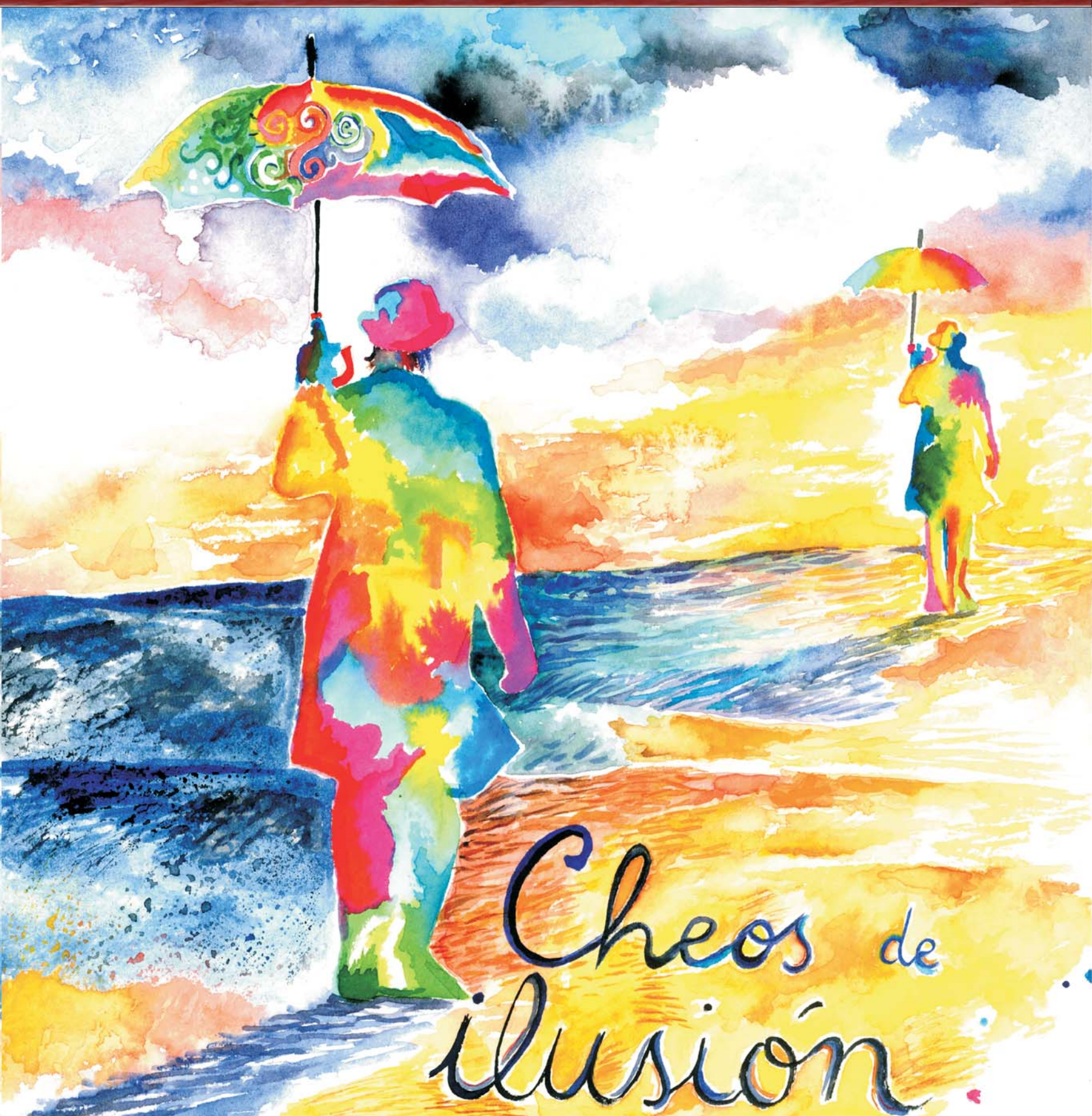




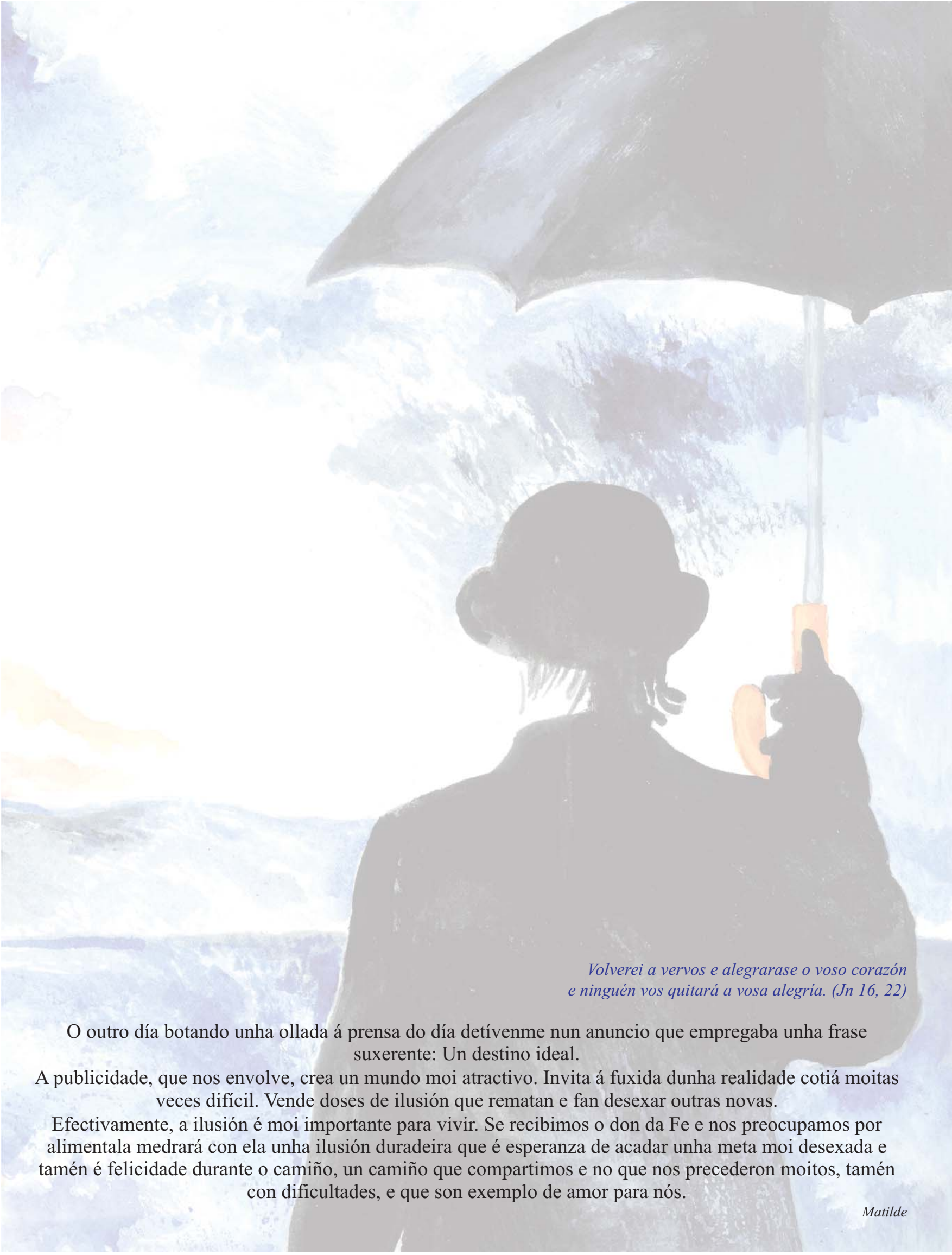
O Noso Lar

Abril 2008

Boletín n.º 12



Cheos de
ilusión



*Volverei a vervos e alegrarase o voso corazón
e ninguén vos quitará a vosa alegría. (Jn 16, 22)*

O outro día botando unha ollada á prensa do día detívenme nun anuncio que empregaba unha frase suxerente: Un destino ideal.

A publicidade, que nos envolve, crea un mundo moi atractivo. Invita á fuxida dunha realidade cotiá moitas veces difícil. Vende doses de ilusión que rematan e fan desexar outras novas.

Efectivamente, a ilusión é moi importante para vivir. Se recibimos o don da Fe e nos preocupamos por alimentala medrará con ela unha ilusión duradeira que é esperanza de acadar unha meta moi desexada e tamén é felicidade durante o camiño, un camiño que compartimos e no que nos precederon moitos, tamén con dificultades, e que son exemplo de amor para nós.

Matilde

Editorial

<i>Cheos de Ilusión</i>	1
-------------------------------	---

Xente

<i>Josefa Ares González: Unha muller forte, quen a atopará?</i> Josefa Gómez Requejo...	2
---	---

Voluntariado

<i>IV Promoción de Monitores de Tempo Libre</i> . Cristina López Abad	3
<i>XVII Festa de Convivencia cos Nossos Maiores</i> . Soraya Armesto Cardenal	4-5
<i>Programación curso 2007-08</i> . Miguel Sampedro López.....	6-7
<i>Queremos creer en nós</i> . Xosé Luis Garza Silvela.....	8
<i>IX Xornadas de Lecer e Tempo Libre</i> . Xosé Luis Garza Silvela.....	9
<i>Este ano, Cantabria</i> . Josefa Gómez Requejo.....	10-11

Cultura e arte

<i>Historia artística e arquitectónica da Igrexa de San Xulián de Teibilide</i> . Jaime Delgado Gómez	12-13
<i>Os Ferradores</i> . Alba M. Álvarez Vergara.....	14

Natureza

<i>O Banco de Terras: unha necesidade</i> . Óscar López González	15
<i>Os musgos: uns vexetais a camiño entre as algas e os fentos</i> . Ángela Noguerol Seoane.....	16-17

Saúde

<i>A carne de caza e a saúde</i> . Carlos M. Franco Abuín.....	18-19
<i>Cando perdemos a memoria e as ganas de vivir</i> . Conchita Rodríguez Fernández.....	20

Novas tecnoloxías

<i>Residuos urbanos (II): A aposta pola reciclaxe</i> . Carlos Franjo Franjo.....	21-22
---	-------

Experiencias

<i>O Priorato tamén foi o noso fogar</i> . Grupo parroquial de Torrent (Valencia).....	23
<i>Unha experiencia marabillosa</i> . Carmen Vázquez Garza	24
<i>Experiencia pascual en Lóuzara</i> . Araceli Pardo.....	25

Relatos

<i>Baixo as estrelas</i> . Soraya Armesto Cardenal.....	26-27
---	-------

A Frei Xosé in memoriam

<i>Graciñas, Frei Xosé</i> . Miguel Gómez Vázquez	28
<i>No tempo e no espazo. Máis alá...</i> Comunidade de Lousada	29
<i>Desde dentro</i> . Frei Xosé Gómez González (†).....	30-31

Edita:

Fundación O Noso Lar
San Román de Lousada
27620 Samos (Lugo)

Tel.-fax: 982.18.70.04

web: www.onosolar.org

e-mail: fundacion@onosolar.org

Director:

Miguel A. Gómez Vázquez

Consello de redacción:

Josefa Gómez Requejo
Miguel A. Gómez Vázquez
Ángela Noguerol Seoane

Asesor Lingüístico:

Xosé Manuel Castro Castedo

Portada e contraportada:

Matilde Arrizado

Depósito legal: LU 229-01

ISSN: 1579-8909

Maqueta: Maribel Fdez. Fdez.

Imprime: Gráfico-Lugo, S.L.

Cheos de Ilusión

Ilusión!... Que significa a palabra **ilusión**? A definición da Real Academia, no sentido ó que nos referimos, reza como segue: “*ilusión é a esperanza cuxo cumprimento parece especialmente atractivo*”.

Persoas ilusionadas existiron sempre. Os nosos antepasados tiñan **ilusión** por sementar no momento oportuno, por repoñer e ver como medraban as plantas... Sentían **ilusión** para planificar a colleita e coidar do gando... Con que gozo e **ilusión** preparaban tamén as festas! Nas casas reuníanse familiares e amigos para celebrar o patrono e non faltaba a música de instrumentos que, con tanta **ilusión**, tanxían eles mesmos enchendo o aire de melodías típicas da nosa terra...

E todo isto sen os recursos de hoxe: nin cartos, nin medios de locomoción, nin Internet, nin... Pero sentían unha forza interior – **ilusión** – que os empuxaba a sacar o mellor partido dos escasos bens dispoñibles e os facía vibrar para manter unha vida activa e en plenitude.

Son froito da **ilusión** dos nosos antepasados, entre outras moitas cousas, as fermosas tradicións que fan tan rica a nosa cultura; a presenza, riqueza e beleza das nosas carballeiras e soutos... En realidade, estas persoas eran grandes emprendedoras e tamén altruistas, porque eran conscientes de que a rendibilidade dunha boa parte dos seus esforzos e traballos, revertería de forma exclusiva nas xeracións futuras.

Canto temos que aprender deles neste senso as novas xeracións e incluso as administracións! Hoxe en día parece que só se considera “emprendedor” a aquel que entra nos plans promovidos pola administración ou ten algún proxecto recoñecido por algunha das institucións oficiais. É paradoxico. Se os mencionados organismos, como sabemos, teñen por costume recoñecer como “emprendedoras” ás persoas que ofrecen certa rendibilidade, dáse a circunstancia de que moitos individuos ou colectividade que están a exercer con enorme **ilusión** o seu cometido, por non encontrarse enrolados nesa dinámica “oficial”, quedan excluídos do concepto actual de “emprendedores”.

A actitude de **ilusión** ante a vida surxe da presenza de valores firmes (traballo, gratuidade, xenerosidade, agradecemento, esforzo, sacrificio...) cos que cada persoa se identifica no seu interior e existencialmente. Son valores que dan consistencia ó empeño que se propón cada un, de forma individual ou colectiva, e que fan brotar e manter viva a **ilusión** sen que se chegue a extinguir a pesar das dificultades. Desgraciadamente, quizais algúns destes valores xa non estean de moda; pero non cabe a menor dúbida de que hai baleiros na nosa vida que só se poderán encher se hai xenerosidade, vivida e compartida desde a gratuidade.

Afortunadamente, no ámbito que nos rodea a **ilusión** é unha realidade. Mozos, rapaces e maiores, *cheos de ilusión*, comparten a Festa dos Maiores contribuindo entre todos a dar á celebración un carisma especial. A xenerosidade e gratuidade dos voluntarios que dinamizan a celebración dando a nota de cor, complementase co agradecemento dos maiores que, participando con alegría e sorriso nos beizos, manifestan a súa gratitude polas atencións e agarimos con que son agasallados.

Hoxe dispoñemos de máis medios que nunca para adquirir formación e debemos aproveitálos polas propias esixencias da nosa sociedade; é máis, en moitos casos, para acometer con dignidade, sabedoría e honradez a tarefa que nos incumbe, temos a obriga de dedicar tempo á nosa preparación, pois non esquezamos que para transmitir algo ós demais é imprescindible levalo dentro. Visto así e tendo en conta que a **ilusión** é unha forza que non se pode adquirir con metodoloxía nin ciencia, só se poderá establecer a relación formación-ilusión, se os coñecementos adquiridos serven de axuda para consolidar os valores que a alimenten.

