

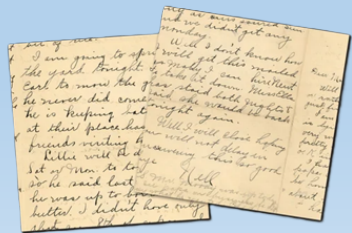
*Tabla de Solitarios N° 102
de Neuquén – Argentina 4*

A la D.G.M:

Trabajo Anual 2025

*Relatos, frases de la vida Cotidiana que surgen de la
sabiduría popular*

Este trabajo tiene la intención de reunir historias, relatos, poesías y canciones que, en algún momento de nuestras vidas, nos hayan sostenido o inspirado, o que emerjan en ciertas circunstancias, recordándonos el sentido profundo de lo cotidiano.



Con voces, propias y ajenas, que nos invitan a situarnos en un horizonte más amplio, a reencontrar nuestro centro interior y a convertir cada vivencia en una fuente de aprendizaje.



El formato es tipo **FANZINE**. Este término une las palabras fan (aficionado) y magazine (revista). El espíritu de los fanzines es ser revistas o publicaciones creadas y editadas por aficionados a algún tema –música, cómics, cine, literatura, deportes, entre otros– o por persona.

Incluimos el aporte de personas cercanas a nosotros pero también con la posibilidad de que otras personas puedan sumar su saber de vida.



Con este objetivo hemos subido nuestros aportes y los que pudimos recopilar de las personas de nuestro entorno al **INSTAGRAM** y **FACEBOOK**. Por lo que este trabajo no tiene fin

Instagram: Usuario: Semillas.impulso vital



Facebook: Usuario: Semillas Vital



Para subir historias pueden enviar un mensaje por la red social que prefieran, nosotros nos pondremos en contacto por privado.

GRUPO DE LA TABLA:

GRUPO CABALLEROS: *Rodolfo Castoldi , Carlos Mora*

GRUPO DAMAS: *Paula Ponce, María Eugenia del Campo y Débora Bubach*

GRUPO PAJE: *Fabián Pascualini*

GRUPO DONCELLAS: *Marisa Ferreyra, Patricia Ferreyra y Laura Violeta Ladino.*

Con los aportes de : Débora Bubach, María Eugenia del Campo y Marisa Ferreyra

“la Vida es Sueño” Fragmento.

Este es un fragmento de como recuerdo un fragmento de “la Vida es Sueño” de Pedro Calderón de la Barca que me hicieron estudiar en 4 año del secundario, hace unos cuántos años ya. Este me viene a la mente cuando me siento quejosa y me ayuda a ubicar en contexto, una manera de tomar distancia de la situación o cosa o cosas que me molestan y me quejo: A mi memoria le faltaron algunos versos, pero es así como la recuerdo:

*“Cuentan de un pobre y mísero Sabio
Que solo se sustentaba de una de unas hierbas que cogía
¿¿Habrá otro entre sí decía, más pobre y triste que yo??
Halló su respuesta viendo que otro sabio iba cogiendo las sobras
Que él arrojó”.*

Un cuento Sufí

Este cuento del Mulá Nasrudín (cuentos recopilados por Idries Shah) me viene a la cabeza cuando estoy buscando algo que en fondo sé que no está por allí. También lo pienso cuando hay algo que tengo que solucionar y doy vueltas y no me enfoco, no enfrento el nudo de la situación a resolver.

Buscando la llave:

Buscando la llave Muy tarde por la noche Nasrudín se encuentra dando vueltas alrededor de una farola, mirando hacia abajo.

Pasa por allí un vecino. - ¿Qué estás haciendo Nasrudín, has perdido alguna cosa? - le pregunta.
- Sí, estoy buscando mi llave. El vecino se queda con él para ayudarle a buscar.

Después de un rato, pasa una vecina. - ¿Qué estáis haciendo? - les pregunta. - Estamos buscando la llave de Nasrudín. Ella también quiere ayudarlos y se pone a buscar.

Luego, otro vecino se une a ellos. Juntos buscan y buscan y buscan. Habiendo buscado durante un largo rato acaban por cansarse. Un vecino pregunta: - Nasrudín, hemos buscado tu llave durante mucho tiempo, ¿estás seguro de haberla perdido en este lugar?

- No, dice Nasrudín - ¿dónde la perdiste, pues? - Allí, en mi casa. - Entonces, ¿por qué la estamos buscando aquí?
- Pues porque aquí hay más luz y mi casa está muy oscura.

