

# Gente grande

*Homenaje  
a José Hierro  
en el XV  
aniversario  
de su muerte*

*XIX día de la  
UMAFY*



*Recital poético*



*Exposición*

**CENTRO DE AOIZ (COORDINADORES: YOLANDA, LAURA, ANDRÉS Y JUDITH)**

PSICOLOGÍA DE ANDAR POR CASA (III) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / MARTES DE 17:00 A 18:00

PSICOLOGÍA DE ANDAR POR CASA (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / MARTES DE 18:00 A 19:00

POESÍA IMPRESCINDIBLE (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / JUEVES DE 17:00 A 18:00

INICIACIÓN A LA GUITARRA (V) / prof.: D<sup>a</sup>. MARISA BURGUETE / MARTES DE 11:00 A 12:00

INICIACIÓN A LA GUITARRA (VI) / prof.: D<sup>a</sup>. MARISA BURGUETE / MIÉRCOLES DE 20:00 A 21:00

INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA (II) / prof.: D. JUAN LUIS GARCÍA / JUEVES DE 20:00 A 21:00

PREPARACIÓN EXPOSICIÓN DE PHOTOSHOP (II) / prof.: D. JUAN LUIS GARCÍA / MARTES DE 20:00 A 21:00

INICIACIÓN A INTERNET (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / MARTES DE 11:00 A 12:00

**CENTRO DE PAMPLONA (COORDINADOR: SALVA GUTIÉRREZ ALCÁNTARA)**

LA SITUACIÓN DE LAS MUJERES EN EL MUNDO Y EN LA HISTORIA A TRAVÉS DEL CINE / prof.: D<sup>a</sup>. GEMMA PIÉROLA / LUNES DE 10:00 A 10:50

LEYENDO EL PERIÓDICO EN EL AULA (II) / prof.: D<sup>a</sup>. ALICIA BURGUETE / MARTES DE 10:00 A 10:50

UN RINCÓN PARA LA BIOLOGÍA (II) / prof.: D<sup>a</sup>. MARÍA ÁNGELES ZUDAIRE / MIÉRCOLES DE 10:00 A 10:50

POESÍA IMPRESCINDIBLE (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / MIÉRCOLES DE 11:00 A 11:50

PSICOLOGÍA DE ANDAR POR CASA (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / JUEVES DE 11:00 A 11:50

POESÍA IMPRESCINDIBLE (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / MIÉRCOLES DE 16:00 A 16:50

CONSEJOS DE BIENESTAR EMOCIONAL (II) / prof.: D<sup>a</sup>. MAITE NICUESA / MIÉRCOLES DE 17:00 A 17:50

VER, COMPRENDER Y VALORAR EL ARTE. ARQUITECTURA / prof.: D<sup>a</sup>. ESPERANZA MORQUECHO / MIÉRCOLES DE 17:00 A 17:50

ESTADIOS EVOLUTIVOS DEL RAZONAMIENTO MORAL / prof.: D. FERNANDO TRÉBOL / MIÉRCOLES DE 18:00 A 18:50

**CENTRO DE ESTELLA (COORDINADOR: MANUEL TRÉBOL ECHARRI)**

POESÍA IMPRESCINDIBLE (II) / prof.: D. SALVADOR GUTIÉRREZ / LUNES DE 17:00 A 17:50

LOS LÍMITES DEL PENSAMIENTO. EL DESAFÍO DEL CAMBIO (II) / prof.: D. CARLOS ZAPATA / LUNES DE 18:00 A 18:50

INGLÉS INICIAL / prof.: D. JUAN ANDRÉS PLATERO / MARTES DE 17:00 A 17:50

INGLÉS INTERMEDIO / prof.: D. JUAN ANDRÉS PLATERO / MARTES DE 18:00 A 18:50

INGLÉS AVANZADO / prof.: D. JUAN ANDRÉS PLATERO / MARTES DE 19:00 A 19:50

FRANCÉS (V) / prof.: D. JAVIER BLANCO IRIARTE / MIÉRCOLES DE 16:00 A 16:50

FRANCÉS (VI) / prof.: D. JAVIER BLANCO IRIARTE / MIÉRCOLES DE 17:00 A 17:50

LA CULTURA, LA RELIGIÓN Y EL ARTE EN LA CIVILIZACIÓN EGIPCIA (I) / prof.: D. XABIER LARRETA / MIÉRCOLES DE 18:00 A 18:50

TALLER DE DIBUJO EN PEQUEÑO FORMATO / prof.: D<sup>a</sup>. TERESA NAVAJAS / LUNES DE 19:00 A 19:50

INTERPRETAR UNA OBRA DE ARTE / prof.: D<sup>a</sup>. TERESA NAVAJAS / JUEVES DE 17:00 A 17:50

GEOGRAFÍA ECONÓMICA, POLÍTICA Y SOCIAL (XXVI) / prof.: D. JESÚS AZCÁRRAGA / JUEVES DE 18:00 A 18:50

LA FOTOGRAFÍA Y EL VIDEO / prof.: D. ALFREDO GARCÍA LIBERAL / MARTES Y JUEVES DE 16:30 A 18:00

INÍCIATE A LA INFORMÁTICA / prof.: D. IBAI PASCUAL GIMENO / LUNES Y MIÉRCOLES DE 16:30 A 18:00

INICIA, CREA Y DISEÑA DOCUMENTOS DE TEXTO / prof.: D. IBAI PASCUAL GIMENO / LUNES Y MIÉRCOLES DE 16:30 A 18:30

PRESENTACIONES DIGITALES Y RETOQUES FOTOGRÁFICOS / prof.: D. IBAI PASCUAL GIMENO / MARTES Y JUEVES DE 18:00 A 20:00

INCORPORA LA RED EN EL DÍA A DÍA / prof.: D. IBAI PASCUAL GIMENO / VIERNES DE 16:30 A 18:30

CONÉCTATE A LA RED / prof.: D. IBAI PASCUAL GIMENO / MARTES Y JUEVES DE 18:00 A 20:00

**CENTRO VIRTUAL (no presencial)**

FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO

JUAN RAMÓN JIMÉNEZ, 50 AÑOS DEL NOBEL

POESÍA Y MÚSICA (I)

¡VIVE LEYENDO! TALLER DE LECTURA

POESÍA Y MÚSICA (II)

DE SARASATE A RAIMUNDO LANAS

CIEN POESÍAS EN LENGUA CASTELLANA (I Y II)

LA GENERACIÓN DEL 36

CANCIONES DE UNA GUERRA (I Y II)

MIGUEL HERNÁNDEZ EN SU CENTENARIO

LUIS ROSALES EN SU CENTENARIO

COMUNICACIÓN ESCRITA



**GALARDÓN** 4  
Recibimos el Premio de Juventud



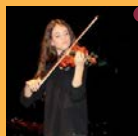
**VIAJE** 5  
Salida cultural a la provincia de Guadalajara



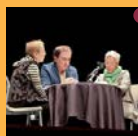
**COLABORACIÓN** 6  
Bilaketa, en el Jardín de la Galaxia



**CELEBRACIÓN** 7  
Comida de estudiantes de la UMAFY



**ACTIVIDAD** 8  
VIII Edición Becas Francisco Javier Oyarzun



**DÍA DE LA UMAFY** 09  
Homenaje a José Hierro 10  
en el aniversario 11  
de su muerte



**RECORDAMOS** 12  
José Hierro *in memoriam*



**EXPOSICIÓN** 13  
José Hierro, mucho más que poesía



**PERSONAJE** 14  
Alfredo García Liberal, profesor de la UMAFY



**ALUMN@S** 15  
Raquel Gutiérrez Torrejón



**DE AUTOR** 16  
Creaciones artísticas de los profesores y estudiantes



**BREVES** 23  
Últimas noticias

## Un año más, y ya van dos, en Bilaketa estamos de celebración.

Si en 2016 fue la asociación quien celebró el 40º aniversario de su fundación, ahora, en 2017, es la Txaranga Bilaketa quien se viste con sus mejores galas para conmemorar sus 20 años de andadura. Y qué mejor manera de hacerlo que con un ciclo de conciertos en Aoiz y en otras localidades navarras.