As persoas con verdadeira **ilusión**, baseada en valores profundos, acometen o que facer de cada día como unha marabillosa novidade que está por descubrir. Ó poñer a máxima concentración, enerxía e interese nas actividades a desempeñar, ademais de disfrutar dunha vida persoal rica e plena, son capaces de irradiar ós demais o dinamismo, a sinxeleza e a paz que levan dentro.

A **Fundación O Noso Lar**, a través das súas actividades – formación, encontros, convivencias... – pretende fomentar e consolidar eses valores, como base e alimento de algo tan importante e necesario como é a **ilusión**.

Josefa Ares González: Unha muller forte, quen a atopará?

Cando, cada día, te-la sorte de que só con abri-los ollos atopas cunha e outra carballeira. Se te detés perante a maxestosa presenza de cada un dos membros da súa familia, (dos carballos que alí viven), seguro que che xorden moitas preguntas. De seguro, tamén, que se segues contemplando, vas escoita-la resposta: Moitos anos, moi vellos... Moitos outonos nos espiron, sempre a primavera nos regala novo vestido. Falaranche das mensaxes que lles leva o regato que pasa, do merlo, do cuco, da perdiz, da choia, da anduriña que marchaba e voltaba... das ovellas, do asubío dos seus pastores, da parella dos mozos, que namoraban á súa sombra, do home e da muller que baixo as súas pólas enxugaban a suor... Con estas e moitas máis cousas que che dirían, queda claro que, a fortaleza, a aceptación e a sabedoría ante as dificultades, a solidariedade e a gratuidade, son os alicerces da nosa vida como seres humanos.

Se te-la sorte de te atopares cunha persoa, que viviu case un século e que pousou a súa cesta do peixe, moitas veces, debaixo dun carballo para descansar, tamén che xorden moitas preguntas, que xa non é preciso facerllas, simplemente provoca-la conversa, despois sentarte a escoitar e contemplar. Toda a súa persoa se transforma en linguaxe. Todo fala.

Muller arriscada, forte e constante, como corresponde a quen naceu e medrou en terras monfortinas (Lugo).

Zumegando paz e sabedoría, vai relatando a súa vida con toda naturalidade e sinxeleza. Orfa de nai moi pequena, cando se fixo mociña, gustáballe bailar, mais non había mozos porque estaban na guerra. Aos seus dezaioito anos, mais ou menos, foise a Astorga a traballar na casa dun mando do Exército. Gañaba 1 pta. por día. Tamén por 1,50 pts. podía mercar un vestido. Casou cun militar que alí coñeceu, Estanislao Belón Campo que era de Reiriz, case veciño seu, no ano 1.939, rematando xa a guerra civil. Por motivos familiares tiveron que regresar a Samos, onde rexeron un bar. Pepita facía de todo, desde atender en pensión completa a oito obreiros, que traballaban no Mosteiro, prepara-la comida para quen lla pedise, despacha-la cunca do viño, ata, como xa dixemos, cargar coa cesta do peixe camiño de Romelle, pasando polo Mesón, Gontán e Vilamelle, lugares onde ía tendo clientes, que lle pagaban o quilo da sardiña a 1 peseta e o da merluza a 2 pts. Ás veces recibía o importe en especies. Había poucos cartos.

Josefa Ares
recibindo o agasallo
na festa dos maiores
2006



Como chegaba a Samos o peixe que vendía Pepita? Desde a Coruña mandábanllo dúas veces á semana nunha caixa, que o seu home recollía na estación de RENFE en Sarria. El mesmo a transportaba ata Samos na súa bicicleta. Cando se lle pregunta se isto non era moi escravo, ela di con toda naturalidade, que facía falta un peso na casa e que había que ilo gañar. Conta con moita graza que un día vendeu uns calamares a un cura de Lóuzara e que logo a súa irmá non os sabía cociñar e el díxolle: *pois, bótaos no caldo*.

Ao teren que deixa-lo local do bar que rexían, Pepita, coma tantos dos nosos paisanos ou familiares, emigrou a Francia. A súa familia quedaba en Samos. Cando xa tiña a seguridade dun traballo, levou aos seus e establecéronse en Orleans. Alí estiveron once anos. Regresaron a Samos por falecemento do seu marido en accidente.

Case coma un milagre, aos seus anos ela conserva os arquivos da súa boa memoria, cada un no seu lugar e, coma se os estivese estrenando, vai sacando aquilo que precisa para o momento. Pode saír en prosa ou en verso. Así falando do traballo pola familia, di que o amor todo o pode e o compensa. Exprésao así:

*Si el querer se pagase,
mucho me estarías debiendo
pero como no se paga,
ni te debo ni me debes.*

Di, tamén, con moita emoción, que o galego debe estar identificado coa súa terra e coa súa lingua, pois ela, aínda que viviu fóra de Galicia, sempre pensou en galego e, sempre que puido, na súa lingua se expresou. Remata esta afirmación dicindo.

*O galego, que non fala
a lingua da súa terra,
non sabe o que ten de seu
nin é merecente dela.*

Grazas, Pepita. Ti e moitas outras persoas que, coma ti, estades grávidas dunha historia, a mellor historia, a nosa historia, non podedes morrer. Tedes que seguir facendo que saía á luz. Grazas.

Josefa Gómez Requejo

IV Promoción de monitores de tempo libre

Este ano que rematou tivo lugar na prestixiosa Universidade de San Román de Lousada un acontecemento de grande importancia a nivel municipal: a clausura do *IV curso de Monitores de Tempo Libre*. As aulas desta ilustre Universidade, de gran prestixio pola súa fonda tradición e calidade da docencia impartida, acolleron dende decembro de 2006 ata maio de 2007 a vintedous novos aprendices dispostos a formarse no ámbito das perigosas, arriscadas, pero sempre entretidas Actividades de Tempo Libre. Ó longo deste ano os novos pupilos fomos formados en disciplinas tan diversas como dinámicas de grupos, expresión corporal e musical, sesións de risoterapia, xogos, obradoiros, veladas...

Se importantes foron os coñecementos adquiridos, non menos importante foi a amizade que xurdiu entre os participantes, resultado dos longos e entretidos fins de semana reunidos ó pé da lareira, das comidas ó aire libre, dos xogos compartidos e dalgunha que outra clase un pouco máis tediosa e difícil de aguantar.

Sen dúbida a característica destacable foi a unidade do grupo dende o principio do curso e o bo ambiente que se creou. Isto levou á realización de numerosas actividades extraescolares como o “Carnaval Pitufo”, a “Festa da Tortilla e Anos 60”, a posta en práctica do cancionero na noite sarriá, a inauguración anticipada da nova piscina de Samos, o anuncio en directo do 11811, e un longo etc. de actividades que serviu para forxar esta amizade.

Ó final da parte teórica tivo lugar o acto de Licenciatura, presidido polo Excelentísimo e Magnífico Sr. Reitor D. Miguel Gómez, acompañado dos Vicerreitores Ilustrísimos Señores: Dna. Josefa Gómez, D. José Luís Garza, D. Miguel Sampedro e D. Miguel López. Como



madríña desta promoción actuou a Doutora Dna. Saladina Villaraviz, en representación do Claustro da Fundación O Noso Lar. Como representante dos alumnos actuou Dna. Soraya Armesto, polo seu esforzo e tempo empregado en realizar as tarefas de secretaria do grupo.

A fase práctica, para a que aínda hai dous anos de prazo, levouse e estase a levar a cabo participando en actividades da Fundación como a Festa de Convivencia cos Nossos Maiores, Campamento en Cangas, Obradoiros, e outras propias do voluntariado nas que participan os monitores non só formándose, senón aprendendo a convivir e fomentando o sorriso entre a xente nova e non tan nova que vive na nosa comarca. Algúns dos monitores puxeron en práctica os coñecementos adquiridos en campamentos da Xunta, como foron o *Sinte Galiza* e *Sons da Devesa*.

Actividades como estas, fan que os nosos lugares teñan máis vitalidade e que os nosos xoves non teñan que desprazarse lonxe da casa para formarse.

Cristina López Abad

XVII Festa de Convivencia cos Nossos Maiores.

Castro de Lourido (Samos) 19 de Agosto de 2007

“Señoras, Señores! Damas e Cabaleiros! Nenos e nenas! Benvidos sexan todos ao Circo da Vida! Aquí poderán disfrutar dos fantásticos pallasos, o increíble home forzado, do domador e das feras, do grandioso elefante africano... e moitas, moitas máis atraccións na nosa pista. Achéguese, achéguese todos!!”



E así, *Cheos de Ilusión*, ían achegándose todos ata o Castro de Lourido, onde a maxia e a ledicia que traía consigo o circo, enchían os corazóns dos nosos maiores. Se os mirabas atentamente, podías ver ollos de neno nas caras cheas de engurras.

Para eles hoxe é un día especial, un día para estrear zapatos ou ir ao salón de peiteado, porque hoxe é sobre todo un día para compartir; e non só compartir o xantar, senón lembranzas, momentos vividos e amigos que aínda que xa non están connosco, seguen a vivir nos nosos pensamentos.

Para eles e por eles é todo o traballo, que ao longo de tanto tempo, levan a cabo os voluntarios da **Fundación O Noso Lar** para que non falte nin o máis mínimo detalle o día da festa. E porque o noso obxectivo é estar *ao servizo da xente da nosa terra*, celebramos a que é xa **XVII Festa de Convivencia cos Nossos Maiores**, que non sería posible sen a entrega e a xenerosidade dos voluntarios.

O día comezou moi cedo para todos... e iso que xa estaba case todo preparado: as mesas, os bancos, as tendas e o bar, o palco... e a grandiosa pista do noso circo xa quedou lista o día anterior. Á primeira hora comezaron a chegar os voluntarios que ocuparon os seus postos no bar, na tómbola, nas tendas... e pouco a pouco fomos recibindo a xente que, co sorriso posto e os petos cheos de ilusión de gañas de pasalo ben, ían percorrendo a carballeira e mirando todo con atención. Imaxino que despois na casa comentarían:

“Este ano había unha Tómbola na que sempre tiñas premio, e dúas raparigas moi simpáticas animaban á xente a achegarse ata alí e mercar boletos. Tamén tiñan dúas tendas, onde podías mercar cousiñas que fixeron os voluntarios, camisetas da festa e outras cousas artesanais que a xente doa para vender. E a que non sabes...?, ademais do bar, había un pallaso onde podías meter a cabeza e facerche unha foto como se foras ti o pallaso!”.



Cando todos estiveron sentados e acomodados comezou a celebración relixiosa, onde recordamos aos que nos deixaron e damos a benvida aos que naceron; e nada máis terminar os “artistas” do *Circo da Vida*, invadiron a pista e fixeron as delicias de todos os presentes cos seus sorrisos e as súas bromas.

O xantar estivo como sempre moi animado; todos comeron, beberon, contaron contos e bromearon cos voluntarios que os atendían, todos uniformados coas camisetas nas que se podía ler o lema deste ano: ***Cheos de Ilusión***. E con ilusión vendéronse as rifas para o sorteo da becerra, homenaxeouse os maiores de 90 anos e a todos en xeral porque para eles é esta festa.

Despois do xantar e o café chegou a música e o baile; este ano grazas á animada charanga ***Madialeva***, que levou a súa música ata o último recuncho da carballeira e fixo bailar a todos no concurso de baile.

E así foi pasando a tarde entre risas, música, baile, contos, recordos...e despedímonos pensando xa na próxima festa, a que fará o número XVIII e para a que a conta atrás comeza desde xa mesmo.

Nunca pensei que aquilo de ***“Dade e darásevos”*** (Lc. 6, 38) fora algo tan certo. Cada minuto que adicamos ós nosos maiores, multiplícase por cen en nós, e sentímonos cheos de ledicia e de gratitude polo que facemos. Grazas a vós polo que somos e polo que facedes por nós. Ata o ano que vén. Esperarémovos ***Cheos de Ilusión***!

Soraya Armesto Cardenal

“cheos de ilusión”

1. Vimos de moitos lugares, mozos meniños e vellos,
pra celebrar compartindo, sempre “Cheos de ilusión”.
Moitos encontros levamos, pero os folgos non fraquean,
van medrando de ano en ano, ¡moito queda por vivir!

**A ilusión coa que nacemos e medramos,
a ilusión que non pode apaga-lo tempo,
enche hoxe o noso encontro nesta festa
e da azos a este canto de ledicia.
Damos grazas pola vida e pola entrega
do tesouro que son os nosos maiores
e con eles compartimo-la esperanza
que Deus Pai sementa en cada un de nós.**

2. Ternos un soño na alma; ningún nolo vai quitar,
facer da terra e das xentes, con ilusión “O Noso Lar”.
É a ilusión quen nos une, coma os artistas dun circo,
é do Señor agasallo que nos enche o corazón.



3. “Cheos de ilusión” nos xuntarnos, con ilusión
preparamos canto anima esta rornaxe, non hai palabra
rnellor. “Cheos de ilusión” voltaremos ás nosas casas e
pobos, a todos anunciaremos a grandeza que é vivir.

4. Axuntadiños agora ó redor do mantel lirnpo,
no corazón desta festa aluma a lapa da fe.
É Xesucristo quen fala na ilusión deste día,
quen se fai Eucaristía pra nos soster e alentar.

(Canción para a festa / convivencia cos nosos maiores – 2007)

Programación curso 2007-2008

No mes de outubro os voluntarios de **O Noso Lar** xuntáronse para programar as actividades a realizar durante este curso. Previamente o Equipo de Directores de Actividades de Tempo Libre fixera un discernimento sobre os obxectivos que se pretenden, tendo en conta os problemas e necesidades máis urxentes da zona.



Os obxectivos marcados son os seguintes:

- 1.- Apoiar e acompañar ós voluntarios, respectando sempre a súa autonomía e liberdade.
- 2.- Promover a formación humana e pedagóxica relacionada coa acción voluntaria e a participación social.
- 3.- Intentar conseguir os medios humanos, materiais e tecnolóxicos necesarios para levar a cabo as distintas actividades.
- 4.- Fomentar o intercambio de experiencias de voluntariado.
- 5.- Implicar a todos, sobre todo os máis novos, a que se sintan protagonistas da nosa historia.
- 6.- Dar cauce de participación neste proxecto a aquelas persoas que, non vivindo nestes pobos, desexen implicarse activamente na dinamización dos mesmos.
- 7.- Promover entre todos iniciativas de voluntariado a favor de todos os colectivos do mundo rural.
- 8.- Impulsar a difusión da acción voluntaria e o valores que representa na sociedade.

Os problemas e necesidades que se pretenden abordar con estes obxectivos, moi resumidamente serían os seguintes:

- 1.- As dificultades que a mesma realidade nos presenta.
 - 2.- A complexidade das relacións e da convivencia interxeracional en tódolos ordes.
 - 3.- O debilitamento da comunicación entre as distintas xeracións.
 - 4.- As novas tecnoloxías e orientacións pedagóxicas.
- A realidade rural** para a que está deseñado este plan caracterízase por:
- 1.- Un progresivo envellecemento da poboación.
 - 2.- Unha acelerada despoboación dos núcleos rurais.
 - 3.- Un descenso considerable da presenza de xente nova.
 - 4.- Unha escaseza de infraestrutura e recursos de cara a fomentar a cultura da solidariedade e a vida social comunitaria.

