
**CERTAMEN LITERARIO PARA
ADULTOS MAYORES
“VIVIR EN PANDEMIA”**

14 DICIEMBRE 2021

**DAMSU
UNCuyo**

FUNESTO DÍA, AQUEL

Liliana Williams

Género lírico: PRIMER PREMIO

Enemigo silencioso, te escondes en la bruma de lo desconocido.
No conoces de compasión, ni de edades ni de futuros destinos.
Viniste a enlutar la vida sembrando la incertidumbre y el pánico;
vana conquista la tuya que te granjeó el odio de toda la humanidad.
Cuando dejo mi morada, temo tal vez encontrarte al dar vuelta la esquina.
Camino con paso vacilante, mirando el espacio que me rodea;
con velo envuelvo mi rostro para que tú no me veas.
Reniego ante el dolor de los que me dejaron sin poder despedirme.
Ahora tomo conciencia: la escuela no me enseñó qué corta la vida es,
Que cada segundo vale oro, que nada, como el eco, se repite.
Ya no miro hacia adelante; no planifico, ni supongo lo que vendrá.
Rechazo falsos profetas que vaticinan lo que queda por desandar.
Sin embargo, al alba, con corazón jubiloso, vuelvo a soñar despierta
con la mesa dominguera de la familia reunida, amigos, café por medio,
y la esperanza puesta en que por fin te fuiste para nunca más volver.

TETERAS QUEMADAS

Carmen del Rosario Castro

Género Narrativo: PRIMER PREMIO

Siempre se empieza dejando quemar las teteras. Dejabas quemar las teteras hasta que se volvían rojas, después violetas, con rebordes naranjas, azules, negras. Así se quemó tu mente, poco a poco. Primero, confundiste los nombres, entreveraste las circunstancias. Después te enamoraste de nuevo de él, como una niña. Celosa de nuevo, de sus muchas admiradoras. De esa que te lo quería quitar, la más descocada. Lo repetías una y otra vez. Y otra vez.

En ese entonces, cuando iba de visita, empezaste a ofrecerme infinitas veces una tacita de té. Y la pastafrola, *probála que está riquísima*. Si habré aceptado para no desairarte: veinte veces en cada sentada. Extasiada en el hecho de que conservaras el gesto hospitalario, sin cansarme con la conversación repetida, bajo la mirada misericordiosa, bajo el disimulo doloroso de los otros.

Y en los últimos años, cuando te dejaron conmigo una vez, solo en una ocasión. Tal vez pensaban que podrías molestarme. Molestarme, imposible: sos y serás la tía preferida. Con impaciencia, mirando por la ventana, repetías sin cesar: *que yo aquí me quedo solo un ratito más, porque enseguida me pasa a buscar mi marido*. Esperándolo. Que no has notado su ausencia, sostenida en la memoria estable de ese amor.

Esperándolo como cuando venías a vernos, en aquel remoto entonces. ¿Te acordás? Pero yo sí que me acuerdo. Traías siempre regalos, los más bonitos, los soñados. Hasta que sonaba la bocina y te ibas, apurada, casi siempre sin saludar. Y yo que quería que te quedaras, porque eras la más cuerda en mi pequeño mundo de locos.

¿Qué nos queda por compartir? Nuestras primeras lecciones de francés: *Bonjour madame, bonjour mademoiselle. ¿Comment allez-vous? Comment vous appelez-vous?* Y la carcajada por la pronunciación de las u. Y nos queda la anécdota de cuando le tiraste las orejas a ese niño retobado en la escuela, *para que aprenda, para que deje de jorobar, que estudie y se haga hombre de provecho, que deje de hacer rabiar a su madre*. Quizá lo salvaste para siempre de sí mismo. Y no lo olvidaste nunca.

Nos están durando la cadencia y las letras de esos tangos. Y tus manos llevando el ritmo y tu cuerpo recordando el giro. Juanita, me has dejado sola mirando esta única realidad. Tantas cosas para contarte. Ganas de charlar con vos. En serio, tantas ganas. Como cuando iba a tu casa de visita, solo para oírte y sentir que el mundo era un sitio seguro.

Contarte de la pandemia, con millones de dolores que contar y contar. Y de cuando un día vos te quedaste sin aire, sin el aire de respirar. Y me morí del susto. Una vieja de casi ochenta años con neumonía por Covid 19. Todos los pronósticos en contra. No podía verte, ni saludarte en francés, ni tomar tu mano, ni escuchar la anécdota de aquel estudiante atrevido, ni cantar juntas un tango. Aisladas.

