

Mi voz y mi palabra



IV Concurso de microrrelatos sobre diversidad y discapacidad

Presentación

El Cabildo de Tenerife, a través de Sinpromi, convoca el «Concurso de Microrrelatos sobre diversidad y discapacidad» con el objetivo de fomentar, valorar y visibilizar la discapacidad a través de la literatura como forma de expresión artística, así como incrementar su presencia en la vida cultural y social.

La cuarta edición de este Certamen se presenta bajo el título «Mi voz y mi palabra» y está destinado a las mujeres con discapacidad como protagonistas de estos relatos.

Sinpromi promueve la integración social y laboral, así como la mejora en la calidad de vida de las personas con discapacidad en la isla de Tenerife. Con este objetivo, desarrolla acciones de sensibilización, dirigidas al conocimiento de la discapacidad, en el ámbito del arte y la cultura, promoviendo acciones que impulsan la inclusión de la diversidad.

Entre estas acciones, desarrolladas a través de la Biblioteca Social Educativa BASE, se encuentra la convocatoria de este concurso literario, que cuenta con una gran acogida, para dar voz a la diversidad y a la inclusión.

Marián Franquet Navarro

Vicepresidenta tercera y consejera Insular del
Área de Acción Social, Participación Ciudadana y Diversidad

Primer Premio

El día del adiós

Francisco Damián Rodríguez González

Francisco Damián Rodríguez González

Francisco Rodríguez nacido en 1997 en Icod de los Vinos y criado en la capital chicharrera. Estudiante de Ingeniería, escritor aficionado y lector de novela fantástica y ciencia-ficción.

El día del adiós

Ese día recuerdo llegar temprano al colegio. Lo de siempre, entrar y saludar a las mías. Así nos decíamos entre nosotras. Actuábamos como las famosas del colegio. Ahora sé que no éramos mejores que nadie.

Ya en el recreo, después de un par de horas de clases que ni siquiera recuerdo, la vi. Isabel. Siempre iba con una diadema de colores vivos. Ese día tocaba naranja con lunares blancos y los calcetines azul marino a media altura. Era de estatura baja comparada con el resto del curso, con el pelo liso de color negro y una pulsera rosa, que parecía hecha a mano.

Me fijé en ella por primera vez por esa cojera que tenía en la piedad, que le hacía caminar como dando pequeños saltos. Al poco, la cambiaron de clase justificando que no se había adaptado bien a sus compañeros. Para el director, su timidez era causada por una mala adaptación y no por las constantes burlas e insultos que le hacíamos. Nos divertía poder actuar con impunidad.

Estaba pintando en un pequeño cuaderno. Caminé hacia ella y, cuando estaba a diez metros, reparó en mí. Era difícil esconder el miedo y a ella no se le daba bien. Miró hacia los lados buscando algún tipo de ayuda, pero ya era tarde. Le di un puntapié al cuaderno, por poco no la alcancé a ella. Me miró y se puso a llorar. Esta vez había sido rápido. Normalmente, en este punto paraba. Ya había conseguido el objetivo, que llorara. Pero ese día me sabía a poco, necesitaba algo más.

Estaba sollozando con las manos en la cara, como intentando buscar algo de refugio. La miré y mis ojos se fueron directos a la pulsera. La agarré con tres dedos y tiré fuerte. Se rompió fácil. Ahora sí, ya había cumplido. Me di la vuelta y me fui mientras la escuchaba llorar. En ese momento, mis amigas rieron y nadie me recriminó.

Conseguí escaquearme cinco minutos antes del final de las clases. A 150 metros de la puerta del colegio, antes de girar a la derecha en la intersección de la gran avenida con el puente, la encontré. Una diadema naranja con lunares blancos. Al recogerla escuché un chillido, levanté la cabeza y divisé a un grupo de personas asomadas al barranco. Bajé la cabeza, me fijé de nuevo en la diadema, corrí hacia ellos, aparté a todos, me asomé y la vi. Vi la mochila rosa al fondo del barranco y, a su derecha, una figura con el mismo uniforme que llevaba yo. Me aparté y esta vez corrí, pero corrí a refugiarme donde fuese.

29 años después, escribo estas palabras de desahogo mirando como mi hija intenta jugar con una pelota. Lleva puesto un vestido naranja con líneas blancas. Es curioso como, pese a lo difícil que le resulta, sigue intentando pegarle patadas al balón. Cuando me dijeron que había nacido con una malformación en la pierna, supuse que iba a ser más problemático para ella.

A Isabel, lo siento.

Y a Isabel, mi hija.

Recuerda tu nombre para que no cometas los mismos errores que yo.

Primer Accésit

Limpia noche encendida

Inocencio Javier Hernández Pérez

Inocencio Javier Hernández Pérez

Escritor y Director Creativo. En 2017 es becado por la Residencia Internacional de Creación Artística Can Serrat. Ha obtenido premios y menciones en España, Estados Unidos, Argentina, Brasil, Puerto Rico y México. Participa en diversos encuentros literarios (Barcelona, La Habana, Tenerife, Las Palmas, Guatemala, Madrid...). Autor de los poemarios: «Eco Nocturno», «Me preguntaron por drogas y hablé del amor» y «Canción alegre de Hill Street»; los libros de narrativa breve: «Eight O’Clock» y «Los unicornios se apagan en los hoteles» (Premio de edición Vadebooks, 2020); y las novelas: «Crónicas contra la ingravidez», «Yo asesiné a Kennedy y a sus 7 guardaespaldas», «La luna nos odia con toda la fuerza de la gravedad» (seleccionada en el Festival Índice, 2016) y «En el futuro los coches no vuelan» (Premio Siete Pisos de Novela Corta, 2019). En 2022 recibe el Premio de Narrativa Carmen Martín Gaité con la novela: «Las arañas se encienden en los hoteles».

Limpia noche encendida

*Atrás queda el olor y la fragancia
del aire enamorado.*

Carlos Pinto Grote

Te contaré cómo conocí a la mujer más inteligente del mundo. Aprietas el botón y aparezco a su lado. Lo sé, una aplicación de móvil no es el paradigma del romanticismo. Si Goethe levantara la cabeza me diría que agachara la testa hasta hundirla en el fondo del fondo de la Tierra.

Llegué temprano. Habíamos quedado a las 18 horas y eran las diecisiete treinta. El cielo parecía un cuadro de Hopper sin gente, solo luz y perfección. En el suelo advertí un zigzaguo, como si alguien hubiera dibujado la estela de una bailarina ebria en la arenilla.

¿Sabes esos lugares donde convierten los coches en chicles? Hela ahí, sentada en la pista de baile. Rodeada por un círculo de coches sin vida. Había una cesta encima de una toalla enorme, roja, de lino. Dentro de la cesta: vino, jamón serrano y aceitunas. Y un perro llamado E.T. custodiando la cesta de mimbre.

Me acerqué, la miré, me enamoré. Ella me observó de una manera extraña, como si me conociera de toda la vida, sin pestañeos de novedad. Abrimos el vino, el jamón serrano, las aceitunas. El diálogo fluía, el sol desaparecía, el viento bailaba con su pelo azabache. E.T. olisqueaba mis dedos y yo le decía *aléjate bicho que tengo alergia a los bichos* pero el chucho parecía de otro planeta, así que le tiré una loncha de jamón serrano y aquí paz y en el cielo de los perros gloria.