Actividades

I) Formación

- 1.- Veladas nocturnas: desenvólvense os días 12 e 19 de xaneiro, 16 e 23 de febreiro.
- 2.- Pandeireta: tódolos terceiros mércores de cada mes, desde xaneiro ata xuño.
- 3.- British lareira: tódolos segundos mércores de cada mes, desde xaneiro ata xuño.
- 4.- Aula de teatro: tódolos primeiros mércores de cada mes, desde xaneiro ata xuño.

Todos estes obradoiros teñen lugar no local social da **Fundación** en San Román de Lousada de 21,30 – 23,30 h.

- 5.- Briconatureza: 24 de febreiro e 2 de marzo de 16-18 h. Local social o **Priorato** en Lóuzara.
- 6.- Primeiros auxilios: todo o relacionado cos nenos/as será o día 29 de marzo; e todo o relacionado cos maiores o 30 de marzo.
- 7.- I Xornadas de Lecer e Tempo Libre: Para voluntarios/as, monitores/as e profesionais do lecer e tempo libre. Os días 29 de febreiro, 1-2 de marzo. Local social **O Priorato** de Lóuzara. Preténdese crear un espazo para expoñer, contrastar e dialogar sobre o lecer e tempo libre, así como as técnicas pedagóxicas e novas tecnoloxías, valores do traballo en equipo, etc.
- 8.- I Xornadas do Maior: destinadas a voluntarios que colaboran coa **Fundación O Noso Lar** nas distintas actividades que se organizan cos maiores. Datat: 7-8 de xuño no local social en Lousada. O obxectivo é ofrecerlles recursos que os capaciten para traballar con xente maior facilitándolles coñecementos sobre a súa psicoloxía, os seus problemas, técnicas de animación, etc.
- 9.- I Xornadas do neno: orientadas aos voluntarios/as que traballan con rapaces facilitándolles coñecementos sobre a súa psicoloxía, os seus problemas, técnicas de animación, etc. Desenvolveranse os días 21-22 de xuño no local social en Lousada.
- 10.- Curso de Manipulador de Alimentos.

II) Xuventude

- 1.- Encontro de voluntariado: nos Ancares para tódolos voluntarios/as que o desexen. Os días 11-13 de xaneiro. O obxectivo é aprender a programar, levar a cabo e avaliar actividades de senderismo e natureza.

- 2.- Antroido 2008.

- 3.- Viaxe cultural á Expo'08 Zaragoza.

- 4.- Roteiro da Natureza *Perdidos en Lóuzara*: os días 24-25 de maio

- 5.- Campamento de verán do 15 ó 24 de xullo



III) Maiores

- 1.- Encontros de Lecer para maiores: trátase de encontros mensuais cos maiores da zona. A finalidade é compartir a amizade, o humor, as preocupacións, a fe. Nun clima de familia e fraternidade. Desenvólvense en Lousada e no **Priorato** en Lóuzara.
- 2.- Vacacións-Convivencia en Cantabria para os maiores de todo o Municipio de Samos. Do día 3 ao 12 de abril.
- 3.- Acollida na *Casa de Acollida O Noso Lar* das persoas que realmente o necesiten, ofrecéndolles os coidados precisos e axudándolles a buscar unha solución as súas situacións.
- 4.- Homenaxe aos maiores de 90 anos de todo o concello de Samos. Será o día 27 de xullo no Priorato de Lóuzara.
- 5.- XVIII Festa de Convivencia cos Nossos Maiores o día 24 de agosto en Santalla de Lóuzara

Miguel Sampedro López



Queremos crer en nós

Este ano, como moitos sabedes, a **Fundación O Noso Lar** vén de completar unha programación totalmente novidosa para todas aquelas persoas que queiran formarse no eido do Lecer e do Tempo Libre; por iso, entre outras moitas actividades, teremos un curso de manipulador de alimentos, cursos de xogos para nenos e a terceira idade, cursos de especialización de monitores de actividades de tempo libre...

Sabemos que o proceso formativo da persoa comeza dende o seu nacemento, amplíase na escola e, á medida que vai pasando o tempo, é a mesma vida a que actúa de complemento nesa ensinanza. Pero o resultado de todo este proceso non é o mesmo para todas as persoas. Por unha banda, hainas que, por non querer aprender máis, rexeitan todo o que lles soa a novo, facéndose intransixentes ante toda a información que lles chega de fóra. Noutra liña - máis esperanzadora - están as personas que, por querer seguir aprendendo toda a vida, ata son capaces de renunciar a outras posibilidades máis fáciles e cómodas no seu tempo de lecer.

Cando falamos de proceso formativo no tempo de lecer, algúns pensan que é algo aburrido e non ten porque ser así. Podemos aprender xogando; porque xogar é aprender.

Na nosa formación no lecer é tamén importante a relación humana que se establece entre os diversos participantes, xa que axuda a potenciar o noso crecemento intelectual e a propia maduración personal.

Os que programamos actividades para tempo de lecer temos que traballar moi seriamente a programación a seguir, porque nada debe quedar á improvisación. Ante nós temos sempre un reto que represente unha resposta construtiva para saír do paso ante situacións moitas veces non previsibles.

Dende a comprensión das condicións sociais que nos rodean e os efectos do noso traballo neste eido que nos ocupa, pensamos que temos e debemos intervir na configuración dun mundo novo por medio do lecer e do tempo libre. Toda creación ou actuación, sexa do tipo que sexa, debe ser unha manifestación da beleza que temos ao redor, porque crendo nela, poderemos facernos copartícipes dun futuro sincero e real para nós mesmos e para todos aqueles que nos rodean.

Para afrontar un sistema de crecemento personal orientado ao estudo e fortalecemento de nós como personas expresivas dos potenciais humanos, a través do lecer, ademais de poñer todo pola nosa parte, debemos tomar nota das experiencias dos nosos antepasados, da xente maior, dos nenos... e das manifestacións ou artes como o movemento, a comunicación, a música, o traballo en grupo e ... vivencias integradoras para crear. Porque a creación,

dende a orixe dos tempos, ademais de axudar a embelecer as nosas vidas, empúxanos a non convertermos en obxectos pasivos.

A mocidade de hoxe moitas veces é criticada por non ser creativa, e somos conscientes de que é unha realidade; pero só en parte, xa que nós non temos nada que ver con ese tópico e levamos tempo demostrándoo.

E como o coñecemento dun mesmo é fundamental para ese proceso educativo do que estivemos a falar, e conscientes de que temos que convencernos das nosas posibilidades para poder traballar neste eido (do que falaremos máis en profundidade noutro artigo futuro) como aportación personal a este proceso coñecemento dun mesmo-, propoñovos un exercicio práctico moi sinxelo.



Existen álbums familiares que recollen as vivencias da familia, da nosa infancia, da nosa adolescencia. Propoñovos que fagamos un álbum que recolla aquelas fotografías dos momentos que viviches plenamente, momentos nos que decidiches vivir e que non foron impostos ou xustificados; onde decidiches que iso era o mellor para ti, algo que mereces. Igualmente tomaremos fotografías da xente que decidiu que te acompañaba nese momento do camiño, só persoas que verdadeiramente queres, sentes e respectas. Por último, collerás as fotos cada vez que sintas necesidade de verte - tamén poden ser partes do teu corpo que recuperas para ti, nas que estás ou comezas a coidarte. O exercicio complétase creando un álbum diferente, incluso podes construílo ti mesmo, sen mercado. O álbum converterase nun recurso que che permitirá non só construír o que queres, senón darte conta de que podes facelo e ter un documento vivo que medra xunto a ti. A partir de aí, non metas calquera cousa na túa vida, no teu álbum.

Lembra: cada vez que necesites un respiro, unha forza, colle o álbum e pensa: "NENO, MERECES APENA". Haste sentir moito mellor.

Xosé Luís Garza Silvela
Director de Actividades de Tempo Libre

I Xornadas de lecer e tempo libre.



No programa de actividades formativas da **Fundación O Noso Lar** e a través do seu Programa de Voluntariado vimos insistindo na formación como pilar básico do noso traballo, e así acabamos de celebrar as *I Xornadas de Lecer e Tempo Libre*. Dende a **Fundación** tentamos crear un foro de encontro tanto para profesionais do Lecer como para todos aqueles que comezan a amosar certo interese por este eido cada vez máis emerxente.

Nesta fin de semana, a primeira do mes de marzo, xuntáronse no **Priorato** en Lóuzara, unha vintena de participantes que viñan de tódalas partes de Galicia e que entre outras cousas buscaban compartir experiencias, formación, divertimento, conceptos...



As Xornadas comezaron o venres pola noite coa celebración do módulo de creación de veladas para campamentos, a través do cal os participantes debateron sobre os diferentes conceptos que hai que ter en conta á hora de crear unha actividade nocturna.

O sábado foi un día moi longo, pola mañá o módulo de formación deportiva puxo de manifesto que o deporte é necesario para conseguir xeitos de vida saudables e demostrar que non todos estamos “en forma”.

Ao serán, o módulo “en-cóntate” puxo nas mans dos participantes unha serie de dinámicas de expresión corporal, baseadas na creación narrativa e en dinámicas de contaconto.

E o domingo pola mañá o traballo en equipo foi o protagonista do módulo que quería poñer de manifesto o alto rendemento do traballo cooperativo fronte aos individualismos.

Como se pode apreciar, tódolos módulos tiñan moito interese para os participantes. Así o manifestaron ao remate das Xornadas.

A actividade formativa, pensamos dende a **Fundación**, debe de ser unha constante para a reciclaxe do monitor; a formación é o pilar básico de transmisión dos valores que logo aplicaremos no traballo con mozos e adultos, sen isto o noso labor queda anquilosado nun pasado indesexable.

Como un dos directores destas Xornadas, animo a todos a participar nas *II Xornadas de Lecer e Tempo Libre*, que xa estamos a preparar. Este ano fomos vinte, para o ano temos que ser trinta.

Xosé Luis Garza Silvela



Este ano, Cantabria

Para a Fundación O Noso Lar, que nace con vocación de servizo á xente da nosa terra, o valor máximo, está claro, é a persoa. Por iso, cada unha das actividades que se programan, fai que nos preguntemos. Desde onde? Para quen? Para que?

Pois ben, desde esa vontade de servizo, levamos a cabo a actividade, vacacións-convivencia coa xente maior. Porque consideramos vital e decisivo o **convivir e o compartir**, nun marco distinto ao de tódolos días.

Este Ano elegimos Cantabria polas súas posibilidades naturais, históricas e artísticas.

Cantabria superou as nosas expectativas. En todos nós está latexando un sentimento fondo de agradecemento, polo que Cantabria é en si, polas persoas que ao longo da súa historia a souberon embelecer. Polos amigos e institucións, que nos posibilitaron penetrar nalgúns dos seus segredos: D. Francisco Javier López Marcano, Delegado de Cultura e Deportes do Goberno de Cantabria; D. Fermín Unzúe, Director da Cova del Soplao; D. Julián García Liaño, Delegado Episcopal de Santuarios y Turismo y Apostolado del Mar; Eduardo, Carmelo, Maruja ... A todos: **Graciñas**.

Desde a nosa entrada en Cantabria, por Reinosa, e visita a Fontibre, nacemento do río Ebro, ata a nosa última visita que foi á cova-mina de El Soplao, foi toda admiración.

Castro Urdiales e, Laredo a moi corta distancia, nelas é de admirar o seu conxunto histórico-artístico, a beleza das súas praias, que tamén nos recordan

acontecementos hiostóricos. Foron un marco maravilloso para **convivir e compartir**.

Que dicir de Santoña? Outra perla do mar, co seu porto pesqueiro e unha florecente industria no sector. Os seus monumentos, que tamén nos recordan feitos históricos e, un momento importante nos avances cartográficos con Juan de la Cosa, nacido no lugar.

Outros fermosos pobos costeiros, que recrearon a nosa vista e o noso ánimo son: Liencres, Suances, San Vicente de la Barquera, Comillas...

Santander. Quen non disfruta paseando por Santander? Esta fermosa cidade, que dorme e vixía asentada sobre este pintoresco lugar do Cantábrico, a quen o poeta bautizara como "La novia del mar". Percorrer os seus paseos, contemplar os seus edificios ao mesmo tempo que se percorre a súa evolución histórica, fai medrar en nós as ganas de vivir.

A costa Cantábrica extasía, pero o seu interior garda xoias de incalculable valor.

A natureza e a man do home, fan que sexa indescrutable o percorrido polo desfiladeiro de *La Hermida*, desde Unquera ata Fuente Dé, pasando por Potes, Liébana...

Santillana del Mar onde, desde a súa Colexiata adicada a Santa Juliana, cada monumento, cada pedra nos falan do noso pasado histórico, desde a época medieval ata outra bastante máis lonxana, na Cova de Altamira.

A posibilidade de visitar o Parque da Natureza de Cabárceno, foi, para nós unha experiencia impagable con diñeiro. As súas dimensións, a súa paisaxe, restos dunha antiga mina, en terreo de rochas calizas, o habitáculo

natural das distintas familias de animais, en réxime de ampla semiliberdade e que representan a fanua case a nivel mundial, e algo impensable.

Felicítamos a Cantabria por estes logros, e por podermos rematar a nosa viaxe coa visita a outro lugar do que non podemos falar, só podemos *cantar* e pedir perdón por aquelas notas do noso poema que poidan desentonar:

A Cova de *El Soplao*.

Josefa Gómez Requejo



No parque de Cabárceno



Na Cova El Soplao

No eterno silencio

Ti naciches no colo do tempo,
cando o home dormía o seu sono,
na gran calma do eterno silencio,
no silencio da noite, *da noite, da noite...*

Ti sentía-lo vento zoar?
Sabías ti, da súa loita co mar?
Sabías do viña a pingueira
que a túa entraña estaba a atravesar?

Son preguntas da miña ignorancia.

Quen es ti?

Ti non é-la peneda caliza.
Ti non é-la pingueira que a rega.
Ti non es negra tebra da noite.
Ti es máis cá brancura que cega.

Ti es máis ca unha bela princesa,
non hai verbas para te definir.
Es acaso ti a mesma beleza?

Que é a beleza?

Asombras, superas, non sei balbucir.

Mentres pisan os pés as túas salas
e a mirada contempla gozosa,
de xeonllos está a nosa alma
pra ó remate cantar xubilosa.

Que bonito atopar na túa casa,
un sinal de vida compartida,
aquele home xa esperto que busca
e descobre a beleza na mina.

Mentres pinga a suor da súa fronte,
á pescuda do pan pra familia,
ti acompaña-la súa dura sorte,
coa beleza e a paz que respiras.

Foise o home e quedaches soíña,
outra vez na negrura da noite,
pero el espallou a noticia
e a compañía diaria é a túa sorte.

Josefa Gómez Requejo



Visita a conserveira de bonito (Santoña)



Nos Picos de Europa



No Nacemento do Ebro (Fontibre)

Historia artística e arquitectónica da Igrexa de San Xulián de Teibilide

Temos que comezar dicindo que, case a totalidade do edificio, pertence a unha estrutura do final do século XIX ou, quizais mellor, dos primeiros anos do 1900. É dicir, do estilo artístico chamado **neoclásico**.

