

# Editorial

*Un sueño...* La locura de unos jóvenes que abandonaron sus casas por un Proyecto de Amor:

## REFLEXIONES:

- o Las nuevas adicciones.
- o Un hombre con ... ¿suerte?

## TESTIMONIOS:

- o Carta a mi marido.
- o Conversación con una silla de ruedas.
- o Atisbo de esperanza.
- o Lo que más quiero vuelve a vivir.
- o ¿Por qué estoy aquí?
- o Sigo vivo.
- o Un año complicado.
- o Mi trabajo en la lavandería.
- o Mi tabla de salvación.
- o Mi vieja maleta.
- o Vida de una persona depresiva.
- o Una vida destrozada.
- o Saliendo de las tinieblas en busca de la luz.
- o Una visita a Basida.

## VOLUNTARIOS:

- o De por qué los días no tienen un par de horas más.
- o Renacer.
- o Agradecimiento.
- o El inicio de una utopía.

## COSAS DE CASA:

- o El homenaje.
- o Un amor y amistad verdaderos.
- o Tradiciones, usos y costumbres de nuestra casa.
- o Veinte años después.
- o Un sueño hecho realidad.
- o Impresiones del aniversario de Basida-Manzanares.
- o El teatro en Basida.

## DEPORTES

## RECETAS

## CUENTOS, POEMAS

- o La luna.

## AGRADECIMIENTO

***“Lo que hagáis a uno de estos pequeños, a Mí me lo hacéis...”***

Nuestro mundo está lleno de “peques” necesitados de cuidados, de un hogar y de mucho amor. Había que poner manos a la obra. Y se inicia una andadura, cargada de ilusiones. La pequeña comunidad de Basida empieza a caminar....

***20 años...*** Han pasado ya, caminando, trabajando duro, para llevar a la práctica nuestro proyecto. Tantos chicos atendidos, tantos chicos llevados de la mano hasta los umbrales de la muerte...

¿20 años son muchos? En cada año aniversario, nos sentimos orgullosos de cumplir un año más, porque vamos labrando nuestro sueño, nuestra realidad, superando día a día todas las dificultades. Pero, no son muchos años si se tiene en cuenta todo lo que queda por hacer. Una mirada a nuestro alrededor es suficiente para darse cuenta de todos los que aún se encuentran desatendidos esperando una oportunidad para poder descansar bajo el cariño de una familia.

No podemos parar, las palabras de Jesús siguen guiando nuestros pasos...

***Una realidad: Basida...*** Una realidad plasmada en tres casas, Aranjuez, Manzanares y Navahondilla. 81 personas atendidas las 24 horas del día. No hay descanso para quien ha asumido la responsabilidad del cuidado de personas tan necesitadas como las que se refugian en Basida.

Tres hogares, muchas mejoras desde los comienzos, todo para que los más desamparados, los más desdichados, los más pobres, tengan un verdadero hogar.

Este año inauguramos nuestra capilla-oratorio dedicada a la Madre Teresa de Calcuta, modelo de vida de esta pequeña comunidad.

Ella decía: *“Debemos crecer en el amor y, para ello, hay que amar constantemente, y dar y seguir dando hasta que nos duela...”*

***“Amar hasta que nos duela...”***

Seguimos soñando....

## Las nuevas adicciones

*Cuando la tecnología se convierte en droga*



**S**alta a las pantallas de la televisión de este país un fenómeno que, aunque nuevo, se lleva sufriendo en otros países y culturas. Se trata de lo recién bautizado como *Niños Bunker*: un menor que consume internet y televisión compulsivamente, encerrado en su habitación y sin supervisión familiar.

Ésta es la realidad demoledora que acaba de salir a la luz gracias a un estudio elaborado por el Defensor del Pueblo y las Naciones Unidas, que alerta del peligro de las nuevas tecnologías si no se enseña a utilizar estas herramientas tanto a niños como a padres.

Son menores de entre 12 y 18 años que dedican gran parte de su tiempo libre a navegar por Internet y ver la televisión sin control ni límite alguno. Están abducidos por las nuevas tecnologías.

Su mundo es virtual, hasta el punto de que a la mayoría de sus amigos no los han visto nunca, no tienen ningún amigo. En su mayoría duermen a lo largo del día, y ven la televisión o juegan al ordenador durante la

noche. Estos jóvenes suelen encerrarse en sus dormitorios o alguna otra habitación de la casa de sus padres durante periodos de tiempo prolongados, a menudo años. Cuelgan imágenes sin ninguna protección, no tienen sentido de la privacidad y navegan sin la supervisión de un adulto.

*“Su mundo es virtual, hasta el punto de que a la mayoría de sus amigos no los han visto nunca.”*

No es algo nuevo, en Japón se les conoce con la palabra hikikomori que significa “aislamiento” en español. Mientras que algunas personas sienten presión por parte del mundo exterior, y padecen agorafobia, un hikikomori reacciona con un completo aislamiento social para evitar toda la presión exterior.

El aislamiento de la sociedad normalmente comienza de forma gradual. A menudo se encuentran tristes, pierden sus amigos, se vuelven inseguros, tímidos y hablan menos. Frecuentemente son objeto de burla en el colegio, lo cual puede ser el detonante para su aislamiento.

Suelen estar “enganchados” a las redes sociales, y navegan por la Red sin ningún tipo de control paterno. Tienen al menos un televisor y acceso a Internet en su casa, y la mayoría no son partidarios de que sus padres ejerzan un control sobre lo que ven y no tienen instalado en su hogar ningún sistema de bloqueo sobre ciertos canales y programas.

Estos niños finalmente (después de unos cuantos años) regresan a la sociedad por su propia voluntad. Tienen que afrontar el problema de haber perdido muchas de sus habilidades sociales, así como años de estudio, lo que agrava la reintegración.

Es necesario concienciar a los padres para que ejerzan un control sobre el uso que sus hijos hacen de estos medios porque lo que se haga ahora tendrá un impacto dentro de unos años.

No tardaremos en ver nuevos casos, tiempo al tiempo. Afortunadamente es una adicción que se puede evitar con un gesto tan

sencillo como apagar el ordenador y salir a la calle. Como toda adicción hay que reconocerla a tiempo.

✍ Miguel Ángel ■

*“Afortunadamente es una adicción que se puede evitar con un gesto tan sencillo como apagar el ordenador y salir a la calle. Como toda adicción hay que reconocerla a tiempo.”*



# Un hombre con... ¿suerte?

## Entre el azar y la causalidad

Estos últimos días, y ahora que se acerca el sorteo de la lotería de Navidad, he estado dándole vueltas al misterio de la suerte. ¿Qué es la suerte?, o más bien, ¿qué significa tener suerte? Evidente es, que si a alguien le toca la lotería, una cesta de navidad, o un coche en un sorteo, decimos que ha tenido suerte. ¡Natural! Es una cuestión de azar, es un juego en el que uno participa y las probabilidades de conseguir un premio son muy pequeñas. Hasta aquí bien, pero... eliminemos los juegos, el azar, vamos a hablar de la vida real.

¿Cuántas veces hemos pensado “es una persona con suerte”? porque alguien ha conseguido un buen puesto de trabajo, o porque le van bien las cosas. Incluso muchas veces uno piensa que alguien, o uno mismo, tiene muy mala suerte cuando algo no nos sale bien (o tal y como nosotros pretendíamos).

¿Y cuando nos vemos inmersos en una cadena de acontecimientos contrarios? ¿Eh? Entonces ya, es que tenemos a todos los Hados y a las Diosas de la fortuna en contra. “Bueno... pues que mal, si tengo todo eso en contra...” ya conocemos el resto.

A veces la “suerte”, o mejor dicho la “mala suerte”, se hace tan pesada para algunas personas que no nos permite levantar la cabeza y mirar la vida de frente.

Bien, pues siento decepcionaros, pero la suerte no existe. No. Sólo es una fantasía, una superstición que a veces se convierte en una manera de justificar las diferentes circunstancias, positivas o



negativas que suceden en nuestras vidas y en las vidas de la gente que nos rodea. Para algunas personas esta fantasía puede llegar a ser tan intensa que suplanta la vida real, convirtiéndose en un verdadero problema que puede afectar a la salud, tanto física como mental. Voy a intentar explicarme:

*“la suerte no existe. No. Sólo es una fantasía, una superstición que a veces se convierte en una manera de justificar las diferentes circunstancias.”*

Cuando un conocido tiene éxito en su vida personal, sentimental, laboral, etc. pensar que simplemente es que ha tenido buena suerte, no sólo es un demérito hacia esa persona, sino que es totalmente falso. Seguramente además de un gran esfuerzo, esta persona habrá puesto en juego todas sus habilidades, su inteligencia y su capacidad de percepción, y habrá tenido serenidad y seguridad para tomar en cada momento las decisiones adecuadas para conseguir sus objetivos.

Es decir, una persona con “suerte”, es en realidad una persona que percibe claramente su entorno, que sabe reconocer y aprovechar las oportunidades que se le presentan, que aplica su esfuerzo de manera eficaz, que mira la vida de frente, enfrentándose a las diferentes circunstancias con serenidad, seguridad y coherencia. Tal vez pensamos que tiene “suerte” para justificarnos porque no nos vemos capaces de hacer lo mismo.

Cuando pensamos que alguien tiene mala suerte pasa lo mismo pero al contrario (vaya paradoja). Pero... ¿Y si lo aplicamos a nosotros mismos? ¿Cuántas veces hemos pensado “qué mala suerte tengo” cuando algo no nos ha salido bien? ¿Y cuando ha sido una detrás de otra? ¿Qué? Que si nos “ha mirado un tuerco”, que si “no levanto cabeza”, que si “cuando viene una vienen todas juntas”, que si “mira la vida que me ha tocado vivir, que mala suerte tengo”.

Pues también es falso. No deja de ser una manera de justificar nuestra falta de capacidad para gestionar con eficacia las diferentes circunstancias que suceden en nuestra vida. Desgraciadamente muchas veces las per-



sonas que hemos sufrido algún tipo de adicción y las que tenemos algún problema emocional tendemos a caer en esta trampa y cuando las cosas comienzan a irnos mal comenzamos a pensar que lo que nos sucede es una cadena de acontecimientos desafortunados y... inada más lejos de la realidad! La situación en la que nos encontramos suele ser la consecuencia de malas decisiones pequeñas o no, de no haber prestado atención suficiente a nuestro entorno, de no haber reconocido y aprovechado correctamente las oportunidades que se nos han brindado, de no haber aplicado nuestro esfuerzo allí donde era necesario y seguramente de no tener claros nuestros objetivos. Y lo peor es que si nos convencemos de nuestra "mala suerte", y nos dejamos dominar por esta idea, caemos en el círculo vicioso de la auto justificación.

¿No os parece que lo de tener "buena suerte" o "mala suerte" más que una cuestión de puro azar es en realidad una cuestión de actitud?

Una persona muy querida para mí y que yo considero muy inteligente me dijo una vez: "lo que ocurrió es lo único que podía haber ocurrido en ese momento". Si eliminamos el azar de nuestro pensamiento y aceptamos que las circunstancias por las que atraviesa la vida de un individuo (buenas o malas) son el resultado, única y exclusivamente, de las decisiones (buenas o malas también) que ha ido tomando a lo largo de su vida, deberíamos darnos cuenta de que una actitud positiva nos encamina a la consecución de nuestros objetivos (una vida con "suerte") y una actitud negativa nos aparta de los mismos (una vida sin "suerte").

Digamos que es como el misterio del vaso y el agua, cómo vemos el vaso, medio lleno o medio vacío. Por ejemplo: Un día cualquiera, una persona cualquiera, va al

banco y se ve envuelto en el atraco a la sucursal bancaria, y por accidente recibe un disparo en un brazo.

Resultado: Actitud positiva o vaso medio lleno o persona con "suerte": "Qué buena suerte he tenido, me podían haber matado" "Qué alegría, estoy vivo y continuaré con mi vida apreciando cada momento en todo su valor".

Actitud negativa o vaso medio vacío o persona con "mala suerte": "qué mala suerte tengo, voy al banco, lo atracan y encima me pegan un tiro". "Que desgraciado soy, todo me tiene que pasar a mí". "Con la mala suerte que tengo ya no tengo ganas ni de salir de casa"

***"Tener buena o mala  
"suerte" en la vida depende  
única y exclusivamente de nosotros  
mismos."***

Bueno, es un ejemplo sencillo y además interviene un hecho casual (casual, no por azar), pero se ve claramente la diferencia entre una u otra manera de afrontar una misma situación. Una nos lleva a superar una circunstancia adversa y otra nos empuja en éste caso al autoengaño y a la auto-compasión.

Podríamos concluir que de la actitud con la que afrontamos los hechos de nuestra vida, depende el que tengamos "buena suerte" o "mala suerte", con lo que vemos claramente que no depende en absoluto del azar, sino de algo tan real y concreto como somos nosotros mismos. Es decir: **Tener buena o mala "suerte" en la vida depende única y exclusivamente de nosotros mismos**, y lo que es más importante que como depende de noso-

tros mismos, en nosotros está la facultad de cambiar.