Hasta que me llegó ese video de las enfermeras. De repente despertaste, seguiste el recuerdo de un poema, con tu memoria sin memoria. Y leíste de nuevo cuentos para niños, con impecable entonación. Cantaste de nuevo *los locos de Buenos Aires tienen ese no sé qué...* Te habían filmado tosiendo, tosiendo sí, pero también cantando. Llevando el ritmo con tus manos.

Contarte de otro día, en el que también yo me quedé sin aire, sin el aire de respirar. Y que también vino la muerte, se sentó a mi mesa y me lloré y me lloraron. Pero le dije que se fuera y se fue, porque sí, por azar o milagro.

Para qué empezar a contarte de la pobreza. Siempre te dolía la pobreza. Y si empiezo a contar no termino más. A contar los pobres, cuenta que te cuenta pobres, que es de nunca acabar de contar. Y por eso cierro la puerta. Que ya no tengo más para dar y quiero parar de contar. Y qué decirte de la grieta en la pared, se ha hecho tremenda. Ha partido en dos la casa, la mesa primero, después cada mueble, las sillas y los banquitos divididos, la cocina de cocinar, la mitad del fuego por aquí, la otra mitad por allá. El tendedero en cada mitad de patio: los calzones de un lado, los otros calzones del otro. Hasta la taza de café. Y café de un lado y café del otro lado, puro desparramo.

Y la pandemia en la mitad del televisor y en la otra mitad también. Cada lado con su relato desesperante. El presente detenido en un aire de peligro.

Y la computadora enfrente, partida en dos mitades perfectas: una para escribir del pasado, otra para planear el futuro incierto. ¿Y el futuro? También partido en infinitas mitades, todas en futuro imperfecto.

Pienso en vos, Juanita, y pienso en mí. Es que la vejez está a la vuelta de mi esquina. La vejez despreciable, la muy implacable vejez. La vejez que viene con el olvido y otros desaciertos. Con la mayor incertidumbre. La tetera que acaba de quemarse, por ejemplo.

HAY UN MUNDO QUE ESPERA

Olga Judith Martínez

Género lírico: MENCIÓN ESPECIAL

Abril 2021

Hay trinos en mi ventana
Y arcoíris otoñales,
Hay estrellas más brillantes
Y paisajes impactantes.
Más también ...
Hay abrazos reprimidos
Y te-quiero a distancia,
Hay balcones encendidos
Con aplausos tan sentidos.
Hay calles adormecidas
Esperando el despertar,
Con transeúntes furtivos
Detrás de un barbijo escondidos.
Hay plazas entumecidas
Sin el vaivén de sus duendecillos,
Hay plazas enmudecidas
Por el sube y baja de la vida.
Hay urgencias que no esperan,
Y en soledad desesperan,
Son abuelos y son nietos;
Son amigos y otras hierbas.
Hay pasajeros sin reserva,
Con destinos sin peajes,
Son viajes a nuestro interior,
Cada cual emprende el suyo.
Hay partidas sin retorno,
En los vuelos de Pandemia,
Que dejaron sus heridas
Sin consuelo..., sin despedidas...
Hay mentes salvadoras,
De una mágica poción, las creadoras,
Firme y férrea es su coraza,
Que a todos por igual nos abraza.
Hay ayer y hay mañana,
El hoy, ahora en espera,
Es tan sólo un transcurrir
De resguardos a seguir.
Hay conciencia y hay respeto,
Moraleja de este cuento,
Que nos permita vivir
En un mundo más atento.

¿QUIÉN ES?

Martha Alicia Dominguez

Género narrativo: MENCIÓN ESPECIAL

Inmóvil, con los ojos cerrados, y la cabeza hundida en mi almohada, presiento que pronto va a comenzar la aurora.

Ningún vehículo circula por mi calle. No hay un solo gato enamorado, no ha madrugado aun un solo pájaro. Es aturdidor este silencio. Espero inútilmente que el sueño me borre la conciencia. No quiero caer en mi lugar común: ocupo el sitio que era el de él en nuestra cama. Hace mucho que fue eso y hay que seguir. No es fácil continuar sola cuando anduvimos tanto tiempo caminando de la mano. “La soledad que tú me has regalado yo la cultivo como una flor” decía una canción italiana que escuchamos mil veces juntos.