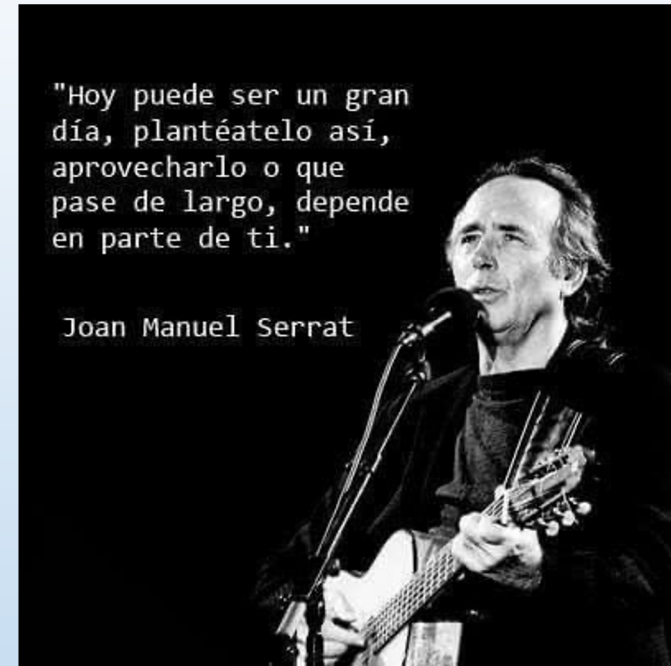


Esta canción de Joan Manuel Serrat ayudaba a un estudiante a enfrentar su día tan cargado de horas de clase de física y matemática!:

Hoy puede ser un gran día

*Hoy puede ser un gran día, plantéatelo así
Aprovecharlo o que pase de largo depende en parte de ti
Dale el día libre a la experiencia para comenzar
Y recíbelo como si fuera fiesta de guardar
No consientas que se esfume, asómate y consume la vida a granel*

*Hoy puede ser un gran día, duro con él
Hoy puede ser un gran día donde todo está por descubrir
Si lo empleas como el último que te toca vivir
Saca de paseo a tus instintos y ventílalos al sol
Y no dosifiques los placeres, si puedes derróchalos
Si la rutina te aplasta dile que ya basta de mediocridad*



"Hoy puede ser un gran día, plantéatelo así, aprovecharlo o que pase de largo, depende en parte de ti."

Joan Manuel Serrat

*Hoy puede ser un gran día, date una oportunidad
Hoy puede ser un gran día imposible de recuperar
Un ejemplar único, no lo dejes escapar
Que todo en cuanto te rodea lo han puesto para ti
No lo mires desde la ventana y siéntate al festín
Pelea por lo que quieres y no desesperes si algo no anda bien
Hoy puede ser un gran día y mañana también*

GRANDES CAÍDAS SON EL PRELUDIO DE GRANDES SALTOS

Crecí en Mendoza, a los pies del Aconcagua. Mi familia era andinista y teníamos una casa en la montaña que servía de refugio para quien lo necesitara.

Con el tiempo, los visitantes fueron dejando frases en las paredes del dormitorio de huéspedes.

**„GRANDES CAÍDAS SON EL PRELUDIO
DE GRANDES SALTOS.”**

Esa sentencia, grabada en la pared, me enseñó que las derrotas, equivocaciones y desaciertos no son un final, sino una lección.

Que renunciar a la frustración y erguirme sobre mi voluntad es lo que me permite aprender... y volver a saltar.

Gracias a quien la escribió.



El amor después del amor

Daniela creía que ya no tenía más amor para dar.
Había sobrevivido a pérdidas, silencios y despedidas que parecían dejarla vacía.

Pero un día, sin buscarlo, la vida volvió a tocar su puerta:
un perro callejero que la siguió hasta casa, una
planta que floreció sin aviso, una
risa compartida con un desconocido.

Entonces entendió que el amor no se agota, solo cambia
de forma. Que volver a amar no siempre es encontrar
alguien, sino permitirse sentir otra vez —
por la vida, por un ser, por uno mismo.

Y mientras sonaba Fito,
“El amor después del amor; tal vez
se pareciera a este rayo de sol...”
pensó que sí, que amar de nuevo era
eso: dejar que la luz entre,
aun después de tormenta.



NO TE SIENTAS VENCIDO, NI AUN VENCIDO

Pedaleábamos desde Ushuaia hacia La Quiaca.
El viento patagónico nos empujaba hacia atrás,
como si quisiera probar de que estaba hecha nuestra
voluntad. La ruta parecía infinita, y
el cansancio pesaba más que las alforjas.

Al caer la tarde, llegamos a un pequeño pueblo
buscando donde armar la carpa. Se acercó un hombre
y, sin conocernos, nos ofreció su casa.
Los Rodríguez, una familia sencilla y generosa, nos
recibieron con abrigo y comida caliente.
Nos contaron sus luchas y penurias, pero también
reían con una luz que desmentía la escasez.
En su mesa humilde encontramos aurandancia.