«Tengo que decirte algo importante», dijo Bea con voz de primavera.

«Claro, lo que quieras, pero antes déjame contarte la historia de esas estrellas que forman algo así como un sueño en una noche de verano», dije imaginando que me regalaría un sinfín de excusas, constelaciones de peros, para no volver a vernos.

Otra aplicación de móvil. En realidad no tenía ni idea de las estrellas. Ella me contó que durante su infancia tuvo ciertas dificultades de aprendizaje, pulidas durante la adolescencia con más maña que fuerza. Tenía dos carreras y un par de máster, aún así, tenía ciertas dificultades para encontrar un trabajo estable y una calle sin barreras. Yo le conté que era poeta, y que curraba de esto y aquello para no parecerme a una radiografía. Sonrió y supe que el universo podía habitar entre dos labios.

«¿Qué querías decirme?», pregunté con la curiosidad de un monaguillo que habla con Dios. «No sé si para ti es un problema que no pueda verte».

«¿Tienes novio?». «Me refiero a verte». «Joder», dije sin saber qué decir.

«No te preocupes, estoy acostumbrada a la ceguera de la sociedad».

«No, no. ¿Qué dices? No me importa un pimiento. Quiero conocerte, quiero que me erices la piel como si leyeras en braille la sustancia misma de mi ser».

Esa noche bailamos en el cementerio de coches. Una de C. Tangana. Pisé varias veces sus pies, que parecían levitar como imanes atrayendo al metal. Nos besamos. E.T. aulló. «¿Cómo está la luna?», preguntó Bea. «Nunca la he visto tan bonita».

Segundo Accésit

Un cartón hecho canción

David Jesús López Mejuto

David Jesús López Mejuto

Psicólogo, con la especialidad de orientación educativa. Con 15 años de experiencia en educación, habiendo desarrollado también a lo largo de mi trayectoria distintos cargos directivos en este sector.

Actualmente soy docente en Formación profesional del sistema educativo, impartiendo clases en el Ciclo Superior de Integración Social.

Soy fundador de la iniciativa educativa Aprender Cantando, un proyecto de educación en valores a través de la música que se implementó en diferentes centros de Andalucía en el que destaca la autoría y composición de canciones, también soy autor del blog El último grito de la mandrágora y miembro del patronato de Radio ECCA Fundación Canaria.

Un cartón hecho canción

Esta letra es una carta y esta carta es un poema, es la certeza de tenerte en la mente, la cruz de mi moneda. Claudia no sabía cómo seguir expresando lo que sentía en una historia de amor que quería hacerse canción. Cada tarde al salir del instituto, cogía su diario y hacía el intento de escribir lo que aparecía en los enrevesados páramos de su mente adolescente. Pablo era su certeza, su religión y su alquimia, quería hacerle una canción a su amado. Las clases de guitarra en la «Asociación Corazón Down» eran el principal motivo de su alegría en estos momentos convulsos donde el corazón mandaba.

Cada tarde una frase, cada frase una vida entera, cada sueño escrito un paso más hacia su destino junto a la melodía pizpireta que nublaba su razón a golpes de cuerdas de guitarra.

Ese silencio sicario de las noches carceleras, ese frío y esa mantita en invierno, que no es la que yo quisiera... Esas ganas de verte y de tenerte y que nunca lo supieras.

Ese escalofrío que atraviesa mis sentidos, el pinocho que perdió a Pepito Grillo, ese miedo a perderme, por el miedo a poder verte, poder verte por la calle. Son esas ganas de olvidar, que no olvidé, que no te olvido.

Cada día Claudia lo ve pasar, son las siete. Siempre en la misma esquina, les devora la ciudad, él ignorante, ella buscando esa mirada furtiva. Al pasar cada mañana por su vera, sus latidos se aceleran y es que le sueña y le idolatra sin saber muy bien por qué.

Es su pelo llameante, son sus ojos de mar inmenso, son sus pasos firmes como rocas y sutiles como la brisa.

Cada día buscando esa mirada furtiva que le ayude a decir lo que siente. Es ese paso de cebra, justo frente a su centro, en el que se para cada mañana. Justo antes de entrar se vuelve con la esperanza de que Pablo le devuelva la mirada.

Por las tardes la misma rutina, pero sabe bien que no le verá y, por tanto, con paso decidido y sin perder ni un segundo, se apura para entrar en sus clases de guitarra. Al salir y llegar a casa le espera su habitación y las musas le acompañan hasta su escritorio, siempre con la mirada atenta de la foto de su abuela junto a su abuelo, un bonito instante que antes de abrir su diario siempre admira con cariño, como buscando ayuda en esas miradas añejas cargadas de sentimiento. En el diario guarda un trozo de cartón donde plasma cada día lo que siente, sin saber si sus letras serán alguna vez canción.

Ayer se quedó dormida en el escritorio y su padre la acostó. Al ver el trozo de cartón no pudo con la curiosidad...

«¡Mira lo que ha escrito ayer la niña, ya te dije que la he visto muy cambiada!». Fátima le contestó que no le echara cuentas... «Solo está loca de amor».

Obras presentadas

Amor a primera vista

Sergio Capitán Herraiz

Todas las tardes de este caluroso verano, poco antes de la caída del sol, les veo salir del trabajo.

Ella lleva un bastón y unas gafas de sol que no se quita en ningún momento, aunque esté bien entrada la noche. He sabido que su perra se llama Kika, un *golden retriever* del color de la luna. Caminan despacio al parque y se les nota que son nuevos en el barrio, pues aún están haciéndose con las calles, los bordillos o los semáforos.

Cada día dan paseos más largos y, últimamente, se están acercando al parque de los patos. Allí hay una zona de juego para perros. Kika, que debe tener poco más de un año, tira con fuerza de la correa para intentar jugar con sus semejantes. Pero ella, que aún no sé cómo se llama, se para y la acaricia, mientras trata de calmar su ímpetu. Difícil tarea, la perra está deseando compartir carreras y juegos con todos los allí presentes.

Un día me picó la curiosidad y me acerqué al edificio en el que trabaja. Con disimulo, pude descubrir que ella es una cotizada fisioterapeuta y que muchos de sus pacientes son deportistas de élite que se acercan hasta allí atraídos por las buenas referencias que tiene. Y mientras les trata, Kika espera pacientemente dormitando en una alfombra con dos enormes huesos dibujados.

Hoy les noto distintos y no sé por qué. Diría que andan más seguros, más decididos. ¡Ah! Ya caigo. Kika lleva un cascabel colgando del collar. No entiendo para qué.

No, no puede ser. ¡Va a quitarle la correa para que Kika entre en la zona de juego!

En ese momento me pongo nervioso. Es ahora o nunca. Así es que me acerco a ella. Dicen que la primera impresión marca para siempre todas las relaciones. Venga, tú puedes, la suerte es para los valientes, digo para mis adentros. Me coloco el flequillo y me dirijo decidido.

¡Hola! Me llamo Lucas, ¿quieres jugar conmigo, Kika? Gara, que así se llama su dueña, sonrío.