De pronto percibo algo, es un silbido tenue que a veces se pierde, pero vuelve y se va sintiendo más cercano. Hay alguien en la calle, pienso, alguien silba una melodía que a cada instante es más clara y va despertando desde muy atrás, de lo más recóndito de mi memoria. La reconozco, la recuerdo. Un hombre silba (las mujeres no silbamos por la calle).

¿Quién es ese ser vivo que ha escapado de su jaula de cuatro paredes y deambula por la vereda desierta? Porque va a pie, no corre, y me va regalando sin saberlo un poco de su libertad, de su cercanía, de su presencia. ¿Quién es ese inconsciente, ese temerario, ese loco perdido que no ha oído ni leído del número de contagiados y de muertos por el mundo? Pero su canción no es de este siglo. No, no es un joven. Hace mucho que esa melodía no se escucha. Fue en mi adolescencia o en mi infancia. Tal vez la tarareaba mi madre. A medida que el silbador continúa su camino, su silbo se va diluyendo con él, hasta que se lo traga el silencio. Me acompañó un breve instante y me devolvió retazos de mi vida.

Por fin me quedé dormida.

LA VIDA EN RETIRADA

María Argentina Paez

Desde que nacemos
Ya nos estamos yendo...
Cual estrella fugaz,
La vida pasa corriendo.
La vida es como el "Zonda",
Viene... y se va...
Intento volver, pero no puedo.
Tengo que seguir andando,
Siempre adelante mirando
Para no perder el camino.
Igual todo lo recorrido
Quedó bien guardado
En un arcón escondido.
A veces lo abro...
Pero lo cierro enseguida.
No creo que haga falta
Recordar lo sucedido
Eso fue..., ya está.
El tiempo no se ha detenido
Siempre será mejor lo que vendrá
Supongo yo..., así lo espero...
Y si no fuera así,
Igual me esmero.

SENTADA A LA ORILLA DEL REMANSO

Gladys Cristina Sánchez

Sentada a la orilla del remanso,
observando la entrada de ese sol
que antes acompañó risas,
cantos
abrazos
y también llantos...
Hoy en la soledad
y en el silencio,
veo el reflejo de mi rostro
en las aguas calmas...
No me reconozco...
Sumerjo mis pies descalzos
y comienzo a avanzar.
Desde mis ojos,
resbalan pequeñas gotas de cristal
y aparece eso que siempre me acompaña.
Me grita:
“¡Pará!, tu camino esta allá”
Miro a la lejanía,
contemplando un sendero pequeño
que al avanzar
es cada vez más extenso.
Mis pies avanzan con pesadez y desgana al comienzo,
luego más ligeros.
El sol brilla con intensidad
y en un susurro
que luego se convierte en trinar,
se llena el silencio y el vacío.
Voces distintas de adultos y niños
llenan los rincones.
A mi rostro lo cruza una línea,

llamada sonrisa.
Grito: "¡esa soy yo!"
Pero...
¿Que quiero?...
Quiero que mis días sean plenos
y mis manos estén llenas de caricias...
Esas caricias que eran abundantes
y hoy están quietas.
Despierto...
Busco mi eje interior...
Vibro con el alma...
Gozo con el corazón...
Entonces encuentro
que ese remanso
y ese camino recorrido
me despertó en la luz
que solo se encuentra en mi propio "yo".

MIKA, MI NIETA VIRTUAL

José Oscar Agustín Jurado

Por años estuvimos elucubrando este viaje.

Finalmente y después de mil trámites, nos embarcamos rumbo a Tenerife (nombre de árabe sonoridad) donde nos esperaban Machi y Gael, nuestros nietos.

¿Tatá, Oscar, hasta cuándo se van a quedar? nos preguntó Machi con su habitual ansiedad. Ufff, un montón respondimos al unísono.

Nuestro plan nos llevaría a conocer todos los rincones de la isla, como ya lo habíamos hecho en Lanzarote en el viaje anterior.

Pero (siempre hay un pero) la pandemia puso todo patas para arriba.

De repente nos encontramos en un quinto piso alquilado, mirando el océano por cincuenta días. Policía, Guardia Civil y Ejército pasaron a ocupar el paisaje que antes llenaban los turistas gringos.

Y el cumpleaños de Machi, soñado a lo grande, se trasformó en una rápida visita suya a escondidas de la autoridad para intercambiar besos y abrazos y volver rápidamente a su casa con la torta de regalo que le hizo Tatá.