En lugar de lamentarnos por la mala "suerte" que hemos tenido tenemos la facultad darle la vuelta a la situación y comenzar a ver el vaso medio lleno. En primer lugar hay que aceptar y comprender que nuestra situación es consecuencia de decisiones erróneas (de las que a veces ni nos damos cuenta) y que depende de nosotros invertirla. Una vez hecho esto, esforzarnos en cambiar de actitud, aprender a valorar las oportunidades que se nos brindan, abrir los ojos y aprender a reconocerlas. Trabajar para conseguir nuestros objetivos, tomar las decisiones adecuadas valorando las diferentes situaciones con tranquilidad y ecuanimidad. Evidentemente todo esto no es fácil y requiere de tiempo y un esfuerzo considerable, pero nada se consigue sin esfuerzo y además para esto estamos aquí, para esforzarnos en reconducir nuestra vida y para aprender a ser mejores personas. No desaprovechemos la oportunidad que nos da esta casa de empezar a ser "Personas Afortunadas", pongamos nuestro esfuerzo y nuestro empeño en desarrollar las actitudes y habilidades necesarias para conseguir ser un **Hombre con... ¿suerte? o con las cosas claras...** De nosotros depende.

Y como dice Abe, no vaciles, utiliza todo para avanzar...

Felicidades a Basida por el 20 cumpleaños, os deseo una feliz andadura por los años venideros y muchas gracias por estos veinte años de esfuerzo dedicados a todos nosotros...

✍ Gustavo ■



## Carta a mi marido

*que está en el cielo*

**S**on tantas las cosas que quiero decirte, que no sé por dónde empezar, pero de alguna forma tendré que hacerlo, así que casi empiezo por decirte que Rebeca nos ha hecho abuelos y soy muy feliz.

Recuerdo que tú siempre decías que antes de morir te gustaría ser abuelo, que te haría muy feliz. Pues quiero decirte que tenemos el nieto más bonito del mundo entero y tiene los ojos tan azules como los tenías tú.

Te echo mucho de menos Cari. Me he tenido que acostumbrar a vivir sola, pero gracias a tus hijos, que me están ayudando muchísimo, recibo las fuerzas suficientes para seguir adelante. Ellos te recuerdan y te llevan en su corazón, pero te echamos tanto de menos... ¡Que bonito sería seguir todos juntos!

Te quiero decir también que estoy haciendo todo lo posible por cambiar y poder llevar una nueva vida con nuestros hijos y con nuestro nieto. Ellos se lo merecen todo. Ellos que han sabido perdonarnos cuando no hemos sido buenos padres por estar enganchados. Ellos que, a pesar del

mal que les hemos hecho, nos siguen queriendo con locura,... Ellos merecen ser felices y por ellos voy a luchar.

Cari, tú, desde el cielo, cuídanos mucho, porque te queremos y no te olvidamos.

✍️ Mamen ■

*Escrito desde la tierra con todo el cariño y amor de tu mujer.*

*“Me he tenido que acostumbrar a vivir sola, pero gracias a tus hijos, que me están ayudando muchísimo, recibo las fuerzas suficientes para seguir adelante.”*

# Conversación con una silla de ruedas

## *Otra forma de ver la vida*

**D**iréis: ¿Cómo se puede hablar con una silla de ruedas? Pues sí, amigos míos, hablaré yo en nombre de todos los que estamos postrados en una silla de ruedas. Y trataré de hacerlos comprender nuestras ansias, nuestros temores, nuestras ilusiones, nuestros deseos y nuestros sufrimientos.

Empezamos por los sufrimientos. Te colocan sin miramiento en una silla sin saber lo que va a ser de ti y te llevan a trancas y barrancas con un dolor que te recorre todo el cuerpo. Después llegas a una casa, ahí te colocan con suavidad y con mucha delicadeza en una cama; te encuentras bien, mucha gente viene a verte, a saludarte y a darte ánimo. Y te crees que lo peor ha pasado.

Después te levantan y te ponen en tu famosa silla. Cada parte de tu cuerpo es un sufrimiento constante que te taladra el alma. Cada choque de tu silla con una pata de una mesa o cualquier persona que tenga un movimiento brusco a tu lado, los dolores recorren tu cuerpo hasta la médula. Tus miembros están rígidos, tus piernas tiemblan sin control. Tu cabeza no es coherente, no sabes en que día estás, todo tu cuerpo lleva sacudidas de un lado a otro sin ningún control. Seguidamente te dicen que tienes que hacer alguna tarea en el gimnasio y te vuelves violento y grosero. Intentan por todos los medios dominarte. Gritas. ¡Socorro! ¡Ayudadme! ¡No puedo! ¡Me duele! Y te das cuenta de que gritas de verdad sin saberlo. Estos son los dolores físicos.

Ahora iremos al peor, el dolor moral. De la noche a la mañana te encuentras totalmente paralizado, inerme, inútil, sin fuerzas. Ves que no puedes mover ni un dedo, ni una pierna, ni el brazo, ni la mano. Tu cerebro manda la orden pero no responde, tu corazón y tu alma se deshace en llanto que parece imposible parar.

*“...de repente, llega el bálsamo, la alegría, el cariño, la ternura, la bondad que sois todos vosotros.”*

Sueñas que de noche estás cayendo en un abismo sin fondo. Intentas agarrarte a las paredes pero resbalas y de repente te despiertas bañado en sudor. Las sienes latiendo a mil por hora, el corazón oprimido y te pones a llorar sin parar. Te haces preguntas: ¿por qué yo? ¿por qué ahora? Yo que alegremente me devoraba el mundo con todas sus alegrías, ahora me cuesta y me da rabia ver a los demás correr, saltar, reír e incluso comer, algo que ya no puedo hacer solo.

Muchas veces tu alma desea con muchísima fuerza que todo se acabe, que todo termine. Pero de repente, llega el bálsamo, la alegría, el cariño, la ternura, la bondad que sois todos vosotros, GENTE DE BASIDA. Una caricia y un beso vuestro nos colman de una alegría inmensa. Tenéis el poder de calmar con una palabra, nuestra ira, nuestra rabia, nues-



tros enojos. Tenéis la paciencia de comprendernos y con todo eso nos inculcáis la razón de seguir adelante y de seguir viviendo.

Por todo esto, desde nuestras sillas de ruedas os tendremos siempre en nuestro corazón y nuestras almas están llenas de vuestras bondades, de vuestro cariño, de vuestra ternura. Sois capaces de secar nuestras lágrimas y de sacarnos una sonrisa cuando tenemos ganas de llorar. Por eso, desde nuestras sillas os damos las gracias y para siempre tendréis lugar en nuestro corazón.

Hasta pronto y gracias por todo.

✍️ Jean Claude ■



# Atisbo de esperanza

*Una vida mejor*

Desde que empecé a tomar decisiones por mi mismo, siempre pensé que elegía la opción correcta, pero la realidad era bien distinta. Nunca tuve verdaderos momentos, ni tiempo para reflexionar decisiones en mi vida. Siempre creí vivir al ritmo que me tocaba, pausado y responsable. De verdad que lo intenté, pero visto donde he acabado no elegí buenas opciones.

He vivido demasiado rápido y ahora pago y pagaré las consecuencias. He tenido momentos en mi vida mágicos que pasaron por delante mía casi sin vivíroslos, ni disfrutarlos lo más mínimo. Lo bueno es que vendrán otros porque todos tenemos segundas oportunidades, que esta vez no desaprovecharé.

Cuando entré en esta casa, casi de forma voluntaria, vi la suerte y a la vez madurez que tuve en su momento. Veo que puedo creer en mí otra vez, en la vida que intentaré formarme y se que tendré miles de oportunidades porque me considero una persona capaz y trabajadora.

Tengo suerte de tener el apoyo de mi familia. A mi novia la perdí en el camino, pero antes de venir aquí conseguí tener otra vez su amistad y entré en paz conmigo mismo.



*“espero estar agradecido a esta casa cuando todo termine, porque querrá decir que tengo una nueva vida.”*

También me doy cuenta que no dejo verdaderos amigos, sino lastre que me libera de carga pesada. Pasé una temporada viviendo solo pero no fue muy larga debido a mis deudas acumuladas. Fue uno de los síntomas que empezaron a decirme que no iba por buen camino, pero seguí a lo mío, creyendo que lo tenía todo controlado. Volví a casa cabizbajo, pero por poco tiempo porque discutí con mi gente y me fui con mi abuela.

Terminaré diciendo que espero estar agradecido a esta casa cuando todo termine, porque

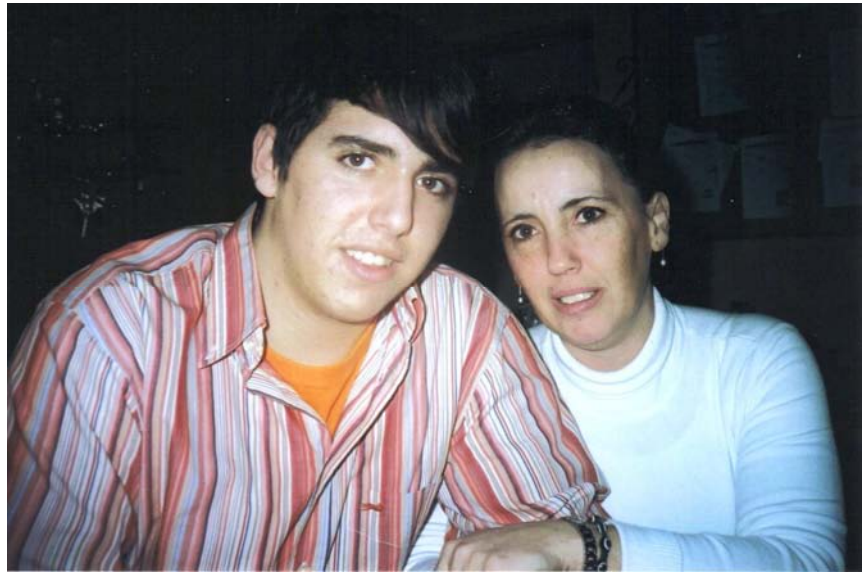
querrá decir que tengo una nueva vida, volviendo a ser la persona que fui y espero llevarme algún amigo, porque hay gente muy válida.

La droga no es un juego y será muy difícil para mí, pero tendré que estar siempre alerta. Esta etapa de mi vida siempre me acompañará y será una mancha imborrable de la que siento vergüenza.

Gracias al apoyo de toda mi familia que me ayudaron a darme cuenta que tenía un gran problema. Siempre os estaré agradecido.

✍️ A.S. ■





## Lo que más quiero vuelve a vivir

*Por mi madre estoy superándome cada día*

**H**ace ya mucho tiempo, la persona que más quiero cayó enferma. Tanto que estuvo en coma mucho tiempo. Yo, mientras tanto, estuve viviendo en un centro de menores en el que no estaba mal, pero tampoco bien. Me faltaba algo en mi vida y era mi madre.

Un día, coincidiendo con el Día de la Madre, fui con mi hermana y mis abuelos a verla al Hospital de Ciudad Real. Mi madre estaba muy mal. Tengo unas fotos que cada vez que las veo me recuerda ese día tan triste de mi vida.

A los pocos meses me llevaron de nuevo a verla, pero no al Hospital, sino a una gran casa en Manzanares, de nombre Basida, donde conocí a Cristina y donde me quedé a vivir durante cuatro años recibiendo apoyo y mucho cariño.

Durante ese tiempo vi progresar a mi madre, la veía cómo se superaba poco a poco. Notaba un gran cambio en ella, más llena de energía, más cariñosa. Gracias a Basida se fue recuperando, hasta tal punto, que salió de la casa e hizo su vida fuera.

Los dos años siguientes los pasé en la otra casa de Basida, en Navahondilla, donde también recibí mucho amor y cariño por todos los que allí vivían, Paloma, Arancha, Elena, Chemi, Estefanía, Nerea, etc., y aunque no estaba mi madre, sabía que estaba bien y la llevaba en mi corazón.

*“Quiero vivirlo a tope y hacer lo que hizo mi madre, seguir superando los problemas, luchar por mí y por lo que más quiero y aceptar las oportunidades que me da Basida.”*

Pero aunque siempre me han estado ayudando y dándome muchas oportunidades, yo las he tirado por la borda por mi mala cabeza. Aún así, Visi y el resto de la comunidad siguieron luchando por mí, y me trajeron a vivir a Aranjuez. He recorrido las tres

casas de Basida, y tengo la oportunidad de ver a mi madre los fines de semana, me voy a su casa y puedo comprobar que sigue superándose, sigue luchando por ella y por mí.

Gracias a Basida, la persona que más quiero, vuelve a vivir, y yo sigo formando mi futuro gracias también a ellos. Ahora estoy estudiando un curso de peluquería, el cual no pienso desaprovechar para nada. Quiero vivirlo a tope y hacer lo que hizo mi madre, seguir superando los problemas, luchar por mí y por lo que más quiero y aceptar las oportunidades que me da Basida.

Por eso, gracias por haberme aguantado todo este tiempo y por darme todo lo que me habéis dado. Os quiero mucho.

✍️ Juan de Dios ■

## ¿Por qué estoy aquí?

### *Qué me ha traído a Basida*

Yo era un chico normal. Como la mayoría de los chicos con 18 años salía con mis amigos los fines de semana y bebíamos alcohol y muy de vez en cuando nos fumábamos un porro.

