y por supuesto no dejan que interfiera en su relación. Actualmente llevan juntos un bar restaurante, y su familia se ha visto aumentada con un hijo.

Hermanos de otro país

El matrimonio de Mejías Martos decidió adoptar una niña china cuando ya tenían tres hijos. Por tanto, fue algo que hicieron no porque fuera el único modo de poder tener niños, sino porque querían ayudar a alguien que, de otro modo, no habría tenido ninguna oportunidad en la vida. Lo vieron como la posibilidad de abrir las puer-

tas a una niña china que fue abandonada por sus propios padres, y porque sabían que ellos podían marcar una diferencia en la vida de esa niña. Por ello precisamente eligieron una niña de China, ya que conocían los problemas de superpoblación que había, y los horribles que eran los orfanatos en ese país. Desde que rellenaron la solicitud de adopción hasta que por fin la tuvieron en casa pasaron dos años. “Habíamos empezado a pensar que al final no nos la darían, cuando por fin nos avisaron que podíamos ir a recogerla a China — nos comenta la familia — Era una niña de 2 años delgadísima que se llamaba Ding Je y no sabía hablar chino, no digamos español. En cuanto a la adaptación que tuvo Ding Je (Ángela es su nombre español) fue increíble. Era una niña muy abierta y muy agradecida con todas las personas que la rodeaban. No tuvo ningún problema en el colegio ni con el resto de la familia. Ángela no se siente diferente a los demás. Ella es una niña española como cualquier otra”.

Tanto es así, que tal vez en este año vaya a su país de origen por primera vez, pero no porque se sienta atraída por la que fue su cultura, de la que apenas recuerda nada, sino para acompañar a su familia a China. Y es que el modo de actuar de los padres caló tan hondo en la familia, que el hijo mayor del matrimonio va a seguir sus pasos y ya está en trámites para adoptar a otra niña.

Tiendas eróticas muy cercanas

El sexo es un tema cada vez más cercano y menos tabú. Es habitual que los chavales, cada vez más jóvenes, tengan todo tipo de información al respecto. La sociedad consumista no puede quedar fuera de ello y, en ese sentido, están apareciendo tiendas en las que se ofertan productos eróticos sin llegar a la categoría "x".

La modernización nos ha acostumbrado a los grandes centros comerciales, que crecen como setas alrededor de las grandes ciudades. Lo positivo es que se puede encontrar tiendas de lo más diferente índole, dentro de un gran espacio limitado y con aparcamiento. Allí coinciden los que viven en el centro de la ciudad, con los que vienen de los pueblos cercanos, especialmente a finales de la semana.

Cuando vamos de compras no siempre compramos algo, disfrutamos con placer mirar los escaparates, comparar precios y calidad, para futuras compras necesarias. Como mujeres y madres que somos, nos toca comprar la ropa y los regalos, a nuestros hijos y a la familia en general. Buscar regalitos que pueden gustar y alegrar a quien los recibe. Lo positivo con estos grandes centros comerciales es que se puede encontrar casi de todo allí. Mientras se buscan "chuches", para un cumpleaños infantil entre globos de mil colores, caramelos de sustancias dudosas, de otros mil colores diferentes y formas puede aparecer una tienda de "dulce erotismo", donde encontrar ese detalle picante para regalar a EL o a ELLA. Como, una tanga con cara de elefante, con una bolsa-trompa colgando, una delicia. Ropa coqueta y sexy, plumas intrigantes y sensuales. Libros con juegos y posturas, Kama Sutra lésbico y cocina erótica, hasta libros con posturas multi-orgásmicas. Aceites de masaje, moldes de hielo especiales. Tubos de pasta de diferentes sabores (chocolate, fresa, vainilla) para untar donde apetece. También hay LOVE PASTA a la ita-

liana claro. Hay productos para colorear el vello púbico. Pequeño sartén, para freír un huevo en forma de un corazón o un prepucio. Juegos de mesa eróticos y las conocidas Bolas Chinas.

Rosa es la dependienta de esta tienda abrió sus puertas en finales de 2007. Tiene una gran influencia de público, de todas las edades, aquí entran hasta los padres con sus hijos pequeños. La verdad es que la exposición de los artículos encajan perfectamente con los "chuches", de los más pequeños al lado. Un sitio ideal donde encontrar ese "detalle" picaresco o sensual, para mamá, en su día. Ella se lo agradecerá sintiéndose deseada.