Pero podemos ter a total seguridade de que, o inicio dun núcleo cristián, xa organizado aquí, é, sen dúbida, de alomenos dous séculos antes do ano mil. Polo tanto, dun moi alto medievo.

Así nolo confirma **San Xulián**, un precoz titular das primeiras igrexas.

Quen é San Xulián? A axiografía deste santo foi sacada unicamente da tradición, mais ou menos fantasiada. De aí a carencia histórica dos datos do tempo e do lugar no que viviu, fundamentais en toda biografía. Só así se explican certas incongruencias e anacronismos históricos.

De “*La Leyenda Dorada*”, unha célebre obra de Santiago de la Vorágine, resumo a súa vida:

Atopándose Xulián de caza, perseguindo un cervo, este díxolle que un día ía dar morte a seus pais. Para evitar o horroroso parricidio, fuxiu da casa. Acadou grandes méritos militares e o Rei fixo que casase cunha nobre e piadosa viúva. E como agasallo de vodas, deulle un castelo. Seus pais, desesperados pola fuxida de Xulián, percorren incansables o mundo na súa busca...

Un día chegaron ó castelo. Xulián non estaba, pero a súa muller recoñecéndoo, polos relatos que lle fan, hospedounos na cama da súa propia alcoba. Pola mañanciña, a piadosa e fiel esposa marchou á súa igrexa. Momento no que chega Xulián. O primeiro que fai é dirixirse ansioso á alcoba matrimonial. Confunde ós pais cun vergonzoso adulterio, desenvaiña a espada e dálles morte.

Cando descobre tan arrepiante erro, horrorizado decide abandonar o castelo e facer penitencia. Tamén a súa esposa **Santa Basilisa** vai con el. Instálanse á beira dun perigoso río para axudar ós pasaxeiros. Alí fundan tamén unha pousada gratuíta para albergar ós transeúntes...

Un día, por medio dun suposto gafo, case morto de frío, a quen Xulián atende, o Señor díxolle: “*A túa penitencia foi aceptada e moi axiña, coa túa esposa, entraredes no meu descanso*”. E así foi.

A pesar das vaguidades e das imprecisións, a súa devoción difundíuse no pobo cristián coma un regueiro de pólvora.

O seu arraigamento foi tan profundo, que queda ben de manifesto no grande número de igrexas que o teñen como patrón. Só na diocese de Lugo son 36.

É moi probable que a súa titularidade aquí en **Teibilide**



fose suxerida por ser San Xulián, xunto coa súa esposa Santa Basilisa, os titulares do cercano Mosteiro de Samos

Para maior información, sobre todo isto de Samos, sería recomendable ler o que escribín na miña obra, “*El románico de Lugo y su provincia*” t. III.

As primeiras novas documentais desta igrexa parroquial, apórtanolas **D. Nicandro Ares Vázquez** en “*Concello de Samos: historia das súas parroquias*”, T IV(Lugo, 1997, pxs 22-24).

Estas noticias aparecen en documentos dos séculos XI e XII. Neles atópase luz sobre o seu titular **San Xulián** e o primeiro nome da parroquia, que foi **Vilaxuste** e tamén sobre a arrevesada etimoloxía do posterior e actual nome de **Teibilide**.

Porta principal:

Unha testemuña, probablemente, dos primeiros anos do 1.600, é dicir, da primeira metade do século XVII, é a **porta principal** da actual igrexa.

É, pois, esta porta o único que se conserva dun edificio aínda renacentista que, sen dúbida substituíu a outro anterior, do que ignoramos o seu estilo por non coñecermos da súa fábrica ningún vestixio.

Esta porta está coroada por un arco semicircular ou arco de medio punto, feito de grandes doelas e sustentado directamente sobre a xambaxe sen mochetas intermedias. Unha baquetiña.

Mais ou menos, do tempo desta porta son, sen dúbida, as dúas pías, situadas na igrexa, unha á dereita e outra á esquerda da porta de entrada. Ámbalas dúas son gallonadas. A da dereita decórase con gallóns estreitos e a da esquerda, con follas anchas.

Probablemente, deste mesmo tempo son tamén algunha das imaxes que logo hei reseñar. Pasa o mesmo coa parte dun pequeno e sinxelo retablo renacentista, que se atopa facendo de retabliño sobre a cómoda da sacristía.

A fábrica da igrexa actual

Como xa queda dito, é unha obra, ben dos últimos anos do século XIX ou dos primeiros do XX. A súa planta é de **cruz latina**. Forma a nave o pau longo da cruz. O seu brazo transversal é o presbiterio. Ámbolos dous lados creouse unha especie de capela. E a sacristía está constituída pola parte alta da cruz. Un pétreo arco triunfal de medio punto, apoiado no muro mediante unhas molduradas impostas, separa a nave do presbiterio.

Tamén dous arcos semellantes, un en cada lateral norte e sur do presbiterio, definen, con certa precisión, o espazo presbiteral e o de cada capela. As capelas cóbrense con bóvedas de canón, mentres que o presbiterio faino cunha bóveda de arestas.

Remata a fachada unha lanzal espadana para dúas campás. E entre ela e a porta ábrese unha curiosa ventaiña en forma de rombo.

Os tres retablos e a súa imaxinería:

Son os tres dun neogoticismo moi sinxelo. É posible que sexan obra de D. Amador López Vizcaíno. Este señor, como xa deixei escrito no número anterior de *O Noso Lar*, no ano 1913 fixo os retablos de Castroncán, tamén neogóticos, pero presentan un estilo máis esmerado ca estes de Teibilide. É moi posible que o retablo maior de Suñide tamén sexa obra súa, igualmente neogótico, aínda que de data bastante posterior, estudado no nº 10 da revista *O Noso Lar*.

Isto parece bastante lóxico ó ser D. Amador da parroquia de Loureiro. De ser así, sen dúbida, a máis antiga das tres obras é esta de Teibilide; seguiría a de Castroncán, xa cunha maior perfección, e logo a de Suñide, na que se mostra unha singular mestría.

As imaxes

Unha moderna imaxe de Cristo ocupa a gran fornela do retablo maior, en postura de *"Ecce Homo"*. É de gran tamaño e a súa faciana dun moi esmerado aspecto divino. Un manto morado, caendo ó ser do seu corpo, dálle o aspecto dunha moi singular prestancia.

Á dereita do Cristo, esquerda do que mira, aparece a imaxe do patrón da parroquia, San Xulián, sobre unha peaña do retablo. É unha boa talla de case un metro de altura. Podería datarse quizais cara á metade do século XVII. Segundo outra tradición, San Xulián, no seu retiro penitencial, foi abade e a súa muller abadesa, sendo logo martirizados na persecución de Diocleciano (305). De aí vén que aquí o representen coa palma do martirio na súa man dereita e un libro na esquerda coas *Regras Monásticas*.

Sobre a peaña simétrica do outro lado, atópase unha curiosa efixie de San Roque duns 70 centímetros. É de rústica factura, pero non carente de interese. Podería ser anterior á imaxe de San Xulián.

Na fornela do retablo da capela sur, expónse unha virxe vestida. Tanto a súa vestimenta coma o seu triste rostro, de boa técnica, confirman que se trata da *Virxe Dolorosa*.



Ocupa a fornela do retablo da capela norte outra imaxe vestida tamén da Virxe. É de rostro ben esculpido. Sostén un neno no seu brazo esquerdo. Varios rosarios penduran das súas mans. É moi probable que as tres imaxes vestidas sexan relativamente modernas.

Na peaña dereita deste retablo norte, atópase unha boa talla duns 80 centímetros. Sostén no seu brazo esquerdo un pequeniño Neno Xesús. Tanto a súa coroa coma os seus escapularios, que penduran dela, fan supoñer que sexa a *Virxe do Carme*. Podería ser, coma algunha das imaxes reseñadas, da primeira metade do século XVII.

Tamén posiblemente deste tempo ou quizais máis anterior, sexa outro San Roque, de só uns 35 cms, que ocupa a peaña esquerda deste mesmo retablo.

Finalmente, en sinxelas peañas dos muros testeiros de ámbalas dúas capelas, exhibíanse un San Antón e unha Virxe de Fátima. Ámbalas dúas de tempos modernos.

Jaime Delgado Gómez
Delegado Diocesano de Arte Sacra e Patrimonio

Os Ferradores

Moitos son os oficios tradicionais que foron xurdindo para adaptarse ás necesidades dos tempos, algúns deles aínda sobreviven hoxe en día, mais a maioría foron caendo en desuso co avance da modernidade.

Hoxe, cando falamos de desprazarnos a algures, pronto pensamos nun automóbil, ben no noso propio ou ben no de alguén que nos poida levar, e parécenos que nada podemos facer se non o temos ao noso alcance. Hai algúns anos, e digo algúns porque podemos estar falando de 50 ou 60 anos cara atrás, ter vehículo propio era impensable para a maior parte da poboación, especialmente para a xente que vivía no rural.

Poñámonos en situación: un lugar da montaña de Lóuzara nos anos cincuenta.

As vías de acceso a estas aldeas eran carreiros por onde pasaban carros tirados por animais e persoas, o lugar máis próximo ata onde podía chegar un vehículo era ata a Ferrería do Incio. E podía chegar ata aquí grazas ás súas augas con propiedades medicinais que atraían á xente con posibilidades económicas e que facían que fose necesario que chegase un vehículo ata alí para o seu desprazamento. Isto axudou en gran medida á xente das poboacións dos arredores, xa ben polos servizos que ofrecía a Ferrería (banco, correos, autobús, salón de baile...) como polos postos de traballo que daba o hotel.

Como se desprazaba a xente dende os seus lugares ata a Ferrería para poder facer uso dun automóbil? Pois, xaora, a pé ou a cabalo.

O cabalo era un dos animais claves do fogar, axudaba

nas viaxes e no traballo. Polo tanto facíase necesario darlle unha serie de coidados; un dos principais era que estivera ben ferrado. De aquí un dos oficios tradicionais: “**O Ferrador**”.

O ferrador era un home, case sempre relacionado cunha ferrería, con moitísimo traballo; xa que moito era o gando que había daquela. O seu oficio era poñerlle ferraduras nas patas dos animais para que non coxeasen.

Ferraba burros, mulas, vacas, pero sobre todo cabalos. O normal era ferrar os cabalos nas catro patas, pero había xente que por falta de cartos só os ferraba nas patas de adiante. O proceso era o seguinte: amarrábase o cabalo cunha corda e collíase a medida da ferradura, case sempre había que adaptala na forxa onde se lle daba a forma e o tamaño axeitado. Unha vez tiña a ferradura adaptada collíase o **puxavente**, que era a ferramenta coa que se poñía o casco plano do animal para poder colocar a ferradura. Despois cravábase con moito coidado tentando non facerlle dano e xa o último toque era limar os clavos con outra ferramenta chamada **escofina**. Un traballo laborioso e constante que non moitos se atrevían a facer.

O Álvaro de Santalla foi un destes homes que moitas ferraduras puxo ao longo da súa vida. Como tantos outros, un día a necesidade fixoo emigrar a Cuba onde aprendeu o oficio de ferrador. Xa de volta en Santalla seguiu vivindo do oficio aprendido; a carón del chegaba xente a ferrar cabalos de tódolos lugares dos arredores. Os días que tiña máis traballo eran os que había un enterro en Santalla ou os domingos, porque era cando a xente se tiña que desprazar ata alí e xa aproveitaban para ferrar os cabalos.

Tamén era habitual a viaxe ao muíño de Santalla para moer o trigo ou o centeo e, mentres se esperaba pola fariña, aproveitar para ferrar o cabalo.

Dende logo un oficio básico e imprescindible naqueles días. Queremos desde aquí renderlle unha sinxela e agarimosa homenaxe aos que, como ao **Álvaro de Santalla**, adicaron gran parte da súa vida ao oficio de ferrador.

Alba María Álvarez Vergara



O Álvaro de Santalla

O Banco de Terras: unha necesidade

Hoxe hai moitas explotacións agrarias que teñen interese en aumentar as súas terras, incorporando fincas de labranza ou prados para producir herba e forraxes, e así non depender tanto dos pensos e concentrados. Moita xente que se dedica á agricultura e a gandería, atópase con frecuencia con dificultades para adquirir novas fincas polos altos prezos das terras; ou mesmo alugalas, pois hai persoas que por desconfianza preferen deixalas a monte. Son moitos os casos onde no mesmo lugar se encontra unha explotación traballada e que segue medrando, e ao lado outra que deixou de traballar e pasou a matorral; de aí a necesidade e relevancia do **Banco de Terras**.

A importancia deste **Banco** móstrase tamén nos casos de xente que despois de comprar casa nunha aldea, desexaría ter unha parcela para poñer una horta, por exemplo. Temos que darnos conta que o propietario das parcelas consegue que, ao estar traballadas e limpas, disminúa o risco de incendios na zona, o que beneficia por unha banda ao propietario, porque lle ingresarán ao fin do ano uns cartos por elas; e por outra banda ao que as aluga, que aumenta a súa superficie de produción e dependerá menos de traer herba e forraxes de fóra. Como vemos, os dous saen beneficiados, e a paisaxe que nos rodea tamén, pois é moi triste ver todo a monte e queimado.

Para lograr todo isto a Xunta de Galiza creou en maio do 2007 o **Banco de Terras**.

Para que?

- Poñer en valor terras con aptitude agraria.
- Frear a perda de superficie agraria útil.
- Mellorar e ampliar a base territorial das explotacións.
- Evitar a grave situación de abandono, risco de lume e danos aos lindantes.

De que xeito?

- Creando un Banco que faga as xestións necesarias para mobilizar as terras mediante arrendamento.
- Un Banco no que poidamos inscribir as nosas fincas permitindo que sexan arrendadas.
- Un Banco onde os agricultores poidan solicitar fincas en aluguer para ampliar a súa base territorial.
- Un Banco áxil, con arrendamentos pactados entre 5 anos (mínimo) e 30 anos (máximo).

Para quen?

- Explotacións que queiran aumentar a súa superficie agrícola.
- Mozos e mozas que queiran dedicarse á actividade agraria.
- Cooperativas agrarias que pretendan ampliar a súa base territorial.
- Recuperación da actividade agraria en zonas afectadas polo envellecemento.

Con que garantías?

- Garantía de devolución da propiedade rematado o periodo de arrendamento.
- Garantía de cobro do prezo establecido.
- Garantía de devolución das terras en normal estado de uso.

Onde podemos atopar o Banco de Terras?

- Podemos solicitar información nas Oficinas Agrarias ou de Medio Rural da Xunta de Galiza.
- O máis cómodo é entrar en internet na páxina web da Xunta de Galiza, alí iremos á Consellería de Medio Rural e logo a BanTeGal (Banco de Terras de Galiza). Nesta páxina explicánnos todo o referente a como funciona o Banco de Terras:

Para poder ver as parcelas que están incluídas no Banco de Terras escribimos o nome do concello que nos interesa. Sae unha lista das parcelas que están para alugar coa información seguinte: lugar, número de polígono e parcela, superficie, cultivo e o prezo de arrendamento.

Para incluír unha parcela ou finca no banco de terras hai que cubrir unha solicitude.

Se nos interesa algunha parcela que estea no Banco de Terras, teríamos que cubrir outro impreso solicitando información sobre o arrendamento da mesma.