En aquellos tiempos, con 18 años tenías que ir al servicio militar obligatorio, y yo, como la mayoría de los chicos, me fui a la mili. Estando allí empecé a salir con la que actualmente es mi novia, pero no todo fue tan bueno, pues también empecé a consumir cocaína.

Un día me ofreció un compañero un “tiro”, yo al principio no me atrevía a probarlo pero al final lo probé. Me sentí en un estado de euforia y bienestar fantástico y repetimos en varias ocasiones la experiencia.

Cuando acabé la mili seguí saliendo con mis amigos, los cuales habían empezado a consumir cocaína esporádicamente los fines de semana, y yo con ellos. Era la droga de súper moda y fuese donde fuese y estuviese con quien estuviese, había coca.

Mi novia se enteró de mi consumo y me dio un ultimátum, o ella o las drogas. Yo la elegí a ella, pero a sus espaldas seguía consumiendo y así poco a poco me fui enganchando, pensando siempre que “yo controlaba”.

Y empecé a tener problemas económicos con mis padres y sobre todo con mi novia. Empecé hace un año un tratamiento en un centro, una vez que reconocí que tenía un problema, pero no me sacó de mi adicción.

*“Gracias a Basida estoy empezando a creer en mi recuperación y en volver a estar súper unido a mi chica, a mi familia y a mis amigos.”*

Ahora, cuando escribo estas letras, y con el gran apoyo de mi novia y de mis padres, llevo en Basida un mes y tres semanas y pienso que es el centro perfecto para acabar con cualquier adicción.

Gracias a Basida estoy empezando a creer en mi recuperación y en volver a estar súper unido a mi chica, a mi familia y a mis amigos. Gracias, de todo corazón.

✍ José ■



# Sigo vivo

## Antes y después del trasplante

**M**i vida ha dado un verdadero giro y por fin se acabó el calvario en el que yo solito me había metido, aun a sabiendas de la repercusión que iba a tener con el paso del tiempo; pero gracias a Basida y al equipo médico de trasplantes del hospital puedo decir: ¡SIGO VIVO!

El domingo 4 de julio por la tarde llamaron a casa desde el Hospital Universitario 12 de octubre, para que estuviéramos preparados para el posible trasplante de hígado. Así que preparé mi bolsa de pertenencias personales por si tuviera que salir corriendo, y así fue, tuvimos que salir rápido hacia el hospital, digo tuvimos pues fui acompañado por una voluntaria de Basida, donde estoy residiendo.

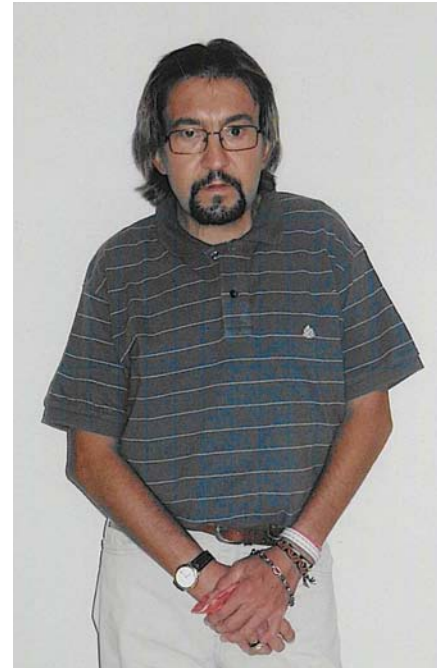
Llegamos al hospital sobre las 20:00 horas y me hospitalizaron en la planta de trasplantes y allí es donde empecé a creer que estaba mi salvación, el corazón me dio un vuelco sólo de pensar que todo iba a salir bien, pero que muy bien. Era de las pocas veces que estaba completamente con la autoestima a tope y sólo pensaba en positivo. Estaba pletórico esperando las instrucciones que me iban dando poco a poco.

Me fueron practicando las pruebas pertinentes antes de pasar por el quirófano en el cual me realizarían el trasplante tan esperado y deseado.

Sobre las 21:00 horas llegaron mi hermano Fernando y Pilar su esposa, los cuales me dieron una gran sorpresa. Ellos fueron el primer apoyo que tuve, aunque yo a quien estaba deseando ver era a mi madre, ya que solo con su presencia sabía que me iba a dar muchos ánimos, esperanzas y fuerzas. Y claro que lo hizo, con su gran apoyo moral me logro convencer para que siguiera con mi autoestima al 100% y sólo pensara en que todo iba a salir de la mejor manera posible.

*“el trasplante me ha cambiado la vida por completo: soy más dócil, más positivo, mi autoestima está cada vez más alta y hasta la piel me ha cambiado de color.”*

La operación duró muchas horas, y me desperté en la UVI viendo la cara de mi madre y de un voluntario de Basida, que estaban felices y sonrientes porque ya sabían que el trasplante había sido un éxito. Recuerdo que me decían, “es un verdadero milagro, aprovéchalo, te puedes permitir el lujo de vivir” y eso es lo que



voy a hacer. Voy a aprovechar esta nueva oportunidad que me han dado, voy a vivir y disfrutar de la vida, de forma positiva y con mucha fuerza de voluntad.

Resumiendo, el trasplante me ha cambiado la vida por completo: soy más dócil, más positivo, mi autoestima está cada vez más alta y hasta la piel me ha cambiado de color. Un verdadero milagro de la cirugía.

Gracias a los que con su esfuerzo y tesón, han conseguido que la vida me vuelva a sonreír.

✍️ Juan Carlos ■

# Un año complicado

## *La vida te cambia en un minuto*

**H**ola me llamo Román y hace 4 años que llegué a Basida. De los 4 años éste ha sido el más difícil de todos y es por lo que os voy a escribir a continuación.

En el mes de agosto del año pasado me empezaron unas pequeñas molestias en la garganta. Al principio yo creía que podían ser unas simples anginas, que podía haber cogido frío y me había acatarrado, pero no. Los dolores seguían día tras día, cada vez más acentuados. Me molestaba mucho tragar comida, estaba perdiendo peso. Yo me veía muy desmejorado, paliducho, no tenía ganas de trabajar... en fin todos los síntomas que una persona tiene cuando se ve que está enferma.

Bueno pues a la vista de todo esto decidí hablar con la comunidad y explicarles lo que me pasaba y me llevaron al médico de cabecera. Me diagnosticó una faringitis crónica, pero como los dolores persistían me llevaron al otorrino del Hospital del Tajo. Al verme la garganta tan inflamada, decidieron allí mismo hacerme una biopsia, y al cabo de una hora aproximadamente, me llamó el otorrino para decirme que ya tenía el resultado, pasé a la consulta acompañado de Pepita, voluntaria de Basida, y el otorrino, Dr. Plaza, me miró fijamente y con una voz un poco extenuada, como si le pasase algo a él, me dijo, tienes un cáncer de laringe.

Me quedé como el que ve visiones, desenchajado y bastante preocupado. Me dijo que el tumor era de tamaño 4, para ellos bastante grande. Me dijo que se había reunido con los oncólogos para deliberar si me operaban o me daban quimioterapia y posteriormente radioterapia.

Los primeros días fueron realmente angustiosos, no podía dormir, solo pensaba lo que me podía ocurrir, si me quedaba sin voz y las consecuencias que esto me podía acarrear a lo largo de mi vida, si lo podría superar.

Al cabo de una semana empezaron a darme los ciclos de quimioterapia y empezaron todos los inconvenientes de un tratamiento tan agresivo, caída del pelo, debilidad, desajustes intestinales, etc. Al cabo de dos meses y medio terminé el tratamiento y los re-

*“cuando escribo estas líneas, me encuentro bien y me gustaría dar las gracias al equipo médico del Hospital del Tajo.”*

sultados de los análisis fueron muy satisfactorios. Los oncólogos, el doctor Pedro Menéndez y la doctora Marta Hernández no paraban de darme ánimos, diciéndome que adelante, que todo iba muy bien.

Me hicieron una exploración de garganta y el otorrino se quedó asombrado, prácticamente había desaparecido. Mi alegría era inmensa y me preguntaba cómo era posible que un tumor del tamaño de una hamburguesa hubiera quedado reducido a una moneda de un euro más o menos.

Superado éste trance, seguí haciéndome análisis de control. Los resultados eran buenísimos. La quimio no me había afectado a órganos vitales como riñones, ni



hígado y todo iba estupendamente. Empecé con las sesiones de radioterapia en el Hospital 12 de Octubre, yendo todos los días, excepto sábados y domingos y así durante mes y medio.

En la actualidad, el tumor prácticamente ha desaparecido, y sigo pasando revisiones en el Hospital del Tajo. Eso sí, debido a los tratamientos, se me ha quedado alguna secuela como sequedad de garganta y algún que otro malestar, pero gracias a Dios lo más duro de la enfermedad ha pasado.

Hoy 24 de octubre, cuando escribo estas líneas, me encuentro bien y me gustaría dar las gracias al equipo médico del Hospital del Tajo, tanto a los oncólogos Pedro Menéndez y Marta Hernández, como al otorrino Dr. Plaza por su inestimable ayuda, así como a toda la casa de Basida, a Visi, a la comunidad, a mis compañeros, pues sin su apoyo, entrega y ánimo que siempre me han dado, me hubiera resultado muy difícil superarlo.

Gracias a todos de todo corazón.

✍ Román ■



## Mi trabajo en la lavandería

*Algún día realizaré mi sueño*



**H**ola soy Marta, acabo de cumplir 28 años y quiero contaros mi experiencia en la lavandería. Al principio me resultó muy difícil, pues estuve mucho tiempo sin hacer nada, pero decidí superar mis dificultades, recuperar lo que he perdido durante los tres años que estuve malita y ser más útil con los demás.

La lavandería es un lugar sagrado, fenomenal y tranquilo para estar, si lo deseas. Hago de todo y de todo corazón y estoy orgullosa de lo que hago cada día. Gracias al equipo de personas que encontré en la lavandería, ya sé hacer muchas cosas y por eso he salido adelante y empiezo a sentirme bien, feliz, relajada y con ánimo de trabajar.

Sigo echando a mi familia de menos, pero con el trabajo y los buenos ratos con mis compañeros, estoy muy contenta y empiezo a valorar lo que hago.

Ni yo misma me creo que esté haciendo este trabajo con ganas. Un trabajo que vengo haciendo desde que era muy pequeña, porque es lo que me enseñaron, pero antes lo hacía con desgana y ahora me

siento afortunada por poder hacerlo.

Como soy muy luchadora, cada día me esfuerzo un poco más para poder lograr hacer otros traba-

De momento, estoy encantada de estar con vosotros.

✍️ Marta ■

*“Ni yo misma me creo que esté haciendo este trabajo con ganas.”*

jos de la casa, pero lo que tengo ganas es de estudiar Educación Infantil, un sueño que tengo desde que vivía en mi país. Espero y tengo fe, que algún día podré realizar este sueño, pero cada cosa a su tiempo.

## Mi tabla de salvación

*La pintura me ayuda a vivir*

Nací en Cabra, un pueblo de Córdoba, y aprendí a pintar en el colegio de monjas donde mi padre me metió interno.

Cuando mi hermano mayor aprendió el oficio de fontanería y calefacción yo le dije a mi padre que no quería estudiar más y que quería ir a trabajar con mi hermano. Estuve en varias empresas y no me faltaban clientes porque era bueno haciendo mi trabajo.

Estuve saliendo con una chica pero acabé dejándome porque la tenía muy abandonada. Al poco tiempo volví a salir con otra, que la quería un poquito menos pero volví a tropezar en la misma piedra.

No me lo pensé dos veces y me fui a Málaga para alistarme en la Legión. Me destinaron a Melilla y estuve tres años, me licencié de sargento y retomé mi trabajo.

Empecé a beber toda clase de alcohol y a salir con mujeres y mi carácter se fue volviendo agresivo. Iba como un loco por la vida hasta que mi hermana se cansó y con la ayuda de una trabajadora social me buscaron un centro.

Llegué a Basida muy mal y me daban muy pocos días de vida. Pero con los cuidados que recibí empecé a poco a poco a recuperarme. Y me hice el propósito de no volver a caer en los mismos vicios. Y ¿qué hacer?



*“con los cuidados que recibí empecé a poco a poco a recuperarme. Y me hice el propósito de no volver a caer.”*

Entonces recordé que en el colegio pintaba y a ello me dedico. Desde entonces no me ha faltado nunca material para continuar pintando y quiero agradecer a

toda la comunidad de Basida lo que hicieron y lo que están haciendo por mí.

Estoy bien y mi casa es Basida.

✍️ Clemente ■

## Mi vieja maleta

*Poco a poco la voy vaciando*

**H**ola soy Corinne y llegué a esta casa el 9 de junio de 2009. Vine con una vieja maleta cargada de muchos defectos, por la vida que había llevado hasta entonces, pero quiero decirles que aquí me acogieron muy bien.

Uno de mis defectos era contestar muy mal y con una muy mala actitud, pero ahora me lo estoy trabajando con ayuda de muchos compañeros. Que duda cabe que me está costando, porque mi vida anterior pesa mucho, pero soy una mujer luchadora y lo conseguiré poco a poco.