Y cómo no hay dos sin tres, en 2018 celebraremos los 20 años de vida de la Universidad para Mayores *Francisco Ynduráin*. Mucho ha llovido desde que Francisco Ynduráin y Salva Gutiérrez comenzaran a trabajar en un proyecto que ha difundido conocimientos a más de 2.000 personas.

Para conmemorar este aniversario como se merece os invitamos a que nos trasladéis desde ya vuestras ideas, aportaciones y objetivos para el curso 2018/2019.

Y ahora os dejamos con la siguiente pregunta: ¿Dónde veis a la UMAFY dentro de 20 años?

Bilaketa  
Junta Directiva





# Recibimos el Galardón de Juventud

El pasado noviembre de 2016, el Gobierno de Navarra entregó a Bilaketa el Galardón de Juventud a la Entidad Privada en un evento que contó con la presencia de la presidenta del Gobierno de Navarra, Uxue Barkos, y la consejera de Cultura, Deporte y Juventud, Ana Herrera.

El galardón, que se convoca anualmente en varias categorías, reconoce a entidades "que sean vehículo de las acciones de participación de la juventud, con alto nivel de actividad, que garanticen la participación efi-

caz de las personas jóvenes en el desarrollo político, social, económico y cultural de Navarra". El galardón reconoce la iniciativa de Bilaketa en estos 40 años de andadura.

Además de Bilaketa, el Gobierno entregó galardones a Beatriz Chivite Ezkieta (Galardón Joven); Ángela Gabarre Moreno (Galardón Joven a la superación, por su papel en el proceso de integración de la mujer gitana) y la Red de Lucha contra la Pobreza (Galardón a la Participación Social).

04

Cente grande

## DISCURSO DE SALVA GUTIÉRREZ EN LA ENTREGA DEL GALARDÓN

Arratsalde on / Buenas tardes

Ante todo gracias, en nombre de toda la gran familia que formamos Bilaketa, a la Comisión Asesora de los Galardones de Juventud que nos ha designado, como galardón de juventud, en la modalidad de entidad privada.

En la nota de prensa para dar a conocer a los galardonados, el Gobierno de Navarra y en relación a Bilaketa, finaliza diciendo que "La crisis ha obligado a Bilaketa a prescindir de algunos certámenes que organizaba hasta ahora (pintura o escultura)". Y yo digo que no solo la crisis, sino también las políticas culturales y sociales que tanto el Gobierno y Parlamento anterior como el Gobierno y Parlamento actual nos ha llevado a donde hoy estamos.

Yo hago nuestras las palabras que pronunció hace ahora 85 años el insigne poeta Federico García Lorca, en la inauguración de la biblioteca de su pueblo:

"... yo ataco desde aquí violentamente a los que solamente hablan de reivindicaciones económicas sin nombrar jamás las reivindicaciones culturales que es lo que los pueblos piden a gritos.

*Bien está que todos los hombres coman, pero que todos los hombres sepan. Que gocen todos los frutos del espíritu humano porque lo contrario es convertirlos en máquinas al servicio del Estado, es convertirlos en esclavos de una terrible organización social.*

*Yo tengo mucha más lástima de un hombre que quiere saber y no puede, que de un hambriento. Porque un hambriento puede calmar su hambre fácilmente con un pedazo de pan o con unas frutas pero un hombre que tiene ansia de saber y no tiene medios, sufre una terrible agonía porque son libros, libros, muchos libros los que necesita y ¿dónde están esos libros?"*

Y yo me pregunto: ¿Dónde está el apoyo a la cultura a las distintas entidades locales y privadas de los pueblos de nuestra Navarra? Los Gobiernos parecen olvidar que Navarra no es solo Pamplona...

Y finalizo, diciendo, como dijera el gran Menéndez Pidal, uno de los sabios más verdaderos: "Cultura, cultura y cultura". Porque sólo a través de ella se pueden resolver los problemas en que hoy se debaten los pueblos, también los de nuestra querida Comunidad Foral, pueblos llenos de fe, pero faltos de luz.

¡MUCHAS GRACIAS A TODOS!  
¡ESKERRIK ASKO DENO!!



Catedral de Sigüenza.

# Salida cultural a la provincia de Guadalajara

*Las localidades caracenses de Sigüenza, Atienza, Pastrana y Guadalajara fueron los destinos de un viaje cultural muy interesante organizado por Bilaketa el 22 y 23 de abril*

Un nutrido grupo de estudiantes y profesores de la UMAFY dedicaron dos días a recorrer algunas de las más bellas localidades de la provincia castellano-manchega de Guadalajara en una visita "relámpago".

La mañana del sábado 22 la dedicaron a conocer los principales enclaves de Sigüenza: el Castillo de los obispos, el barrio medieval, la plaza de la cárcel o el barrio renacentista, que comprende principalmente la Plaza Mayor y la catedral.

El protagonismo del sábado por la tarde cayó en Atienza, una pequeña localidad con atractivos culturales como el castillo, las iglesias de Santa María del Rey y de la Trinidad (donde se encuentra el Museo de Arte Religioso y de la Caballada) o la Plaza del Trigo.

El domingo por la mañana, los estudiantes de la UMAFY conocieron Pastrana y, sobre todo, el museo en el que se conserva una espectacular colección de tapices de Alfonso V de Portugal.

Como colofón, los estudiantes y profesores se acercaron a Guadalajara, donde visitaron el Panteón de la duquesa de Sevillano, el Palacio del Infantado, el Palacio de Cotilla o los exteriores de la Concatedral de Santa María la Mayor, edificada entre finales del siglo

XIII o principios del XIV, y en la que se suceden tres estilos principales: el mudéjar, el renacentista y el barroco.

En definitiva; un viaje intenso y cansado... pero interesante e instructivo.

## GENTILICIOS

Según diversas páginas web, el gentilicio para denominar a los habitantes de Guadalajara tiene varias acepciones: caracense, carriacense, arriacense, guadalajareño o alcarreño (de la zona de la Alcarria). Son gentilicios, cuanto menos, curiosos y "compiten" con otros como 'trabuqueños' (Morón de la Frontera), 'guasinos' (Guasa, Huesca), 'guarromanenses' (Guarromán, Jaén), 'chichilindris' (Arroyo de la Miel, Málaga) e incluso con otros de la misma provincia como 'trasquilados' (Yunquera de Henares, Guadalajara) o 'cogolludenses' (Cogolludo, Guadalajara).





Txaro Gironés en el momento de la plantación de la rosa de Siria. Sobre estas líneas, el jardín de la Galaxia de Hawai.

# Bilaketa, presente en el Jardín de la Galaxia

06

Gente grande

*Txaro Gironés, en nombre de la entidad, ha sido la encargada de plantar una rosa de Siria en el jardín que reproduce la Vía Láctea*

En el Parque Yamaguchi, junto al Planetario, se está creando el Jardín de la Galaxia; una réplica vegetal a escala de la Vía Láctea compuesta por más de 200 árboles, plantas, flores y arbustos seleccionados por el Servicio Municipal de Jardines. Cada arbusto representa una región concreta de la Galaxia con sus estrellas, nebulosas, cúmulos y propiedades correspondientes a la región en la que se encuentra.

El Jardín de la Galaxia es una idea original de Jon Lomberg, un ciudadano que reside en Hawai, y no hay otro igual en todo el mundo. El de Pamplona será el segundo.