En esos días interminables los llamados al Consulado, a la agencia de viajes y a la línea aérea fueron invariablemente frustrantes. Y de repente un día recibimos un aviso y la sugerencia imperativa para aceptar en tres días un vuelo a la Argentina. Se les llamaba pomposamente de repatriación. Yo sospechaba que era oportunismo y luego lo pude corroborar.

Así se diluyó de manera impensada e instantánea el tramo final de nuestro viaje, que como deseado corolario nos llevaría en su tramo final a conocer a Mika, nuestra única nieta.

Su llegada al mundo en abril de 2019 fue seguida por nosotros paso a paso, pero desde el preciso momento que su mama Jenny nos contara la novedad en un videíto seguimos todo el embarazo por celular, fotos y videos; desde las primeras ecografías hasta su nacimiento en la primavera texana.

Pero ¿Cómo explicar que las comunicaciones, imágenes y toda esta parafernalia tecnológica jamás serán ni remotamente igual al contacto de sus pequeños deditos atrapados entre mis manos llenas de abuelidad?

Mika ya tiene más de 2 años y a mis 69 especulo sobre cuando finalmente besaré la frente de esa hermosa criatura que me devuelve la pantalla.

Mika, llevo 2 años, 6 meses y 16 días extrañándote.

LA ESPERA

Leticia Raquel Simoncini

Yo sé que las palabras que te llegan
son aquellas que gana el corazón
que haces tuyas como si fueran vivencias
y que invaden y ocupan tu razón.
Yo sé que viviste hasta ahora
de manera distinta en tu existir,
que pediste a la esperanza compañía
para darle sentido a tu vivir.
Que los días fueron largos y aburridos,
que las horas más lentas transcurrieron,
que el tal vez se tornaba más lejano
y momentos de angustia se vivieron.
Que el verano se hizo otoño
y el otoño se hizo invierno,
que llegó la primavera
y todo fue como en un sueño.
Que cambiamos nuestros planes
por dudas que nos surgieron,
sin sospechar el futuro
ni los días que vinieron.
No tenemos más remedio
que seguir en nuestra espera
rogando al cielo su amparo
en la vida que nos queda.
Hoy volví a mirar por la ventana
y lo que vi con alegría me sorprendió,
el paisaje afuera había cambiado
y la vida en la calle retorno.
Los árboles con orgullo ya lucían,
en la punta de sus brazos desgredados,
pequeños manojos de hojas verdes
como un mensaje del bienestar añorado.
La vida dio un vuelco a mi existencia
y sanaron mis alas mutiladas,
y aunque existen aún limitaciones
volvió la libertad tan anhelada.

VIVIR EN LA OLA

Daniel José

Mediados de marzo de 2020, llega el tiempo de Covid 19 e iniciamos un periodo de encierro obligatorio que fue más largo de lo que creímos al empezar; día tras día, un poco aterrorizados por las cuantiosas noticias de contagios, muertes y mucha incertidumbre. Fueron pasando los días, viví 85 días de encierro y aislamiento total, como muchos argentinos; y entonces, sobraban ratos para pensar, para estar en silencio, y sobrevinieron las preguntas de muchos encerrados: qué hacer, cómo pasar el tiempo?

Después de una quincena, o del primer mes de cuarentena, las preguntas siguieron, y surgieron otras: "... y si limpio parte de casa, muebles, placares, o si arreglo tal o cual cosa que lleva tiempo rota, y qué tal si releo aquel libro que me apasionó? "

Los días y noches continuaron iguales, llegó un invierno interminable, barbijo, alcohol, cloro empezaron a estar más presente en cada vida. Le echamos mano a películas que nos gustaron, a música que disfrutamos, a álbumes de fotos familiares... en una palabra, volvimos a atender a lo que teníamos tan cerca, pero tan lejos en el recuerdo!

Y empezamos a preguntar por la vida y la salud de los seres queridos, aquellos que sin ser familiares son cercanos en los afectos, anhelando verlos pronto, cuando meses atrás y sin pandemia podíamos visitarlos, pero no lo hicimos... fuimos transitando tiempos de enfermedad, depresión, pérdidas de trabajo, incertidumbre.

Familieros como somos los argentinos, cada cumpleaños se nos llenaban los ojos de lágrimas; entonces aparecieron las importantes "videollamadas", esta tecnología que de a ratos detestamos, pero que en pandemia nos acercó...