Los compañeros que tengo también están luchando por salir adelante y todos juntos nos ayudamos, y entre otras cosas asistimos a los talleres que nos van formando para nuestra vida futura.

Cuando llegué me puse a trabajar en la lavandería, ahora me dedico a lo que nosotros llamamos la pelada, ayudar a la cocina, a limpiar y si hago falta en otro sitio, pues hago lo que me mandan.

Y aquí sigo después de un año, intentando reconstruir mi vida, con muchas ganas de seguir adelante, y poco a poco voy consiguiendo deshacerme de esa vieja maleta cargada de defectos con la que llegué a esta casa.

✍️ Corina ■



*“me está costando, porque mi vida anterior pesa mucho, pero soy una mujer luchadora y lo conseguiré poco a poco.”*



# Vida de una persona depresiva

## *Quiero conseguir ser un buen padre*

**M**is depresiones empezaron durante mi infancia, con un padre esquizofrénico y además alcohólico. Esto me ha marcado toda mi vida pues mi infancia fue muy cruel, donde vi mucha violencia contra mi madre, mis hermanos y contra mí.

Es duro cuando tienes 15 años y tienes que coger a tu propio padre por el cuello y decirle “ya basta” y esto se tuvo que repetir varias veces. Es muy duro cuando te falta el cariño paterno y que hoy con 45 años todavía echo de menos.

A los 20 años me casé con una chica de mi pueblo con la que tuve una niña y monté una pequeña empresa pero me arruiné y todo fue mal, porque mi mujer me dejó llevándose a la niña.

Al poco tiempo conocí a una chica de Perú y tuve dos hijos con ella, una niña y un niño que es lo que más quiero en este mundo, porque con él he creado un vínculo especial, no sé si por verme reflejado en él, y me duele que le pueda pasar lo mismo que me pasó a mí con mi padre.

Pero todo empieza ir mal con mi mujer cuando empezamos a traer a su familia y se quedaron a vivir en casa 4 años. Comenzaron las discusiones con ella, y mi casa se convirtió en un infierno, lleván-

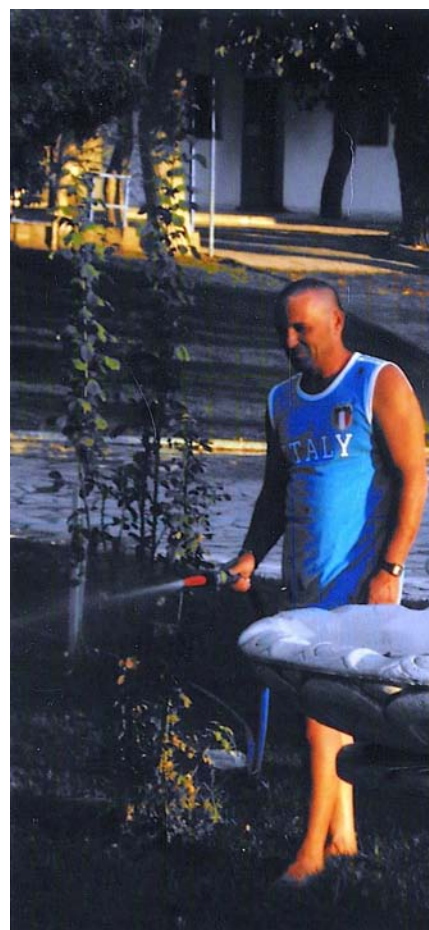
dome a cometer 5 intentos autolíticos y a consumir cocaína a mis 41 años, cosa que antes jamás había hecho. Me quedé sin nada, sin casa, sin familia, sin nada.

*“...conseguiré la meta que me he propuesto: llegar a ser el padre que quería para mí y que quiero para mi hijo.”*

Pero ahora estoy aquí, en Basida, intentando recuperarme y conseguir la meta que me he propuesto: llegar a ser el padre que quería para mí y que quiero para mi hijo.

En Basida hay gente maravillosa y te sientes como en familia. Se ayudan unos a otros, te aconsejan, te dan sin esperar a recibir y doy gracias a Dios porque existe gente como la que hay aquí, que aguantan todo lo que aguantan, incluyéndome a mí.

✍ Francisco José ■





## Una vida destrozada

### *Mi testimonio deja huella*

**H**ola soy Luís Enrique, residente en Basida desde hace once años y llevo tres dando testimonio de mi problemática con las drogas, a colegios, grupos militares, grupos parroquiales, etc...

Cuando les hablo de cómo he desperdiciado mi juventud, cambiándola por las drogas, que con trece años empecé a pincharme, se crea un tenso ambiente y es como si un cuchillo cortase el aire.

La gente se pregunta cómo con esa edad fui capaz de decantarme por las drogas, y cuando se enteran de que era politoxicómano, vamos que consumía desde heroína, cocaína, hachís, alcohol, etc., la gente no sólo piensa: qué pérdida de vida, sino que además me preguntan qué es lo que podía ir tan mal en mi vida, para que con trece años comenzara a pincharme.

Les hablo de mis días de consumo, de cómo traficaba, de mis atracos, de mis delitos para conseguir droga, de mis días en la cárcel y de cómo llegué a Basida.

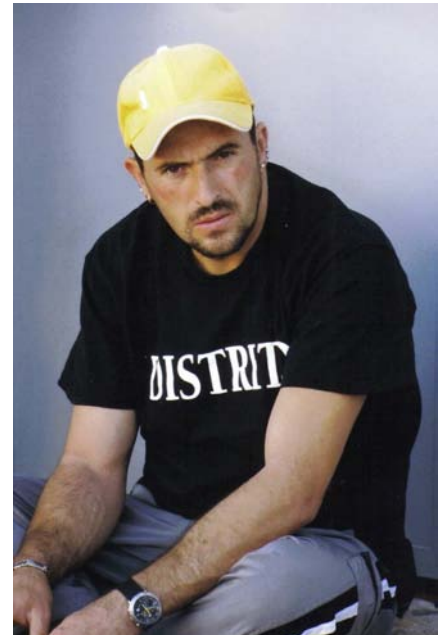
La gente joven que está tonteando con las drogas, se ven reflejados en mí y muchos me felicitan por llevar once años sin drogarme, hasta recibo aplausos. Pero lo que pretendo es hacer llegar mi pensamiento: que las drogas

*Cuán larga y agria se hace la noche  
para el que es retenido y sometido por falsos dioses.  
Cuan largo es el sufrimiento  
para el que no sabe que camino tomar,  
siempre en guardia, sin saber el peligro que le acecha.  
Mira mi cuerpo cansado y dolorido  
sin saber el tiempo que me queda,  
levanto mi cabeza al cielo y le pido a Dios  
se apiade de este vil lacayo,  
que solo ha sabido sufrir y hacer sufrir a los que le rodean.  
Ahora que mi vista se apaga,  
sólo puedo decir tu nombre y pedir clemencia.*

*“La gente joven que está tonteando con las drogas, se ven reflejados en mí y muchos me felicitan por llevar once años sin drogarme.”*

son malas, desde el tabaco hasta las más grandes como la heroína y la cocaína; que las drogas destrozaron a una persona, y a familias enteras, y que si necesitan ayuda, que la pidan, porque solos es muy difícil salir de ellas.

Yo quiero dar las gracias a todos los que me han ayudado, a Basida y a mis hermanos, pues sin ellos no hubiera podido rehacer mi vida después de once años. Sé que les he hecho mucho daño pero sabrán perdonarme.



✍ Luisen ■

# Saliendo de las tinieblas en busca de la luz

*Cuando la esperanza se abre paso aun con mucho esfuerzo*

**M**i nombre es Pilar, mi infancia no fue lo que a mí me hubiese gustado. Mi madre murió siendo yo muy niña, a los 6 años, y nos quedamos huérfanos mis hermanos Tomás, Merce, Miguel y yo.

Me crié en una familia desestructurada. La infancia la pasamos en orfanatos. Tan pequeña no entiendes las cosas ¡por qué me ha tenido que pasar esto a mí! En el internado todo era orden y mandato puede que por eso no soporte este imperativo, es como si se me soltara un resorte y no oigo, cierro los ojos y no veo nada.

A los 19 años por cosas del destino decidí formar mi familia. Por el sindicato de las prisas nos casamos y no me arrepiento, lo que hice lo volvería a repetir. Cuando nació mi hija Mónica para mí fue algo maravilloso, ¡era mía! Yo tenía algo mío, nacido de mis entrañas, la cuidaría, la mimaría. A los 4 años vino Beatriz mi niña chica, un trasto pero las dos son mi vida. He ido aprendiendo a tirar para adelante fijándome en todo lo que veía, un poco de aquí y un poco de allá.

Puedo decir muy, pero que muy alto que he tenido una familia de corazón, en la familia de Tito (mi marido). Cuando nació mi hija Mónica nació en mí un instinto felino. Si alguien intentaba hacerla daño sería capaz de matar. Para mí las dos son mi mayor tesoro. La vida fue pasando y llegó el momento en que las niñas se hicieron mujeres, momento de volar y lo pasé muy mal.

Entré en un estado de tristeza y apatía. No tenía ganas de nada. Mi vida parecía que no tenía sentido. En esa etapa empecé con problemas, pues se me cerró el estómago y no podía ver la comida. Poco a poco fui perdiendo peso, y cuando me di cuenta tenía unos bultos en el pecho. Eso me preocupó y empezaron a hacerme pruebas. El caso es que vieron unos carcinomas y decidimos,

*“Era como una niebla espesa que me impedía ver y eso me mortificaba. ¡Esa no era yo!”*

aconsejados por el equipo médico, que había que cortar por lo sano. Yo aparentemente lo acepté y pasé todo el proceso como si no fuera conmigo. Yo estaba alucinada y todos mis familiares y amigos estaban sorprendidos de lo bien que lo llevé.

Pero las cosas no vienen solas, y empecé a no quererme. No quería mirarme ni vestirme. Un cúmulo de cosas. Total, que la depresión se apoderó de mí. No quería nada de nada. No me importaba nada: “esa no podía ser yo”. Ansiedad, miedos,... No quería vivir, y empecé con tratamientos. Dicen que de la cordura a la locura sólo hay un paso, y lo he vivido en mis carnes.



Dejé de ser persona. No quería vivir y empecé a engancharme cada vez más a los sedantes y a los ansiolíticos. Mi vida estaba totalmente destrozada y sentía que había algo que me impedía tirar por mí misma.

Me lié la manta a la cabeza y decidí venirme a Basida, pues tenía la referencia de mi cuñado. Él tenía una adicción y salió convertido en una persona nueva. Eso me animó a decidirme, a probar esa experiencia de sanación, pues estaba sufriendo como nadie sabe. Dicen que existe el infierno y es cierto, yo estuve en él, y arrastraba a mi familia. Sufría por partida doble.

Yo no quería sufrir más. Unos días tenía ánimo y parecía que ya había pasado todo, y a los pocos días las bajadas eran increíbles. Era como una niebla espesa que me impedía ver y eso me mortificaba. ¡Esa no era yo! Era como si otra persona me poseyera.

El tiempo iba pasando y tenía que poner una solución. Mi vida se había convertido en una agonía diaria. Decidí que eso no podía seguir así y preparé lo imprescindible. Decidí salir de mi búnker. Era prisionera de mi misma y me vine a Basida.

Al principio lo pase mal, pues no había salido nunca sola de casa a ningún sitio, pero tenía que romper la niebla para poder ver la luz. Era lo que más anhelaba: estar bien mentalmente, sin paranoias, y dejar de hacer sufrir a mis seres queridos, pues no nos merecíamos esa angustia. ¿Qué habrá hecho hoy? ¿Se habrá levantado? ¿Habrá comido? ¿Cómo me la encontraré cuando llegue a casa? Mi pobre marido ya no sabía como tirar de mí. No hacía caso a nada.

Llegar a Basida fue algo frío. Todas las personas tenían un problema, pero para mí el mío era el peor. Sonaba el despertador y no quería levantarme. Yo me decía: no has venido a salir de la niebla, pues tira para adelante. Los compañeros me decían que el tiempo lo pone todo en su sitio. Me han echado muchas regañinas, pues esta casa tiene unas normas y yo no las cumplía.

Poco a poco me he ido incorporando a esta nueva vida y he ido viendo con otros ojos, no con los de la casa, pero sí con los del corazón que iba cambiando para bien. Ha ido pasando el tiempo con días mejores, peores, pero he ido subiendo mi autoestima.

Y puedo gritar a los cuatro vientos que soy feliz. La vida me sonríe. Lo tengo todo y puedo ver que esa niebla espesa se ha disi-

palabras de aliento. ¡Os quiero! Porque estamos en el mismo barco y sin vuestros remos no habría salido a flote.

 Pilar ■

*“¡Os quiero! Porque estamos en el mismo barco y sin vuestros remos no habría salido a flote.”*

pado. Luz, claridad, Dios, energía universal, cómo me siento conmigo. Me quiero y quiero a todos los que me rodean, pues sin las piezas de este puzle no habría salido a flote. Doy las gracias a todos mis compañeros por haber confiado en mí y en los momentos bajos, haber tenido siempre





## Una visita a Basida

*Mi tío tiene un problema*



**H**ace ya 10 años que mi tío Juanan entró en Basida por primera vez. Aquí le enseñaron a enfrentarse a las dificultades de la vida sin necesidad de evadirse de ellas con las drogas, y aunque en alguna ocasión no ha sido así, espero que ésta le haga ver cuál es el camino correcto.