Los arbustos pueden ser apadrinados de forma gratuita y plantados por entidades, colectivos, instituciones, etc. de manera que dejan su huella en el jardín y se convierten en "jardineros del cosmos". Hasta el mes de abril ha tenido lugar la plantación por grupos, que han apadrinado un total de 286 arbustos. A partir de octubre se retomará la actividad con nuevos apadrinamientos.

A principios de abril fue Txaro Gironés la representante de Bilaketa encargada de contribuir a la creación del jardín con una rosa de Siria. El acto se completó con una explicación de las características de la flor por parte del Servicio Municipal de Jardines, seguida de la información astronómica correspondiente al lugar de la Vía Láctea representado por ese arbusto.

Os invitamos a visitarlo cuando esté terminado.

## UNA ROSA PARA UN JARDÍN

- Localización: H-78.
- Nombre: *Hibiscus syriacus*.
- Nombre común: Rosa de Siria, Altea.
- Procedencia: Asia menor.
- ¿Qué representa en la galaxia?: Nebulosa.
- Características: Arbusto caducifolio de hasta 3 m de altura.



Tiene las ramas erectas, muy extendidas de color gris claro.

Sus hojas ovadas a romboides, de 3-7 cm, generalmente con 3 lóbulos estrechos y de bordes toscamente dentados. Flores solitarias o en pares, axilares, pétalos de 4-7 cm de longitud, de colores que van del blanco, pasando por el rosa y lavanda, con dibujos púrpuras o rojos en el centro.

Floración desde finales de verano a mediados del otoño.





# Comida anual de estudiantes y profesores

*El Colegio de Médicos de Pamplona acogió el encuentro que todos los años une a estudiantes y profesores fuera de las aulas de la UMAFY en una jornada muy amena.*

El pasado 4 de febrero, más de 100 estudiantes y 13 profesores de la UMAFY se reunieron en el Colegio de Médicos de Pamplona para celebrar el encuentro que, con el paso de los años, se ha convertido en una cita anual ineludible.

El evento comenzó con unas palabras de Juan Jerez (Representante del Alumnado de la UMAFY y vocal de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología) y Miguel Ángel Barberá (estudiante), quienes dieron algunos consejos a las personas mayores sobre cómo afrontar mejor la vejez y las limitaciones físicas que impone.



07



gente grande

Varios momentos del encuentro en el Colegio de Médicos de Pamplona.

A continuación tomó la palabra Camino Oslé Guerendiáin, vicepresidente de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología, que transmitió de forma clara y cercana todas sus apreciaciones en un discurso bajo el título "El arte del buen envejecer" del que los asistentes tomaron buena nota para aplicar sus consejos en el día a día.

El evento terminó con una comida en el restaurante del Colegio que los asistentes aprovecharon para intercambiar opiniones y charlar de forma distendida en un entorno alejado del habitual.



# Comprometidos con el talento

*Bilaketa convoca la VIII edición de las Becas Francisco Javier Oyarzun de Enseñanzas Artísticas para favorecer la formación musical de los jóvenes*

La Comisión de las Artes, la Cultura y el Deporte de Bilaketa vuelve a demostrar su convicción de que invertir en talento es uno de los fundamentos principales para alcanzar los niveles más altos de progreso y bienestar social. Y lo hace, un año más, con la convocatoria de la VIII edición de las Becas Francisco Javier Oyarzun, destinadas a la realización de estudios de Enseñanzas Artísticas.

A través de estas becas busca fomentar la excelencia, incentivar a los jóvenes con más talento de Navarra y hacerles conscientes de que ese talento implica una gran responsabilidad, ya que aprovechando todos los aspectos de su formación podrán contribuir a la transformación de la sociedad de manera positiva.

Las becas están destinadas a jóvenes de entre 12 y 30 años que residan en Navarra y acrediten el domicilio fiscal y la vecindad administrativa en cualquier territorio de la misma durante, al menos, los cinco años anteriores a la fecha de publicación de las bases, pudiéndose presentar a un máximo de tres convocatorias.

Los conceptos para los que se pueden solicitar becas son enseñanza o matrícula (cubre el importe total o parcial de los derechos de matrícula); transporte interurbano (siempre y cuando el transporte no se encuentre subvencionado y la distancia entre localidades sea superior a 35 kilómetros); comedor (siempre que el estudiante, debido al horario escolar, precise comer dos o más días a la semana fuera de casa y la localidad del centro de estudios se encuentre a una distancia superior a 50 kilómetros de la localidad del domicilio familiar);

libros y material escolar; y residencia (ayuda al estudiante en los gastos de alojamiento y manutención).

Las becas suponen una ayuda para la realización de estudios de Enseñanzas Artísticas en centros públicos o privados y para optar a ellas es preciso haber promocionado de curso según los planes de estudios vigentes, con una calificación mínima de notable (8), en cada una de las asignaturas del mismo.

## VIII EDICIÓN DE LAS BECAS

Las becas Francisco Javier Oyarzun para el estudio de Enseñanzas Artísticas alcanzan este año su VIII edición. En total, en las siete ediciones anteriores se han concedido 111 becas por importe de 166.312 euros. Desglosadas del siguiente modo:

- 2010. 9 becas por un importe de: 14.812 €
- 2011. 11 becas por un importe de: 19.000 €
- 2012. 18 becas por un importe de: 20.900 €
- 2013. 18 becas por un importe de: 23.400 €
- 2014. 16 becas por un importe de: 23.700 €
- 2015. 20 becas por un importe de: 32.800 €
- 2016. 19 becas por un importe de: 31.700 €



# HOMENAJE A JOSÉ HIERRO PARA CELEBRAR EL DÍA DE LA UMAFY

*El pasado 25 de marzo, la Universidad para Mayores Francisco Ynduráin celebró el Día de la UMAFY, dedicado en esta ocasión al poeta José Hierro por el 15º aniversario de su fallecimiento*

"Palabra de Hierro". Bajo este título se enmarcó el acto central en el salón de actos de la Casa de Cultura de Aoiz. Un evento-homenaje que combinó lectura de poesía con actuaciones musicales.

*"Los premios se agradecen. Pero yo siempre creo que cuando me dan un reconocimiento le estoy robando el honor a alguien que escribe mejor que yo". José Hierro (Miembro de Honor de Bilaketa). Con las palabras de José Hierro proyectadas en la pantalla del salón de actos comenzó el recital teatralizado. Se alzó el telón y quedaron al descubierto dos mesas y un taburete de madera. Al fondo, el Grupo Vocal e Instrumental de Bilaketa. Se trataba de la recreación de "La Moderna", la taberna donde el poeta madrileño escribió gran parte de su obra.*

Sentados en las mesas, Elisa Andueza, Carmen Bustamante, Salva Gutiérrez, Ione Lajos, Pili Mejías y Carmen Ormazábal recitaron varios poemas del homenajeado, haciendo especial énfasis y diferenciando tres etapas con sus poemas sobre el mar, la cárcel y la amistad.

Tampoco faltaron camareros en la taberna, a los que les dieron vida Julieta Torres y Miguel Ángel Barberá, que servían con gracia agua tanto a los poetas como al público.

Además de mostrar la parte poética del autor, el recital quiso mostrar también su faceta musical. Así, el Grupo Vocal e Instrumental de Bilaketa interpretó tres poemas musicalizados: "Mi niña se fue a la mar" (Federico García Lorca), "Cantares" (Antonio Machado) y "Vida" (José Hierro). Y a lo largo del acto se escucharon algunas de las canciones que más gustaban al poeta: "Adagio" (Albinoni), "Río Irati" (Carmelo Erdozáin), "Fantasía vasca" y "Zapateado" (Sarasate) y la Quinta Sinfonía de Beethoven.

El evento fue muy emotivo y a él acudieron profesores, estudiantes, acompañantes y amigos de las sedes de Aoiz, Pamplona y Estella. Tras el recital se trasladaron al restaurante del Hotel Ekai para disfrutar de una amena comida en "familia".





