

## CUANDO VAYAN MAL LAS COSAS...

Cuando vayan mal las cosas,  
Como a veces suelen ir,  
Cuando ofrezca tu camino  
Solo cuestras que subir...  
Cuando tengas poco haber,  
Pero mucho que pagar  
Y precisas sonreír  
Aún teniendo que llorar...  
Cuando eo dolor te agobie  
Y no puedas ya sufrir...  
Descansar acaso debes  
pero nunca desistir...  
Tras las sombras d ela duda,  
Ya plateadas, ya sombrías  
Puede bien surgir el triunfo,  
No el fracaso que temías  
Y no es dable a tu ignorancia  
Figurarse cuan cercano  
Puede estar el bien que anhelas  
Y que juzgas tan lejano....  
Lucha, pues. por más que en la brega  
Tengas que sufrir,  
Cuando todo esté peor,  
Más debemos insistir...  
Si en la lucha el destino te derriba,  
Si todo en tu camino es cuesta arriba,  
Si tu sonrisa es ansia satisfecha,  
Si hay faena excesiva y vil cosecha,  
Si a tu caudal se contraponen diques...  
Date una tregua pero ¡ no claudiques!  
Porque en esta vida, nada es definitivo  
Ten en cuenta que todo pasa,  
Todo llega y todo vuelve...(R.K.)

## DECÍAMOS AYER-79



### A MI BASTÓN

¿ Oh fiel amigo, compañero fiel!  
Que me acompañas en todos los giros.  
Sin rumbo yo no sé  
Apenas este cuerpo ya pesado,  
Cansado, tan quebrado,  
Deambula gracias a ti.  
Resistes y resistes mis vagos  
Y torpes pasos, mientras te cuento  
Y repito mi pasado...  
Año 2.010, en el día de los abuelos.  
La Lazarica- Canarias- T. Torres  
( " residente " la Residencia municipal de  
El Cubo de Don Sancho.

¿ Cmo quiere que se llame su hijo?  
- "Tigre" porque ya hay catorce  
Papas que se llaman "León"...

Cenando está Noé en su arca con su  
familia en el piso de arriba y se oyen  
muchos golpes. Sube, hijo, a ver que  
pasa...

-Es el ciempiés que se está quitando  
las botas...

¿Qué santos están en el calendario y  
no están en el cielo?

-El jueves Santo y el Viernes Santo...

¿ Que cosa es que te da en la cara y  
no la ves?

-El viento...

Campo blanco, flores negras,, un  
arado y cinco yeguas. Es...

-El papel, las letras, el boli y los cinco  
dedos...

¿Qué sentía Vd. cuando iba en el  
avión?

-Sentía... haber subido ( miedo)...

¿Sabes nadar?

-La mitad que un pez : el pez sube y  
baja y yo solo bajo pero no subo...

## HISTORIA REAL ...

### EN UNA RESIDENCIA DE MAYORES....

Una señora ya muy mayorcita, con alzheimer ya  
muy avanzado, recibe todos los días la visita de  
su marido que le atusa, le acaricia y besa, le  
peina...

Y una empleada habla con el señor :

- Si a Vd. ya no le conoce ¿ por qué viene Vd.  
todos los días a verla .?. Si ella ya no sabe ni  
quien es Vd...

Y el señor le respondió :

-Ella ya no sabe quién soy yo, pero yo sí que sé  
quien es ella : la abuela de mis nietos, la madre  
de mis hijos, y mi esposa. Mientras pudo, a  
todos nos atendió y con todas sus fuerzas: justo

es que yo al menos le corresponda mientras  
físicamente pueda y ella tenga vida...

( Digo que es un hecho real oído por  
radio).

LOS JAPONESES...importan el ajo español en  
grandes cantidades porque es " purificador,  
antioxidante, antibiótico, antiséptico, digestivo,  
reduce grasa de la sangre, baja la fiebre,  
refuerza defensas, controla tensión,  
anticancerígeno, contra infecciones intestinales  
y contra-cardiopatías ,aumenta longevidad,  
expectorante, curativo preventivo, saludable y  
ahorra medicinas...¿hay quien dé mas?

✦ SABER ENVEJECER ES LA OBRA MAESTRA DE LA VIDA...Y UNA DE LAS COSAS MÁS DIFÍCILES EN EL DIFÍCILÍSIMO ARTE DE LA VIDA...( H.A.)