Ascenso

Yolanda Delgado Barroso

Su cuerpo hendía el agua suavemente, casi con voluptuosidad, abriéndose paso entre las ondulaciones que acariciaban su piel. En ese medio se sentía libre de ataduras, ingrávida, sirena. Curiosamente, sus terminaciones nerviosas respondían positivamente al contacto con el agua, en contraste con su comportamiento fuera de ella. Esto le recordó a Marina los primeros y temibles momentos de su enfermedad: los calambres, la pérdida de equilibrio, la rigidez de sus músculos..., la constatación de que su cuerpo empezaba a transitar por un sendero desconocido.

Había un antes y un después de la enfermedad, una vida llena de movimiento, de energía, de vitalidad y optimismo, de metas que alcanzar. No en vano, había conseguido tener un importante puesto ejecutivo en una rama de la administración del gobierno regional, y eso la satisfacía enormemente. Su carácter emprendedor la había llevado a superar numerosas barreras que para otras personas de su entorno eran insalvables. Sin embargo, ella, inasequible al desaliento, ahora se sentía perdida, como disminuida por una fuerza exterior que no la dejaba avanzar, algo así como si estuviera entrando en viscosas arenas movedizas que la retenían. Solo el agua conseguía hacerle olvidar esta sensación tan terrenal, tan apegada a la gravedad.

Cuando tuvo que empezar a usar la silla de ruedas, se sintió profundamente desgraciada y esclava de sí misma. Y ahora, un nuevo miedo se iba apoderando de ella. La perspectiva de ascender en su puesto de trabajo a una mayor responsabilidad, con representa-

tividad y mayor exposición social, la aterraba. Nunca antes había experimentado ese temor, no sabía lo que era el miedo al fracaso y en esos momentos se sentía vulnerable, pequeña, humana.

Marina pensaba en todo esto mientras buceaba en la piscina, intentando encontrar una señal que le dijera cuál era la decisión correcta. Aún no tenía interiorizada su enfermedad y lo que esta conllevaba. Sabía que el tránsito hasta la aceptación no era fácil, y tampoco la sociedad les ayudaba con barreras de todo tipo y una condescendencia que detestaba.

Pero algo desde sus galerías interiores, desde su yo más primario, la empujaba a subir, a atreverse a ascender, a iniciar una descompresión desde las profundidades y a aceptar ese ascenso que le ofrecían, desde la certeza de su valía, para ser parte de un mundo que también era suyo. Inició la subida a la superficie del agua, trepó por las escaleras de la piscina y, después de secarse y sentarse en la silla, marcó el número de su jefa. Con voz temblorosa por el miedo y la emoción le comunicó su decisión de formar parte de un proyecto por y para las personas, con visibilidad e inclusión. ¿Por qué no?

Bolita de marfil

María Milagros Campoo Álvarez-Cruz

Clara tanteó la silla y plegó su bastón blanco, tomando asiento junto a las otras candidatas al puesto de secretaria del periódico local. Se levantó un segundo para alisarse el vestido con la mala suerte de que chocó con otra chica que llevaba un refresco. La bebida acabó en el vestido de Clara, que la notó fría y pegajosa. Se sobresaltó.

—¿Es que no ves por dónde vas?

Y es que los ojos de Clara eran hermosos y parecían videntes, nada en ella hacía sospechar su ceguera de no ser cuando usaba su viejo amigo el bastón blanco con bolita de marfil. No fue así siempre. Su infancia la recordaba repleta de colores y formas, de miles de tonalidades diferentes y de muchas diferencias, entre el día y la noche, entre una mirada de desprecio y otra de aprobación... Pero, poco a poco, sus ojos se fueron apagando por una nube gris que, sin piedad, le fue arrebatando el mundo que hasta aquel día era todo para ella, y tuvo que volver a nacer de nuevo para aprender a vivir en el mundo donde las estrellas nunca brillan. Al principio sintió mucha ira y tristeza y sus ojos solo se dedicaron a llorar, lágrimas invisibles, visibles solo para los de fuera. Después de pasar su duelo, lo primero que hizo fue aprender braille, pues quería seguir con sus estudios y, como era una joven fuerte y decidida, lo consiguió.

Estaba acariciando su melena pelirroja nerviosamente cuando fue llamada para la entrevista.

—¿Clara Montes?

—Aquí —contestó la boca de Clara, mientras se ponía en pie y sentía un escalofrío por el refresco en su pecho—. Desplegó su bastón y fue acompañada hasta el despacho.

Dentro había un hombre que rozaba los cuarenta de pelo cano y aspecto serio. A su lado, una chica que era quien la había acompañado y que debía ser su secretaria. La acercó hasta una silla.

—Siéntese, por favor.

El hombre enseguida miró horrorizado el lamparón marrón oscuro sobre la camisa blanca de Clara. Ella, como si lo viera, habló:

—Buenos días, mi nombre es Clara Montes y soy diplomada en secretariado. Tengo cinco años de experiencia y cartas de recomendación que traigo conmigo. Le agradecería mucho si dejara a un lado sus prejuicios, puesto que soy una persona muy aseada. Esta mancha que observa, y que yo no puedo ver pero sí imaginar, ha sido un desgraciado accidente que sufrí en la sala de espera al chocarme con una señorita. Espero se haga cargo de que no tomaré por costumbre presentarme de ésta guisa cada mañana en el trabajo.

—De acuerdo, muchas gracias, ya la llamaremos.

Clara salió de allí con ganas de llorar de impotencia, pero a la semana siguiente recibió una llamada que le comunicaba que había sido admitida para el cargo. Se dio cuenta de que ella también había juzgado al hombre y se prometió abrir más los ojos del corazón en un futuro.

Francesca

José Luís Díaz Afonso

Francesca nació en una familia de sólidos principios, muy conservadora. A ella le corresponde siempre marcar la diferencia: «Elijo creer que para bien», se dice a sí misma.

Desde niña compartió una tierna amistad con Edmundo. Disfrutaron de museos y galerías de arte, salas de música o de cine. Lugares predilectos de los dos.

—Ojalá la creatividad y el arte puedan construir y modificar las cosas, más que las luchas y el sufrimiento —expresó en voz alta Edmundo, mientras veían una película.

Acostados, las fantasías hacían volar sus mentes y cuerpos. Terminaban chocando con la realidad.

Francesca y Edmundo se conocieron siendo niños. Ejercitaban en el mismo centro de Fisioterapia, allá por 2012. Les tocó vivir en sillas de ruedas.

Edmundo tiene una atrofia muscular espinal (AME) tipo II. Afecta las neuronas de su médula; Francesca sufre de diplejía espástica, un tipo de parálisis cerebral infantil.

Han vencido barreras. En una ocasión decidieron ir al teatro. Llegaron justo al comienzo de la función. El portero abrió las puertas de acceso sin que pasaran por la taquilla, pero cuando estaban dentro, el acomodador les pidió los boletos:

—Queremos comprarlos, pagaré al finalizar la obra, a la salida —ripostó Francesca.

—Tienen que salir —dijo el empleado. Y, de muy mala leche, remató—: ¡Ya!

El maltrato se convirtió en una crisis de relaciones públicas para la sala de teatro. Se hizo viral. Finalmente, el desenlace ayudó a mejorar las condiciones de acceso y disponibilidad de espacios para personas con discapacidad en la sala.