La lucha no ha sido fácil, ni para él ni para mi familia. Años de lucha, discusiones, peleas y recaídas, y quizá esta última la peor por el cansancio que cargábamos después de tantos intentos fallidos y tanto apoyo que él no sabía ver. Esta vez me ha cogido más mayor, y he sido muy dura con él, porque no soportaba ver cómo destruía a nuestra familia, y se destruía él cada vez más.

Basida (voluntarios, residentes, comunidad,...) le ha devuelto a mi familia a su hijo y hermano, y a mí, me ha dado la oportunidad de conocer al tío que las drogas no me dejaban ver.

Cada vez que voy a Basida es diferente, gente nueva, historias nuevas y cosas nuevas para ver. La razón por la que acabamos en Basida, no es muy agradable, pero quizá por eso ahora soy como soy, y me ha hecho ver las consecuencias de las drogas y hacérselas ver a mis amigos.

✍️ Sandra ■

## De por qué los más...

*Vivo con una gran familia*

**E**stoy en el tren, camino de clase y me pongo a imaginar, inconscientemente, cómo será la vida de mis compañeros de viaje. Imagino que van a sus trabajos, que estarán hasta la hora de comer, y que después volverán a casa, donde quizá les espera su mujer y algún hijo, que verán la tele y pasearán por la ciudad mirando escaparates. Pero ¿qué pensarían ellos de la vida que yo llevo? Han sido tantas las personas que se han asombrado al saberlo que imagino que su reacción no sería muy diferente.

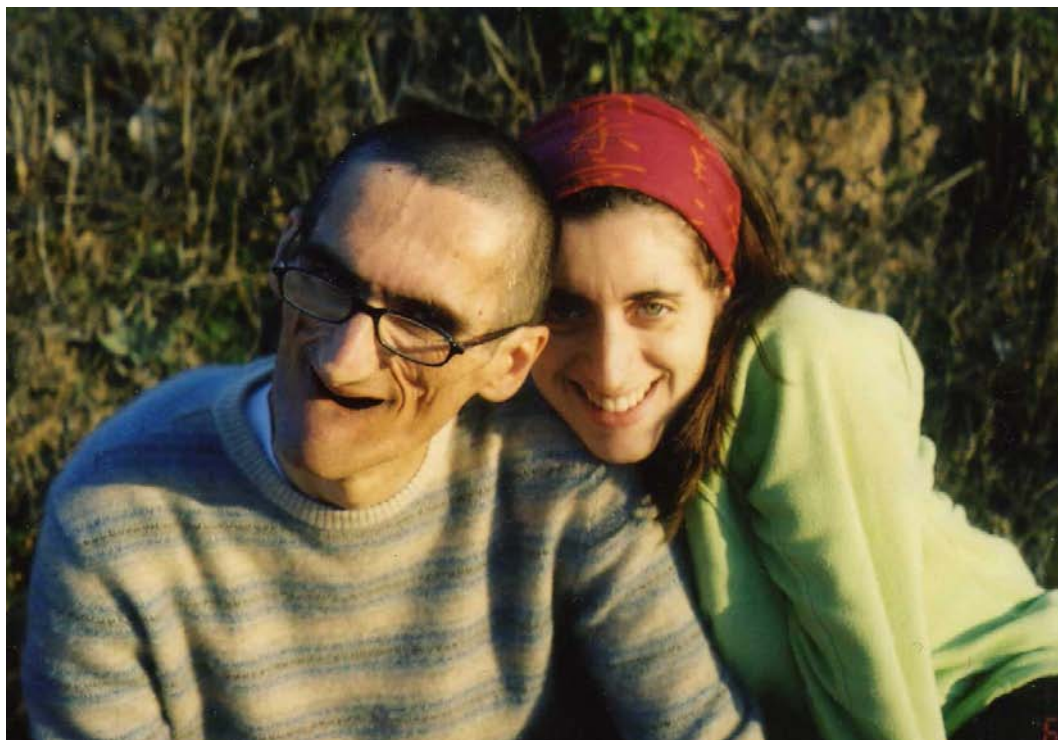
Cómo explicar a quién no vive esto que al lugar al que yo regreso cada día después de clase es una casa grande con más de cincuenta personas, con las que comparto cada día mis problemas, mis alegrías, mis agobios y mis ilusiones. Cómo entender que puedas reír hasta llorar compartiendo una partida de mus con gente tan diferente, que tu plan del sábado sea pasear tranquilamente por el campo mientras cantas alguna de Sabina, o que cuando se hace chocolate con churros para “la familia” se encargan más de 140. Qué palabras definen lo que vivimos aquí cada día, cómo poner nombre a tantos sentimientos, a veces encontrados.

Qué difícil que entiendan que a veces acompañamos a morir a gente, pero que incluso en esos momentos este lugar está lleno de vida. Qué complicado expresar con palabras el sentimiento de familia que compartimos entre estas cuatro paredes.

Este año he llegado a 2º de Enfermería, y gracias a Bolonia, cada tarde tengo que leer un par de artículos de investigación, hacer un par de trabajos y buscar información en Internet sobre alguna que otra patología. Aparte claro, de que este año he tenido que aprender a marchas



# días no tienen un par de horas



*“Qué palabras definen lo que vivimos aquí cada día, cómo poner nombre a tantos sentimientos, a veces encontrados.”*

forzadas a cantar, bailar y enamorarme de un párroco. Y mi tiempo cada vez es más limitado. Por eso, si pudiera elegir un deseo, sería un par de horas más al día, para poder dedicarme con más tiempo a todas esas cosas que apunto en mi agenda mental y a las que no puedo hacerlas mucho caso.

Por eso, desde aquí, mis más sinceras disculpas a “la gran familia” por todas esas veces que no estoy a la altura agobiada por mis cositas. Lamento que el día no tenga más horas y pueda dedicarme más intensamente a estar a vuestro lado. Y por supuesto... gracias por estar ahí!!

✍️ Patricia ■

# Renacer

## Mis pasos por Basida

Llegué a Basida llena de miedos e ilusiones. Se me reconocía enseguida, llevaba una maleta enorme y un pájaro que cantaba y cantaba a pesar de estar anocheciendo.

Unos días después de mi llegada, Óscar se hizo cargo de Napoleón y le aseguró un porvenir feliz junto a una canaria de color blanco con la que ha hecho tan buenas migas que ya son familia, espero que a estas alturas numerosa. Y es que aquí todo florece y germina.

Una de las cosas que sorprende al llegar es que todo el mundo te acoge con gran naturalidad, te ofrecen sus vidas con gran sencillez y no te cuestionan que has venido a hacer, quién eres o qué quieres. Conviven contigo. Se dejan querer. Se muestran como son, con sus grandezas y debilidades. Y lo dan todo.

¿Qué qué cosas he aprendido de mi estancia con vosotros?...

Me doy cuenta de que la vida te ofrece nuevas oportunidades con otras caras y con otras gentes para recuperar el tiempo perdido, para sanar heridas, para compartir y sobre todo para sonreír; para disfrutar de la convivencia diaria, (hasta los sinsabores se hacen hermosos cuando te sabes querida y quieres sin reservas al que te atormenta en ese momento porque las cosas no salen como deberían o a la primera).

A tener paciencia, a no dar importancia a cosas que no la merecen, a vencer miedos, a descubrir una mirada cómplice que dice lo que sus labios aún no se atreven a expresar.

De las clases de rehabilitación me llevo grandes tesoros: momentos



*“A tener paciencia, a no dar importancia a cosas que no al merecen, a vencer miedos, a descubrir una mirada cómplice que dice lo que sus labios aún no se atreven a expresar”*

inolvidables compartidos en clave de humor, contando nuestros éxitos y fracasos, nuestro yo lejano en el tiempo que nos ha costado reconocer como propio, puesto que poco tiene que ver con el yo actual...Eso y unas grandes ganas de aprender, de darte cuenta de que lo importante es el presente, de que el día de ayer borra el día de mañana y te concede una nueva oportunidad de ser feliz.

Me he consolidado como persona. Y eso os lo debo a vosotros. Mi pelo se ha llenado de nieve y mi mirada se ha cubierto de experiencia. Ya no camino tan aprisa como antes pero mis pasos saben a dónde se dirigen. Mis manos al alzarlas tiemblan porque se han dado cuenta de lo frágil que es la vida y temen romperla. Y aún así se alzan, girando en el aire, como gritando mudamente vuelos de libertad.

Me tocó vivir un tiempo hermoso, la Semana Santa. Los momentos intensos frente a la cruz, el poder de la verdad de reconocernos tal y como somos, ni mejores ni peores. El poder del ser humano para quién no crea y el poder de la fe para quién crea. El poder del Amor para ambos. Reconocer las propias debilidades da tanta fuerza...reconocer que cada día lo seguimos intentando a pesar de nosotros mismos, gracias a nosotros mismos...

Un inmenso sentido de agradecimiento, por lo vivido, por lo escuchado, por lo sufrido, por lo admirado en cada uno de vosotros, y sobre todo por sentirme partícipe de vuestras vidas, por haberos conocido a cada uno, tal como sois. Y más importante aún para mí, el sentirme uno de vosotros, una más.

Así es que hasta pronto, nos vemos cerca, a un paso del corazón. En el recuerdo cuando queráis, en presencia más pronto de lo que alguno quisiera, jajaja. Mientras sigo aprendiendo a vivir demostrando a cada persona con la que me encuentro que el paso por Basida no deja indiferente, que se ve con nuevos ojos, que se transmite con mayor serenidad, que se vive con mayor profundidad y que se quiere mas de a de veras.

✍ Raquel ■

# Agradecimiento

*a la comunidad Basida-Aranjuez*

**H**ace dos semanas que estoy viviendo en la comunidad Basida. Una familia que aporta en su seno gran amor a todos los que llegan a esta casa, ya sea como visitantes, voluntarios o internos.

Durante estos días que he pasado con vosotros aprendí muchos sobre esfuerzo, dedicación y ternura. En ningún momento percibí en el rostro de nadie señal alguna de tristeza, descontento o aburrimiento. A pesar del cansancio del trabajo, había un semblante de alegría por cumplir la tarea.

Yo reflexionaba conmigo mismo: cuantas personas que conozco en este mundo se pasan la vida reclamando más por lo que hacen, aun recibiendo buenos salarios. Sin embargo aquí nadie recibe paga alguna, al contrario, donan su vida y hacen las actividades con el mayor cariño del mundo.

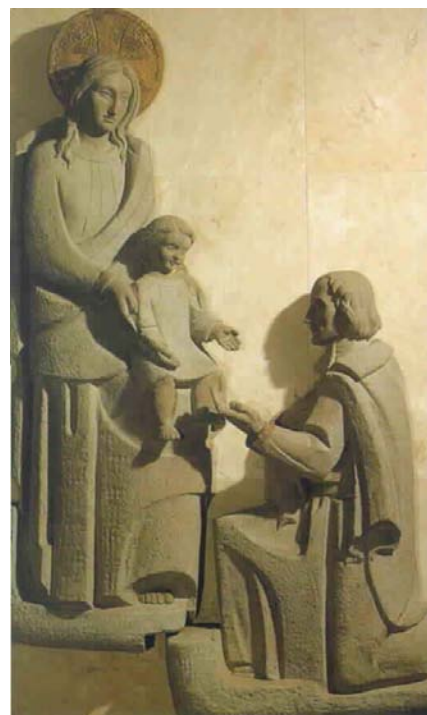
Hay muchas lecciones de vida que aprendemos aquí con vosotros. La primera es el respeto a la persona del otro como un santuario de Dios. La segunda, la ambientación y limpieza como el rostro de la casa. La tercera la dedicación y ternura con que son tratados los peques. Es muy bonito, y es terapéutico, pues ayuda a la recuperación personal.

Con los peques aprendí la comunicación con los ojos, y así entendía sus deseos, ya que poco sabía expresarme en español. Algunas veces no comprendía lo que hablaban, y me quedaba como un inútil. Con esfuerzo intentaba adivinarles y otras veces buscaba a alguien que me pudiera ayudar.

Las actividad que hacéis aquí yo la compararía con la de un hormiguero: cada mañana todos salen con el compromiso de realizar su responsabilidad, pues saben que sin su contribución el hormiguero no funciona. Cada uno sabe que si no cumple su tarea, el trabajo grupal se ve afectado.

Muchas veces me sentí como una gotita en el mar de Basida, intentando comprender el mecanismo de la casa; y llegué a la conclusión de que la mano divina actúa a través de vosotros, y de que cuando los fundadores de esta casa intuyeron este proyecto, Dios estaba pensando en todas las personas que pasarían por esta casa beneficiándose de la acogida y ternura que aquí encontrarían.

Con esto quiero agradecer todo el cariño recibido y a la vez pedir perdón por si acaso hubiera hecho algo errado o dicho alguna tontería por no manejar el idioma con facilidad. Un cosa tengo



cierta: en mis oraciones vosotros estaréis siempre presentes. Muchas gracias.