# ospakizuna celebración



10

*Gente grande*





# ospakizuna celebración



Tras el recital-homenaje, se celebró una comida  
en el restaurante del Hotel Ekai.







Dos momentos del acto de homenaje a José Hierro del pasado 10 de abril.

12

Cente grande

# Pamplona recuerda a José Hierro

*La Sala Ámbito Cultural de El Corte Inglés acogió el tercer homenaje de Bilaketa al poeta madrileño y Miembro de Honor de la asociación*

Para completar los homenajes y recuerdo de José Hierro, además de los actos de Aoiz (comentados en las páginas anteriores), se organizaron dos encuentros en Pamplona:

El 3 de abril tuvo lugar la conferencia "José Hierro. El dibujo o la vida", a cargo de Salva Gutiérrez, presidente de Bilaketa, quien hizo un recorrido por la vida, obra y aficiones del poeta, como la música y la pintura.



Una semana después, el 10 de abril, se desarrolló un recital poético presentado por Salva Gutiérrez en el que participaron poetas como María Cano, Isabel Hualde, Javier Laforet, Silvia Marambio, Iosu Moracho, Javier Olivar, Alfonso Pascal, Teresa Ramos, Mikel Sanz Tirapu, Imma Biurrun, Cristina Liso, Carlos Remón y Tasus Burguete. El emotivo encuentro, en el que se recordó la figura de uno de los grandes poetas españoles de todos los tiempos, concluyó con la actuación del cantautor José Luis Iriarte.





La Sala de exposiciones José Hierro acogió una muestra de obras pictóricas del poeta.

# Homenaje pictórico a José Hierro

*El segundo de los actos de homenaje al Miembro de Honor de Bilaketa fue una exposición de obras artísticas en la sala de exposiciones que lleva su nombre en la Casa de Cultura de Aoiz*

El acto tuvo lugar unos minutos antes de iniciarse el Día de la UMAFY, cuando se inauguró la exposición "Recordando a Pepe Hierro en el XV aniversario de su muerte". La muestra estaba formada por varias obras que mostraban otra de las facetas del poeta: la pintura. Una colección de retratos, autorretratos y paisajes formado por 14 cuadros de 60x80cm, los cuales albergaban de 4 a 6 láminas cada uno.

En 2012, en el X aniversario de su fallecimiento, Nórdica Libros editó 'Hierro ilustrado. Antología gráfica y poética', un libro que combinaba poemas y algunas de sus obras pictóricas. El editor del libro, Diego Moreno, definió así al Hierro pintor: "Un acuarelista intimista y delicado, un dibujante a tinta china o con lapiceros de colores y en blanco y negro

que captaba la naturaleza y los rostros, como el suyo, porque sus autorretratos son una constante en este libro. Pinturas de su singular y poderosa cabeza, con frente ancha y de color del barro cocido, aquí cubista, surrealista o con trazos dibujados". Un testimonio que puede aplicarse a las obras expuestas en Bilaketa cinco años después de estas palabras.



# “Los alumnos aportan coherencia a los valores que me impulsan a ejercer esta actividad”

14

Gente grande

*Alfredo García Liberal es un ejemplo de vitalidad. A sus 66 años, este profesor jubilado sigue ligado estrechamente a la docencia en las aulas de UMAFY*

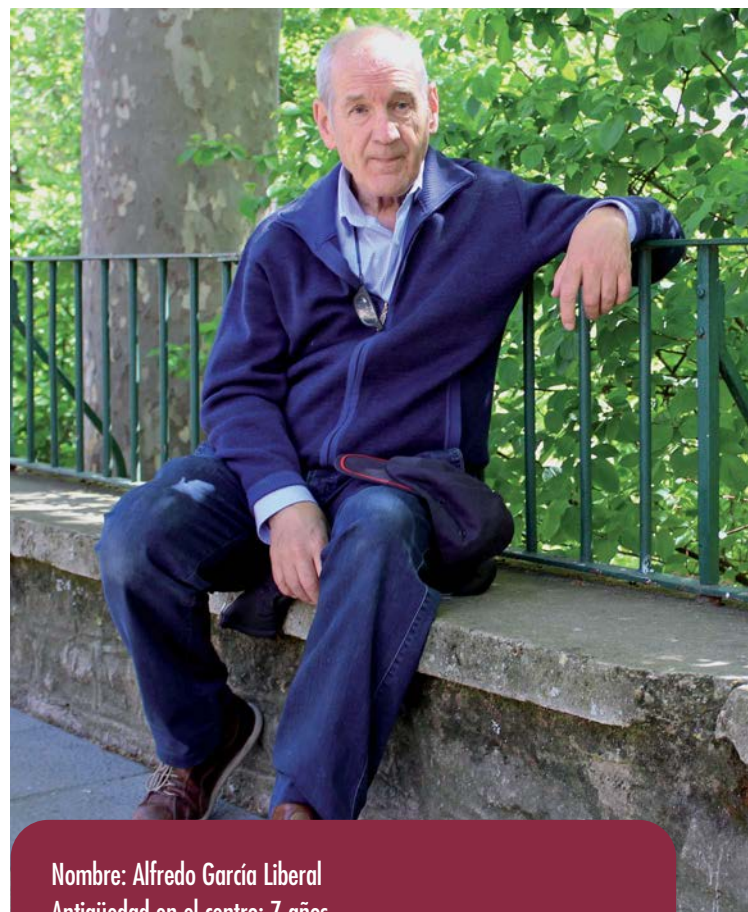
Una vocación que siempre le ha distinguido y que compagina con una amplia lista de aficiones, entre las que se encuentra la música, la naturaleza y su familia. Llegó por casualidad y ya va camino de una década compartiendo sus conocimientos sobre fotografía, imagen, vídeo y arte en general para que otros puedan convertir sus ideas en realidad. Una oportunidad que le permite progresar en una de sus pasiones.

### **¿Cómo llegó a las aulas de la UMAFY?**

Me he dedicado a la docencia toda la vida. Primero fui profesor de Matemáticas y de Ciencias Naturales en la EGB. He desarrollado actividades como educador en la Fundación Proyecto Hombre y también impartí clases de Iniciación a la Ofimática a personas mayores. Cuando me propusieron el proyecto de entrar a formar parte de UMAFY, empecé y aquí sigo siete años después.

### **¿Cuál es su papel en la Universidad para Mayores?**

En las clases, enseñé el uso de dos programas: Photoshop, para el tratamiento de imágenes y fotografías; y Cyberlink, para edición de



Nombre: Alfredo García Liberal  
Antigüedad en el centro: 7 años  
Asignaturas que imparte: Fotografía y edición de imagen y vídeo

vídeo. Pero el curso va más allá del propio manejo de estas herramientas; estudiamos cultura de la imagen. Hacemos críticas y análisis de distintas obras y fotógrafos, también de arte, siguiendo los fundamentos de la imagen.

### **¿Nota la progresión de sus alumnos?**

Sí, claro. Los alumnos suelen seguir el curso durante dos o tres años. Es un curso más especializado y realizamos trabajos muy interesantes. Muchos de ellos los hacen para sus familias, algo muy importante. Es muy bonito ver cómo diseñan, crean y desarrollan sus propios proyectos. Incluso, por uno de ellos, nos dieron un premio de la Sociedad Navarra de Geriatría y Gerontología. Estaba relacionado con la iglesia de San Miguel de Estella e incluido en el programa *Con ojos de niños*.

### **Y los alumnos, ¿qué le aportan a usted?**

Mucho. Me mantienen muy activo porque tengo que estar al día de todas las novedades y de ideas nuevas para llevar a cabo en las clases, además de aumentar mi capacidad de servicio. Pero no solo eso, ellos aportan coherencia a los valores que me impulsan a ejercer esta actividad.