Francesca y Edmundo se enamoraron. No de manera platónica, ni al estilo de las telenovelas. Francesca tomó la iniciativa:

—¡Edmundo, quiero ser tu mujer! —Sus grandes ojos pardos brillaron.

—Yo también te quiero, Francesca. Me siento atraído por ti. — Las manos de Edmundo temblaron, por primera vez de emoción.

Ese objetivo, quizás metafórico, cobró más fuerza cuando Francesca vió *Sans soleil*, el documental de Chris Marker.

—Si vamos al teatro, al cine y de paseo siempre asistidos, ¿por qué no podemos tener sexo? Soy tan mujer como cualquier otra.

—Sí, tú lo has dicho: «asistidos». ¿Quién nos asistirá para follar?

—¡Una puta! —exclamó Francesca.

Y, sin darse cuenta, tuvieron la valentía de compartir algo tan íntimo, lo cual bautizaron como, «consumar la verdadera “autoaceptación”».

Planteárselo a la familia no fue fácil para Francesca. Edmundo encontró más receptividad entre los suyos, por aquello de «amarran a sus gallinas, mi gallo está suelto». Ambos insistieron. No sólo hicieron partícipe a la familia, sino también a los amigos más cercanos.

Francesca y Edmundo asistidos por Ángela, una mujer madura amiga de la pareja, follaron: «¡No seamos cursis: “hacer el amor”, follamos y ya!», sentenció Edmundo.

Francesca pidió bajar la intensidad de la luz, sentía un poco de pudor por una cicatriz quirúrgica. Pero a Edmundo le encantaba: «Me hace sentirte tan única».

Ángela, los asistió a entrar en el jacuzzi de agua tibia, perfumada, y dio play a *Figlio della Luna*, el CD favorito de ambos.

Guardaespaldas enfrentados

Miguel Ángel Hernández Ávila

Era el primer día de clase y el destino quiso que durante todo el curso escolar me convirtiera en su guardaespaldas. Ella delante y yo justo en el pupitre de atrás.

El traqueteo de las nueve teclas de la «Perkins» era música industrial. A veces, levantaba la vista y observaba sus escritos o dibujos realizados con punzón. Muchas risas compartidas leyendo los poemas de Gloria Fuertes en la clase de literatura.

Al salir al recreo o a la calle, era ella mi guardaespaldas rodeando con su mano mi hombro. Cuando no éramos el guardaespaldas ninguno de los dos, nos mirábamos de frente, yo con mis globos oculares y ella, como siempre me decía, con los ojos del corazón. Nunca pasó las manos por mi cara para imaginarse mi rostro, siempre pensé que para ella aquello no era esencial.

Llegó el verano y el curso terminó. No volvimos a «vernos». Andrea falleció a causa del tumor en la cabeza que le había hecho ver la vida de otra manera, distinta, diferente, pero llena de inocencia y amor.

Aún, a día de hoy, me cruzo con sus padres por la calle. Su madre me sigue mirando con el brillo de su corazón.

Hanna

María del Carmen Peñate Rodríguez

Tras la ventana, la alborada se manifestaba arrogante y bella, con insólitos y extraordinarios colores resplandecientes. Hanna sonrió como cada mañana al despertar. Sus manos fuertes y expertas alcanzaron a su compañera inseparable, su silla, con la que compartía cada día de su vida.

Aquel era su gran día y en sus dulces ojos se reflejaba la ilusión de siempre, la misma alegría de vivir que siempre tuvo desde que tomó conciencia de sí misma.

A pesar del duro camino que había recorrido, lleno de obstáculos, desdenes y postergaciones, nada ni nadie pudieron con su entereza y sus anhelos.

Mientras terminaba de arreglarse, recordó cuánto había tenido que luchar para llegar a conseguir aquel merecido ascenso a la presidencia de la más floreciente empresa de su ciudad.

Primero fue la gran lucha, la más dura y costosa: la lucha que tuvo consigo misma cuando en su mundo reinaban la cobardía, la renuncia y el conformismo, llegando a doblegarla hasta los límites de una desesperación aterradora. Era difícil salir de aquel gigantesco pozo.

Fue un duro golpe lo que la despertó de aquel espantoso letargo. Tenía apenas doce años cuando, de pronto, su madre enfermó, haciendo que su melancólico y fastidioso mundo de niña desvalida

diera un vuelco a su vida. Su instinto innato de lucha despertó de pronto ante aquel cambio inesperado al perder, repentinamente, el gran apoyo donde vomitaba toda su amargura.

Hanna tomó las riendas de su vida, reparó por primera vez en lo que su madre le decía cada día y se juró que nunca más iba a perder un segundo de la maravillosa vida que le pertenecía por derecho. Nada ni nadie, y menos unas piernas muertas, le iban impedir vivir como cualquier otra mujer.

Comenzó una lucha sin tregua, se preparó concienzudamente. Sus estudios y su preparación física fueron la constante en su día a día. Tuvo que afrontar miles de comentarios, algunos hirientes, otros curiosos y muchos otros vistos desde la más estúpida necedad. Pero Hanna se agarró a los grandes apoyos, a la positividad de los que creían en ella, a su esencia, que estaba fundada en la esperanza, la fe y el anhelo de vivir. Sorteó con perspicacia los muchos inconvenientes que la sociedad le imponía sin conmiseración alguna.

Pronto aprendió a conducir y a desenvolverse sola por la gran ciudad. Y la niña desvalida que un día fue se convirtió en una gran mujer. Trabajó duro rivalizando con los mejores, entre ellos el que era ahora el amor de su vida. Fue osada y resuelta, sacando fuerzas de su desánimo, hasta conseguir un puesto en la sociedad impensable para una mujer, y menos aún para una chica joven y discapacitada como ella.

Hanna se sintió orgullosa, sonrió divertida a su espejo. Se veía bonita y pletórica de alegría. Infinitos proyectos rondaban por su mente, era una mujer triunfadora gracias a su constancia y a su apasionado coraje. Supo entonces que a las discapacidades, solo las somete la fuerza de voluntad.

La cueva de las leyendas perdidas

Óscar Martínez Vera

La noche estaba oscura como boca de lobo. Solo había una hoguera encendida dentro de la cueva más alejada del resto de la tribu alumbrando los gestos del viejo Acaymo, para que su nieto, Jonay, pudiera verlo. Era la única manera que tenían de comunicarse, porque había nacido sordo; él fue uno de los últimos nacidos bajo el influjo de la antigua maldición lanzada por el malvado Guayota en el pasado, antes de ser encerrado por el todopoderoso Achamán, en lo más profundo de Echejde, y de terminar así con la maldición.

Pero antes de que todo eso sucediera y antes incluso de que las mujeres pudieran comunicarse con el mundo de las ánimas, cuentan las antiguas leyendas que gracias a una mujer, favorecida con la gracia de Chaxiraxi y la luz de Magec, se desveló el secreto para poder neutralizar la maldición.

Tinixara, nuestra querida líder, no nació en el seno de una familia noble ni fue adiestrada por ninguno de los Samaranes.