Eu animo a todos a que se interesen por este Banco de Terras, pois é un enorme beneficio para todos e tamén para a nosa paisaxe, que cada día está máis chea de xestas, pinos e eucaliptos.

Oscar López González



Os musgos: uns vexetais a camiño entre as algas e os fentos

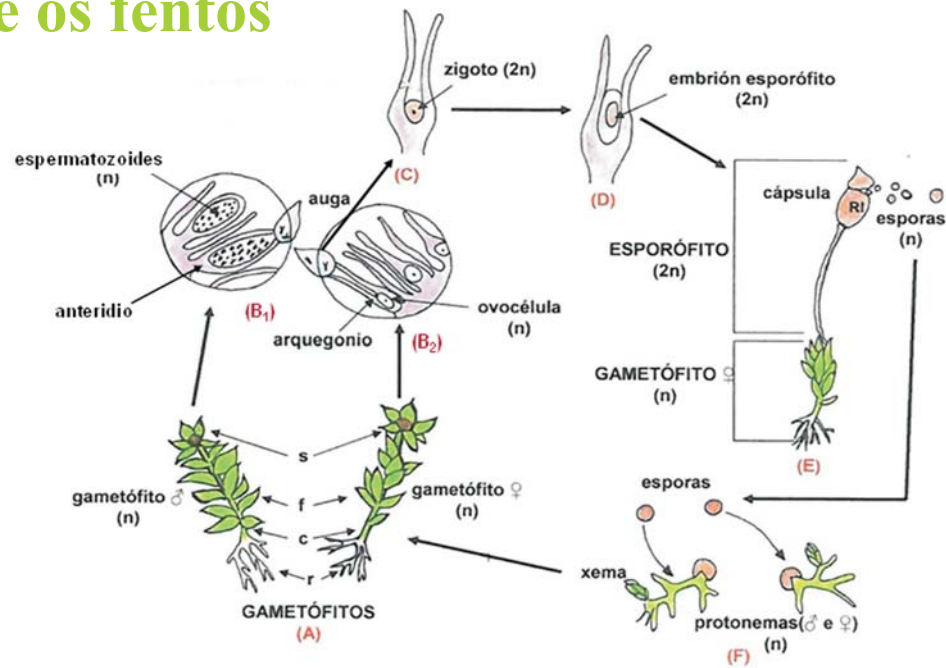


Fig. 1: CICLO DE VIDA XERAL DUN MUSGO

No tempo de Nadal, moitos fogares dan cabida a un belén como fermosa expresión dun acontecemento que cambiou a historia dos crentes. Na nosa terra, por tradición, case é condición indispensable a colleita de **mofo** ou **carriza** para cubrir de verde a súa paisaxe e así encher de vida e de cor estas entrañables representacións artísticas. Pois destas plantiñas (mofos) tan familiares para nós, imos falar hoxe neste número.

Os mofos (aproximadamente 10.000 especies) xunto coas hepáticas (plantíñas que poden ser parecidas pero máis delicadas) forman parte do grupo que chamamos **bríofitos**, aparecidos na terra hai, aproximadamente, uns 280 millóns de anos. Estas plantiñas de constitución e tamaño reducido, que medran formando céspedes nas rochas, muros, cortizas das árbores, ríos... caracterízanse, fundamentalmente, polo seu peculiar ciclo de vida e tamén porque, no seu intento de colonizar o medio terrestre, formaron envoltas estériles para protexer as delicadas células reprodutoras. Ó mesmo tempo, desenvolveron partes no seu corpo vexetativo semellantes ás raíces, talos e follas das plantas superiores, aínda que a diferenza destas, carecen de tecidos condutores de nutrientes e han de tomar o alimento como as algas; é dicir, por toda a superficie do seu corpo. En termos evolutivos, considéranse os bríofitos como o paso intermedio entre as algas verdes acuáticas e o grupo dos pteridófitos, onde se inclúen os fentos.

O ciclo biolóxico ou ciclo de vida dos mofos é bastante complexo, pero se o seguimos con atención (**Fig. 1**) unha vez máis apreciaremos a perfección dos seres vivos e descubriremos os marabillosos procesos que ocorren na

natureza. Pois ben, centrándonos na **Fig. 1**, mirando a plantiña verde de mofo que coñecemos (**A**) vemos que consta dunhas “raiciñas” (**rizoides = r**) que a fixan ao substrato (non absorben nutrientes como as raíces) e un “taliño” (**caulidio = c**) portador das “folliñas” (**filidios = f**). A estas plantiñas chamámoslles **gametófitos** (neste caso masculino ♂ e feminino ♀) porque nelas se forman os gametos ou células de reprodución sexual.

Segundo a época do ano poderase observar que en determinados lugares dos gametófitos (**A**) e entre “folliñas” especiais (**s**), encóntranse os órganos sexuais. Os masculinos ou **anteridios (B₁)** teñen forma de saco e agrúpanse en número bastante elevado; no seu interior forman moitas células biflaxeladas (dous flaxelos) e móbiles: son os gametos masculinos ou **espermatozoides**. Os femininos (**B₂**) ou **arquegonios** (en número reducido) teñen forma de botella e no seu ventre levan un único gameto feminino ou **ovocélula**. Cando un anteridio está maduro libera grandes cantidades de espermatozoides, que nadan cara ó arquegonio grazas ós flaxelos e á fina película de auga que en tempo húmido recobre os bríofitos. Se un dos espermatozoides logra fecundar á ovocélula tras penetrar no arquegonio, fórmase un ovo ou **zigoto (C)**, que tras sufrir unha serie de divisións celulares e formar un embrión (**D**), orixinará o que coñecemos como **esporófito** que no seu crecemento irá sobresaíndo do gametófito á vez que se configuran e maduran a **cápsula** e no seu interior as **esporas (E)**. Cando as esporas están maduras, libéranse en grandes cantidades axudadas polo vento, a auga... e, ó caer nun substrato, se encontran

condicións axeitadas, xerminan oxinando una nova estrutura: o **protonema (F)**, diminuto filamento fotosintetizador (verde) formado por filas de células que lembra ás algas. Este protonema produce xemas que ó medrar e independizarse darán gametófitos, pechando así un ciclo biolóxico onde as esporas, o protonema e o gametófito teñen un xogo de cromosomas (n) e o esporófito, por xurdir da fecundación ten dobre xogo de cromosomas ($2n$). A meiosis ou restablecemento do número haploide de cromosomas (paso de $2n$ a $n = R!$) ocorre durante a formación das esporas no interior da cápsula.

Resumindo: o gametófito constitúe na planta a rexión asimiladora (verde) dos nutrientes e o soporte dos órganos reprodutores; e o esporófito é o resultado da fecundación da ovocélula por un espermatozoide e consta dun pedicelo que soporta unha cápsula encargada da xénese das esporas.

Ademais desta reprodución sexual, algúns briófitos teñen tamén capacidade para se reproduciren por vía asexual, como por exemplo por fragmentación.

Os briófitos poden vivir case en calquera lugar, pero alcanzan a maior diversidade nas zonas de climas tropicais e templados húmedos, onde desempeñan importantes funcións dentro dos ecosistemas por ser estabilizadores do substrato.

Dentro dun biotopo (unha rocha, un tronco...) englobado nun ambiente xeral (bosque, matorral, pastizal...) encontramos diversas especies que segundo as súas necesidades e capacidades ocupan espazos puntuais, porque os factores determinantes das comunidades muscinals son: a humidade, a superficie do substrato (lisa ou rugosa) e a súa natureza (grao de acidez ou basicidade = pH). Os mofos que viven moi a gusto nas rochas expostas de lugares secos (**briofitos xerófilos**) presentan adaptacións morfolóxicas para conseguir unha desecación lenta ou para captar a máis mínima humidade presente no medio.

O gran número de briófitos que viven nos bosques xogan un papel moi importante na súa dinámica. O tapiz muscinal dun solo forestal contén cantidade de espazos capilares (finiños coma pelos) moi útiles para reter auga, ademais de ser un bo lugar para a xerminación de sementes das árbores. *Polytrichum spp* (Foto 1) é un xénero ben representado nos nosos solos forestais.

Respecto ós lugares desprovistos de árbores, onde maior significación alcanza a vexetación muscinal é nas tundras próximas ós polos e das altas montañas. Polo contrario, é moi pobre a cuberta briofítica nos lugares áridos, nos que queda refuxiada nas fendas e enclaves protexidos da insolación.

Os mofos souberon aproveitar as oportunidades que lles proporcionou o home, o que se pode observar nas cidades onde os muros e troncos das árbores se encontran cubertos de manchas mofosas máis ou menos extensas segundo a humidade do lugar. De feito, existe unha brioflora tipicamente urbana composta por especies resistentes á contaminación, sensibilidade esta que os fai útiles como bioindicadores da polución ambiental (xunto cos líques) e con eles elabóranse índices de pureza atmosférica. De uso común son os esfagnos (*Sphagnum sp*, foto 2) que viven nas turbeiras e por acumulación e presión forman a **turba**. Estas plantiñas, ó poder almacenar auga ata un 30% do seu peso seco grazas a unhas células especiais dos filidios, utilizáronse como substitutivo do algodón, e na actualidade empréganse en xardinería (turba mezclada con terra) para aumentar a capacidade de retención de auga e a acidez. En moitos lugares tamén se utiliza a turba como combustible.

E por certo, o mofo que se recolle normalmente para poñer bonito o belén chámase *Hypnum cupressiforme* (Foto 3).



Foto 1. *Polytrichum sp*

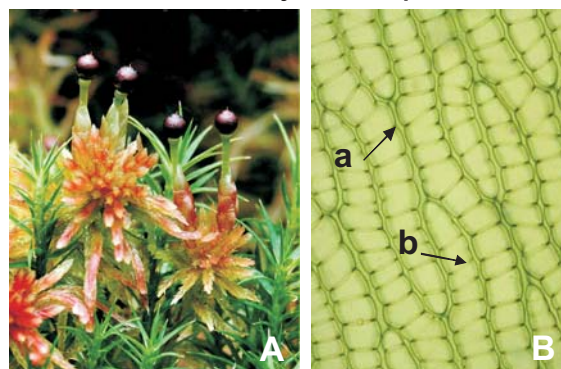


Foto 2. *Sphagnum sp*. A: poboación. B: filidio visto ó microscopio: a, célula fotosintetizadora; b, célula acumuladora de auga



Foto 3. *Hypnum cupressiforme*: A, gametofito. B, esporófito sobre gametófito

Ángela Noguerol Seoane
Universidade da Coruña. Área de Botánica.

A carne de caza e a saúde

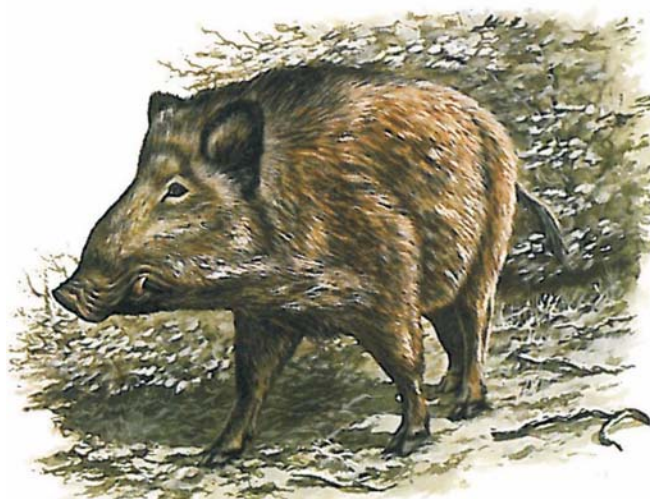
As carnes de caza constitúen un dos alimentos máis xenuinos cos que nos podemos atopar nesta época do ano, e que están destinados a ser cada vez máis exclusivos. Practicamente a toda a xente que lle gusta a carne, gústalle de xeito especial as características que ten a caza, que son: unha menor cantidade de graxa, unha carne máis escura e cun sabor moi característico, especialmente intenso ou penetrante. As calidades desta carne veñen determinadas polo feito de que os animais, ao non ser alimentados polo home, non chegan a ter tantas reservas de graxa como os animais domésticos, como poden ser os porcos que cebamos na casa. A escuridade da carne débese ao maior exercicio que estes animais se ven obrigados a facer ao ter que procurar por eles mesmos o seu sustento, o que produce unha maior cantidade de mioglobina no músculo, que lle dá a súa característica cor. Outra característica desta carne é que os seus músculos teñen os tecidos máis duros debido ao moito exercicio que fan.

Polo tanto, este tipo de carne, dadas as súas peculiaridades, debe deixarse madurar máis tempo que outros tipos para que poida adquirir as súas axeitadas características organolépticas, sobre todo a brandura adecuada. En moitos casos o exceso de maduración pode chegar a facer difícil distinguir o que sería a maduración propiamente dita do que xa sería unha auténtica alteración do produto, o cal tamén debe de ser tido en conta.

O feito de cociñala tamén é un pouco especial, pois é ben coñecido que a graxa dos alimentos é un dos principais compoñentes que van contribuír á calidade do seu zume. Aínda que hai que sinalar que as carnes de caza poden resultar en ocasións máis perigosas dende o punto de vista sanitario polo feito de que un animal que é cazado con artes cinexéticas non é un animal que estea controlado sanitariamente. Deste xeito, as observacións que o cazador fai no momento de abater ao animal poden ser da máxima importancia para tratar de saber se a súa saúde era boa.

Moitas son as enfermidades que poden afectar ás especies de caza, pero en xeral poderíamos dicir que chegan a ser os mesmos procesos que afectan aos animais domésticos, xa que se trata de especies moi cercanas filoxeneticamente. Tal é o caso dos coellos de

monte e lebres, parentes cercanos dos coellos domésticos; ou do xabarín, que tamén é un parente cercano dos porcos que se crían na casa, por citar algúns dos casos máis comúns. Mais o feito de que os animais de caza silvestre se críen en liberdade fai que poidan ter maior incidencia determinadas enfermidades que non existen ou se atopan cunha baixa incidencia nos animais domésticos. Tal é o caso da triquinose e a tularemia, entre outras.



No caso da **triquinose** é unha parasitación que como sabemos afecta de xeito especial aos porcos, sendo unha das que se coñecen como de ciclo directo, onde é relativamente sinxelo o control no caso das explotacións intensivas. No caso das clásicas granxas de porcos, nos que un dos principais axentes de contaxio desta parasitose son os ratos, queda minimizada polos procedementos de desratización das explotacións. Como é lóxico, no caso de que a peza a cazar sexa un xabarín, entón a susceptibilidade ao contaxio desta peza de caza é moito maior, posto que durante o seu período de vida silvestre non temos un control dos roedores que pode inxerir este animal, e polo tanto pode resultar máis frecuente a infestación por este parasito. Sempre se debe de optar nos casos de caza maior, especialmente xabarín, pola análise da musculatura das pezas cazadas cara a determinar se poden estar infestados por este parasito. No suposto de que isto non fose posible, hai que optar sempre por consumir esta caza despois dun cociñado eficaz e mellor empregando pedazos pequenos da carne

para que toda ela quede sometida a un bo tratamento térmico. Nunca se debe optar por facer embutidos, salgaduras ou produtos con pouco tratamento por calor. O curado, o afumado, ou a salgadura, non son efectivos para eliminar ou facer non infestantes ás larvas de *Trichinella*. Tamén temos que ter en conta que a conxelación do produto para sanealo pode non ser efectiva se non se trata o suficiente tempo, e asegurando que a temperatura baixe no interior do músculo polo menos -25°C durante

12-15 días de xeito ininterrompido; tempo necesario para evitar a infestación do parasito.