### **¿Qué es lo que resaltaría de la UMAFY?**

La UMAFY es un punto muy interesante de cultura que posibilita el mantenimiento de actividades de muy diversos tipos. No solo físicas, también psicológicas porque hace que nuestras neuronas estén activas. Además, es una buena oportunidad para desarrollar gustos y aficiones que antes no podías llevar a cabo.



# “La UMAFY me ha dado la vida”

*Viuda de Emilio Estévez, director de la banda de música de Aoiz, Raquel solo tiene palabras de agradecimiento a las personas de Bilaketa, que la han acompañado en todo momento, y especialmente en los momentos de dolor*

Raquel no puede evitar soltar alguna lágrima cuando habla de la UMAFY, de Bilaketa y de todos los momentos compartidos desde 1998. Fue una de las primeras estudiantes de la Universidad para Mayores y una de las más jóvenes de la primera promoción. En estos, casi, 20 años ha cursado numerosas asignaturas y se ha formado en historia del arte, literatura, poesía, psicología... Pero sin duda, lo que más destaca de Bilaketa es la calidad humana de las personas que la forman, que les acompañaron, a ella y a su marido, durante los largos cuatro años en los que él padeció esclerosis lateral amiotrófica (ELA). “Emilio estuvo arropado en todo momento por sus compañeros, alumnos, padres de los alumnos... que le mostraron su apoyo incondicional. A la gente de Aoiz la tengo siempre en mi corazón. Y ya lo saben”, afirma emocionada.

## **¿Por qué decidió apuntarse a la Universidad de Mayores?**

En 1998 estaba recuperándome de un cáncer. Salva nos contó a mí y a Emilio el proyecto y decidí apuntarme de cabeza. Sin dudar. La UMAFY me dio la oportunidad de hacer cosas completamente distintas, como el aula de teatro, una actividad que recuerdo con mucho cariño.

## **¿Qué recuerda de aquellos años?**

La UMAFY es mucho más que aprender. Es como una filosofía de vida y una vía de escape. Enseguida me di cuenta de lo enriquecedor que era hablar con las personas mayores, que son como libros abiertos. Me daban consejos con cariño. La UMAFY me ha dado la vida. He aprendido mucho conversando con otros alumnos.

## **¿Y a nivel académico?**

En las clases aprendes muchísimo. Te “obligan” a leer, te despiertan la curiosidad y te formas en distintas áreas. Los profesores cuentan cosas muy interesantes y solo escucharles ya vale la pena. Hemos tenido profesores buenísimos. Quiero destacar, además de a Salva, a Vicente Madoz, que me dio muchas claves para tratar y acompañar a mi suegro en la enfermedad de Alzheimer; a M<sup>a</sup> Antonia Martínez Estévez, profesora de Literatura que falleció de cáncer y estuvo con nosotros hasta el final, a Raquel Martínez de Marañón, profesora de Historia, y a María Ángeles Zudaire, que nos enseña de forma amena cómo funciona nuestro cuerpo.



Nombre: Raquel Gutiérrez Torrejón.  
Antigüedad en la UMAFY: Desde 1998.  
Asignaturas que cursa: ‘Psicología de andar por casa’, ‘Poesía imprescindible’ y ‘Cómo funciona el cuerpo humano’.

## **También se ha relacionado con autores muy interesantes...**

Sí. He conocido a grandes personas gracias a Bilaketa, como a Luis Alberto de Cuenca, Jaime Siles o José Hierro. Con él me pasó una cosa muy curiosa y es que cuando era pequeña las monjas no nos dejaban leer sus obras porque era “rojo” y tuve que leer sus textos a escondidas. Le conté la historia cuando lo conocí y reímos juntos.

## **Se emociona al hablar de Bilaketa y recordar a su marido.**

Emilio murió de ELA en 2013. Era una persona muy querida y todo el mundo le apreciaba mucho. En todo momento tuvimos el apoyo de la gente de Bilaketa, que nos arroparon y compartieron nuestro dolor. Recuerdo dos momentos muy especiales; un concierto sorpresa que le hizo toda la banda en un parque junto a nuestra casa (la cara de ilusión de Emilio no se me olvidará nunca) y cuando en el tanatorio aparecieron todos los compañeros de la UMAFY. Fue muy emocionante.

## **UNAS INSPIRADORAS FRASES DE BENEDETTI**

Raquel conserva versos y frases que le impactan y los hace suyos. En esta ocasión quiere compartir con los lectores de Gente Grande unas palabras de Mario Benedetti que la ayudan a extraer lo mejor del día a día. Un buen ejemplo de psicología positiva que todos deberíamos tener presente.

*(...) Hoy puedo quejarme porque tengo que ir a la escuela... o puedo abrir mi mente enérgicamente y llenarla con nuevos y ricos conocimientos.*

*(...) Hoy el día se presenta ante mí esperando a que le dé forma. Y aquí estoy; soy el escultor.*

*Lo que suceda hoy depende de mí. Yo debo escoger qué tipo de día voy a tener. Que tengas un gran día... a menos que tengas otros planes.*

## SIN FUTURO

Mi alma es de nube,  
en la nube está mi dolor.

Empujadas por odio,  
tus lágrimas al viento  
son mi perdición.

Más allá de la distancia  
cerca de tu promesa,  
vive sola la esperanza  
en la que puse mi ilusión.

Por el interés invertido  
en tu propia concupiscencia  
por el río de la envidia  
discurre a rebosar  
tu infinita indiferencia.

Donde viven tus sentidos,  
son pequeñas las ventanas  
que se abren para dar.  
Por las que entra el recibir,  
se agrandan sin parar.

Tus mentiras son creíbles  
y enraízan en mi cuerpo,  
mas el árbol que alimentan  
jamás podrá fructificar.

Rescaldo de un gran fuego,  
cenizas que lleva el viento  
sólo quedan de ti.

Mi alma es de nube,  
en la nube está mi dolor.

Francisco Buira  
(CENTRO DE ESTELLA)



## LA LUNA

Llena la luna.  
Luminosa, serena,  
sugestiva, soñadora,  
misteriosa, impertinente...

Menguante, la luna.  
Bocado de nata y miel  
empalagosa, juguetona,  
embruñada, sigilosa...

Creciente, la luna.  
Aparece en el cielo, desafiante.  
Ilumina la noche, enigmática  
haciendo guiños al sol que,  
con rubor, se esconde.

Lourdes López Baruque  
(CENTRO DE PAMPLONA)





## EL FUEGO Y LA CENIZA

Mira por la ventanilla mientras el moderno Pegaso metálico va tomando altura y atrás quedan para siempre Pamplona, Madrid y España. Han sido veinte días después de más de treinta años de ausencia.

Hace poco estaba con su pequeño hijo, Diego, frente al número 2 de la calle de Roncesvalles como hicieron varias veces. El quinto piso tenía las persianas bajadas y sus actuales moradores estaban fuera de la ciudad, pero ella recordaba bien su interior: allí vivió feliz con sus padres y sus dos hermanas mayores hasta que un 19 de julio sopló el diablo contra ellos y cuatro hombres armados se llevaron preso a su padre. Poco después, se expulsó de la ciudad a las cuatro mujeres. María Luisa tenía siete años cuando perdieron su edén y comenzó a cerrarse el círculo perverso que aprisiona su alma y del que no puede salir.

Con Diego vuelve a recorrer aquellos lugares de su niñez que le eran tan queridos: la Plaza del Castillo, la Taconera, la Media Luna... pero ya nada era igual, se siente extraña en un mundo que fue el suyo pero que ya no lo es.

En su casa de la Plaza del Castillo, su tía los recibe sorprendida, confusa y con una sonrisa más bien sardónica. Buenas, forzadas y huecas palabras que no eran otra cosa que la imagen de un pasado olvidado que ahora había vuelto a llamar a su puerta.