✦ CUANDO LLEGO A LOS OCHENTA YA LO HE APRENDIDO TODO Y SOLO ME FALTA RECORDARLO

( G.B.)

✦ EL ANCIANO ES EL ARISTÓCRATA DE LA VEJEZ ( J.I. COLL)

✦ SI LOS ANCIANOS CARECIESEN DE EXPERIENCIA ¿QUÉ TENDRÍAN? (ch.)  
LA PEOR VEJEZ ES LA DEL ESPÍRITU (w.h.)

✦ SE ES VIEJO CUANDO SE SIENTE MÁS ALEGRÍA POR EL PASADO QUE POR EL FUTURO ( j.k.)  
NADIE ES VIEJO SI NO QUIERE ( p.r.)

✦ YO SOY DE ESOS VIEJOS QUE NUNCA LO SON (Zorrilla)

VER...VER...VER...  
LAS COSAS NO SE VEN COMO SON SINO COMO SOMOS...TRATEMOS DE VER CON EL CORAZÓN

LA VERDAD EXISTE. LA MENTIRA SE INVENTA.  
DOS MEDIAS VERDADES NO HACEN UNA VERDAD.

¿TU VERDAD? ¡ NO! LA VERDAD Y...VEN CONMIGO A BUSCARLA. LA TU-YA...GUARDATELA.  
( a. Machado)

EL MEJOR CONSEJO LO DA LA EXPERIENCIA PERO A VECES LLEGA DEMASIADO TARDE...  
LA EXPERIENCIA ES LA MADRE DE LA CIENCIA...

AMARGANDO TU EXISTENCIA DE TU CORAZÓN UN DAÑO YA TE ENSEÑARÁ ESTA CIENCIA  
EL LIBRO DE LA EXPERIENCIA  
PÁGINA DEL DESENGAÑO (Campoamor)

PARA LA MAYORÍA DE LOS HOMBRES, LA EXPERIENCIA ES COMO LAS LUCES DE POPA DE UN BARCO , QUE ILUMINAN SOLO EL CAMINO QUE QUEDA A LA ESPALDA.

LA EXPERIENCIA ES ALGO MARAVILLOSO : NOS PERMITE RECONOCER UN ERROR CADA VEZ QUE LO VOLVEMOS A COMETER.

LA EXPERIENCIA ES EL BASTÓN DE LOS CIEGOS.

LA EXPERIENCIA ES UN PEINE QUE TE DA LA VIDA CUANDO YA TE HAS QUEDADO CALVO

HAY VENTISIETE MIL MILLONARIOS EN EL MUNDO ( DE ELLOS MÁS DE 1.000 SON ESPAÑOLES)

HAY TRES MILLONES MÁS QUE HACE UNOS AÑOS PUES...TODOS ELLOS HAN DUPLICADO SU CAPITAL EN MUY POCOS AÑOS

Desayuno quiere decir des-ayuno= dejar de ayunar.

Los japoneses se auto-medican por voluntad propia dejando de comer un día ( a dieta total o medio día purgan su cuerpo con bebidas naturales ( agua, zumos...) y se conservan bien de salud a juzgar por su aspecto más juvenil y sus largos años de vida....

A nosotros, los españoles, nos salva algo la dieta mediterránea a base de verduras, hortalizas... ( gazpacho , tomates, pimientos...). Por lo demás nos ponemos morados con comidas o cenas de familia, de empresa, de amigos, sin reparar en cómo y de qué forma está cocinado. El cuerpo traga y mal digiere lo comido ( carne, dulces..), le hacemos trabajar al estómago más de la cuenta, dañándolo considerablemente...y nos apuntamos a la " próxima" mezclado con tabaco, alcohol, medicamentos artificiales de laboratorio ( pastillas) y apuntando los días que faltan para la "próxima comilona".

No conozco máquina o mecanismo que llegue a los 80 años, más que el cuerpo del hombre ( de algunos) pero ya dañado en todo su engranaje. Reunión de viejos, tema de dolores y males ( cabeza, brazos, piernas. estómago, corazón, próstata ,dentista, podólogo, oculista, masajista, médicos, practicante...)

El nieto : tú, abuelo, ya chocheas...

El abuelo: ya me dirás cuando tú llegues a mi edad...

El nieto : si es que yo no pienso llegar...