Na triquinose, a infestación polo parasito vaise producir polo consumo de carne pouco cociñada ou ben polo consumo de embutidos ou carnes curadas que polo tanto non levaron tratamento térmico. Esta parasitose non se transmite por manipulación da caza, senón por inxestión.

Os síntomas desta enfermidade son primeiramente gastrointestinais, e logo cando as larvas chegan aos músculos producen dores musculares como consecuencia do proceso inflamatorio que causan nos músculos onde se aloxan estas formas parasitarias. Séntense sobre todo ao mastigar e incluso tamén ao respirar, xa que as larvas vanse localizar prioritariamente nos músculos da mastigación ou nos responsables da respiración.

Moito máis preocupante, pola maior incidencia, supón na actualidade a tularemia, unha enfermidade moito menos coñecida que a triquinose e que pode afectar especialmente a lebres, coellos e outros roedores. Esta enfermidade ten como axente causante unha bacteria, a *Francisella tularensis*. Trátase dun proceso que pode chegar a ser grave. Ao contrario do que ocorre na triquinose, a tularemia vaise transmitir basicamente mediante a manipulación das pezas, e de xeito moi especial durante o seu esfolado, sobre todo cando temos pequenas feridas nas mans, por exemplo. Nesta



enfermidade ten certa importancia a transmisión a partir de carrachas, tabáns... Outras formas de transmisión ás persoas son quizais menos importantes. Este proceso está a ter na actualidade unha grande importancia tras a gran praga de toupas que houbo sobre todo na comunidade de Castela-León, onde se declarou recentemente un importante número de casos nas persoas (máis de 100). Esta enfermidade cursa cun proceso febril, calafríos e tamén infartación ganglionar. Se ben cos tratamentos axeitados a mortalidade é moi baixa, non se debe desdeñar este proceso, xa que no suposto de non tratarse desembocaría nunha infección grave que pode chegar a alcanzar un 5% de mortalidade.

A caza é un alimento bo e cunhas grandes características culinarias, pero non debemos esquecer nunca que poden ser fonte de enfermidades para as persoas. Para acadar as súas mellores calidades hai que ter en conta que a maduración da carne debe de ser a axeitada e o tratamento culinario adaptado, para que a carne non sexa seca e teña o intenso e característico sabor que sempre se espera deste prato.

Carlos M. Franco Abuín
Hixiene e Inspección Alimentos
Facultade de Veterinaria de Lugo

Cando perdemos a memoria e as ganas de vivir

Xa vos teño falado dun libro que escribiron uns médicos especialistas en cardioloxía e que se titula: *“Como disfrutar de la vida y vivir para contarlo”*. Ten capítulos moi interesantes escritos dunha forma sinxela e doada de comprender. Hoxe vou contarvos o que opinan estes eminentes cardiólogos da perda da memoria e do desencanto da vida nas persoas maiores.

É moi frecuente que as persoas de mediana idade e sobre todo os nosos anciáns se queixen na consulta do médico de “perda de memoria”. A memoria para os feitos máis recentes tende a diminuír co tempo. Recordamos o que comemos nunha celebración hai 30-40 anos e esquecemos o que comemos onte. Tamén é normal a perda de memoria para os nomes das persoas.

As persoas maiores que se preocupan moitísimo por esa perda de memoria, non entenden que se tivesen esa mesma perda dez ou vinte anos antes, que sería moito máis importante, non lles produciría tanta ansiedade. Non sempre que esquecemos algo é síntoma de perda de memoria; moitas veces é por falta de atención. Intentamos facer varias cousas ao mesmo tempo, de forma atropelada....“A onde ía eu?”, preguntámonos na metade do corredor...

A memoria débese adestrar e exercitar para evitar a súa perda. A mellor maneira de fortalecer, desenvolver e protexer a memoria é a lectura. Por iso se debe de exercitar lendo todos os días o xornal, revistas, novelas, segundo o gusto de cada un e tratando de recordar aquilo que se leu. Tamén é útil xogar ás cartas intentando recordar as que saíron, as que fallou o compañeiro, os trunfos que quedan...

Non hai medicamentos capaces de conservar a memoria que demostrasen unha eficacia considerable ou a ter en conta. É imprescindible evitar o alcohol; hai unha perda de memoria especificamente producida polo abuso do alcohol e tabaco, e cando falamos de abuso non nos referimos a cantidades grandes de alcohol, senón a todo o que exceda dun cuarto de litro de viño ao día (2 vasos).

Non debemos de confundir a perda de memoria “fisiolóxica” polo propio proceso de envellecemento no ancián coas demencias e sobre todo coa temida enfermidade de Alzheimer. Non é o mesmo. Nas demencias o paciente non é consciente de que a súa memoria se vai deteriorando, é a familia a que percibe actitudes chamativas.

Outras funcións superiores do sistema nervioso como son a capacidade de comprensión, a orientación no espazo e tempo e a capacidade de reacción ante situacións novas ou estrañas tamén se poden deteriorar co paso dos anos.

As alteracións do estado de ánimo son moi frecuentes nas persoas maiores e sobre todo a depresión. Cando un



ancián o encontramos triste, apático, sen interese, con dificultade para durmir, con perda da capacidade de disfrutar, con falta de apetito e con ansiedade, temos que descartar que padeza unha depresión. Para a depresión si existen fármacos cunha resposta moi favorable na maioría dos casos.

Na depresión do ancián inflúen diversos factores, como son a vivencia do propio deterioro físico ou mental, a perda de seres queridos, a soidade, o temor á morte, unha alimentación inadecuada, uso e abuso de determinados fármacos, abuso de bebidas alcohólicas, etc.

O desencanto da vida e a depresión poden previr-se corrixindo ou evitando estas situacións determinantes. É moi positiva a integración no ámbito familiar; sentirse querido pola familia é fundamental. Naqueles casos nos que non é posible deberá buscarse a compañía noutros grupos ou asociacións, a simple conversa ten efectos psicoterapéuticos moi positivos. As viaxes para algúns maiores non son só unha escapada á rutina senón unha fonte de estímulos positivos. Por iso e desde aquí quero animarvos a acudir ás viaxes que organiza a **Fundación O Noso Lar**.

O consello dos especialistas de corazón, e o meu propio é que intentedes ler algo todos os días, a conversa con amigos e veciños, a atención a algúns programas de radio e de televisión, facer encrucillados ou pasatempos, xogar cos netos, viaxar dentro das posibilidades son actividades importantísimas. Todo menos quedarvos horas e horas coa mente en branco, adormecidos, aparvados pola caixa tonta ou recordando tempos pasados... que nunca volverán. E lembre que non é verdade que “calquera tempo pasado foi mellor”. Recordamos o bo e esquecemos facilmente as mágoas, os atafegos e sufrimentos do pasado.

Conchita Rodríguez Fernández
Médico de Atención Primaria – Samos

Residuos urbanos (II): A aposta pola reciclaxe

A primeira Directiva Europea relativa aos residuos (75/442/CEE) definíao como “*calquera substancia ou obxecto do que se desprende o seu posuídor ou ten a obriga de desprenderse, de acordo coas disposicións nacionais vixentes*”.

Unha análise desta definición conduce, en primeiro lugar, á cativa concreción do termo *residuo*, xa que resulta moi ambiguo, e, por outra banda, ao seu carácter subxectivo, xa que o que para un posuídor pode constituír un residuo, en base a súa nula utilidade, pode resultar de grande interese como materia prima para determinadas industrias, como por exemplo as de transformación.

Cómpre salientar ademais, dentro do articulado da devandita Directiva, que xa se destaca nela o interés en potenciar a recuperación e a posterior utilización dos materiais recuperados.

A partir desta Directiva, xorde unha ampla serie de disposicións normativas sobre o tema, destacando a Directiva 91/156/CEE, que modifica substancialmente á anterior, e na que xa se concretan os diferentes tipos de residuos, diferenciándoos en dezaseis categorías, situando aos residuos sólidos urbanos (RSU) no grupo catorce. Define ademais as operacións de eliminación e valorización dos residuos no anexo II (posteriormente modificado pola Decisión 96/350/CE). Como *eliminación* entende calquera operación destinada a aillar os residuos do medio natural (verquido, inxección en profundidade, depósito permanente) e, pola contra, a *valorización* abrangue todo tipo de operacións conducentes a obter potenciais vantaxes dos residuos, tanto dende o punto de vista enerxético (incineración con recuperación da calor xerada), como dende a posibilidade de recuperación dos produtos e materiais que conteñen (vidro, plástico, metais, varreduras, etc).

Nestas publicacións europeas xa se establece a orde xerárquica no tratamento dos residuos: minimización na xeración, reutilización, reciclado, incineración con valorización enerxética e verquido, como última fase, aplicable unicamente á parte non aproveitable.

Como consecuencia da obrigatoriedade de aplicación das Directivas Europeas aos Estados membros, os diferentes países teñen de transpoñer os principios alí establecidos ao seu propio ordenamento xurídico, e, nese contexto, aparece en España a Lei de Residuos (10/1998), na que se recollen as definicións europeas, con algunha particularidade específica. Así, concrétese a definición de *residuos urbanos ou municipais* (RU) como “os xerados nos domicilios particulares, comercios, oficinas e servizos, así como todos aqueles que non teñan a calificación de perigosos e que pola súa natureza ou composición poidan ser asimilables aos producidos nos anteriores lugares ou actividades”.

Inclúe asimesmo como RU aos seguintes:

Residuos procedentes da limpeza das rúas, zonas verdes, áreas recreativas e praias.

Animais domésticos mortos, así como mobles, enseres e vehículos abandonados.

Residuos e entullos procedentes de pequenas obras de construción e reparacións domiciliarias.

Inclúense ademais outras definicións de interese que imos expoñer:

Reutilización: emprego dun produto usado para o mesmo fin para o que foi deseñado orixinariamente.

Reciclado: tratamento dos residuos, dentro dun proceso de produción, para o seu fin inicial ou para outros fins, incluíndo a compostaxe e a biometanización, pero non a incineración con recuperación enerxética.

Recollida selectiva. Sistema de recollida diferenciada de materiais fermentables e de materiais reciclables, así como calquera outro sistema de recollida diferenciada que permita a separación dos materiais valorizables contidos nos residuos.

Continuando coa normativa do Estado, o 13 de xaneiro do 2000 sae publicado o Plan Nacional de Residuos Urbanos (PNRU), con cobertura 2000-2006, no que se fai unha interesante análise da situación dos residuos naquelas datas, merecendo salientar os seguintes aspectos:

1.- Constatación dunha deficiente xestión ambiental.

2.- Escaso ou insuficiente nivel de valorización, reciclaxe ou reutilización.

3.- Instalacións insuficientes ou obsoletas.

4.- Escasa percepción social do problema e hipersensibilidade ante calquera proposta de construción de novas infraestruturas.

Apórtanse ademais datos porcentuais dos diferentes tratamentos que se estaban a aplicar:

Verquido autorizado = 58,2 %

Verquido incontrolado = 12,2 %

Reciclado = 11,6 %

Compostaxe = 13,9 %

Incineración = 4,1 % (3,7% con recuperación enerxética)

Nótese que no apartado de verquido autorizado non se indica que este tipo de verquido sexa controlado, incluíndo nesa porcentaxe verquidos que simplemente contan coas correspondentes autorizacións, sen que isto implique o control estrito da xestión.

Con referencia aos datos anteriores, e partindo da base de que é a propia Administración quen ten a obriga de trocar a situación exercendo o seu control sobre as instalacións e as operacións de xestión, no senso de obter substanciais melloras, parece necesario, dende o punto de vista do cidadán, fixarse no cuarto punto dos sinalados.

É evidente a percepción cotiá da xeneración dos residuos, e tamén da necesidade de buscar métodos axeitados de tratamento, evitando así os estragos que ocasionan ao medio ambiente coas súas verteduras incontroladas (impacto visual, contaminación por arrastre das augas de chuvia, proliferación de insectos e roedores, etc). É tamén facilmente asumible a necesidade de recuperar dos residuos aqueles materiais que enchen os vertedoiros de xeito irracional, sen contemplar a posibilidade de reinsertalos nas canles de produción e consumo. Todo isto parece unha obviedade, pero onde instalamos a planta de tratamento? Como apunta o dito inglés “not in my own yard” (non no meu patio). Polo xeral sempre aparece unha forte oposición ás diferentes iniciativas conducentes á construción de instalacións para a xestión dos residuos.

Non aceptamos na nosa contorna inmediata nin vertedoiros, nin estacións de transferencia, nin plantas de compostaxe ou metanización, nin por suposto, unha planta incineradora. Posiblemente o cidadán teña parte de razón na súa suspicacia, en base á forma en que se viñeron tratando os residuos ata hai poucos anos.

Cómpre sinalar que hoxe en día non existe motivo de alarma nese aspecto. Un vertedoiro non é un recolledor de lixo onde os residuos seguen un proceso natural de fermentación ou degradación sen ningún tipo de control. Na vertedura controlada, tal como o seu nome indica, faise un seguemento continuo (incluíndo o control unha vez clausurado e selado), de xeito que tanto as augas de infiltración como as que se xeran ou liberan no seu interior, son recollidas e tratadas axeitadamente. De forma similar, o gas que se forma como resultado da fermentación da materia orgánica é canalizado e aproveitado enerxeticamente. Finalmente a cobertura das sucesivas capas de lixo impide os voos de elementos lixeiros como papeis e plásticos e o desprendemento de olores desagradables.

Tampouco unha planta de compostaxe ten que presentar problemas se o proceso está ben controlado. Unha incineradora que cumpra cos estritos controis que esixe a normativa vixente no relativo ás emisións de fumes a atmosfera e a recepción, control e tratamento das cinzas voantes e escouras, non ten que preocupar á poboación. En resumo, e aínda que calquera método de tratamento presenta problemas, a tecnoloxía actual pode minimizalos e facelos compatibles co medio ambiente.

Tornemos ao PNRU. Entre os obxectivos que tenta acadar, figuran un forte incremento da recuperación, reciclaxe e valorización dos residuos e a limitación do vertido unicamente á fracción non valorizable, concretados nas seguintes porcentaxes:

Incremento da compostaxe ata ó 24,4 % (2006)

Incremento do reciclado ata ó 25 % (2006)

Incremento da valorización enerxética un 9 % (2001) e 17,7 % (2006)

Eliminación total do vertido incontrolado a finais do 2006.

Tal como queda sinalado, a vixencia do PNRU rematou no ano 2006 e cómpre agora valorar o grao de cumprimento dos seus obxectivos, co conseguinte replantexamento dos mesmos.

Con ese fin está a saír o Plan Nacional Integral de Residuos (PNIR) con ámbito de aplicación 2007-2015, e a través do seu borrador pódense coñecer datos relevantes sobre os logros obtidos co plano anterior. Vexamos:

1.-Executouse o 74,5 % do investimento previsto.

2.-Fracasou o intento de estabilizar a xeración dos residuos. Mantense o paralelismo entre o crecemento económico e a xeración de residuos, acadando no 2004 a ratio de 1,437 kg/hab.día.