María Luisa, mujer culta y muy inteligente, no quiere decirles a familiares y amigos que no había vuelto, sino que había venido. No lo entenderían. Sabe que lleva en su interior los fantasmas de un pasado de los que no puede desprenderse y dudo sobre la conveniencia de su viaje que decide concluir.

Diego está dormido y el viaje es largo. Se ve reflejada a sí misma en su hijo, tiene la inocencia que ella tuvo y presiente su futuro sin el dolor de aquella tijera de la vida que destrozó la suya. Todavía con escalofríos, recuerda el compungido rostro de su madre y hermanas en Elizondo en donde las retuvieron durante más de dos meses.

Cuatro mujeres indefensas que tenían a la vista Francia, la salvación y la libertad a la que pudieron acceder en un día frío y lluvioso.

No quiere ni puede olvidar su pequeño piso en París en el que tres años más tarde, sonó el timbre y apareció su padre al que durante mucho tiempo dieron por muerto. Habiendo sido un hombre bello y risueño, tenían delante una persona calavérica y con el espíritu muerto. Pagó un alto precio por un enclaustramiento salvador que le dejaron unas secuelas, unas sombras perennes que le acompañaron siempre.

Ya están cerca de México, Diego tose un poco y le da un caramelo, se lo agradece, sus ojos verdes la miran con amor. Toma sus manos transmitiéndole su calor y sus esperanzas como en un día aciago su madre tomó las suyas huyendo de un mundo que se consumía en un fuego cainita que en su interior nunca fue ni sería ceniza.

*(Breve comentario sobre la obra de María Luisa Elío 'Tiempo de llorar').*

Pepe Haedo  
(CENTRO DE PAMPLONA)



## SI NO OS HACÉIS COMO NIÑOS...

Qué bonito es recordar al compañero de juegos, al distinto, al singular, al contrario de tus sueños, al patoso que reclama tu atención a cualquier precio tirándote de las trenzas, empujándote en silencio, poniéndose tartamudo, rojo, rojo ¡el muy necio!

Tú lo veías venir, poco a poco, desde lejos preparabas la estrategia y lo parabas en seco y así la atracción crecía y también el desconcierto.

En ese bote y rebote, en ese quiero y no quiero invitándote a jugar sin ocultar su deseo, el amor se deshacía como un trocito de hielo creando gran confusión y emoción al mismo tiempo.

Por eso hay que jugar a ser niños y creerlo, buscar la felicidad sin ponerle ningún precio, por mí, por ti, por la vida que merece nuestro aprecio, con las cartas ya marcadas (por la vida), pero... haciéndonos los suecos.

Estrella Ayala  
(CENTRO DE PAMPLONA)

## TODO ASÍ SE SUCEDE

Todo está preparado  
para que el sol reviva la armonía  
de lo que ayer murió. El sol de marzo  
es aliento y principio de la vida.  
¿Has oído a los mirlos recitar  
la escala de sus silbos amorosos?  
¿O has visto tembloroso  
el rocío que dio al amanecer  
el inmenso tesoro de sus perlas?  
Entre la hierba húmeda  
han brotado discretas las violetas  
y oculto en el almendro florecido  
un arrullo de tórtola en su nido.  
Todo así se sucede  
hasta que el aire vuelva a menear  
las copas de los álamos dormidos,  
la espiga rebosante en el trigal  
y el verde de los pinos.  
Todo así se sucede,  
el frío del invierno  
envuelto por la niebla,  
el tiempo de morir para las rosas,  
la nueva primavera  
que vuelve a aparecer  
brillante en los rosales y en las cosas  
cargadas de misterio  
que unos creen normal y otros del cielo.  
Es una clara muestra  
que prueba la existencia  
de un Dios omnipresente y creador  
de una sola verdad y la belleza  
que llena de alegría el corazón.

Valentín Echarren  
(CENTRO DE ESTELLA)





## EN EL SILENCIO

El sonido frágil de tus palabras  
murió al poco tiempo de morir tú.

El sonido efímero de tus silencios  
murió al poco tiempo de morir tú.

Tallé con manos heridas sobre  
la piedra ancestral que juntos dispusimos,  
el dibujo de tu nombre, protegido por un círculo  
eterno que dure lo que al menos dure mi existencia.

La tierra, las piedras, el viento enfurecido,  
la lluvia, la niebla, el rumor del río, el sol y la luna  
recogieron palabras y silencios.

A veces siento que la lluvia me sorprende  
con tu voz.  
En ocasiones el sol tibio de primavera desliza  
silencios conocidos.

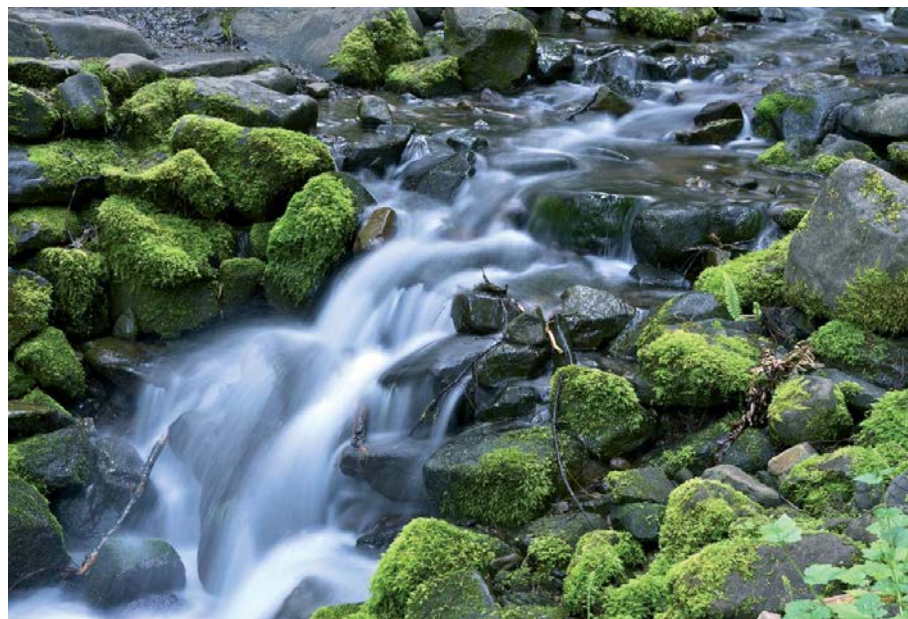
Entonces reconozco tu esencia,  
entiendo la transcendencia y me siento  
dichosa, libre, eterna.

Txaro Begué  
(CENTRO DE PAMPLONA)

## EL CANTO BAJO LA ROCA

Qué grande es la soledad, cuando el  
silencio te habla. En frondas de primavera  
vigilantes, silenciosas por la soledad de la calma.  
El canto sobre la roca, el agua que canturrea,  
estrellándose, enfadada. Y la vieja piedra verde que  
está vestida de gala, le acaricia con su manto de  
musgo de terciopelo y le escucha las palabras.  
Un lenguaje diferente cada momento que habla.  
¡Si pudiera detenerlas! Me gustaría escucharla y  
en el silencio de la noche, la luna la escucha y calla.

Blanca Urabayen Galdiano  
(CENTRO DE ESTELLA)



## BIENVENIDOS LOS NUEVOS MUNDOS

Cuando Cristóbal Colón creyó descubrir un nuevo mundo, solo estaba certificando que en el planeta Tierra, los terrícolas eran más de los que se creían que eran; éstos últimos, los de las Américas, estaban ahí con otras costumbres, civilizaciones y otras singularidades, que no insularidades. Todos en la misma casa común, flotando en el espacio del universo que cada vez se ampliaba más allá de lo conocido.

Los habitantes del planeta Tierra, en esta porción del tiempo que denominamos siglo XXI, hemos descubierto a Trappist 1, una estrella enana roja que está a 40 años luz, o lo que es lo mismo: a 300.000 años de distancia. Sí: trescientos mil años.