CAJÓN DE SASTRE

Dedicado a las MADRES

El próximo 4 de mayo se celebra el día de la madre y este es nuestro homenaje con cierto humor pero mucho cariño. Madre solo hay una, que son muy diferentes, que no las podemos elegir, nos toca lo que nos toca y a aguantar. Para subir la moral a alguna otra mujer, contaré lo que aprendí de la mía.

- Me enseñó a **APRECIAR UN TRABAJO BIEN HECHO**; "Sí os vais a matar, hacerlo afuera. Acabo de terminar de limpiar".
- Me enseñó **RELIGION**; " Reza para que esta mancha salga de la alfombra".
- Me enseñó **RAZONAMIENTO**: "Porque yo lo digo, por eso.y punto".
- Me enseñó **PREVISIÓN**: "Asegúrate de que llevas ropa interior limpia, por sí tienes un accidente".
- Me enseñó **IRONIA**. "Tu sigue llorando, veras como te doy una razón para que llores de verdad".
- Me enseñó a ser **AHORRATIVO**: "Guárdate las lagrimas para cuando yo me muera!"
- Me enseñó **OSMOSIS**: "Cierra la boca y come!!"
- Me enseñó **CONTORSIONISMO**: "Mira la suciedad que tienes en la nuca, vuélvete!"
- Me enseñó **FUERZA Y VOLUNTAD**: "Te vas a quedar sentado hasta que te comas todo".
- Me enseñó **METEOROLOGIA**: "Parece que ha pasado un huracán por tu cuarto".
- Me enseñó **VERACIDAD**: "¡¡Te he dicho un millón de veces que no seas exagerado!!"
- Me enseñó **MODIFICACION DE PATRONES DEL COMPORTAMIENTO**: "Deja de actuar como tu padre!!!"
- Me enseñó técnicas de **ODONTOLOGIA**: "Me vuelves a contestar y te estampo los dientes contra la pared!!!"
- Me enseñó **GEOGRAFIA DE ESPAÑA**: "¡Como sigáis así os voy a mandar a uno a Cádiz y al otro a La Coruña!"
- Me enseñó **BIOLOGÍA** : "¡Tienes menos cerebro que un mosquito!"
- Me enseñó **LÓGICA**: "Mamá, ¿qué hay de comer?" "¡COMIDA¡"
- Me enseñó **RECTITUD**: "Te voy a enderezar de un tortazo!!!!!!"

GRACIAS MAMÁ, PERO NO ME ENSEÑASTE NADA DE LOS HOMBRES...

Partos a la carta

El traer un niño al mundo sigue siendo hoy por hoy, algo que de momento sólo las mujeres podemos hacer. Algo que se ha venido realizando desde que el mundo es mundo, pero que ha evolucionado muchísimo en el transcurso de los siglos, contando ahora con la ayuda de la cada vez más avanzada medicina.

Hace décadas que se inventó, para alivio de muchas, la epidural: ese pequeño milagro que permitía a una madre traer a su hijo sin dolor pero siendo consciente en todo momento de lo que estaba sucediendo.

Sin embargo, muchas madres del S.XXI, consideran la epidural como una técnica muy poco natural (no deja de ser una droga), y prefieren otras opciones más modernas, como es el método de la acupuntura o la hipnosis, y que consiguen resultados similares. Dejando de lado el parto en silencio de la pobre mujer de Tom Cruise, que pasará a la historia más como leyenda urbana, existen otros tipos de parto curiosos pero ciertos, y que cada vez son más apreciados por las futuras madres. Todo con tal de superar el proceso del parto de un modo relajado y con el menor dolor posible. Sobre todo porque muchas veces parecemos olvidar que el dar a luz es algo hermoso y todo un don: el de la vida.