3.- Non se conseguiron os niveis previstos de recuperación de envases.

4.-Ampliouse significativamente a rede de infraestruturas.

5.- Incrementouse a porcentaxe de residuos destinada á valorización.

6.-Diminuíu a porcentaxe de residuos destinados a vertedoiros.

7.-Mantense a porcentaxe de residuos tratados por incineración.

O novo Plano establece os seus propios obxectivos cara ao período 2007-2015, e neste apartado é onde se incide claramente no impulso á reciclaxe. Recollemos un resumo dos máis salientables:

A) Redución nun 50% do consumo de bolsas comerciais dun só uso (2010)

B) Recollida selectiva e compostaxe dos residuos verdes, públicos e privados (a partir do 2009).

C) Impulso á recollida selectiva da fracción orgánica dos RU a poboacións de máis de 100.000 habitantes (2009)

D) Aumento da porcentaxe de reutilización de envases.

E) Incremento das ratios de reciclaxe de residuos de envases ao 80% (2012).

F) Incremento da fracción destinada a compostaxe ao 50 % (2012).

G) Aumento da porcentaxe de biometanización ao 10% (2012).

H) Incremento da valorización enerxética 6% (2009) e 6% (2012).

Estes obxectivos, sen dúbida ambiciosos, esixen para a súa consecución a adopción dunha importante serie de medidas. Velaquí un resumo das mesmas:

Construcción de 1800 puntos limpos.

Promoción do uso de bolsas reutilizables.

Desenvolvemento de instrumentos para facilitar a recollida selectiva.

Distribución de contedores para a recollida de envases en todas as vivendas, locais comerciais ou industrias.

Distribución de contedores para a recollida selectiva de roupa vella, na ratio de 1 por cada 3.000 habitantes.

Implantación da recollida selectiva de residuos voluminosos e de aceites vexetais usados, en núcleos de poboación que superen os 250.000 habitantes.

Preparación de medidas para crear demandas e mercados para materiais e obxectos preparados ou fabricados a partir da reciclaxe de RSU.

Velaí as propostas da Administración e o seu interese na reciclaxe. A consecución destes obxectivos supón a adopción das medidas previstas, cos correspondentes investimentos, pero iso non é todo. Cómpre que os cidadáns cumpran coa súa parte do plano, colaborando na recollida selectiva separando os residuos na orixe, (é dicir, nos fogares), e depositándoos logo nos seus respectivos contedores ou puntos limpos, minimizando a xeración coa reutilización dos materiais ou obxectos que aínda presenten algunha utilidade, e usando produtos reciclados para aqueles fins nos que as súas características permitan garantir boas prestacións.

A aposta pola reciclaxe está lanzada. Estamos dispostos a afrontala?

Carlos Franjo Franjo
Universidade da Coruña. Departamento de Física

O priorato tamén foi o noso fogar

Resumir nunha cara de folio o que supuxo para os 27 mozos/as valencianos o campamento do pasado mes de agosto en Lóuzara resulta algo complicado. Non obstante, é o que vou intentar transmitir neste pequeno artigo que o meu cura me pediu que escribira para compartir con vós o a marabillosa experiencia que para todos supuxo o campamento en Galicia.



Un campamento de xente moza da parroquia da Asunción de Nosa Señora de Torrent é algo que vai moito máis alá do que poidas imaxinar. Unha cita como a que nos levou a Lóuzara no pasado agosto supón un alto no camiño en cada un dos nosos veráns e chama á reflexión, ao descubrimento, ao gozo da natureza e, por que non, á transformación profunda.

Este cambio ao que chama o campamento, punto de final dun curso pero ao mesmo tempo liña de saída dun novo ano, encontrou no Priorato o marco perfecto. Unha construción, un fogar para nós, aínda en crecemento, no que, como se acuñou aqueles días, as nosas pilas cristiás encontraron a conexión perfecta para iniciar unha recarga sempre necesaria.

Unha recarga coa que retomar en setembro non só a particular e algueirada vida parroquial senón tamén a persoal e complexa rutina diaria. Os estudos e o traballo encontran nestes campamentos o combustible que os lanza cara a unha nova e renovada marcha.

Do mesmo xeito que cada mañá nos atopabamos coas forzas renovadas para iniciar un novo percorrido pola zona, de indescritible beleza natural. Cada novo día, despois de ter encontrado no Priorato o merecido repouso, nos botabamos ao camiño. Un camiño duro pero grandioso. Desde O Cebreiro, punto de encontro con decenas de peregrinos que se encamiñaban a Santiago e onde algúns puidemos sentir o que se podería chamar o “gusanillo” do Camiño; ata O Courel, onde se puido disfrutar da enorme fermosura deste extenso paraíso natural, coa Devesa de Rogueira e a

Lagoa de Lucenza como puntos destacados do noso percorrido.

Entre os muros do Priorato quedou tamén tempo para a aprendizaxe. Ademais de percorrer O Courel mergullámonos de cheo no tema do campamento que era “os sacramentos”. Ao longo dos once días de convivencia sucedéronse os momentos para falar, comentar, preguntar e comprender todo o que ignorabamos sobre a Eucaristía, a Confirmación, a Unción ou o Sacerdocio.

O camiño da oración, punto importante dunha cita como esta, pode percorrerse con infinidade de medios de transporte. Nós optamos pola beleza e o significado histórico dun icono. Un icono da Virxe da Tenrura, fabricado por nós mesmos no obradoiro de iconos, que se elevou en símbolo daqueles once días de convivencia e que agora, en cada unha das nosas casas, nun recuncho reservado pero exclusivo, nos lembra cada día o vivido no Priorato e o que nos queda por vivir e a enorme axuda coa que contamos.

Os 27 mozos e mozas que invadimos Lóuzara algúns días de agosto e que fixemos do Priorato o noso fogar só podemos estar agradecidos ao seu cura D. Miguel Gómez, á **Fundación O Noso Lar** e ás irmás que tanto ben están facendo e que compartiron connosco aquela fermosa última noite. Grazas a Antonio, que foi o noso veciño e amigo durante eses días de convivencia, a Orlando e a todos os que fixeron posible o noso campamento en Galicia no 2007.

Grupo Parroquial de Torrent (Valencia)

Cantabria, beleza infinita

Dez días cargados de emoción. Era a primeira vez que visitabamos Cantabria. Sorprendeunos e encantounos: a beleza das súas paisaxes, a acollida das súas xentes, a cantidade dos seus bens culturais tan ben coidados... Toda esta riqueza fai imborrable o recordo dun pobo que ao adentrarte nel déixate prendido e enamorado por tanta fermosura.

Desde Castro Urdiales ata San Vicente de la Barquera. Desde Cabárceno ata El Soplao. Mar, ceo e terra toman nos seus regazos a beleza de Deus depositada nesta frondosa e alegre terra cántabra. Tan fermosa que parece feita no mesmo molde que a nosa Galicia.

Na nosa inolvidable experiencia queda tamén esa outra beleza da comunidade que formabamos o grupo. Comunidade que se alimentaba do trato sincero e festivo da amizade, da acollida, do canto e a oración da mañá e da tarde. Todo esto colmaba diariamente os nosos sentimentos de gratitude ó Pai e de recoñecemento ós irmáns de **O Noso Lar** e tamén a todas as persoas cántabras que xenerosa e gratuitamente nos acolleron e acompañaron nesta aventura. A nosa felicitación pola impecable organización, animación e clima creado entre todos.

Manoli e Jesús



En Castro Urdiales



No parque Cabárceno



En Comillas

Unha experiencia marabillosa

O día tres de abril comezamos unha viaxe por terras de Cantabria un grupo de xubilados, guiados por D. Miguel e acompañados pola eficiente Xosefa. Foi unha experiencia marabillosa.

Non vou describir a fermosura da paisaxe que tanto se asemella á nosa Galicia, e que teño que dicir, con envexa, que está moito máis coidada que a nosa.

Quero expoñer o que supón de positivo para os que fomos a esta viaxe. Falando pola miña situación, e a da maior parte do grupo, penso que é un xeito de desconectar da vida cotiá. O primeiro xa é a convivencia con persoas de distintas realidades sociais que resulta moi enriquecedora, porque todos temos algo que aportar. Por outra parte rómpese a monotonía diaria, porque a vida dos maiores no rural ten poucas variacións, todo se repite, incluso, ás veces chégase á marxinación prescindindo do vello para moitas cousas. Tamén é de destacar o compañerismo que reina entre todos nós, pero sobre todo a estupenda organización e a dedicación completísima de Miguel e de Xosefa. Podería seguir mencionando todas as vantaxes pero faríase longo. Só quero dicir que desexo que se repitan estas vacacións-convivencia, pois cando voltamos, vimos todos máis ledos e... máis áxiles e lixeiros.

Grazas a todos os que o fan posible.

Carmen Vázquez Garza

Experiencia pascual en Louzara

En plena montaña lucense e rodeados de neve xuntámonos un grupo de Laicos Josefinos chegados de distintos puntos da península para lembrar a morte de Xesús e festexar con gozo a súa resurrección. Aloxados nunha fermosa casa de pedra chea de historia, na que estivo asentada unha pequena comunidade de monxes beneditinos dependente do Mosteiro de Samos alá polo século XI. Despois da desamortización no século XIX empregouse como casa reitoral e agora, en pleno século XXI é parte dun proxecto da **Fundación o Noso Lar** que desexa acompañar aos habitantes das pequenas aldeas do Val do Lóuzara, alonxados dos núcleos urbanos e carentes de infraestruturas sociais, culturais ou de tempo de lecer ao seu alcance. Preténdese con isto que **O Priorato** sirva de referencia á zona e sexa un lugar de encontro e convivencia interxeneracional, un lugar onde se acollen actividades diversas para xente maior e aberta a persoas doutras zonas para darlles a coñecer así os valores do Evanxeo. O principal impulsor deste proxecto é o crego Miguel Gómez Vázquez, unha persoa encantadora que nos facilitou en todo momento o necesario para que a nosa estadía fose o máis cómoda posible. Con el, as relixiosas franciscanas e máis os veciños da zona reunímonos para orar na Igrexa do lugar.

A noite do Sábado de Resurrección celebrámola nas instalacións da casa con gran asistencia de fieis. Alí compartimos a ledicia de redescubrir a Cristo resucitado que nos enche de felicidade.

No medio dun marco natural incomparable onde o aire



e a paz que se respira axudan a profundizar e interiorizar, refórzanse lazos de afecto e de unión entre tódolos membros do grupo despois deste tempo de liturxia, formación e convivencia. Cargamos completamente as pilas e o corazón enchéusenos de vida, serenidade, paz, amor e esperanza, sentímonos unidos no camiño que nos leva até o Pai da man de Xesús. Vivimos momentos intensos de oración, recordando a coherencia de Xesús no seu paso polo mundo, fiel aos seus principios até as últimas consecuencias. Vivimos a Resurrección coma unha experiencia vivencial con Él, renovámonos, purificámonos e iluminámonos... e todo isto feito en “común unión”.

E así, unha Pascua máis, pouco a pouco, pasiño a pasiño, imos camiñando cara ao Pai, botando unhas

raíces cada vez máis profundas que nos comprometen intensamente con Xesús, entregándonos á comunidade con xenerosidade, afecto, dispoñibilidade, participación, serenidade, paz, aceptación, humildade, tolerancia e servizo; sempre nun tono alegre, positivo, cun espírito aberto, acolledor e comprensivo. En plena montaña lucense, afincamos raíces xunto a “carballos” robustos e firmes.

Araceli Pardo



Baixo as estrelas

Xa pasara o tempo da colleita. O duro inverno intensificábase e as primeiras xeadas caían sobre os tellados.

Apenas quedaban casas habitadas na aldea; non había médico nin escola e a pequena igrexa derrubárase algúns anos atrás.

Polas rúas oíanse aínda quedos, antigos ecos de risos infantís, de xogos de raiola e carreiras apresuradas ao saír da misa os domingos.

Ás veces, pechando os ollos, podería dicirse que nada cambiou. Pero si; só as sombras dos que foron e xa non están permanecían ocultas nos vellos muros de adobe.

Ás aforas, xunto á revolta do río, unha ventá iluminada daba calor á noite. No fogar un ancián miraba silencioso o lento crepitar das lapas.

Pola súa mente danzaban as lembranzas, como imaxes difusas do que fora a súa vida; unha vida longa, chea de traballo e sacrificio, pero tamén de amor e tenrura. Si, non podía queixarse. As súas mans estaban gretadas e a súa cara curtida polo sol, pero o seu corazón rebordaba de felicidade.

Fora moi feliz naquela casa, a que fora dos seus pais e dos avós, e na que el mesmo creara o seu fogar. Cantas lembranzas viñan agora á súa mente! Imaxes de épocas pasadas, cando as voces e os risos dos nenos enchían os recunchos e ela cantaba copliñas mentres zurcía os calcetíns.

Na vella cociña podía sentir aínda a súa presenza; cantos anos pasaran?... tres... cinco? e aínda a botaba de menos, como aquela noite. Daquela sentiu que unha parte



moi importante do seu ser partía para sempre con ela. Atopábase só e baleiro e desexou que esa soidade o levara a el tamén. Pero aínda non chegara o seu momento.

Atizou as brasas e mirou pola ventá. A lúa iluminaba aquela noite de decembro como só ela o sabía facer nos longos meses de inverno. Canso, recostouse na desvencellada cadeira e a súa mente vagou de novo polos gastados recordos.

A vida fora xenerosa: deulle unha boa muller, forte e traballadora... e guapa como ningunha!

Recordaba a súa cariña morena e graciosa, naquela noite de San Xoán, cando a sacou a bailar na verbena. Con que envexa o miraban todos os mozos da aldea! Soaba entón un famoso bolero que, aínda pasados os anos, non podía recordar sen que se lle fixera un nó na gorxa.

Recordaba aquela primeira vez, cando se atoparon a soas no seu recién estreado dormitorio de casados. Ela, vestida de branco coma un anxo, cun sorriso radiante na súa doce faciana de nena, entrelazaba as mans sen levantar a vista do chan.

A timidez dos seus xestos, o temor na mirada... e esa mestura de medo reverencial a non saber que facer, que quedou esvaecido cos tenros sorrisos que lle amosou á mañá seguinte.

Despois chegaron os fillos e o traballo duro para sacar á familia adiante. Catro fillos que non quixeran adicarse ao campo e que se foron marchando un a un na procura do tan ansiado traballo na cidade.

E ela, sempre sorrinte, sempre atenta ás necesidades de cada un. O campo non daba para luxos, pero ela ocupábase de que todos estiveran limpos, sans e fortes; e nunca deixaba de preparar aqueles maravillosos doces cada domingo. Que aroma a azucre torrado se respiraba pola mañá!



Toda ela estaba impregnada nun cálido arrecendo, unha mestura de pan recién feito e auga de rosas. Canto estrañaba o seu aroma, a calor do seu corpo nas frías sabas cada noite! Sabas que ela perfumaba con lavanda fresca e que salpicaba, ao pasar o ferro, coa auga da fonte, porque segundo dicía, arrecenderían a herba fresca ao estendelas sobre a cama.