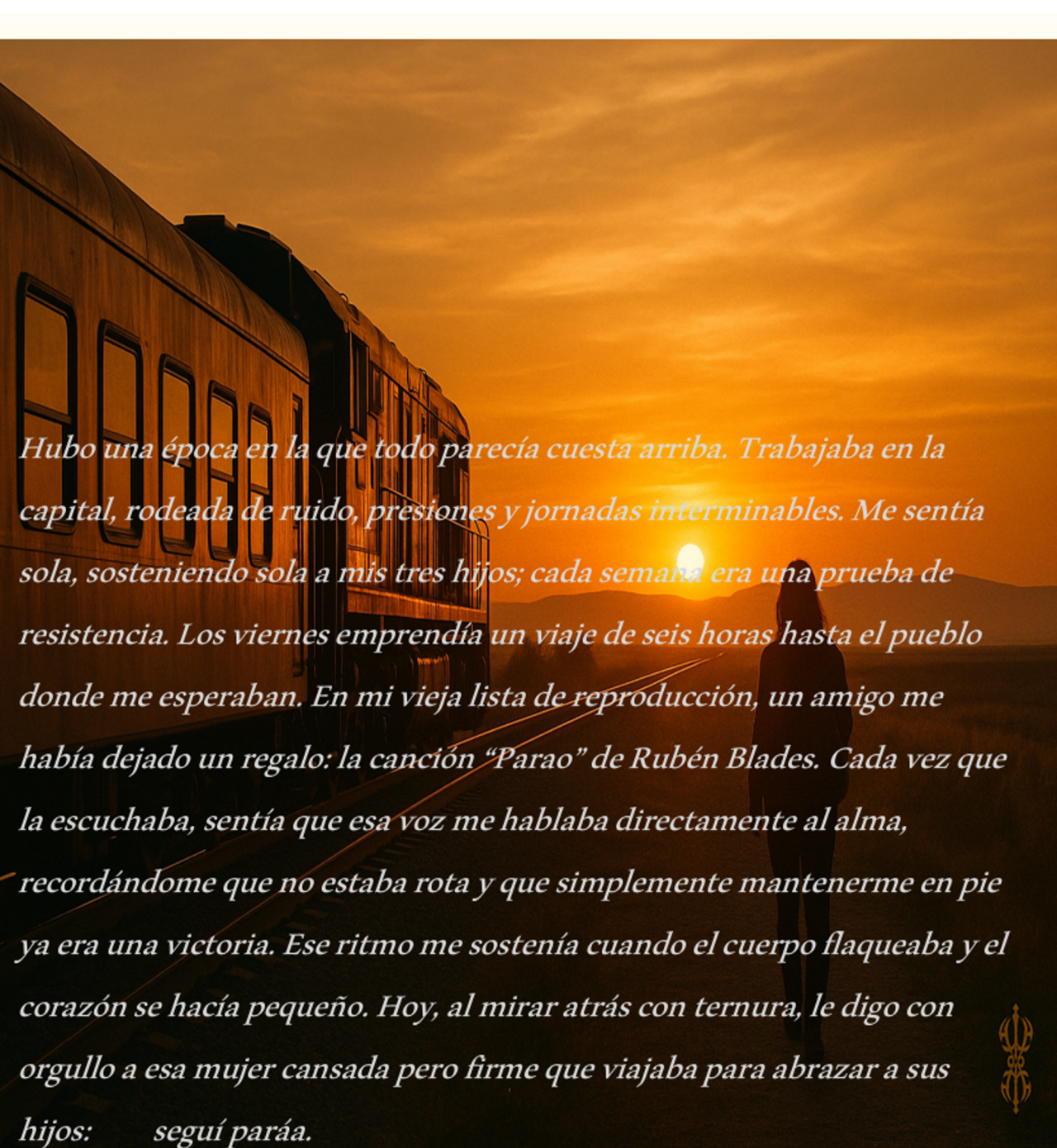
NO TE SIENTAS VENCIDO, NI AUN VENCIDO...

Desde entonces, cada vez que el viento arrecia o el
camino se vuelve cuesta arriba, recuerdo sus voces,
y sigo pedaleando un poco más.



Più Avanti – Almafuerte

No te sientas vencido, ni aun vencido,
no te sientas esclavo, ni aun esclavo:
trémulo de pavor, piénsate bravo,
y arremete feroz, ya mal herido.
Ten el tesón del clavo enmohecido,
que ya viejo y ruin, vuelve a ser clavo,
no la cobarde intrepidez del pavo
que amaina su plumaje al primer ruido.
Procede como Dios que nunca llora;
o como Lucifer, el ángel maldito,
que rueda, abyecto, el por reir aún explora.
Todo lo que al morir se halla escrito
que sea como un salto de aurora.