Y también empezaron a aparecer las ideas y comentarios de vecinos, parientes y grupos para sobrevivir a tiempos difíciles: "... y si vemos tal o cual serie de tv, y si usamos el celu para una charla grupal, y si escuchamos aquel recital, si hago lo que en algún tiempo me apasionó y abandoné, si retomo mi gimnasia en casa, o sigo tal dieta..."; infinidad de alternativas, sugerencias y modos para "reinventarnos" en cada espacio, desde los juegos de los niños sin sus escuelas, pasando por los ratos de celu o tablet de los adolescentes, la televisión de los mayores o...o...! hubo tanto que se me escapan cosas del tiempo de coronavirus.

Dicen desde las neurociencias que la resiliencia es una de esas capacidades que se ejercita en tiempos de padecer incertidumbre, depresión, estrés o ansiedad; y allí nos volvemos resilientes, cambiamos hábitos, horarios, costumbres, modos de ver lo feo, lo duro, el trato con los demás, lo difícil de vivir en pandemia...

Y entonces aflora lo mejor de cada uno, aquello que tenemos y no usamos, lo que sabemos y no ponemos en práctica, los talentos que otrora eran cotidianos, que llenaban nuestra vida, y la de los demás. Y reaparecen, por fin... y nos vuelven a causar placer, y nos sorprenden nuevamente, y nos hacen decir: "...yo puedo, ...yo sé, yo quiero..., recuerdo que hacía..." Qué maravilla!

Al llegar casi a mis 70 años, con los límites y capacidades de esta edad, retomo el camino varias veces truncado de la música, a través de participar en Coros, asumo el desafío de aprender otro instrumento, flauta dulce, re-estudiando música y descubro lo que por años sentí imposible en mí: dibujar, hago un curso, me apasiono y me dejo llevar por los pedidos de amigos y nietos para crear imágenes .

Además, y para acercarme al buen estado de salud, leo sobre medicina ayurveda, ejercicios de mindfulness y práctica de pilates.

Por momentos recuerdo la pregunta que nos hacemos mientras estamos en etapa laboral activa: -"...¿qué haré cuando me jubile?"

Ya tengo respuestas: el desarrollo de las habilidades musicales, artísticas, de ejercicios físicos y los vínculos sociales llenan mis días, además de nietos, hijos y grupos, que casi me hacen decir que tengo menos tiempo libre ahora que durante la actividad docente.

Sin la prisa de los jóvenes y tampoco sin el letargo de los adultos mayores, busco cada día revertir los pequeños entornos de negatividad y pesimismo que llegan a cada persona, desde las malas noticias sobre pandemia, pobreza, inflación, inseguridad, acercándome a lo positivo, lo esperanzador, la vista del medio vaso lleno, en lugar del medio vaso vacío.

A veces poniendo mucha fuerza de voluntad, invirtiendo algún dinero o sintiendo que puedo, doy gracias por un nuevo día y me propongo hacer. Cada uno busca en su interior lo que hace casi 2 años creía para siempre perdido. Hoy vuelve a aflorar lo mejor, parece que el ciclo de las crisis llegó a su parte más baja, pero ahora asciende y busca que cada uno llegue a sentir que el pasado ya fue, el futuro no está en sus manos, solo el presente nos pertenece y debemos vivirlo; no permanecer ni transcurrir, vivir y DARNOS CUENTA.-

DE LO APRENDIDO DURANTE LA PANDEMIA DEL VIRUS CORONA

Silvia Ema Fagale de Medawar

Aprendí:

Recordé que mi padre me había enseñado de la austeridad en tiempos de escasez e incertidumbre...

Que mi madre me había enseñado a no andar a los besos y abrazos con cualquiera...

Que el barbijo nos recuerda del hablar poco y lo preciso, del paternal San Martín...

Y la mística de: "sean tus palabras si si, no no."...

Que mantener las manos limpias y enjuagadas, es expresión excelente de hábitos de honestidad, rectitud, y generosidad...

Que guardar distancia sirve para alejar recuerdos y compañías desagradables...

Que la distancia también es útil contra actitudes negativas.

Que sacudirme los pies es una buena costumbre para liberarme de malas experiencias.

Que tener hábitos de higiene general, es sinónimo de cuidados para siempre alimentar pensamientos y sentimientos sanos y puros.

Aprendí de mis estudios y reflexiones que en la coronilla se activa la pineal, como elevación total de nuestro ser hacia lo Divino.

Y, al fin... aprendí también que:

La única corona del Amor, es el Amor sin medida.