En el pasado, nuestras leyes y costumbres diferían mucho de lo que son hoy día. Cuando había un nacimiento y la criatura venía al mundo discapacitado físicamente, el Faykan que llevaba a cabo el parto, ya que todavía no existían las Maguadas, hablaba con el Mencey y desterraban al recién nacido a Tamarán, en nuestra isla vecina, donde estos pequeños crecían y vivían toda una vida de esclavitud bajo el yugo del Guanarteme de cualquiera de sus

tribus. Tampoco la mujer tenía ningún papel importante, más allá de dar a luz a su progenie.

Eran tiempos oscuros, pronto dejarían de serlo.

El día que Tinixara nació, Echeyde dejó de expulsar furioso su lava, el mar embravecido quedó en calma, hasta las bestias cesaron sus actividades. Su problema fue nacer ciega. Pero tuvo la gran suerte de que ese día no había ningún Faykan para ocuparse del parto y, en su lugar, se encargó el poderoso Guadameñe, que supo darse cuenta de que Tinixara era un ser especial conectado con el mundo de los espíritus. Por esa razón, evitó que corriera la suerte de ser enviada a Tamarán.

Por aquellos oscuros tiempos eran más y más los nacimientos con algún defecto. Los Kankus entraron por medio de rituales en el mundo de los espíritus y se enteraron de que Guayota había maldecido todo nacimiento en la tribu de Anaga en Achinet.

Tinixara siendo ciega podía ver, veía los espíritus de las cosas, plantas, animales, piedras, elementos... Nada tenía secretos para ella. Es por esto que llegó a comunicarse con los Dioses Paredros y estos le enseñaron a vencer a los terribles Tibicenas. Con la caída de estos últimos, la tribu de Anaga se dio cuenta que los nacimientos empezaron a ser sanos.

Tinixara se casó con el Mencey de Anaga y se convirtió en la primera Maguada, derrocando así las antiguas leyes y costumbres, y ningún niño volvió a ser enviado a Tamarán. Con lo que comenzó la guerra de los dragos. Pero eso ya es otra historia.

La igualdad con la discapacidad

Zainab Akinmboni

Érase una vez una niña que se llamaba Marta. Era alegre, muy saltarina, tenía mucho carácter. Le gustaba bailar, cantar y los videojuegos online. Se sentía mejor jugando con gente en Internet porque así nadie vía que le faltaba una pierna. Además, compartía sus juguetes con una amiga, ya que se llevaban muy bien, y a veces se quedaba en su casa.

Un día, cuando la niña estaba en el colegio, vio a los otros niños jugando y ella no podía. Entonces se puso triste porque no podía ser como los demás y se quejaba mucho.

Al día siguiente, volvió al colegio, pero esa vez le tocó educación física. El *profe* la puso sentada porque no podía hacer los ejercicios. Pasó toda la hora sentada y, cuando volvió a casa, la niña le contó a su madre lo que estaba pasando.

Cuando la madre se enteró, se enfadó un montón y se le ocurrió ir al médico para ver si podían ponerle una prótesis. El médico le tuvo que hacerle algunas pruebas, le tomó medidas, le probó algunos modelos para ver cómo le quedaban y así saber qué talla podría usar la niña.

Cuando acabó, la niña se puso contenta por todo lo que estaban haciendo por ella. Al otro día, fue al colegio contenta porque ella solo pensaba en la prótesis, en todo lo que podría hacer con ella

puesta y en cómo callaría a toda esa gente. Pero cuando veía a los otros niños se ponía un poco triste, sobretodo en educación física, porque siempre la sentaban ya que los profesores decían que no podía hacer nada.

Pero la niña nunca se rendía ante los obstáculos que le ponían las personas y las vías públicas. Dos semanas después, llegó el gran día para ella: por fin le iban a poner la prótesis. La niña estaba nerviosa, pero cuando se la pusieron ella empezó a saltar, pues estaba muy contenta.

Al día siguiente, se puso la prótesis para ir al colegio. Cuando la gente la vio se quedó con la boca abierta. Esa mañana le tocaba educación física y la niña hizo lo mismo que los otros niños. Ella, muy, muy feliz, se lo contó a su madre. La madre le dijo: «Muy bien, conseguiste tu sueño, nunca te rendiste delante de la gente, estoy muy orgullosa de ti».

Actualmente, Marta es una mujer de 28 años y sigue contenta con su prótesis. Ahora la sociedad la mira de otra forma, ahora hace mejor las cosas. Tiene canales de Youtube, TikTok, Instagram, Twitch y Twitter. En estas plataformas explica su experiencia a lo largo de su vida, las consecuencias y las cosas que ha logrado para estar en esta historia, y también sus sentimientos. Además, tiene voz en un partido político y finalmente ha logrado muchas cosas en esta sociedad.

La mujer

Carolina Pereyra Rosales

Una mujer a la que no le vamos a poner nombre. Ella es muy guapa, *se comía el mundo*, o eso se creían todos. Le gustaba vivir la vida, pero siempre tenía ideas en su cabeza que no la dejaban ser feliz.

Esos pensamientos se convirtieron en protagonistas de su vida. La mujer se empezó a obsesionar, ya no sabía diferenciar la realidad y lo imaginario. Lo peor es que nadie en su entorno se daba cuenta, nadie la podía ayudar.

Hasta que llegó el día en que la mujer tocó fondo, se alejó de los pocos amigos que tenía y se enamoró de la soledad y la tristeza. Entró en una guerra donde solo veía enemigos y fantasmas.

Así pasaron los meses, hasta que se le apareció un hada mágica, pero esta sí era de verdad, no de aquellas que se le aparecían en sus pensamientos. La mujer asustada le dijo: «¿Quién eres?». Y el hada contestó: «Estoy aquí para llevarte hacia la luz». La mujer de ninguna manera se iría y el hada, sin pensarlo, se la llevó a la fuerza.

Cuando llegó al lugar no se lo creía, era un sitio horrible, o eso le parecía. Las paredes eran blancas y la rodeaban personas vestidas también de blanco que no paraban de hacerle preguntas incómodas. No entendía nada. Pasaron las semanas y la dejaron salir de ese raro lugar. Entonces se dio cuenta de que algo no estaba bien, hasta que escuchó la temible palabra: esquizofrenia.

¿Se pueden imaginar cómo se sintió la mujer? Rompió a llorar, no se lo podía creer. Un rato después, llegó a casa, se tomó las pastillas y se fue a dormir.

Pasaron las semanas y la mujer no escuchaba nada. No estaba bien ni estaba mal. Se me olvidaba una cosa, no he dicho la edad de la mujer: tenía nada más y nada menos que 22 añitos. Mientras que todas las personas de su edad estaban disfrutando de fiestas, ella estaba luchando por mantenerse en pie, simplemente por levantarse de la cama.

Un día, vamos a llamarle «El Día», se levantó con ganas y energía. Decidió que, a partir de ese momento, ella sería la dueña de su propia vida y no permitiría que nada ni nadie le robara sus sueños, ni una enfermedad ni nada.

Su sueño era ponerse a trabajar. Pero, seamos realistas, una mujer de 22 años con discapacidad, ¡cómo va a encontrar trabajo! Eso pensaba, y eso piensan muchos pero...