*Hubo una época en la que todo parecía cuesta arriba. Trabajaba en la capital, rodeada de ruido, presiones y jornadas interminables. Me sentía sola, sosteniendo sola a mis tres hijos; cada semana era una prueba de resistencia. Los viernes emprendía un viaje de seis horas hasta el pueblo donde me esperaban. En mi vieja lista de reproducción, un amigo me había dejado un regalo: la canción “Parao” de Rubén Blades. Cada vez que la escuchaba, sentía que esa voz me hablaba directamente al alma, recordándome que no estaba rota y que simplemente mantenerme en pie ya era una victoria. Ese ritmo me sostenía cuando el cuerpo flaqueaba y el corazón se hacía pequeño. Hoy, al mirar atrás con ternura, le digo con orgullo a esa mujer cansada pero firme que viajaba para abrazar a sus hijos: **seguí paráa.***

Hay quien ve la luz al final de su túnel,
y construye un nuevo túnel pa' no ver,
y se queda entre lo oscuro y se consume,
lamentando lo que nunca llegó a ser.
Yo no fui el mejor ejemplo y te lo admito,
fácil es juzgar la noche al otro día,
pero fui sincero y eso si lo grito,
que yo nunca he hipotecado al alma mía.

Si yo he vivido parao, ¡ay! que me entierren parao,
si pagué el precio que paga el que no vive arrodillao.
La vida me ha restregao, pero jamás me ha planchao,
en la buena y en la mala voy con los dientes pelaos.
Sonriendo y de pie, siempre parao.

Las desgracias hacen fuerte al sentimiento,
se asimila cada golpe que he aguantao,
la memoria se convierte en un sustento,
celebrando cada río que se ha cruzao.
Me pregunto cómo puede crecer vivo,
el que existe pa' culpar a los demás,
que se calle y que se salga del camino,
y que deje al resto del mundo caminar.

A mi me entierran parao, hay que me entierren parao,
te dejo mi sonrisa y todo lo que me han quitao.
Lo que perdí no he llorao, si yo he vivido sobrao,
dando gracias por las cosas que en la ruta me he encontrao.
Sumo y resto en carne propia, de mi conciencia abrazo,
parao, aunque me haya equivocao,
aunque me hayan señalao, parao,
en agua de luna mojao,
disfrutando la memoria de los ríos que he cruzao
aunque casi me haya ahogao, sigo parao.

Aunque me haya equivocao,
aunque me hayan señalao,
yo sigo parao,
corriendo y de pie.
vivo parao,
dando gracias por las cosas que la ruta me he encontrao
sigo parao.

Siempre parao.

Autor(es): Rubén Blades



En la época de estudiante, tenía una práctica que era visitar muchas iglesias en Córdoba capital. Me quedaba en silencio horas, a veces rezaba y otras solo esperaba .Era un refugio? necesitaba ese silencio magistral? Buscaba respuesta que no encontraba?. Se que era una necesidad

Esa necesidad de silencio es, tal vez, el primer paso hacia nuestro **centro interior**. Al parar y callar, por fin dejamos espacio para que nuestra propia sabiduría se manifieste. y esa búsqueda es una de las formas más honestas de trascender nuestras propias fronteras.



Las ranitas en la nata

Cuando creemos que no podemos, que no vamos a llegar, que no se justifica el esfuerzo...

Recordemos dar lo mejor de nosotros

Había una vez dos ranas que cayeron en un profundo recipiente lleno de nata (crema de leche). Inmediatamente se dieron cuenta de que se hundían; era imposible nadar o flotar por mucho tiempo en esa masa espesa.

Al principio, las dos ranas patalearon con todas sus fuerzas, tratando de llegar al borde del recipiente, pero era inútil. Solo conseguían chapotear y hundirse una y otra vez. Sentían que cada momento se hacía más difícil salir a la superficie para respirar.

Una de ellas, finalmente, se dijo:

"No puedo más. Es imposible salir de esta materia; ya que voy a morir, no veo por qué prolongar este sufrimiento. No tiene sentido morir agotada por un esfuerzo estéril."

Dicho esto, dejó de patalear y se hundió rápidamente, siendo tragada por el espeso líquido blanco.

La otra rana, más persistente o quizás más tozuda, se dijo a sí misma:

"¡No hay manera de avanzar en esta cosa! Sin embargo, aunque la muerte se acerque, prefiero luchar hasta mi último aliento. No quiero morir ni un segundo antes de que llegue mi hora."

Y siguió pataleando y chapoteando en el mismo lugar, sin avanzar un solo centímetro, durante horas y horas. Y de pronto... de tanto patalear y batir, agitar y patalear, la nata se convirtió en mantequilla.

La rana, sorprendida, dio un salto y, patinando sobre el bloque sólido de mantequilla, llegó hasta el borde del recipiente. Desde allí, pudo regresar a casa croando alegremente.

La perseverancia es el único camino cuando la solución no es evidente. A veces, la acción (aunque parezca inútil) genera el cambio y la salida inesperada.