

Buen día, buen dinero, buena salud, buen amor, queridos amigos y paisanos, deseo que estéis muy bien, todos los días os recuerdo y os llevo en mi corazón, gracias por la oportunidad que me habéis dado de compartir mi experiencia en el libro de festejos, como pasa el tiempo de rápido.

El tema de salud es tan importante que realmente cada día me apasiona más, hay mucha información en vídeos, en libros, en conferencias... aquí en valencia, hay muchos terapeutas de los que he ido aprendiendo diversas terapias naturales para mejorar la salud.

Un tema importante es el perdón, la compasión, la humildad. El rencor, la ira, la rabia nos producen enfermedades graves, quizás no somos conscientes de ello, las emociones nos pueden sanar y por pueden enfermar por eso es tan importante vigilar nuestros pensamientos, emociones en el día a día, ya que todo nace en el deseo, el sentimiento, un pensamiento negativo repetido miles de veces nos puede producir cáncer e incluso la muerte.

Tengo unos amigos médicos colombianos que saben mucho de estos temas, os dejo al final mi teléfono por si queréis que os ayuden, saben muchísimo de salud.

Para tener buena salud, es muy importante el movimiento, si no hacemos ejercicio, el cuerpo se bloquea, si no comemos sano, la sangre se ensucia, si no respiramos correctamente nos envejecemos, la postura también es fundamental, ser conscientes de tener la columna recta, el abdomen contraído, los hombros atrás, para que la energía fluya por todo nuestro cuerpo, comer más frutas, verduras, alimentos vivos, si podemos cultivarlos mejor.

Sobre todo, en el ejercicio, son importantes las posturas invertidas, la vela en yoga, por ejemplo, poner las piernas en alto contra una pared para que la sangre se mueva y llegue al cerebro fortaleciendo nuestra memoria, el pelo, mejorando las varices...

También utilizar ropa de algodón, mejor los colores lisos.

Madrugar también es importante porque antes de salir el sol hay una energía muy especial en el espacio que nos rejuvenece, también mirar al sol cuando está saliendo sobre todo nos mejora la vista, tantos temas importantes, tenemos un grupo de wasap donde compartimos conferencias, vídeos muy interesantes, si estáis interesad@s os añado al grupo llamado sabiduría taoista, ya estamos más de 300 personas de varios países, estoy en Instagram como [sagrario.lopez_33](#), en YouTube y en Facebook como estrella amarilla, mi teléfono es el 639 12 77 38, que tengáis unas felices ferias y fiestas, si queréis escribirme para algún problema de salud, estaré encantada de ayudaros, lo consulto con médicos naturistas de medicina universal que están ayudando y sanando a muchas personas, muchas bendiciones para todos y para todas, paz y vida, paz y luz.

ULANMISAK LÓPEZ

Mi abuelo Venancio tenía una tasca en el kiosko de la Música donde servía chatos de vino con sifón o gaseosa, procedente de su fábrica de gaseosas de zarza, fresa, limón...

Cuando mi abuelo falleció, le dejo a mi padre la fábrica. A la edad de ocho años empecé a ayudar a mis padres. Repartía sifones y gaseosas con un carrillo apretándole.

Iba a los bares, al casino, al cine y al cine de verano que había en la calle General Aguilera. Donde vivían el Paulino y la Aurora. Estoy hablando de hace ya aproximadamente sesenta años.

Estaba también el cine Amat donde en la puerta había un kiosko donde vendían helados del corte.

En aquellos tiempos, los domingos, la única diversión que había era pasear por la Glorieta donde si te gustaba una chica te arrimabas a ella y le preguntabas ¿te puedo acompañar? Y si ella te quería te hacías novio con ella y después nos íbamos a bailar a la discoteca Barrabas que estaba en la calle Solana de la hermana Patata.

Felices Feria y Fiestas 2026

VENANCIO CARRETÓN LÓPEZ

Colaboraciones: Prosa

SUMANDO RECUERDOS

Un año más os dejo otro trocito de mi memoria, para que no queden en el olvido aquellos chascarrillos que aprendí en mi infancia.

- Sastre que sabes coser, sastre que sabes bordar, córtame unos pantalones con la bragueta pa' atrás.
- Con esto de haber llovido se sienten conversaciones, que es malo para las eras y bueno para los melones.
- Zanahoria borracha, pan de centeno, en llenando la tripa todo está bueno.
- Una pata tengo aquí y otra en el tejado, mira si te querré que vengo de medio lado.
- El candil no tiene aceite y mi madre no está aquí. No te digo que te vayas pero que qué haces aquí.
- Hay tres días en el año que se llena bien la panza: jueves santo, viernes santo y el día de la matanza.
- En mi casa tengo un gato que se mea en el peregil y cuando me ven borracho me echan la culpa a mí.
- Y como bien expresaba mi querido hermano pequeño en su camión: "Si piensas de relajarte y lo consigues fumando, ya lo puedes apagar o te puedes ir bajando".

Agradecido de poder compartir con mi pueblo un año más estos chascarrillos que tanto me hacían divertirme.

GUMERSINDO DÍAZ CANTÓN

El pasado 22 de mayo se celebró en el Salón de Plenos del Ayuntamiento un acto en el que cada año se hace homenaje a los funcionarios que cumplían 25 años de servicios y a aquellos que se habían jubilado.

Entre los jubilados se encontraba Pedro Padilla, mi marido, que había recibido la notificación de su jubilación definitiva el mes de noviembre (él había fallecido en junio).

Por ello, la Corporación Municipal aprovechó para que dicho evento fuera un acto de estimación a Pedro, por todos los años de trabajo. Yo llevaba escritas unas palabras que evidenciaran este reconocimiento por sus años al servicio del pueblo. Me sentí tan emocionada e invadida por el recuerdo que me fue imposible expresarlo con palabras. Por eso quiero manifestarlo por este medio.

Sentí agradecimiento por aquellas corporaciones que muestran sensibilidad ante el esfuerzo y las aportaciones de los trabajadores.

Vuelvo la vista atrás y recuerdo a Pedro con veintipocos años, al que dieron una máquina de escribir y un despacho sin ventanas en el hogar del jubilado. Su trabajo era organizar el Área de Cultura desde la nada. Eran los primeros años de la democracia.

Dirigió la Escuela Taller "Casa de Medrano", con la que se rehabilitó el edificio y se creó un importante Centro Cultural en el pueblo, también le permitió disponer de una oficina de trabajo más cómoda e inspiradora.

Más tarde fue creándose un equipo de trabajo que le permitió conseguir mayores objetivos. Su lema era: "Si quieres llegar rápido, camina solo. Si quieres llegar lejos ve acompañado". Desarrolló las áreas relacionadas con la cultura con gran pasión, se pudieron disfrutar de actos culturales en el pueblo que no habrían llegado hasta aquí. El teatro, los ballets de todas las partes del mundo, Turismo, Universidad Popular, Escuela de Música, etc. Quizá no parezca esencial, pero la cultura es la línea que vincula a toda una nación, al tiempo que es una herramienta que a menudo abre la mente, casi siempre nos hace más humanos y posiblemente ayuda a entender el mundo o a darle una interpretación.

Por su parte, los Coloquios Cervantinos concitaron un movimiento cultural de carácter internacional. A Argamasilla de Alba se le ofreció la posibilidad de otro nuevo acercamiento a Cervantes, que ya había experimentado con nuestros antepasados a principios del siglo pasado, al mismo tiempo que se le ponía en el mapa global como origen de una obra literaria universal.

En fin, aprecio mucho la consideración que tuvieron con Pedro. Mi agradecimiento más sincero.

PURA HILARIO