Empezó de cero. Siguió estudiando lo que ella quería y, para resumir y en conclusión, al año sonó la famosa llamada: la contrataron en una buena empresa y, con el paso de los años, la dejaron fija.

Ella ya todo lo ve de color de rosa, esas sombras oscuras desaparecieron y esas voces que escuchaba se convertirán en los aplausos de los lectores que lean esta historia.

Porque, aunque suene fuerte, hoy o mañana puedes ser tú esa mujer. Solo te digo que nunca te rindas.

Las siete palabras

Carmen Ligia Valladares Expósito

Se llamaba Gloria...

Gloria al Padre, gloria al Hijo... ¿Por qué el Padre, el Hijo o el mismo Espíritu Santo habían permitido que estuviera así? Esa pregunta se la hacía muy de tarde en tarde, pero nunca dejaba que el desánimo la invadiera.

No es que el Padre la hubiera abandonado, que en su caso sí que fue así, a pesar de que le había prometido el Paraíso cuando se despidió de ella. Lo había escuchado decirle a su madre «Cuida de nuestra hija», pero no lo comprendió hasta muy tarde, cuando ya todo estaba cumplido.

Las oraciones de su madre habían servido de poco, o de mucho, según se mirara. Con bastones, pero acostumbrada a vivir sin ayuda. Ahora era ella la que ayudaba a los demás.

Recordaba cuando de niña acompañaba a su madre todos los domingos bien temprano a la iglesia de su pueblo y se divertía en aquel lugar de culto. Corría y se subía a los bancos antes de que la gente empezara a llegar a la misa, mientras su madre se ocupaba de limpiarlos. La ayudaba a colocar las flores en los jarrones, a recoger las monedas que los más generosos soltaban suplicando el perdón de sus pecados.

Pero esos eran otros tiempos. Recordaba que de un día para otro se había puesto enferma, tenía mucha sed, hospitales, pruebas,

análisis, tristeza en los ojos de su madre, oraciones y más oraciones y, al final, había conseguido encomendar su espíritu, apegarse a la vida. Con bastones, pero con vida.

Fueron pasando los años y se afianzaban en sus oídos las palabras de su madre: «Te quedarás sola algún día, yo no voy a estar siempre aquí para ayudarte». Así que se esforzaba en estudiar, en comprender, en escuchar a los demás. Cuando cumplió los veinticinco, aprobó las oposiciones para la Administración y se pudo comprar un vehículo adaptado. Ya tenía el carnet de conducir que había aprobado con tesón para alegría de su madre y para la suya propia.

Consiguió una plaza en los Servicios Sociales del Ayuntamiento de su pueblo y, con el paso del tiempo, la respetaban por su buen hacer y por sus logros en favor de otras mujeres en peor situación que ella. De «la niña cojita» (perdónalos, porque no saben lo que dicen) a «Gloria, la del Ayuntamiento», había pasado toda una vida y miles de acontecimientos. Malos, regulares y buenos, como en cualquier otra vida de cualquier otra mujer en cualquier otra parte del mundo.

Esta, como el significado de su nombre, se llamaba Gloria...

María ya está en casa, esperándote

Eduardo Zerolo Álvarez

Como ya sabes, hace cuatro meses María tuvo que ingresar en el hospital al sufrir gangrena en un dedo, que dio como resultado la amputación de media pierna derecha.

Ella evitaba que sus nietas vieran el dedo infectado, ya sabes como es. La persona que le arreglaba sus ajados pies decía que eso era una costra que se le caería sola, sin más necesidad que la crema milagrosa que le estaba poniendo. Decía que se la traían de un pueblo de Estambul..., cosas para mantener el negocio, supongo. María no quería saber nada de médicos porque ya sabes lo que dice: cuando vas siempre te encuentran cosas malas. Después de vivir sus ochenta y un años, en muchas ocasiones dolorosamente trabajados y, en otras, poco disfrutados, ella ya tiene algo de experiencia en estas cosas.

Qué te voy a contar de lo complicado que fue para ella, madre soltera, de color e inmigrante, llegar hasta este momento de su vida con la tranquilidad de saber que se encuentra rodeada de familia, amigos que la quieren, y de ti, Julia.

Según dice, también está contenta por una sociedad que, en teoría, avanza. Su único afán a estas alturas de la vida es esperar plácidamente la muerte a tu lado, mi querida Julia. Se han conseguido muchos derechos sociales, pero a su edad ha visto tantos cambios, ha sufrido y ha pasado tantas calamidades. Bueno, sé

que te ha contado muchas, pero otras, dice, ninguno somos capaces ni de imaginar. Y ahora, al oído, me dice que le queda mucho por contarte.

Cuando parecía que socialmente todo iba sobre ruedas con una evolución lenta pero segura, ahora, al traerla a casa, me he dado cuenta de que no es así. Te cuento:

Sabiendo que volvería a casa amputada de una pierna, su familia pidió al administrador de la comunidad de vecinos donde reside una rampa o ascensor para la silla de ruedas. Dos meses después, el correo electrónico que se había enviado con la solicitud amparada por ley, no lo había leído el administrador. Tras otros dos meses todavía no hay informe técnico, ni presupuestos, ni se han pedido permisos.

Y me pregunto, ¿realmente hemos avanzado tanto?, ¿realmente han calado en la sociedad y en las instituciones las necesidades de una persona con algún tipo de discapacidad?, ¿hasta qué punto queremos como sociedad avanzar?, ¿realmente importamos?

Se está haciendo mucho, pero queda tanto por hacer, mi querida Julia. Pero lo importante, Julia, es que María ya está en casa, esperándote.

Me gustaría contarte

Rosa María Rodríguez Suárez

Me gustaría contarte que soy igual que tú. Que cada mañana me levanto anhelando una primera taza de café. Que me despierto con una gran sonrisa porque sé que es el comienzo de otro gran día. Que me miro frente al espejo para ver si he elegido el modelo perfecto para ir a trabajar. Que por la tarde, cansada del trabajo, iré de paseo con mis amigas y los niños al parque.

Me gustaría contártelo, pero solo queda en un deseo. En el deseo de que fuera cierto. Porque nada de eso existe. Mi cruda realidad es muy diferente. La vida me reta día tras día para que mi corazón sea cada vez más fuerte y entienda que me ha tocado un destino totalmente diferente.

Postrada en una cama, sin movilidad, sin libertad. Resignada a cuatro paredes y con la única compañía de mi familia cercana. No tengo amigas con las que compartir momentos, risas ni complicidad. No me he enamorado porque ningún chico viene a tocar a la puerta de una tetrapléjica desconocida para pedirle una cita. Y lo peor de todo es que ni siquiera creo que me lo merezca. Ni que se lo merezca él. ¿Quién quiere compartir una vida amorosa con alguien que necesita ayuda para comer, para beber, para caminar? ¿Te lo digo? Pues, NADIE.

Y ahora me vas a decir, que yo misma me sepulto y me tacho. Que yo misma me niego la felicidad. Pero no te olvides de que llevo viviendo así muchos años y me baso en la cruda realidad.

Estoy atada de pies y manos, pero con una mente sana que se da cuenta de todo lo que pasa a mi alrededor. Soy prisionera de una sociedad egoísta e insensible, llena de estereotipos y falsas apariencias. Tener una discapacidad así «no mola». Soy un «lastre» social y económico.