Lo noticable es que alrededor de esta estrella hay al menos cuatro planetas que viven en una zona de confort en la que es posible algún tipo de ser vivo que por su cercanía a la estrella madre debería estar preparado para ver en infrarrojo y las plantas tendrían hojas rojas (no verdes). ¡Qué cosas!

Es difícil que podamos organizar unas vacaciones, mejor que una expedición tipo colombino, para ir a “descubrir” estos nuevos mundos, que, según los científicos son mayoritarios en el universo; ahora resulta que los que somos raros somos nosotros... raros por singulares, específicos, peculiares... o sea, por ser ¡humanos! Siempre tan nuestros, tan pillos para intentar jugársela a la madre Tierra, tan entretenidos en intentar diferenciarnos de los diferentes, construyendo otras Torres de Babel a diestro y siniestro.

Ya hemos llegado a las fronteras del mundo exterior conocido y todavía desconocemos el fondo de nuestros mares, sin darnos cuenta, bueno

sin reflexionar, que como humanidad y también como individuos, solo somos un minúsculo grano de arena de un descomunal desierto.

Nos cuesta tomar conciencia de que nuestra personal ventana a la existencia se abre y se cierra con la misma cadencia que el batir de las alas de una mariposa, si nos comparamos con el latir del universo.

Qué efímeros somos, pero qué grandes, al mismo tiempo. El secreto está en lo pequeño, en lo minúsculo, ahora se llama cuántico. La física cuántica sospecha que podemos ser y no ser al mismo tiempo. Merece la pena leer el libro ‘El Universo en tu mano’, de Christophe Galfard, discípulo de Stephen Hawking, con la mente muy abierta, porque es apasionante el universo que nos rodea. Todos nosotros somos apasionantes por lo que nos toca de ese universo.

Puestos a soñar, como lo hizo Julio Verne, no nos vendría nada mal volver los catalejos, prismáticos y telescopios... hacia nosotros mismos. Para observar las bondades de nuestro microcosmos, el de los humanos, con la misma intensidad y relatividad, con que miramos a las estrellas, dígase de otra manera: fugacidad.

La copla cantaba aquello de que “veinte años nos es nada”, tampoco son nada los sesenta, los ochenta, los cien años en los que podamos asomarnos a la ventana del universo, pero al mismo tiempo es un crono suficiente, porque en cada uno de nosotros se reproduce el universo.

Quizás nos vendría bien salir a pasear en las noches despejadas y mirar a las estrellas con más asiduidad, al fin y al cabo, en algunas de ellas pueden habitar otros colegas nuestros, distintos seguramente, pero con los mismos componentes básicos, comunes a todo el universo.

¡Bienvenidos los nuevos mundos!

Juan Francisco Jerez Bernabeu  
(CENTRO DE PAMPLONA)

## EL CENTÉSIMO MONO (LA MASA CRÍTICA)

### LA MASA CRÍTICA

Según numerosos experimentos, se ha comprobado la conexión espiritual existente entre todos los seres vivos de una misma especie, gracias a la cual es posible que todos los miembros logren un aprendizaje compartido, al alcanzar lo que se conoce como masa crítica, consistente en un número suficiente de miembros que hayan asimilado la enseñanza en particular (Philip Ball, “Masa crítica” (Cambio, caos y complejidad, 2004).

Aunque algún autor, como M. Shermer, pone en duda el rigor científico de la investigación, es muy conocido el experimento del **centésimo mono** (Lyll Watson, biólogo, en “Lifetide: A Biology of Unconscious”, 1979). En 1952, en la isla Koshima, próxima a Japón, los científicos empezaron a

proporcionar a los monos ‘Macaca Fuscata’ patatas dulces que dejaban caer en la arena. Les gustó su sabor, pero las rechazaron al estar sucias por la arena, hasta que una mona joven (de 18 meses) las lavó y las comió. Enseñó el truco a su madre y a otros compañeros jóvenes. Los monos mayores no aprendieron, excepto aquellos que tenían hijos jóvenes, quienes enseñaron el truco a sus padres. Entre 1952 y 1958 todos los monos jóvenes y sus padres incorporaron este avance. Un día de otoño de 1958, cierto número de monos -se desconoce la cantidad exacta, pero supongamos que eran 99- lavaba las patatas dulces. Y al día siguiente (supongamos también) por la mañana, el mono número cien aprendió a lavarlas. Por la tarde todos los monos de la tribu lavaron sus patatas antes de comerlas. La suma de energía de aquel centésimo mono creó, en cierto



modo, una masa crítica y, a través de ella, una explosión ideológica... Pero lo más sorprendente es que las colonias de monos de otras islas, sin contacto con los anteriores, así como el grupo continental de monos de Takasakyama, empezaron también a lavar sus patatas dulces...

Parece que, en base a estos experimentos, podemos afirmar que cuando un número limitado de individuos conoce un nuevo método, sólo es propiedad consciente de ellos mismos; pero existe un punto en el que, con un individuo más que sintonice con el nuevo conocimiento, éste llega a todo el colectivo.

Algunos autores, entre los que destaca Ignacio Ellacuría, asesinado por militares salvadoreños en 1989, hablan de los denominados **grupos escatológicos**, es decir, de aquellos grupos de personas concienciadas en la necesidad de un cambio social que con su esfuerzo y, en ocasiones con su propia vida, logran que por fin se realice dicho cambio. En todas las revoluciones sociales, políticas, económicas o religiosas son estos grupos los que las posibilitan como las evangélicas referencias a la levadura que fermenta toda la masa (Mt. 13,33) o a la mostaza, la más pequeña de las semillas, que hace brotar uno de los mayores arbustos (Mt. 13,31).

Podríamos hacer referencia a otros fenómenos relacionados con esta misteriosa interacción, pero en el presente artículo nos limitaremos a destacar la conocida y documentada investigación sobre la influencia

de un grupo de **meditación u oración** sobre la salud (biopsicosocial) de otras personas. En base a numerosas experiencias (L. Dossef, D. Benor, Kabat-Zinn), se ha podido comprobar que, según el tamaño de un grupo de personas que realizaba meditación u oración, impetrando la mejora en la conducta o la salud de un colectivo, disminuía la tasa de criminalidad de una ciudad o se incrementaba el bienestar de los enfermos en determinados hospitales.

#### EL PUNTO CRÍTICO

Del mismo modo que hay un punto crítico a partir del cual el **agua** pasa del estado líquido al sólido (-0° C), un solo **grano** puede provocar una avalancha que modificará el conjunto de la estructura del montón de arena (Per Bak, Quand la nature s'organise: avalanches, tremblements de terre et autres cataclysmes, París, 1999) o la **gota** que suele colmar el vaso de nuestra paciencia... también en las evoluciones y revoluciones suelen estallar a partir de un determinado tope cuantitativo (100º mono) que provoca el cambio cualitativo que afectará a todo un colectivo (especie, nación, etc.). El punto crítico o **chispa** que provocó el incendio de la denominada primavera árabe se inició con la autoinmolación del joven Mohamed Bouazizi en Túnez el 17 de diciembre de 2010. Todavía podemos contemplar en el video El último discurso de Ceaucescu (YouTube) como, a partir de un grito anónimo entre la multitud, se inició el principio del fin del dictador.

#### HACIA LA UNIDAD QUE SOMOS

¿Quizás nuestras conexiones con los demás son mucho más fuertes de lo que creemos y nuestro grado de determinación e influencia en el mundo es mucho más potente de lo que nos parece? ¿Tenía razón Maharishi Mahesh Yogi cuando decía que si el 10% de la población mundial meditase, se lograría que el restante 90% de los habitantes del planeta cambiaran su forma de pensar? Ahora podemos valorar la potencialidad que encierra la conocida frase "toda alma que se eleva, eleva el mundo" o la de N. Armstrong al pisar la Luna aquel 21 de julio de 1969: "Es un pequeño paso para un hombre, pero un gran salto para la humanidad". No olvidemos que cualquiera de nuestras actuaciones puede constituirse en esa gota que colme nuestros mejores anhelos, en el grano que desmorone una situación injusta, en el último copo que provoque el ansiado alud del cambio o en el grado de temperatura que está necesitando nuestro entorno para resultar más habitable, más acogedor...