Pensaba con morriña naqueles anos nos que, despois de marchar os fillos, volveron a quedar eles sós. A tenrura e a comprensión substituíron á timidez e á paixón daqueles primeiros anos e, sen dúbida, foran estes os máis plenos de toda a súa vida.

Aquelas tardes cálidas de agosto, cando voltaban da sega ao poñerse o sol, e sentados na solaina agardaban ás primeiras estrelas. As horas pasaban sen sentir e só a escuridade e unha leve brisa, advertíalles de que xa caera a noite.

Os días enchíanse de amor e traballo, con conversacións banais sobre os fillos e netos, que ían pouco a velos, pero aos que ela nunca esquecera felicitar no seu aniversario; facían plans para o seguinte ano, sobre que terra sementar ou cal deixar en barbeito, ou se sería necesario reparar o tellado antes do inverno ou se aguantaría un ano máis; e despois os plans deixaban paso aos... acórdaste...?

Unha mañá, ela marchou sen dicir adeus. Nunca tivo necesidade de despedirse, pero naquela ocasión houbéralle gustado poder facelo. Tiña tantos plans para o inverno! Quería viaxar á cidade e quedarse unha tempada cos fillos. Tiña pensado levala a bailar, a esas verbenas que celebran os domingos no parque... pasaran case sesenta anos dende aquel primeiro bolero, e seguía tan namorado coma un rapaz!

Non fora xusto. Ela prometéralle que nunca o deixaría só, e porén... non, non debía culpala a ela, o único que desexaba era ter un anaco para despedirse; pero xa non facía falta. Chegara o tempo de marchar.

Saíu ao patio e xunto á solaina ficou sentado baixo as estrelas.

Soraya Armesto Cardenal
"Premio Relato Breve de Mujer 2000"
Ayuntamiento de Valladolid

Graciñas, Frei Xosé

O pasado día 8 de xaneiro, no medio do silencio da noite, discreta e suavemente deixábanos o noso benquerido Bispo, Frei Xosé. A súa partida non foi un desentenderse das preocupacións e angurias deste mundo, senón máis ben ó contrario: aceptou cargar con todas elas con sinxeleza e paz franciscanas, para culminar así a súa misión de pastor coa entrega confiada da súa vida nas mans do Pai Deus.

Son moitos os sentimentos que a súa morte provoca nos que, por distintas razóns, tivemos a honra de colaborar máis estreitamente con el na misión da Igrexa. Eu quixera recoller aquí soamente algúns destes sentimentos que teñen íntima relación co seu apoio ao proxecto da **Fundación O Noso Lar** e, polo tanto, a toda esta zona de Samos.

O sentimento que aparece con máis forza e que abrangue a todos os demais é o de agradecemento. Si, é certo: no medio da tristura que provoca a morte dun ser tan querido, dun corazón dolorido pola súa ausencia, brota unha oración confiada, esperanzada e agradecida a Deus, que ben se podería resumir nunha palabra: **Grazas.**

*Si, Gracias, Señor, por Frei Xosé,
polos seus pais e toda a súa familia.*

*Grazas pola chamada que un día Ti lle fixeches
e pola resposta xenerosa e sacrificada que el che ofreceu.*

*Grazas pola súa entrega e fidelidade á misión que Ti,
a través da Igrexa, lle encomendaches.*

*Grazas polos Dons e pola Graza que Ti, Señor,
lle concediches a esta nosa Igrexa Diocesana
a través do seu ministerio episcopal.*

Este sentimento de agradecemento, que nos trascende ata chegar onda Deus, maniféstase tamén coma un sentimento profundamente humano que nos leva a dirixirnos con agarimo ó mesmo Frei Xosé, e así amosarlle o que realmente sentimos:

*“Grazas, Frei Xosé, pola súa constante preocupación
a prol do mundo rural;
pola súa sensibilidade e aprecio coa misión da
Fundación O Noso Lar;
polo seu alento e apoio ó proxecto pastoral
que se leva a cabo nas parroquias de toda esta
bisbarra.*

*Graciñas, Frei Xosé,
sempre o levaremos connosco no corazón”*

Miguel Gómez Vázquez



O Noso Lar, 1994



Confirmación en Lóuzara, 1993



Visita pastoral. Lousada, 2002



Visita ao Campo de Tránsito no Priorato, 2000

NO TEMPO E NO ESPAZO. MÁIS ALÁ ...

Pola Palabra pronunciada alén do tempo e do espazo.

Pola chamada feita alén do tempo e do espazo.

Pola chamada escoitada no tempo e no espazo.

Pola resposta dada no tempo e no espazo.

**Pola fidelidade buscada e vivida
ó longo do tempo e do espazo:
o espazo da súa Graza.**

**Pola riqueza atopada na Cruz do Señor,
na súa meirande pobreza.**

**Por vivir da fe na súa Resurrección,
no tempo e no espazo,
albiscada máis alá do tempo e do espazo.**

**Por vivir colgado da vontade de Deus,
en obediencia de fe.**

**Por vivir atrapado pola luz do Señor,
que o envolve e o penetra,
facéndoo transparencia da súa mesma luz.**

**Graciñas ó Señor, por vostede
e graciñas a vostede por nos traer a súa noticia.**

**Comunidade de Lousada
Novembro de 2006**

Desde dentro

Creo que este lema é algo moi importante; que quede moi claro nas vosas actitudes e tamén nas vosas obras.

Normalmente e infelizmente, na nosa sociedade de onte, hoxe e ogallá que non sexa mañá, moitas das cousas que facemos, aínda polos demais, non saen sempre do fondo do corazón. Saen do interese que máis ou menos temos; saen das expectativas ou esperanzas que albergamos; saen dese desexo de medrar, de aparecer ante os demais, de ter un prestixio, de que mo saiban, de que nos poidan agradecer e que o día de mañá todo isto poida estar recompensado dalgunha maneira.

Todos, quen máis, quen menos, levamos no noso corazón tamén ese desexo de que nos sexa agradecido todo o que nós facemos, e que nolo recoñezan; e que haxa alguén que nos diga: que boa é esta persoa, que persoa extraordinaria, que marabillosa; está sempre pendente e preocupada polos demais!... Está claro que o que fai está ben, pero gústanos que nolo digan e está ben tamén dicilo, amosalo e manifestalo. Pero, sen dúbida, o que non está tan ben é que eu o desexe, que eu o busque e que sexa o motor da miña vida; do que eu fago, do que eu intento de todo aquilo que eu máis ou menos trato de conseguir. Porque lle resta xa eficacia; porque me estou a separar de Aquele que é Amor, de Aquele que o fixo todo por Amor, e de Aquele que o fixo tan grande todo por Amor, que se xogou o propio tipo. Deuse totalmente e entregou a súa propia vida.

E eu, ante todo como cristián, sacerdotes e todos vós, a quen temos que mirar, a quen temos que ollar, a quen temos que ter sempre presente diante de nós para calquera cousa que fagamos, é a Cristo. É ese que nos di: “... *vide e aprendede de min que son manso e humilde de corazón*...”. Ese que di que para El a súa vida non é un servizo que lle presten os demais: “*Eu non vin para ser servido, vin para servir os demais e entregar a miña vida polos demais*...”. “O meu alimento non é facer a miña vontade, non é que me proclamen rei. A miña alegría non é que me digan: que profeta, que marabilla!; que vén tratas ás persoas!; como cura!, que milagros fai!, como consola os demais!”



A miña vida e todo o meu servizo é servir os demais; é glorificar ó Pai que está no ceo. Esta é a actitude de Cristo e debe ser a miña actitude; debe ser a actitude de todos nós. Se queremos que a nosa actividade e tódolos feitos, por marabillosos que sexan, por eficaces que aparezan, por extraordinarios que a xente os poida ver, non perdan a forza fundamental que vai calada no fondo do corazón, é porque nace en nós de alguén, dese Deus que nos dixo que era Amor e que se manifesta sempre como Amor.

Por iso, eu cando vin este símbolo ou este lema dixen: “Ogallá que todo isto que nós facemos e que están a facer dende tantos anos, non soamente Miguel e os seus colaboradores inmediatos, senón tamén todos estes voluntarios, que nos dan un exemplo extraordinario, se fixera en moitas zonas máis...”

Por iso, repito, alégrome que o fagades e o fagades tódolos anos, e que para vós este servizo sexa máis que nada, iso, un servizo que sae do fondo do corazón.

Que non pretendades outra cousa, nin desexedes algo que non sexa estar ó servizo deses pequenos que naceron este ano; desas persoas que morreron (estamos ó seu servizo para pedir por elas) e de tantas e tantas persoas que están hoxe aquí e que nós lles chamamos anciáns, pero que teñen un espírito, seguramente, tan novo como tedes vós, que ollan a vida coa esperanza que moitas veces nós, infelizmente, non ollamos. Que afrontan a vida aínda con ese desexo de dicir: “Podo ser útil á sociedade; podo axudar á sociedade de hoxe; ós mozos, ós nenos e ós adultos de hoxe da nosa comarca...”

A esas persoas, en lugar de dicirlles: “Xa non nos podedes dar nada”, o xusto é dicirlles: “Podedes darnos moito, pero queremosvos aínda agradecer o moito que nos destes e o moito que nos podedes dar de aquí en diante”.

Esta é a finalidade desta festa. Non é un retiro para dicirlles: “Agora xa podedes estar sentados tranquilamente”. Non. “Servímosvos para que esteades sentados, para que sentedes durante a festa. Que esto sexa o recoñecemento do que fixestes por nós, e do que nós estamos a esperar que continuedes a facer por nós”.

Non esquezaades, queridos anciáns (a terceira idade como dicimos, que a min non me gusta nada), queridas persoas que tedes a xuventude acumulada na vosa vida, queridas persoas que estades ... persoas de noventa, noventa e tantos, setenta, oitenta, que estades no mellor da vosa vida aínda, porque podedes darnos moito e podedes darlles moito a esta xente. E estádesllelo a dar hoxe aquí, que viñestes para recibir non unha esmola, non unha “limosna”, senón para recibir o cariño duns mozos, dunhas persoas que ó longo do ano están a pensar en vós, e de xeito especial nestes días. Onte pola noite ¡ata que hora estarían traballando! E o resultado -xa o sabedes doutros anos- védelo aquí; ata nos acompaña, verdadeiramente, un tempo extraordinario.

Estes, todos os voluntarios, véñenvos a dicir desde o fondo do corazón: “Queremos agradecer todo o que por nós fixestes; queremosvos agradecer todo o que estades a facer por nós e animarvos para que continuedes a loitar, a traballar; a darnos o exemplo e afacernos a ollar ó ceo con esperanza”. E tamén, decídello, vós os maiores, que tamén vós podedes continuar: “Porque vos demos moito, que continuedes a dar esperanza ós demais, a facelo como nós fixemos, que nunha situación, nunhas circunstancias ben distintas das vosas, ben moito máis precarias, ben moito máis pobres, démosvolos todo o que vos podíamos dar. Démosvos a vida, axudámosvos; e se hoxe sodes mozos e adultos e tedes unha carreira e tedes un porvir, e podedes facer o que estades a facer por nós, podémosvos dicir sen soberbia: estádelo a facer grazas a nós. Graciñas por todo o que nos estades a amosar, o que estades a facer, o que fixestes, o que nos queredes -o que estades aínda a querernos- e o que estades a traballar por nós”.

E tódolos que traballades para honrar, para agradecer, para recoñecer, para amosar a gratitude a estas persoas que chamamos “maiores”, eu dígovos unha vez máis coa palabra única que podo dicirvos: “Grazas polo voso cheiro”.

Eu admírovos. Eu non sempre podo estar coma hoxe. Por circunstancias providenciais, que son ben distintas das que eu quería; por motivos ben diversos dos que eu pensaba, estou aquí hoxe convosco. Eu vin aínda que me costaba vir, teño que dicir que por outros motivos (acababa de falecer o Reitor do Seminario); pero vin para estar convosco e para dicirvos, ós que estades a traballar e traballades ó longo do ano, e hoxe dun modo especial, para dicirvos: “Tamén eu vos agradezo, de verdade, os ánimos que me dades, a axuda que me prestades, o servizo que estades a realizar, porque o estades a realizar colaborando comigo que son o primeiro que debería facer todo isto. Porque son o primeiro na diocese que debo ser o servidor, e vós sodes as mans longas que, onde eu non podo chegar, estades a chegar para levar esa mensaxe que Cristo nos deixou: “*Ide polo mundo enteiro anunciando o Evanxeo*” O Evanxeo do Amor, da Paz, da Caridade, da Entrega, da Xenerosidade... Que moitas veces pode levar, como o levou a El, á entrega propia da nosa vida.

Graciñas a todos vós, e que este exemplo voso non quede soamente reducido a estas persoas que estamos aquí ou que estades aquí a facelo; senón que penetre no fondo do corazón doutras persoas tamén, para que, saíndo de dentro, dese amor que nace de Deus, que Deus deixou caer na nosa vida polo bautismo, e que debe ir medrando día a día para que outras persoas vendo, ollando, contemplando, experimenten a alegría de saber poder dicir: “Isto que estou a facer, estouno a facer con todo o cariño porque Deus se me deu a min e está disposto a dárseme unha vez máis. Dáseme na súa Palabra, dáseme no seu Corpo e no seu Sangue; e eu quero, desexo, poder colaborar con Deus para darme ós demais, para entregarme ós demais, para servir os demais e facelo como as cousas deben facelas todos, pero sobre todo os cristiáns: **Desde dentro**, desde o fondo do corazón”.

Graciñas a todos e en hora boa.

(Homilía de Frei Xosé na festa dos maiores 2006)

Subscripción colaborador

Festa en homenaxe ós nosos maiores: unha celebración gozosa, entrañable e solidaria; as vacacións - convivencia para maiores: merecida recompensa tras unha vida de traballo; casa de acollida temporal: onde os anciáns teñen un fogar, catro libros con aportacións á historia de Samos desde a nosa cultura, o presente boletín semestral... Nestas e outras actividades vaise concretando o lema da fundación O Noso Lar, “ Ó servizo da xente da nosa terra.” Se queres recibirlos sucesivos números deste boletín, envía a Fundación O Noso Lar, San Román de Lousada. 27620 Samos, Lugo, os teus datos (nome e enderezo)

Datos persoais

Nome.....Apelidos.....
 N.I.F..... Rúa
 N°PisoPortaCódigo Postal
 LocalidadeProvinciaTeléfono

Se ademáis desexas colaborar economicamente cos fins da Fundación O Noso Lar, envíanos tamén os seguintes datos:

Importe

- ☐ 12 Euros
☐ 30 Euros
☐ 60 Euros
☐ Outros.....Euros

Periodicidade

- ☐ Mensual
☐ Trimestral
☐ Semestral
☐ Anual
☐ Única

Forma de Pago

- ☐ Domiciliación bancaria
☐ Talón bancario a nome de:
 Fundación O Noso Lar
☐ Xiro postal

Contas para donativos a través de ingresos e transferencias: Banco Pastor - Samos. 0072 - 0247 - 92 - 0000200484
 Caixa Galicia 2091 - 0152 - 21 - 3000206127

Domiciliación Bancaria

Titular da conta..... Banco ou Caixa.....
 Dirección bancaria N°
 Código PostalPoblaciónProvincia

Código entidade				Código oficina				D.C.		Número de conta							

Periodicidade Importe

firma do titular