¿Es duro lo que digo, verdad? Sé que lo es, pero así me siento.

Me encantaría contarte que mi minusvalía no afecta a mi felicidad y que la gente me ve igual que al resto.

Me encantaría contarte que no soy un estorbo y que tengo las mismas oportunidades que tú.

Me encantaría contarte que cada semana alguien me llama para salir a tomarnos un café y dar un paseo junto al mar.

Me encantaría, me encantaría, me encantaría..., claro que sí, claro que me encantaría.

Pero si recuerdas, ya te lo dije en mi segundo párrafo: todo queda en un simple deseo. Solo de ti depende que algún día mi deseo se haga realidad. DAME UNA OPORTUNIDAD.

Mi amiga

Isaías Santana Pérez

Parece que un tenue rayo de sol se asoma en un resquicio que dejé anoche entre los dos estores de mi habitación. Hoy no tengo ni quiero levantarme temprano. Me quedaré repasando mi vida desde la cama, como hacemos todos, justo antes de poner literalmente los pies en el suelo. Anoche llegué cansada a casa, sobre las 12, y no me apetecía nada el proceso protocolario de desmaquillarme. Y aquí estoy, en la cama, con una cara que debe dar miedo, mirando hacia el techo sin ver nada. Aquí estoy, recordando como hace solo un año mi vida cambió gracias a Gema. Anoche, mientras veníamos a casa en transporte público, pensé mucho en cómo mi vida dio un vuelco gracias a ella. Aún no lo sabe, pero ha sido capaz de llenar de luz un espacio oscuro, tétrico y tenebroso de mi vida. Y yo, que ingenuamente creía tenerlo todo controlado después de aquel accidente... Gema llegó a casa como un vendaval de alegría, ocupando todas las estancias de mis miedos, guiándome con la seguridad que necesitaba, acompañándome sin complejos por los caminos de mi rutina y quitándome los obstáculos con la seguridad que solo ella me transmite. Es mi compañera y parte de mi vida en cada suspiro de mi existencia, es mi amiga, es el bastón donde apoyarme... Gema es mucho más que un perro guía.

Mi voz y mi palabra

Elsa Lorenzo García

Declaro que el Parkinson se ha instalado en mi cerebro, en mi día a día, en mi espíritu, en mi alma, en todo mi ser, en mi existencia. Esta afección, desde el principio, deja claro quién manda.

Yo vivía con terror pensando como podría seguir. Soledad y miedo acuden a mi mente. Un día, mi brazo derecho no estaba igual. Cuando intentaba escribir, me salía una letra temblorosa y si me esforzaba salía aún peor. No podía escribir mi firma. Me aterrorizaba cuando alguien en alguna oficina pedía: «¡Firme aquí!». Mi pie derecho se negaba a moverse y tenía que arrastrarlo. Envejecía años cuando vivía este tipo de experiencias.

En el trabajo, a pesar de poner mi alma en todo lo que hacía, tuve que reconocer: «¡No puedo más!». La enseñanza había sido el objetivo de mi vida, pero ya no podía ser. El último día de octubre de dos mil quince me concedieron la jubilación. Fue un alivio para mí.

La discapacidad era de todo tipo: mental, espiritual, emocional. Me producía desdicha, tristeza, soledad, incompreensión. Ser mujer añade sutiles aspectos, como que podremos con todo.

Cometemos el error de no analizar cómo nos sentimos, lo que nos lleva a que personas cercanas imaginen otros motivos, y va naciendo una relación insana. En los primeros estadios de la enfermedad suele pasar que, como pocos en la familia conocen los síntomas, suponen que estamos bien y confunden esa tristeza, soledad, miedo, amargura, aislamiento, con caprichos del carácter. Se habría

mejorado buscando a esas personas jóvenes, preparadas, estu-
diosas, abnegadas, expertas y con mucha humanidad, que han
dedicado parte de sus cortas vidas como psicólogas, logopedas,
fisioterapeutas o auxiliares sanitarias, a enseñarnos a sobrellevar
esos efectos limitantes que tan bien conocemos los que convivimos
con el Parkinson.

Aún no me he rendido. No me considero una persona totalmente
discapacitada o totalmente dependiente. Acepto la diversidad,
la diferencia, la singularidad. No acepto la discapacidad que nos
pone barreras, no solo físicas sino actitudinales, que nos excluyen
y que consideran que no merece la pena seguir, perseverando en la
mejora de nuestro nivel de educación, de nuestra calidad de vida,
de nuestro bienestar emocional y social.

Acepto la total inclusión de personas con enfermedades diferentes
en programas que faciliten ser parte activa en la mejora de nuestra
sociedad, tan deshumanizada y con desconocimiento en valores.

Con mi voz y mi palabra, y con la voz y la palabra de otras personas,
difundiremos un mensaje de esperanza para comenzar una era
donde todos seamos necesarios, nunca discapacitados.

Actualmente me siento mejor y he encontrado mi lugar. La mayor
discapacidad es la no capacidad para reconocer que no podemos
sufrir nuestro mal en soledad.

Mi voz ha conseguido elevar su volumen y mi palabra ha rescatado
recuerdos que aún me hacen feliz.

Mi voz ya no está sola. Mi palabra sigue viva. Cada día es un regalo.
Habrá muchos más.
Nos queda la palabra.

«Me queda la palabra». *En el principio.*
Blas de Otero

Mi voz y mi palabra (Relato)

Marina Dols García

Hace tiempo que tenía previsto escribir un relato corto sobre la mujer y la discapacidad. ¿Qué es para mi la discapacidad? La presencia de dificultades para poder planificar el día a día, teniendo en cuenta las limitaciones físicas y mentales, y cómo estas me afectan.

Afortunadamente, con la liberación de la mujer, el hombre también ha tenido que aprender a desenvolverse en tareas que habitualmente eran adjudicadas a la mujer. Ahora no hablamos de actividades destinadas a hombres o mujeres, sino a personas.

La mayor de las virtudes que tiene una persona es su voz para expresar los pensamientos, valores y sentimientos a través del corazón. Las personas que padecemos la enfermedad de Parkinson llevamos una mochila llena de frustraciones y desconocimiento, con una buena dosis de sentido común. Esta lucha diaria se basa en nuestra fuerza y coraje, añadido al hecho de ser mujer, y no poder con todo como antes o como la sociedad ha demandado hasta ahora.

¿Quién tiene la vida más fácil con la misma enfermedad? ¿Hombres o mujeres? No quisiera responder a esta pregunta con una respuesta cerrada, pero sí es cierto que el hombre, por serlo, ha tenido un rol más cómodo en la vida, mientras que la mujer ha sido, y continua siendo, el soporte de la familia y otros ámbitos. La mujer es capaz de curar una magulladura en la rodilla de su hijo o bien curar un corazón roto. Yo, como mujer, he de tener una piel fuerte como el roble y al mismo tiempo suave como la seda.