✍️ Hno. Mauricio ■



# El inicio de una utopía

*Yo fui testigo del comienzo de Basida*

Hace más de 20 años, un lunático maravilloso y unas adolescentes, pues lo eran casi todas, súper generosas y con la cabeza en su sitio, pusieron en marcha una utopía samaritana, que a todos los que estábamos a su lado nos entusiasmó, pero a su vez sentimos el vértigo al vacío al que se lanzaban, con una valentía y entrega, que solo se explicaba si Dios estaba detrás.

Muchas fueron las vicisitudes que afrontaron, problemas familiares, sentimentales, económicos, para dar sentido a la idea, entregarse a los más pobres entre los pobres, en ese momento los enfermos de sida, la enfermedad maldita y desconocida.

Dios movió los hilos y puso en marcha el proyecto en forma de finca que superaba todas las expectativas que se tenían hasta el momento. Por fin se puso en pie el proyecto un frío e ilusionante mes de diciembre, un director Manolo Cerrato, un ángel Visitación y unas dulces samaritanas, Cristina, Mónica, Paloma, Tere, Arancha, Monsita, Mami, Loli, y unos chicos bondadosos Chemi, Julito y Manolo. Más tarde se unirían más samaritanos.

Todos estos héroes generosos dejaron familia, casa, trabajos y pusieron todo en una bolsa de ilusión para crear la gran obra que hoy nos admira, Basida.

Los inicios fueron muy duros pero hermosísimos, llenos de penalidades pero sobrados de amor. Afrontaron las más diversas pruebas, que habrían echado para atrás al más pintado, pero no a ellos, pues en el chalet frío y destartado faltaba el agua, la luz, y el frío polar sólo podía combatirse con una vieja chimenea, que era el único calor para toda la casa.

*“a todos los que  
estábamos a su lado  
nos entusiasmó, pe-  
ro a su vez sentimos  
el vértigo al va-cío al  
que se lanzaban,  
con una valentía y  
entrega, que solo se  
explicaba si Dios es-  
taba detrás”*

La tarea de esta gente era tan admirable que lo mismo atendían a un enfermo, que guisaban o que picaban, porque hasta eso hacían, para plantar unos árboles frutales que la mayoría no fructificaron.

Pero si me dejáis hurgar en mis recuerdos, lo que más huella me dejó, fueron esas tardes de ora-



ción sentados en cojines a la luz de las velas que impregnaban de espiritualidad a los que allí estábamos.

Os felicito hermanos por estar estos 20 años al pie del arado.

✍ Pepe ■



# El homenaje

*Evidente que compartimos el calor y el privilegio de una misma misión*

**E**rased un día del mes de Mayo. Se iba a celebrar un acto, hasta cierto punto rutinario dentro de cualquier asociación: la Asamblea de Socios.

Vamos llegando. Sonrisas, saludos, abrazos, un sinfín de encuentros. Comienza la Asamblea en segunda convocatoria. Faltan algunos de los habituales Teresa, Chon, Elena Colastra,... ¿Dónde están? Seguro que ha surgido algo en la oficina. La Asamblea comienza. Visi explica la gestión de la Asociación y Jorge da buena cuenta con los números. Y así con total fluidez y normalidad llegamos al final.

Recogida, despedidas aquí y allá. Y vaya, algo de última hora. Una nota pidiendo que volvamos al teatro ¿Qué será? Me acerco al teatro pensando en la partida eminente para Navahondilla. Allí vamos llegando la comunidad, no hay nadie más. Cuando se abre el telón del escenario, aparece LLENO de nuestros voluntarios. ¡Nos hacen un homenaje a nosotros! Debo confesar que mi primer pensamiento fue ¡esto me viene grande! Y mi primer sentimiento, un profundo y sincero agradecimiento ante tanto corazón abierto que nos acogía. Supongo que se podrían utilizar un sin fin de palabras para decir lo bonito y cálido



*“No se trataba de un mero homenaje, era la expresión de un “estamos aquí”, un sabernos en un mismo camino con sus piedras y sus flores.”*

que fue, pero ninguna llegaría a reflejar lo que se removió en mi interior. No se trataba de un mero homenaje, era la expresión de un “estamos aquí”, un sabernos en un mismo camino con sus piedras y sus flores. ¡Cómo agradecer su presencia viva, su estar con todo su ser en tantos momentos, sus oraciones!

Y qué decir de la canción que nos dedicaron y los presentes con que nos obsequiaron. Una camiseta para llevar con orgullo, un pergamino para no olvidar y la capilla, nuestra capilla, para tenerla más cerca. Todo tan pleno, que parecía un sueño. Era evidente que compartimos el calor y el privi-

legio de una misma misión, las sonrisas, las ilusiones, algún que otro problemilla, ... y para darle también su gustillo al paladar no se olvidaron de deliciosos bocaditos dulces y salados.

A vuestro trabajo, a vuestra confianza quiero corresponder, no sólo con oraciones, sino con hechos, con la responsabilidad de no dormirme en los laureles, de no dar un segundo de tregua al desanimo o a la comodidad. A vosotros que formáis parte de esta familia que no sería igual si faltarais cualquiera.

Para terminar, un último e increíble detalle. Una casa en la que se sabe todo antes de que suceda, conseguisteis mantener el secreto de lo que estabais preparando hasta el final. Sin duda, Dios, la vida, entonces y cómo siempre está con vosotros, con nosotros.

**¡ GRACIAS ¡**

✍️ Carmen ■

# Un amor y amistad verdaderos

*Recuerdos y vivencias de tres almas amigas*

**E**xiste una magia verdadera en el amor y la amistad... y a fecha de hoy damos cuenta de ello. 20 años caminando juntos, y aquí estamos; el sueño que fue ya se ha hecho realidad.

Hemos vivido tantas cosas, que habría que hacer algo más que un libro para contarlas todas juntas... Pero en este escrito, yo quiero plasmar una de las historias más bellas que ha habido en nuestra casa, en los últimos tiempos, quizá porque me toca de lleno.

Durante los 3 últimos años, en la casa de Navahondilla, tuvimos el privilegio de disfrutar una historia de amor de cerca de 70 años de matrimonio, el amor de mis abuelos, Santiago (91 años) y Sole (85 años), que fueron abuelos de todos, junto a la amistad que hicieron con Emiliano (91 años).

Santiago y Sole, amantes de la música y la poesía, dejaron sus vidas en esta tierra para continuar su historia de amor, allá en lo más alto, al lado de su último amigo, Emiliano, que también disfrutaba de la poesía (compuesta por él).

*“Os fuisteis los tres, vuestras almas volaron en un suspiro de brisa suave junto a Dios.”*

Abuelo Santi, tú abriste la puerta para pasar a la otra vida. Te marchaste el 6 de Abril, en el hospital, sin sufrir y mirando a la luz del sol por la ventana. Todos lloremos tu ausencia, pero sabiendo que lo dejabas todo en manos de Dios como tú querías. El 19 de mayo, celebramos una eucaristía en Navahondilla y sin los demás saberlo, la abuela se estaba despidiendo con su maravillosa sonrisa.... Dos días después (21 de mayo) nos dejó de la misma forma que tú, sin sufrir, se marchó a tu lado.... Quizá su marcha fue más dura, pues no se había curado la 1ª herida de la despedida. El 16 de Junio también celebramos una eucaristía, llena de emociones, sentimientos y silencios entrañables, pero el corazón de Emiliano no pudo soportar la presión de lo que sentía y esa misma tarde... también se fue.

Dejasteis el listón muy alto, tanto que vuestra unión dejó envidia en nuestros corazones. Fuisteis una pareja perfecta, desde la sencillez, buscando el bienestar, la buena educación y las alegrías ante las adversidades. Os conocisteis en vuestra juventud, vivisteis tiempos duros en la guerra.... Y con el tiempo formasteis una familia que os adora. Siempre organizando reuniones familiares para veros reír y llorar de emoción al tenernos a todos juntos, con tus recuerdos fotográficos, abuelo, tus chistes y poesías, y la voz angelical de la abuela con sus canciones...



Gracias a Dios, pudisteis pasar el final de vuestra vida en la antesala del cielo, Basida, un lugar donde brillaba vuestra unión y amor mutuo, a pesar de la enfermedad de la abuela, que nunca perdió su sonrisa y dulzura. A ti, abuelo, te cambió todo, eras una persona nueva que brillabas como el resplandor de esa estrella que ahora eres. Y a ti, abuela, tu alma se llenó, sin los demás verlo, al estar juntos de nuevo. A ti, Emiliano, que decías que ya no te quedaba ningún amigo, te encontraste con ellos y disfrutabas contándoles tus vivencias. Entre vosotros creció un lazo de amistad muy entrañable.



Llegasteis al lugar donde juntos brotaba la felicidad a raudales y hacíais a los demás sentir algo especial. Y a mí, como vuestra nieta, que tuve el gran privilegio de cuidaros y mimaros, también me disteis la fuerza necesaria para amar sin medida... Tras vuestra ausencia, en el recuerdo os anhelo, pero también os digo, en Basida encontrasteis el paraíso y yo, entre otros, me sentí como vuestro ángel, aquí en la tierra...

Os fuisteis los tres, vuestras almas volaron en un suspiro de brisa suave junto a Dios, un suspiro que deja un buen sabor de boca y un recuerdo agradable, a pesar de la nostalgia.

*“Gracias porque  
ahora sois ángeles  
unidos en la amis-  
tad y en el amor,  
que veláis por esta  
gran familia.”*

El tiempo pasa y todo avanza en esta vida... Sólo puedo daros las gracias con los brazos abiertos y

el corazón inundado de felicidad, por querer, cuidar y mimar a ésta, vuestra-nuestra familia. Gracias por ser un sueño hecho realidad, el de desear y realizarse, el de vibrar de emoción. Gracias porque ahora sois ángeles unidos en la amistad y en el amor, que veláis por esta gran familia, que os recuerda siempre con todo su amor.

✂ Elenita ■



# Tradiciones, usos y costumbres de nuestra casa

Aunque la letra de un tango dice: *"que veinte años no es nada"*; y el diccionario asegura que **tradición** es *"la transmisión de costumbres o creencias de generación en generación"*, Basida sobrepasa ambas afirmaciones. Veinte años es mucho, y sus fundadores viven entre nosotros; no ha habido paso generacional. Y, no obstante, se han ideado **usos**, se han consolidado **costumbres** y se han forjado **tradiciones**. ¿Vemos algo de ello? ¿Por dónde empezamos?

Pues por el principio: el sida. "La tierra era un caos informe de abismo y tiniebla para todos los relacionados con esa palabra. Pero Dios se cernía sobre la faz de las aguas". Nos suena al inicio del Génesis, y así arranca Basida-Aranjuez. Por eso empezaré por destacar la **tradición** de celebrar, gozosamente, el aniversario de la fundación de las tres casas: Aranjuez, Manzanares y Navahondilla.

Hay otras celebraciones solemnes: el día del Sida; el día del voluntariado; el día de la Asamblea General, las fiestas de Nochebuena y Navidad; Misa de Nochevie-

ja; Vigilia del día 1º de Año; Día de Reyes. La Semana Santa, con la riqueza litúrgica de los tres días principales, es también una vivencia especial. Nacieron hace poco tiempo, pero ahí están esperando madurar. Son los grupos de compromiso cristiano "El Otro Yo", y "Amigos de Basida".

Son **costumbres**: la oración diaria de la mañana y el atardecer. La eucaristía de los miércoles y la vigilia del último sábado de cada mes. Todo ello de participación abierta. Son **tradiciones deportivas** las competiciones que amenizan los días de Navidad: las partidas de mus, dominó, parchís y fútbolín. Con vistosos trofeos para los ganadores. Es hermosa la mañana invernal en que disfrutamos de la exhibi-

*"se han ideado usos, se han consolidado costumbres y se han forjado tradiciones."*

ción hípica, con la elegancia y alegría de caballos y jinetes.

Qué decir de los numerosos partidos de fútbol y baloncesto celebrados entre nuestros equipos y los que se aventuran a disputarnos el marcador. Los que se juegan aquí, en casa, es **tradición** que vayan ambientados con buena música deportiva, magníficos locutores y el impagable grupo de animadoras, que alegran la vista agitando los pompones de esmerada confección.

Como **tradición festiva**, nunca vista en otros grupos humanos numerosos, tenemos la celebración del cumpleaños de todas, t-o-d-a-s, las personas que vivimos aquí, y las que, tangencialmente, tienen contacto con nosotros. La canción de "Cumpleaños feliz" coreada por todos, una enorme tarta con sus velas, y buenos regalos nos recuerdan que somos muy queridos y que tenemos un año más.

Nos gusta ver, en otros momentos, cómo personas que, habitualmente, se manifiestan tímidas, los días que hay karaoke se desinhiben y emulan a Raphael y otros famosos. O las que en las tardes de bingo se levantan del asiento y gritan: ¡línea! Son muy buenas las sesiones de videoforum, y ver cómo, en los comentarios posteriores, afloran sentimientos y recuerdos.