Lo que parece innegable es que el futuro de la humanidad y del planeta depende de que el ser humano crezca en consciencia. O, dicho con más propiedad, de que podamos pasar de una **conciencia egoica** a otra **conciencia unitaria**. Por eso, todo lo que hagamos en esa dirección contribuye a acrecentar la masa crítica que haga posible el cambio. En consecuencia, favorecer la transformación o expansión de la consciencia **-vivir en presente, acallar la mente, entregarse a los otros, desapropiarse del yo, meditar...** - es un **acto de amor** a toda la humanidad. Gracias a esta nueva consciencia, lograremos entre todos re-crear un **mundo mejor**.

Bernardo Doñoro  
(CENTRO DE PAMPLONA)



## MARÍA DE MAEZTU, ENTRE LA PEDAGOGÍA Y EL FEMINISMO

La lectura de un buen libro hace resonar en nuestro interior momentos vividos ya lejanos que creíamos olvidados. Al leer el libro de María Josefa Lastagaray Rosales 'María de Maeztu Whitney, una vida entre la pedagogía y el feminismo', me ha hecho recordar los años 70, cuando supe de los Centros de Cultura Popular, donde por primera vez oí hablar de la importancia para el ama de casa el hecho de salir de su hogar y participar en la vida cultural, política y social de la ciudad.

Descubrí el movimiento feminista, la pedagogía de la liberación, las distintas filosofías de no quedarse ancladas en los trabajos domésticos y compartir con nuestros compañeros el trabajo del hogar...

Ha pasado un montón de años y el feminismo sigue vigente, las mujeres aun estamos unos pasos por detrás de nuestros compañeros, los hombres; seguimos cobrando menos por los mismos trabajos y nuestras niñas oyen como se las compara con princesitas...

Hay que seguir haciendo que las buenas lecturas resuenen en la conciencia de las más jóvenes y María de Maeztu sigue siendo un referente como pedagoga y feminista.

Aquí estamos en la UMAFY, donde colaboradores/as y estudiantes hacen posible la educación permanente en saberes y valores en unas clases amenas y divertidas.

Quiero aprovechar desde esta revista, que nos brinda un espacio para recordar, que la Asamblea de Mujeres de Estella-Lizarrar organiza, como todos los años, el Certamen Literario María de Maeztu, donde las mujeres en una discriminación positiva podemos participar con nuestras creaciones literarias.

María Cele Gómez de Segura  
(CENTRO DE ESTELLA)



## CARTA DE ESPERANZA PARA SER FELIZ

Ojalá que la vida te regale altas esperanzas de realización personal. Ojalá que cada día te muestre como en un espejo la mejor versión de ti mismo y quedes fascinado por tu propia luz. Ojalá que tu autoestima no dependa de tus éxitos o fracasos, sino de esa identidad tan tuya que te define. Te animo a avanzar en tu camino conquistando más experiencias, ligero de equipaje. Por el contrario, no te pierdas en la película del mundo, el color de una estrella fugaz, la trascendencia del firmamento infinito o el color de la Luna brillando más allá de la contaminación lumínica de las ciudades.

Deseo que vivas el presente recordando que cada día tiene su propio azar. Confía en la sabiduría de la naturaleza y, también, de tu corazón, que con ese reloj acompasado hace tanto por ti cada día. Ojalá que tu alma vuele por encima de cualquier límite. Más allá de los fantasmas del pasado y de los miedos.

No te animo a vivir cada día como si fuera el último, sino a apreciar cada hora como una experiencia única. Limpia tu corazón de esos sentimientos humanos pero tóxicos que se enquistan, por ejemplo, el rencor o el deseo de venganza. Reserva una cita a solas contigo mismo en tu agenda, disfruta de tu tiempo y baila como tú solo sabes porque nadie tiene tu compás al caminar.

Ojalá que la vida te sorprenda, pero para que eso suceda tienes que tener la actitud de crear magia con tu inteligencia, sensibilidad y voluntad. Implicate en tu destino sin estar siempre condicionado por el deseo de recibir.

No importa la edad que tengas, ojalá tengas tus sueños intactos como cuando eras un niño. Ojalá que tú, con tu bondad, cambies el mundo en alguna forma. Ojalá que las frases bonitas de amor sean un eco constante en tu alma y siempre escuches en tu conciencia la esencia de esos mensajes que has recibido en tu vida.

Maite Nicuesa Guelbenzu  
(CENTRO DE PAMPLONA)

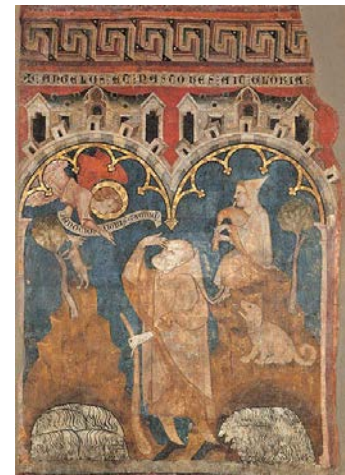


- *Jorge Nagore Frauca*, periodista y articulista de *A la contra* en Diario de Noticias, acudió a la clase de *Alicia Burguete* (*Leyendo el periódico en el aula*) para comentar las características de la profesión, el proceso de trabajo y analizar las informaciones con los estudiantes. La sesión fue muy interesante y participativa.



- Entre el 3 de febrero y el 3 de marzo, la *Casa de Cultura de Estella* acogió una exposición de trabajos realizados por los estudiantes de Informática en el centro de la UMAFY en Aoiz. La muestra, titulada *Photoshop* en el Museo, mostraba obras de cuadros famosos “reinventados”.

- Los estudiantes de *Ver, comprender y valorar el arte del siglo XX* disfrutaron de una clase especial con la profesora *Esperanza Morquecho* en el Museo de Navarra, donde recorrieron las diferentes salas y recibieron ‘in situ’ explicaciones detalladas de las obras más importantes.



- El 29, 30 de abril y el 1 de mayo, la *Banda de Música Mariano García* y el *Grupo Vocal e Instrumental de Bilaketa* viajan al sur para visitar Baeza, Úbeda y Granada durante tres días en los que realizarán diversas visitas culturales. El acto central del viaje tendrá lugar el sábado 29, cuando ambas formaciones interpretarán una selección de su mejor repertorio en un concierto en la localidad jienense de Baeza.

- Lamentamos el fallecimiento de *Esther Zalba* (estudiante del centro de Aoiz) y de *Sole Garatea Muruzabal* (centro de Pamplona). Asimismo, despedimos al *padre de Natividad Fabo*, la *madre de Mari Jose Herreros*, la *hermana de Javier Abal* y al *hermano de Isabel Gallegos* (centro de Pamplona). También al *padre de Toño Villanueva*, la *madre de Maribel González* y al *marido de Tere Herrera* (centro de Aoiz). Así como al *cuñado de la profesora María Ángeles Zudaire* (centro de Pamplona), y al *hermano del profesor Juan Luis García* (centro de Aoiz). Por otra parte, nos alegramos de la recuperación tras las operaciones de *Camino Zamarbide*, *Juana Mari Marturet*, *Tomás Ventana* y *José Valle*.

Bilaketa,  
UBI SAPIENTIA IBI LIBERTAS

*Lo que hace grande a Bilaketa son las personas que hay detrás  
¡GRACIAS A TODOS! ESKERRIK ASKO DENOI!*