A continuación os detallamos un par de ejemplos:

Parto a domicilio

Precisamente por ello, para alejar todo el estrés que experimenta la futura madre en los hospitales, rodeada de enfermeras y médicos, y que en muchos casos no hacen si no asustar más a la pobre madre; comienza a ser cada vez más común que el parto tenga lugar en el propio domicilio, como hacían nuestras abuelas. El parto es por supuesto asistido por una matrona, así como por un médico en el caso de que se considere de riesgo. Este tipo de parto presenta muchas ventajas, y muy pocas desventajas, contrario a lo que podría pensarse en un principio. Pues según un estudio

comparativo realizado por la Universidad de British Columbia (Canadá) hace un par de años, las infecciones relacionadas con el parto alcanzan sólo el 0,7% en los nacimientos que se producen en casa, mientras que para los que tienen lugar en los hospitales, llegan al 3,5%. Tanto es así, que en localidades en concreto, como es el caso de Holanda, el número de nacimientos en domicilio particular alcanza los 862, mientras que las atendidas por matronas en un hospital llega sólo a 571 nacimientos de media anual.

Parto acuático

Otro caso curioso es el del parto en el agua. Un parto que comenzó a oírse hace ya unos cuantos años, y que presenta muchas ventajas pero que tiene un único y principal inconveniente: lo excesivamente costoso que es elegir este tipo de partos, y que son muy pocos centros los que proporcionan esta posibilidad. En cuanto a las ventajas, entre las principales se cuenta con que el método acuático resulta muy placentero tanto para la madre (el agua templada relaja los músculos y mitiga el dolor), como para el bebé, cuya salida al exterior es mucho menos traumática, ya que pasa de estar en el líquido amniótico en el que ha permanecido los últimos 9 meses; al líquido del agua, que además mantiene la misma temperatura que tenía en el interior del cuerpo de la madre: 37°. Por último, al encontrarse la madre dentro de una piscina (tiene que ser agua filtrada o potable para evitar posibles infecciones), y en posición vertical, la salida del bebé será mucho más rápida ya que la gravedad ayuda a que el peso del bebé haga más presión.

No en vano, esa es la postura que se viene utilizando desde tiempos inmemoriales, y que aún hoy realizan muchas mujeres (sobre todo en los pueblos alejados de centros urbanos), al considerarlo como el parto más natural.

Dar a luz es por tanto sólo cuestión de elegir el modelo que se prefiera. Un ayuda más, junto a los 2500€ que traerán ahora los bebés bajo el brazo, para incentivar algo que cada vez viene siendo menos común entre las mujeres españolas.

RINCONES

En primavera, un paseo por los parques

Aunque las estaciones ya no son lo que eran, no deja de ser primavera y es el mejor momento para disfrutar de la naturaleza. En el centro de nuestro pueblo o ciudad tenemos algunos pedacitos de ella, a veces muy conocidos, otros menos populares pero de igual interés.

El campo del Moro

De octubre a marzo, de L. a S. de 10 a 18 h. D. y festivos de 9 a 18 h. De abril a septiembre, de L. a S. de 10 a 20h. D. y festivos de 9 a 20 h. Metro y RENFE: Príncipe Pío. Son los jardines que rodean el majestuoso edificio sobre el que se levanta el Palacio Real. Hasta el siglo XVII hacía las veces de lugar de caza menor. Reciben esta denominación debido a que este lugar era usado por los agarenos para acampar las tropas que sitiaban la ciudad.

Jardín Botánico

Plaza de Murillo, 2. octubre y marzo, de L. a D. de 10 a 19 h. De noviembre a febrero, de L. a D. de 10 a 18 h. abril y septiembre, de L. a D. de 10 a 20:30 h. De mayo a agosto, de L. a D. de 10 a 21 h. Metro y RENFE: Atocha. Este jardín, con carácter monumental, fue diseñado por Juan de Villanueva en 1781. Desde su creación, contribuyó a fomentar la enseñanza de la botánica y a promover expediciones a América y el Pacífico. Durante unos años albergó un zoo que posteriormente fue trasladado al Retiro. En la actualidad cuenta con más de 30.000 especies vegetales procedentes de todo el mundo.

Invernadero de Arganzuela

Legazpi. De M. a V. de 10 a 14 h. y de 16 a 18 h. S. D. y festivos de 11 a 17 h. Lunes cerrado. En sus puertas, un encantador estanque con más de una docena de chorros marcan el sonido del tiempo. Pero mucho más acogedor es su interior, formado por cuatro estancias con microclimas que permiten acoger diferentes tipos de plantas. El agua también es protagonista, dando vida a peces y aves autóctonas procedentes de los habitats creados. No hay que perderse, justo al lado del Palacio, la denomina-

da Casa del Reloj, actual Junta Municipal del Distrito de Arganzuela.