No puede haber alegría sin *"ñam-ñam"*, por eso veamos las **tradiciones gastronómicas**. No se concibe un domingo sin chocolate con churros para desayunar y paella para la comida. No se concibe Semana Santa sin las torrijas







que vienen a hacer "las señoras de Aranjuez". No se concibe el Día de Reyes sin los auténticos roscones hechos aquí, en casa, por dos maestros de la pastelería.

Sabemos que en verano llegan grandes cantidades de frutas (fresas, ciruelas...), y hortalizas (judías verdes, tomates, berenjenas, pimientos, calabazas...). Lo que no se toma a diario es **costumbre** conservarlo congelado o en mermeladas, que vamos consumiendo hasta la próxima temporada. Es **tradición** que todo el que llegue a casa participe de nuestra comida, se le hace un sitio en nuestra mesa, sea la hora que sea. Y si él o ella llega con un obsequio gastronómico, se hace participe, en voz alta, a los demás comensales, que lo celebramos con un entusiasmado aplauso.

"Un lugar pensado para la gente, hace mejor a la gente". Eso hace que nos desdoblemos todos en constructores, sociólogos, poetas... Todos tenemos capacidad de enseñar y aprender, de ahí los **Espacios de FORMACIÓN**, que han ido generándose en su momento. Las reuniones de Co-

*«Un lugar pensado para la gente, hace mejor a la gente». Eso hace que nos desdoblemos todos en constructores, sociólogos, poetas...»*

munidad seguro que son las más antiguas. Luego el diálogo con Residentes, y, posiblemente después, las de Voluntarios. Se nos invita a cursos de formación con profesores especializados. Hay Talleres de Valores, Adicciones, Pintura, Yoga, Relajación...

La existencia de una Compañía de Teatro, con el compromiso de poner en escena una obra distinta cada año, y la creación de "SENCILLAMENTE", esta revista. ¡Que son más que ideas hechas realidad en su momento y que se consolidaron en una **tradicción!** Todas las mañanas, al

repartir las tareas del día, se pregunta: "¿hay algo que arreglar en la casa?"

Vivimos en el campo, pero la zona habitada se ha convertido en una pequeña ciudad, que se abastece y gobierna a sí misma. Es **costumbre** la mejora constante de los edificios y el entorno. Se revisan, retocan, amplían o cambian puertas, muebles, suelos, árboles, vehículos, equipamiento personal,... y más,... y más. Lo último reseñable ha sido la mejora del entorno de la piscina y la culminación de la edificación de la iglesia.

Conocemos como servidumbre "la expresión de cortesía que una persona se atribuye a sí misma, humildemente, al ponerse a disposición de otra". Aquí, en casa, se **usa** a diario, y muchas veces al día. Vivimos lejos de las ciudades. Si eres voluntario esporádico, y vienes y vuelves a tu lugar de origen, no se te ocurra tomar un taxi en la estación de coches de línea o del tren de Aranjuez: llama y te recogerán. Y cuando te marches te retornarán. Si eres voluntario fijo, vives aquí y trabajas fuera, estudias en algún Centro, o tienes que gestionar asuntos propios, o quieres distraerte en un momento dado, te llevarán e irán después a buscarte. Las familias y amigos de residentes y voluntarios, o visitantes que no tengan medios de transporte propio, se les va a buscar a la estación y se les retorna. Y así 20 años. Sin poner obstáculos ni en días ni en horas.

Hay **tradiciones** que, por lo tiernas, simpáticas y cariñosas, nos ponen al borde de las lágrimas.

mas. Qué decir de la bolsa de caramelos para TODOS, todos los lunes del año. Qué decir del paseo de los "peques" por los jardines de Aranjuez, con final de merienda en un Burger. Qué decir de la Noche en que los Reyes Magos se han acordado de tu nombre y lo han puesto en el regalo que tú querías. Qué decir de las palabras de despedida de los voluntarios esporádicos, isiempre brillan sus ojos...!

Si antes hablaba de servidumbre, ahora lo hago de servicio voluntario. Se esperan, porque **la costumbre se transformó en tradición**, a quienes vienen a ayudar a coser, a planchar, a labrar el campo, a hacer las compras en Aranjuez, a aliviar el dolor en el gabinete del dentista, a cortar el pelo, a solventar papeles (que hay muchos), a poner *on line* los ordenadores, a iluminar con ideas las creaciones teatrales, a montar conciertos, a echar una mano en enfermería, a solventar cuentas, a abastecernos de pan, dulces, carne, pescado, ropa, calzado. El que hace posible la iluminación de la casa. Quienes vienen a atender y entretener a los peques a cualquier hora... UN MUNDO DE GENEROSIDAD.

Se ha convertido en **tradición** de afuera-adentro: El venir a contemplar el Belén. Familias completas vienen ilusionadas. Nadie sale indiferente. Celebrar a favor de Basida conciertos, obras de teatro, campañas de alimentos. Hacer entrega de donaciones y regalos muy valiosos por parte de firmas comerciales, industriales, entidades bancarias y numerosos

particulares. Las aportaciones fijas y los donativos, quizá no tan "abultados", pero que unidos unos a otros, nos permiten solventar los gastos de cada día.

Hay expresiones con **solera**, ellas solas resumen una situación. Por ejemplo: ante un pequeño conflicto doméstico decir: "esto es Basida". Ante uno de mayor entidad, de los que te desesperan, *alguien* suele decir invariablemente: "¡Cómo no, pero si tengo el ejército de Pancho Villa!" Pero la expresión preferida de todos nosotros, de 8 a 80 años, es "pa'lante". Y así vamos desde hace 20 años: PA'LANTE.

Sé que queda mucho más. Que, aunque soy observadora, mucho se me escapa. ¿Y sabéis por qué? Porque hay cosas que se han hecho vida, y de la vida nadie dice que sea una tradición respirar o dormir, son hechos vitales. Pues aquí igual: la Presencia de Dios, su Ayuda constante, el Respeto a todos, la Gratuidad, el Trabajo, la Puntualidad, el Orden, la Limpieza, empezarán siendo un **uso**, al hacerse habitual se convirtieron en **costumbre**, y al paso del tiempo se han convertido en la seña de **identidad** de esta nuestra CASA.

✍️ Pepita ■

*"Hay tradiciones que, por lo tiernas, simpáticas y cariñosas, nos ponen al borde de las lágrimas."*



# Veinte años después

*Cuando la fe mueve montañas*

Gracias a un grupo de jóvenes que dejaron atrás sus hogares, familia, puestos de trabajo, para dedicar sus vidas al servicio del prójimo, a los marginados, a los más necesitados, sin haber sido entrenados para tal labor, contando sólo con una fe y una voluntad a prueba de bombas, comenzó esta aventura hace 20 años.

Así se enfrentaron con su destino. La falta de medios, como la luz, el agua, el deterioro del lugar que eligieron para empezar, era deprimente y los recursos con los que contaban muy escasos.

Comenzaron a recibir enfermos de sida, personas que la sociedad y sus propias familias rechazaban. A través del amor y el cariño que repartían, lograron hacer felices a los primeros residentes. Pero por entonces los medicamentos para el VIH eran ineficaces y la mayoría lograban sobrevivir apenas unos meses.

Ahora, después de veinte años, todo ha cambiado. La infraestructura de Basida ha crecido y ha mejorado día a día, cada uno aportando un granito de arena, tanto residentes como voluntarios. Gracias a la dinámica de



esta casa, al amor y cariño que se recibe del equipo, el trabajo deja de ser algo desagradable para convertirse en una tarea más amena.

*“Nosotros, al igual que las casas de Basida, a lo largo de los años nos hemos ido fortaleciendo y acrecentando nuestra fe.”*

He convivido con muchos compañeros y les he visto funcionar, tirar para adelante con unas ganas increíbles. Esto sucede siempre que te das cuenta de que ésta también es tu casa y de que formas parte de ella. De que todo el esfuerzo que realices, queda ahí, para los futuros compañeros que vayan llegando. Personas como tú y como yo, que podrán disfrutar de nuevas instalaciones, de talleres más adecuados, de un gran gimnasio, un campo de fútbol,... de todas las reformas que se han hecho en la cocina, comedor, chalet central, nuevas habitaciones, y sobre todo, la

obra más emblemática y maravillosa, la capilla-oratorio que se inaugura en este aniversario.

En las casas de Navahondilla y Manzanares se han hecho también muchas mejoras, fruto del esfuerzo de todos. En definitiva, si haces el bien y trabajas para un bien común, eres el más beneficiado y se te devuelve multiplicado por cien.

Nosotros, al igual que las casas de Basida, a lo largo de los años nos hemos ido fortaleciendo y acrecentando nuestra fe en Nuestro Señor, en el que hemos depositado todas nuestras esperanzas.

✍️ Julián ■



## Un sueño hecho realidad

*Este año inauguramos la nueva capilla*

Por fin, después de todos estos años podemos decir que hemos cumplido con una asignatura pendiente que por unas cosas u otras siempre se dejaba un poco aparte. Creo que todos sabéis donde se ubicaba la primera capilla de la casa de Basida en Aranjuez, pero para el que no lo sepa, estaba en una pequeña habitación que se quedó enseguida pequeña, pero que hacía su labor.

Con muchos esfuerzos de los residentes, voluntarios, y comunidad, se hizo la capilla a continuación del salón de actos, pero también se quedaba un poco pequeña, sobre todo en algunos eventos, como aniversarios, alguna comunión, etc....

Gracias a un donativo de una persona de Aranjuez se pudo empezar a hablar de una capilla-oratorio nueva, se hicieron los planos y se lanzó un folleto informativo. Poco a poco se fue enterando la gente y empezaron a llegar donativos, unos en dinero, otros en especie y poco a poco se ha ido construyendo.

La puerta de entrada es una maravilla. Nos la donaron de una iglesia y la teníamos en casa desde hace mucho tiempo a la espera de ubicarla en la capilla nueva y por fin ya está en su sitio, después de haberla restaurado en



*“un lugar donde estoy más cerca de Dios y me da fuerzas para seguir con la andadura que me he propuesto, para ser más útil a mis hermanos y a mi mismo.”*

que después de 2.000 años sigue estando viva. En definitiva, un lugar donde estoy más cerca de Dios y me da fuerzas para seguir con la andadura que me he propuesto, para ser más útil a mis hermanos y a mi mismo.

✍️ Juanan ■

nuestro taller de carpintería. El altar también nos lo donaron hace años las monjas de Ciempozuelos.

Para mí, la capilla es un lugar de recogimiento y reflexión, para disfrutar de unos momentos de paz, compartir la palabra de Dios,



# Impresiones del aniversario de Basida-Manzanares

*Desde el taller de escritura de Manzanares*

**V**olvemos a empezar el taller de escritura. Los miércoles, de forma quincenal, subimos a la biblioteca y cada uno se sienta delante de su ordenador. A M<sup>a</sup> José y a mí nos cuesta, a veces, que arranquen a escribir porque no saben qué poner, no les apetece pensar, no tienen ganas..., pero, al final conseguimos que nos cuenten lo que más les interesa: sus propias vivencias.

Pasamos dos horas con ellos intentando que cada uno avance a partir de lo que sabe y a su ritmo. Los más veteranos ya son casi autónomos y los que van llegando se van soltando poco a poco aprendiendo el manejo de los ordenadores, que al principio rechazan o al menos nos dicen: "yo no sé, no tengo ni idea de utilizarlo" pero poco a poco, se van haciendo con él, así tenemos a Joaquín, Oscar, Antonio y Juan Pedro, que partiendo de cero en cuanto al ordenador, ya están haciendo sus pinitos.

Es una gran experiencia para ellos y para nosotras porque compartimos momentos de confianza y de intercambio de ideas.

✍️ María Isabel y María José ■

**L**os componentes del Taller de Escritura de Basida en Manzanares nos han contado su impresión sobre la fiesta que se celebró por el Aniversario. Estos son sus comentarios:

**FERNANDO:**

Ese día percibí el cariño de la gente que me hizo olvidar mi fobia a las multitudes. Fue una experiencia bastante agradable ver a todos tan unidos participando de un mismo propósito. Me gustó mucho ver a la gente en misa hablando de corazón. Me emocionó por el cariño de todos los que allí había.

**JOAQUIN:**

El trato y la organización estuvieron muy bien, aunque fue todo muy rápido y seguido y no dio tiempo para hablar con tranquilidad con la gente de fuera.

**LUISMI:**

Lo pase bien, porque saludé a la gente que conocía. La obra de teatro estuvo muy bonita. En la cena estuve muy a gusto



con gente que conocía: Gabi, su mujer, su hija y sus suegros.

**M. CARMEN:**

Lo que más me gustó fue ver a mi familia, a mi hijo y a mi hermano sobre todo. El partido estuvo muy interesante. Todo el día estuvo muy bien. En misa hice una ofrenda. Disfruté mucho de mi hijo, mi hermano y los demás familiares que vinieron. Me llena mucho de satisfacción saber que volverán en el Aniversario de Aranjuez.

**ANGEL MAESTRO:**

Estuvo todo muy bien. La obra de teatro fue muy entretenida. En la comida estuve muy bien acompañado de Loli, Mamen, Angélica, Elena y Darío. Me gustaría celebrar muchos más aniversarios todos juntos.

**PEDRO:**

Lo hemos pasado muy bien porque había mucha gente conocida de las otras casas. La comida, el teatro, el fútbol, la merienda y la cena han estado muy bien.