Quinta de los Molinos

Entrada por la Calle Alcalá. Metro Suances Originalmente construido como una granja de almendros y un lugar de recreo para la familia real en el siglo XVIII. Fue propiedad privada hasta 1980. Es un interesante ejercicio de integración de los cultivos frutícolas (almendro y olivo). Sin duda se trata de un entorno privilegiado, con una conservación y mantenimiento excelente donde los cambios de estaciones son extremadamente bellos.

Fuente del Berro

Metro O'Donnell, Sainz de Baranda. De 7 a 23:30 h. Es uno de los parques monumentales más bellos de Madrid. Constituye una refinada muestra de la arquitectura paisajista y naturalista del siglo XVII. La primera vez que fue abierto al público fue en 1951. En unos 1.200 metros cuadrados del parque se han plantado romero, tomillo y otras especies, que resultan fáciles de oler para invidentes. Además se ha provisto de unos carteles en braille.

Parque de Cataluña

Marqués de la Valdavia, 23. Alcobendas. En el parque de Cataluña destacan los lagos y fuentes ornamentales, de entre ellas, la dedicada a la Sardana, donde estilizadas esculturas parecen moverse al ritmo de la tradicional música catalana. En este recinto se han aprovechado los desniveles para formar espacios como el auditorio o singulares escalinatas. Los diferentes ambientes rememoran distintos topónimos catalanes. Pinos, olivos, cipreses, chopos, prunos o sauces, pueblan el lugar.



Las hermanas Bolena

Basada en la novela de Philippa Gregory (La otra Bolena), la película comienza con el encargo familiar de que las dos hermanas Bolena, Ana y María, seduzcan a Enrique VIII de Inglaterra. La primera en conseguirlo es María (Scarlett Johansson), a la que el rey (Eric Bana), escoge y con quien tiene un varón bastardo, (ya que Enrique VIII estaba casado con la española Catalina de Aragón), encarnada por la también actriz española Ana Torrent. La hermana mayor, Ana (Natalie Portman), logra desbancar a su hermana y a la propia reina, y no parará hasta ser coronada reina de Inglaterra. El escándalo comienza cuando Ana le propone a Enrique que abandone a Catalina de Aragón, con la que lleva veinte años casado y se case con ella, a pesar de que la Iglesia no permite el divorcio.

Enrique VIII cae rendido por los encantos de su última amante, quien es coronada reina y le dará una niña, llamada Isabel, aunque pagará un precio muy alto por su nueva posición social. El matri-

monio duró tres años y la acusación de infidelidad junto con caprichos de Enrique VIII y las intrigas palaciegas la llevarán al cadalso, con una única defensora leal, su hermana María.

El rey se casó después con Jane Seymour, quien murió al dar a luz al ansiado heredero, Eduardo; Enrique VIII añadió otras tres esposas más a su ajetreada vida amorosa. La película nos relata un mundo lleno de alianzas matrimoniales, de intereses, celos, infidelidades, traiciones, conspiraciones, secretos y el difícil camino de la ambición sin límites, una época en la que nadie se casaba por amor. Para las mujeres, la supervivencia dependía de un "buen matrimonio". Según la autora del libro, el personaje de María siempre ha estado escondido, aunque representa cómo las mujeres aprovechan las oportunidades en diferentes momentos de la Historia.



Presentimientos

Alfaguara. Madrid, 2008.
400 páginas. 18'50 Euros

Un matrimonio con un hijo de ocho meses viaja a un pueblo del levante español donde disfrutar de sus vacaciones de julio. Al llegar al apartamento se dan cuenta

de que han olvidado la leche para el biberón de Tito. Mientras Félix, abogado en una compañía de seguros, coloca las cosas, Julia, camarera en la cafetería de un hotel, sale con el coche a buscar una farmacia. Es de noche, Julia se pierde, tiene un accidente con el coche y acaba en el hospital sumida en un profundo sueño que durará ocho días. A partir de entonces, será Félix quien cuide al pequeño bebé de seis meses. Desde este comienzo la narración sigue una distribución alternante a lo largo de los ocho días en que Julia permanece inconsciente en el hospital, hasta el capítulo final con "Los días siguientes" y la vida del matrimonio tras el despertar de Julia.

La autora nos presenta una historia llena de intriga psicológica, donde los personajes viven en universos particulares, llenos de sensaciones, senti-

mientos, recuerdos, todo aquello que deja poso después de lo vivido. Julia va sorteando dificultades en este recorrido por su mente, a través de las visitas al supermercado, el banco, el paseo marítimo, etc., todo para reunirse de nuevo con su familia, extraviada en una urbanización clónica de otras tantas.

La novela arranca desde la realidad, desde lo cotidiano, logrando crear en el lector un creciente interés y desasosiego, aumentado por la empatía que sentimos hacia la protagonista... porque ¿qué haríamos nosotras si salimos a un recado en verano y no tenemos más que las llaves del coche, diez euros, y no sabemos la dirección de nuestra casa de verano? Clara Sánchez ha definido "su" Julia como una Robinson Crusoe moderna, que tiene que sobrevivir, en un entorno para ella desconocido; además, está inspirada en los héroes de la Antigüedad, que partían de su casa para librar batallas y conocer nuevas tierras, y regresaban a casa transformados por las vivencias del largo camino sufrido.

Presentimientos nos hace reflexionar sobre el complejo mundo de los sueños, los mecanismos de almacenamiento del cerebro y el misterioso viaje del subconsciente. A veces las pesadillas están en la realidad.

AGENDA

HABLAMOS

"Madrid 2 de mayo 1808-2008. Un pueblo, una nación". Fundación Canal

La exposición recrea los acontecimientos que acaecieron desde las primeras horas del 2 de mayo de 1808 hasta la madrugada del día siguiente en las calles de Madrid.

El Canal de Isabel II ha contado con la colaboración del escritor y académico Arturo Pérez-Reverte como comisario de la misma y que ha estado secundado por un equipo de colaboradores tanto en los aspectos históricos, como militares. El visitante podrá sumergirse en las atmósferas de aquellos momentos, a través de un viaje en el tiempo, con un recorrido cronológico de los lugares y sucesos de la época.

Desde el 26 de abril de 2008, en la Sala de Exposiciones Centro de Arte Canal.

Paseo de la Castellana, 214 (junto a Plaza Castilla). De lunes a domingo de 10 a 21 horas. Entrada general 6 €.

91 545 15 13 / 902 48 84 88
(ENTRADAS) - 902 22 11 34

Ouka Leele. Inédita

9 de abril - 8 de junio de 2008

Con motivo del Premio Nacional de Fotografía otorgado a Ouka Leele en 2005, el Ministerio de Cultura celebra una exposición antológica de su obra. La artista madrileña, protagonista de La Movida en los años 80, hace un recorrido sentimental y artístico en imágenes.

La exposición "Ouka Leele Inédita" ofrece la oportunidad de conocer la obra fotográfica menos conocida de esta artista.

Museo del Traje.
Avenida de Juan de Herrera, 2. Madrid.
Metro:
Moncloa (líneas 3 y 6) y Ciudad Universitaria (línea 6).
Entrada: 3 €



Goya en tiempos de guerra

Del 15 Abril - 13 Julio 2008

El Museo del Prado conmemora este año el bicentenario del inicio de la Guerra de la Independencia española ofreciendo al público la posibilidad de contemplar reunidas casi doscientas obras del artista, entre las que se incluyen, Majas al balcón, Retrato de la Marquesa de Montehermoso, La carga de los mamelucos y Los fusilamientos del 3 de mayo en la montaña del Príncipe Pío. Goya en tiempos de guerra es la mayor exposición dedicada al pintor aragonés desde la organizada también en el Prado en 1996.

El acceso y la compra de entradas se efectuarán por la Puerta Alta de Goya. Entrada general exposición: 6 €. De martes a domingos y festivos de 9h. a 20h. Días de cierre: todos los lunes y el 1 de mayo

TEATRO

'Mentiras, incienso y mirra'

Esta comedia es el retrato de una noche de Reyes de seis amigos que siempre celebran esa fiesta en común, recordando anécdotas, con regalos y reviviendo su juventud. Es muy probable que esta fiesta sea lo único que una al grupo, por eso es tan importante para todos, aunque el tiempo haya erosionado esa amistad llenándola de soledades, de mentiras y secretos que esta noche mágica de Reyes saldrán a la luz..