OSCAR:

No pude disfrutar como me hubiera gustado, porque estuve muy ocupado preparando los platos y sirviendo. No me di cuenta de quien vino, ni pude charlar con los demás.

Me hubiese gustado ver la obra de teatro. Espero verla en Aranjuez.

MERCHE:

Lo pasé muy bien, porque vino mucha gente. Sobre todo disfruté a mis hijas y mi nieto. La misa me gustó mucho. El teatro fue muy divertido. Cominos todos en familia y hubo muy buen ambiente.

JUAN PABLO:

Me ha gustado mucho ver a la gente que conozco y lo hemos pasado muy bien. Todo estuvo muy bien. Hice muchas fotos y me divertí mucho. Lo pasé de maravilla.

ANTONIO:

Me lo pasé muy bien porque hubo muchas sorpresas y muchas actividades. Todo estaba muy organizado. La comida fue muy buena y con la gente estuve muy a gusto, especialmente con Fernando, que me acompañó mucho.

JUAN PEDRO:

Me ha parecido todo muy bien. Lo que más me ha gustado ha sido el teatro porque ha estado muy divertido. La comida era muy variada y muy buena.

RICARDO:

Lo pasé muy bien porque conocía a toda la gente, la de Aranjuez y la de Navahondilla. Me gustó mucho la obra de teatro porque estuvo muy entretenida. La comida en el garaje estuvo muy bien porque todos ayudaban y había muy bien ambiente y mucho compañerismo.

👁️ Varios■



## El teatro en Basida

### *Un nuevo papel en mi vida*

Quiero contar un poco mi paso por el teatro. Para mí, ha sido muy gratificante y constructivo. He aprendido muchas cosas que me vendrán bien para mi reinserción y para poderlas aplicar en mi vida.

Este año se celebra el 20º aniversario de la casa y como es natural, todos estamos preparando esta fecha de forma más especial que cualquier año y en el teatro... no podíamos quedarnos atrás. Y en ello estamos icon un musical, nada menos!

Se va a representar *“El diluvio que viene”* y cuando me dieron el papel de sacerdote me entraron muchas dudas de si sería capaz de hacerlo. Este sólo es mi segundo año en el grupo de teatro de Basida y sentía una gran responsabilidad. El papel es largo y además también teníamos que aprender a bailar y a cantar.

Pero cuando empezamos a ensayar, todos veíamos como, lo que estaba escrito en papel, se transformaba en algo real. Hemos disfrutado mucho juntos, nos hemos reído a carcajadas, pero también hemos pasado momentos duros por los agobios y el estrés.



*“cuando empezamos a ensayar, todos veíamos como, lo que estaba escrito en papel, se transformaba en algo real.”*

Saludos para todos del “Grupo de Teatro Libre de Basida”.

👁️ Oscar ■

Ahora, tan cerca ya del día del estreno, me doy cuenta de que ha merecido la pena. Espero que vosotros disfrutéis tanto de la obra, como nosotros de haberla preparado.



# Sudáfrica, despierta África

*España deja su huella en la Historia ganando el mundial de fútbol*

Cuando el mundo del fútbol decidió tomar la decisión de llevar el mundial al Tercer Mundo, nadie imaginaba que la copa permanecería los siguientes 4 años en tierras españolas.

Los interrogantes sobre la organización, la seguridad, la acogida,... eran una constante en la mente de todos aquellos que hacen del fútbol un modo de diversión y alegría.

España se presentaba a este mundial como favorita, siendo campeona de Europa dos años antes. Los hombres de Del Bosque, capitaneados por Iker Casillas, hicieron un compromiso humanitario en caso de victoria, con donar sus recompensas a ONGs.

Con tan buena iniciativa comienza el mundial pie a tierra, empezando con una derrota frente a Suiza, con sabor a victoria. Después, todo fue victoria tras victoria compitiendo con rivales temibles como Alemania.

Es verdad que todos los equipos son respetables, pero España mantuvo su estilo de juego, con un espíritu de humildad, compañerismo y unión, todo con un solo objetivo: ganar el Mundial.



*“España siguió su camino hasta la victoria con un fútbol de sabiduría y entregados a su afición .”*

La historia y el destino hicieron que el continente de la miseria y del sacrificio figurase en el panorama mundial con un acontecimiento pacífico, el deporte rey. No cabe duda que algo como un mundial de fútbol, con toda su propaganda, con sus alegrías y con sus tristezas, es un acontecimiento de unión de los pueblos a nivel mundial.

África, mejor dicho, Sudáfrica se unió a ese grupo de países que a través del fútbol centran los acontecimientos del mundo. El éxito empezó a hacerse realidad desde los primeros partidos y la crítica se movilizó para plasmar por escrito una fecha para la historia.

España siguió su camino hasta la victoria con un fútbol de sabiduría y entregados a su afición que clama a voz en grito: ganar el mundial. Este grito de victoria se transformó en realidad al proclamarse campeona del mundo de fútbol en Sudáfrica 2010.

Que la suerte bendiga a España

✍️ Joaquín ■





## Bizcocho casero

### *Mi experiencia en la cocina*

**M**is queridos lectores, me llamo Mamen y llevo dos años en Basida. Empecé trabajando en la lavandería pero ahora lo voy compaginando con la cocina. Estoy muy orgullosa de lo que hago porque me doy cuenta de que valgo para todo lo que me mandan.

Antes, en mi casa, cocinaba para cinco personas, pero ahora lo hago para cincuenta y qué nervios al principio. Pero poco a poco lo voy haciendo más tranquila y me doy cuenta de que me gusta la cocina, y cada comida que hago me voy esforzando más y más para que me salga mejor y le guste a mis compañeros. Me gusta aprender a hacer comidas nuevas, pero lo que más me gusta es que confíen en mí.

Mis hijos están muy orgullosos de mí, de ver como he cambiado en estos dos años, soy más responsable y lo que antes no hacía ahora lo hago sin problema. Quiero dar las gracias al equipo de comunidad por su confianza. Mi vida ha cambiado en estos dos años y me veo capacitada para colaborar en todo lo que me pidan.

Aquí os dejo la receta de un bizcocho casero, que lo hace mucha gente, pero aquí en Basida, como somos tantos, lo difícil es calcular las cantidades. Así que tomar nota porque según dice la gente, me sale muy bueno.

(Para 30 personas)

- 4 yogures de limón
- 6 cucharadas rasas de levadura Royal
- 4 vasos de aceite de girasol
- 10 cucharadas soperas de harina
- 2 cucharadas de azúcar

Se mezcla todo y se pone en una bandeja grande con un poco de mantequilla o aceite.

Se calienta al horno a temperatura 160° durante 10 minutos y luego se mete el bizcocho de 50 a 60 minutos.

✂ Mamen ■

# Viviendo un buen momento

## *Os voy a contar un cuento*

Queridos lectores: Otro año más que acudo a mi cita con la revista de Basida, dispuesta a contaros algo de mi vida. Lo más importante que me ha ocurrido es que ya no tengo deseos de consumir y encuentro en la naturaleza y en las actividades que realizo mi fuente de energía.

Una de estas actividades es asistir a un Taller literario de cuentos. He encontrado gran apoyo en él porque me ha permitido conocer a un grupo de personas positivas, con las que mantengo una amistad. Entre estas personas hay una con la que empecé una relación de pareja, por motivos íntimos hemos quedado como buenos amigos. Con él comparo muchas cosas, ya que tenemos las mismas aficio-

nes: escribir, leer, ir al teatro, al cine, escuchar música, etc. y nuestra sensibili-

*“Lo más importante que me ha ocurrido es que ya no tengo deseos de consumir y encuentro en la naturaleza y en las actividades que realizo mi fuente de energía.”*

dad a la hora de percibir la existencia también es parecida.

Otra actividad es seguir en mi grupo de Cuentacuentos con lo que esto conlleva: leer cuentos, prepararlos, ensayos, actuaciones,



además de reunirnos para comer, cenar e ir al campo. Además sigo participando en la obra de teatro de Basida y asistiendo al taller de adicciones. Por todo ello me encuentro en uno de los mejores momentos de mi vida y quiero compartir con vosotros algo de lo que he desarrollado en el Taller literario y para ello os muestro uno de los cuentos que he escrito en él.

✍️ Pepa ■

## *“Luna”*

**L**aura se despertó en mitad de la noche. Estaba desnuda sobre la cama y la luz de la luna bañaba su cuerpo. Miró fijamente al satélite y sintió que estaba muy cerca de él, tan cerca que pensó que podría abrazarle. Se levantó, salió al balcón, se puso de puntillas y estiró los brazos, éstos empezaron a alargarse, primero muy despacio, después más deprisa hasta coger una velocidad increíble y llegar a tocar la luna. Cuando sus dedos la rozaron, un frío glacial la recorrió. Sus brazos empezaron a descender rápidamente y la luna cayó en el jardín debajo de su balcón. Del impacto se desmayó.

Cuando se despertó estaba confusa, no sabía muy bien qué le había pasado. Se incorporó un poco tambaleante y entonces la vio. Durante toda su vida había sido una lunática y ahora la tenía ahí, a sus pies, en el jardín de su casa. Una sensación de poder le embargó. Empezaron a agolparse sus pensamientos. ¿Habrán detectado los observatorios espaciales lo que ha sucedido? Lo más seguro es que así sea. ¿Tendrán localizada la trayectoria que ha seguido la luna? Tenía que esconderla. Con ésta idea bajó al jardín a toda prisa.

Intentó moverla pero pesaba demasiado. Ella sola no podría hacerlo. ¿Quién podría ayudarla? No quería compartir su secreto, pero no le quedaba más remedio que hacerlo. ¿En quién confiaba ella? Pensó en sus relaciones actuales y se dio cuenta de que no quería comunicárselo a nadie. Piensa, piensa, se decía a sí misma.

Se acordó de Marina, la única persona con quien había compartido todos sus sentimientos. El último contacto que tenía de ella era anterior a su estatus actual. Cuando consiguió su puesto como redactora jefe de la revista ARISTAS dejó de llamarla. Se avergonzaba de ella. Marina era incompatible con el círculo de personas en el que se movía. Ahora mirando la luna se daba cuenta de lo injusta que había sido. Es posible que Marina no encajara en su mundo, pero no tenía porqué haberla abandonado. En el pasado siempre le apoyó en los momentos difíciles.

Se abrazó a la luna y la sensación de poder volvió a envolverla, sólo que ahora deseaba compartirla con Marina. La luz empezó a cambiar, estaba amaneciendo. Mientras miraba cómo el azul del cielo se abría paso, escuchó los primeros acordes del canto de los pájaros. Un gallo cantó tres veces. Hacía mucho tiempo que no vivía la magia de ése momento y se abandonó a sus sentidos.

A las siete llamó a su amiga. El teléfono sonó seis veces. Que lo coja, que lo coja pensaba, al octavo pitido escuchó:

- Si.

- Marina, soy yo Laura.

Le costó trabajo que entendiera que tenía la luna en el jardín de su casa, pero al final la convenció para que viniera a verlo.

Puso el canal de noticias y estaban tres astrólogos hablando del fenómeno que había sucedido a las tres de la madrugada. La luna había desaparecido del espacio. Nadie se explicaba cómo podía haber ocurrido. Todos se preguntaban: ¿dónde estará?

Marina no tardó en llegar y desayunaron juntas al lado de la luna. Al principio les costó que fluyera la comunicación pero en el segundo café, Laura le ex-



plicó con sinceridad los sentimientos que le habían alejado de ella y lo vacía que se encontraba con sus amigos actuales.

- ¿Para qué quieres esconder la luna? le preguntó Marina en un momento dado.

- No sé. Al principio pensé que por el hecho de poseerla me convertía en alguien invulnerable, pero después de hablar contigo pienso que lo mejor ya ha sucedido. Me apetece mucho ir a bañarnos a la playa y después pensaremos qué hacemos con la luna.

La propuesta fue acogida con entusiasmo. El mar estaba con oleaje y las dos jugaron con las grandes olas como dos niñas pequeñas. Estaban contentas de volver a estar juntas.

Cuando volvieron a la casa la luna había desaparecido.

✍️ Pepa ■



### *Mi vida amanece*

Mi vida amanece  
el pasado dejo atrás,  
mi vitalidad que no decrece,  
al levantarme sin más.

De este tormentoso momento  
que no dejo al azar,  
lo malo arrastrado por el viento,  
lo bueno aún por llegar.

Si ahora no me equivoco,  
conmigo quedaré en paz,  
ya que este pesado sentimiento,  
de mí, no se va.

✍️ A.S. ■



### *Agosto, un mes especial para un año muy especial*

El mes de agosto pasado tuvo 5 domingos, 5 lunes y 5 martes y eso solo ocurre cada 823 años. Según el Feng Shui chino es un año de bienes y de positivismo, es menester que se corra la voz, que se comparta esta noticia, así será mucho más efectiva entre todos.

Así os lo comunico a todos para que lo positivo inunde vuestro corazón.

✍️ Francisco ■

\* FENG SHUI es un sistema ancestral chino que utiliza las leyes del cielo y de la tierra para ayudar a mejorar la vida con la energía positiva.