Sábado 10 de mayo de 2008 (20.00 h.).

Auditorio Adolfo Marsillach de San Sebastián de los Reyes

Carmen

Auditorio de Alcobendas. Sábado 10 de Mayo de 2008 (20h.). Danza Flamenca (80 min. Aprox.) La versión para teatro de Carmen fue concebida casi paralelamente al rodaje de la película de Carlos Saura. El éxito obtenido por esta, animó sin duda a Antonio Gades a realizar la versión de teatro, obra maestra de la danza española que vino a añadirse a su repertorio, que ya contaba entonces con dos obras de enorme peso artístico, Bodas de Sangre y la Suite de Flamenco.



EL AGUIJÓN

EN EL HIPOTÉTICO CASO...

Alejandro de Pablo

Cuando repaso ciertas anécdotas de los últimos años no puedo evitar que mis manos se junten en un aplauso a los innegables éxitos conseguidas ya por algunos hombres en su lucha por salir de su secular inferioridad y alcanzar el superior desarrollo de la mujer.

Es cierto que les está costando mucho trabajo y hay que reconocer que la constitución del cuerpo masculino no se presta a determinados perfeccionamientos. No puedo reprimir a veces una mezcla de compasión y desprecio cuando contemplo sus inútiles esfuerzos por lograr resultados simplemente aceptables en actividades en las que nosotras hemos alcanzado la perfección de una manera natural y espontánea. Recuerdo a mi hermano Felipe contemplándome a mi y a otras niñas de mi clase saltando a la comba mientras cantábamos aquello de el cocherito leré me dijo anoche leré. El pobrecito se moría de envidia y no tardaba en pedirnos con voz llorosa que le hiciéramos sitio. Nosotras le dábamos permiso generosamente y teníamos que disimular la risa para que el pobre pato mareado no se echase a llorar. A pesar de nuestros esfuerzos por redimir al hombre de sus limitaciones, la mayoría siguen haciendo las mismas tonterías que los trogloditas de la Edad de Piedra. Las mujeres debemos reconocer, humildemente, que si ellos no han llegado a desempeñar adecuadamente nuestras funciones es porque nosotras se lo hemos impedido, convencidas de que valen más para estropearlo todo que para arreglar nada. Nuestras funciones, las funciones que tradicionalmente ha venido desempeñando la mujer son demasiado importantes para dejarlas en manos irresponsables. Ellos lo saben pero, como algunos son incapaces de reconocer su ineptitud, cacarean muy alto tratando de persuadir a

todo el mundo de que si no lo hacen es porque No quieren. Nosotras hemos mantenido nuestra posición de guías en el orden práctico, que es el fundamental; y mientras el hombre se comportaba como un pájaro desacarriado. Mientras nosotras manteníamos firmes los cimientos del progreso, el hombre se entretenía en demoler todo lo que afloraba a la superficie. Escribían libros en los cuales soñaban un una mejor organización económica y aplicaban sus teorías a esquemas mentales válidos, solamente, para el reino de la Utopía. Y mientras arreglaban la economía del mundo la de su propia casa andaba manga por hombro.

Nosotras les enviábamos al frente de combate el pan que necesitaban para seguir luchando y hacíamos desesperadas economías para proporcionarles el alimento necesario para escribir sus mamotretos sobre economía. Nosotras, finalmente les servíamos hermosos platos de patatas que se comían en una figuración de su mente, que era su propia mente creadora la que había frito las patatas y que nosotras, y las patatas fritas y el mundo todo no éramos más que una invención propia.

¡Desechemos nuestros prejuicios! ¿Qué el hombre quiere criar a nuestros hijos? ¡Qué los críe! ¿Qué quiere rivalizar con nosotras al salto a la comba? ¡No nos riamos con demasiada fuerza! Pobrecillos. ¿Qué también ellos se consideran con derecho a usar bragas en lugar de calzoncillos? ¡Pues que usen bragas en lugar de calzoncillos! ¿Qué el hombre se empeña en fregar? ¡Enseñémosle como hay que usar el estropajo!

Ya va siendo hora de que los hombres consigan la igualdad de oportunidades que las mujeres les hemos venido negando. He dicho.