Ahora no le tengo envidia a aquella mujer fuerte e incansable que fui. La de ahora es diferente. Esta enfermedad a mí me ha afectado a la movilidad, al equilibrio, al temblor de las manos y los pies. El no poder caminar con firmeza, el tener que sentarme y luego levantarme de una silla con ayuda de un bastón, eso para mí no es discapacidad porque yo he elegido seguir con fuerza, tesón y ganas de vivir, venciendo así esos pequeños obstáculos que la vida nos pone en el camino.

En este sentido, debemos expresar todo lo que hacemos día a día, poner en valor toda nuestra pureza, fuerza y confianza, y conocer realmente cómo es nuestra realidad. Lo puedo decir más alto, pero no más claro. Somos valientes y necesitamos visibilizar nuestra realidad para que nos ayudéis a poder vivir dignamente, como el resto de las personas.

Querernos

Raquel Suárez García

Nací y ahí estabas tú. Pupilas y ternura cogidas de la mano. Cómoda en el crecimiento silencioso, que es acompañado por los conocimientos que parten de los gestos.

Imitarte fue mi meta para poder acercarme más a ti, más a mí, más a todos y todas. Imitarte fue mi único recurso para poder explicarte todo lo que me importas.

Bullicio exterior que no podrá jamás afectar a nuestra forma de comunicarnos, de entendernos. Tú controlas todo lo que otros obvian, tu capacidad de observación supera cualquier grito de alegría, porque en tu silencio está mi hogar, mi educación y mi familia.

En tu silencio puedo escuchar la mejor de las melodías y en todos mis gestos y palabras mudas, tú podrás sentir todo lo que soy. Tus signos son mis bailes, tu comprensión mi conciencia, es algo contagioso, siempre quiero saber más, que me deleites con tus cuentos, con tus destrezas en el día a día, que me incluyas en tus planes especiales..., porque pasar tiempo contigo es magia.

Por ser mujer, madre, amiga, educadora, confidente..., por superarte con cada reto, por sonreírle a aquellos que se asustan de lo normal, a aquellos que no saben entender el silencio porque viven sumidos en la materia, por recibirme y despedirme con uno de tus abrazos infinitos, gracias.

¿Quieres una bufanda azul?

Abril Ronsisvalle Toniguzzo

Mi mamá tiene una bufanda azul. Es una bufanda que brilla mucho a la luz del sol. A mi mamá no le gusta su bufanda, cree que la hace diferente a los demás. Cuando salimos a pasear la gente la mira y a ella no le gusta. Para poner contenta a mamá, mi papá y yo nos hemos comprado dos bufandas azules. Ahora, cuando salimos a la calle, la gente nos mira mucho a todos. A mí no me importa que me miren, creo que les gustan nuestras bufandas. A veces no entiendo por qué solo nos miran, si alguien me pidiera mi bufanda, yo se la prestaría. Pero nadie nos las pide, solo nos miran.

A mí me gusta mucho mi bufanda, pero cuando llego a casa siempre me la quito. A veces me canso un poco de llevarla puesta, siento que me aprieta tanto que respirar se hace difícil. Parece que a papá no le cansa, pero yo sé que en realidad sí. Cuando llegamos a casa, papá no se quita su bufanda, pero algunos días, cuando todos nos vamos a dormir, él se sienta en el sofá y se la desajusta. Yo creo que tiene miedo de perderla porque nunca se la quita del todo. Él solo desamarra el nudo y deja la bufanda colgando de sus hombros.

La que nunca se quita la bufanda es mamá. Yo sé que a ella no le gusta llevarla, pero desde que papá y yo nos la ponemos le gusta un poco más. A veces me pregunto qué pasaría si todos usáramos una bufanda azul. Tal vez así mamá se sentiría más feliz de llevarla.

Ser libre es ser yo misma

Patricia Pérez Rivero

La sociedad clasifica a las personas como si fuéramos un producto más dentro del supermercado. Si a esto le sumas el hecho de ser mujer y tener discapacidad, pasas al pasillo de los congelados, parece que no existimos. Porque cuando está presente el producto fresco, es decir, las personas que no tienen ningún tipo de dificultad y además son hombres, ya el congelado pasa a tercer plano.

Soy mujer, soy hija, soy madre, soy fuerza, soy lucha y soy libre. Nunca la palabra discapacidad me ha frenado para seguir adelante. Mi voz rompe barreras sociales y mi fuerza las barreras físicas. Las palabras que algunos me dedican con pena, son mi armadura para superar cada obstáculo que me han puesto en la vida. Mi fuerza nace de la desigualdad, de la injusticia, de mi capacidad de lucha constante por lograr todas mis metas. Y mi libertad nace de mi capacidad de ser yo misma.

Más allá de los prejuicios que siguen existiendo, me reafirmo en mis valores para seguir dando pasos llenos de igualdad y oportunidad, para que ninguna mujer con discapacidad se quede atrás. Nuestros pasos llevan por bandera: justicia y libertad.

Soledad, Incomprensión, Dificultad, Aislamiento

Rosa Nieves Pérez Martel

En 1994 llegó el diagnóstico y fue a través de la muerte de mi hijo de 18 meses. Él dio su vida por la mía. Comienza el calvario y un sin fin de rechazos: primero la familia, luego el entorno y, el peor enemigo, la sociedad. Soy de las que siempre decía «a mí no me va a tocar», pero no contaba con que mi pareja se fuera de picos pardos y me lo trajera de regalo con un lazo rojo. Lamentablemente, yo ya estaba embarazada, así que dos víctimas por el precio de una.

Comienza una nueva etapa, los tratamientos, los efectos secundarios, etcétera. Han pasado 28 años y solo me daban seis meses de vida. Aún sigo en la lucha después de afrontar muchas etapas de miedo, rechazo a los medicamentos y, lo principal, la etiqueta que te pone la sociedad y que te acompaña de por vida.

Hoy por hoy, con casi ya 60 años, lo llevo lo mejor que puedo pues 28 años de tratamiento han hecho mella en mí, mis músculos y huesos se han ido degenerando. La medicina convencional me ha desahuciado literalmente: según el galeno, con mi historial médico y mi edad ya no hay nada que hacer. Este desahucio fue mucho más duro que el diagnóstico. Finalmente, he optado por la medicina privada y la homeopatía, aunque no he dejado mi tratamiento antiretroviral, ni tengo pensado hacerlo, con el esfuerzo económico adicional que ello implica.

28 años de lucha y es lo que he conseguido, más rechazo. Suerte que tengo a mi lado un hombre maravilloso que me ayuda y me apoya. Yo pongo todo y más para ganar esta batalla. Siempre digo que los enfermos están en el hospital y yo solo tengo un bicho en mi sistema inmunitario. Con él comparto mi vida y es esa idea la que me ha ayudado a quitarle importancia, pero el miedo y el rechazo social siguen ahí, es un estigma que sigue aún ahí.

Lamentablemente del VIH no se habla más que el 1 de diciembre. Si en un momento dado en una reunión o entrevista de trabajo sale el tema, poco más que salen corriendo. He tenido que fabricar un mundo paralelo y cuando veo que puedo ser descubierta, busco una excusa elegante y huyo. Así ha transcurrido mi vida en un mundo de mentiras para lograr que esta sociedad no me condene por un delito que no he cometido.

Sueños muchos, metas también aunque difíciles de conseguir. No te abren las puertas con facilidad pero sigo en la lucha. Sé que algún día alguien alzaré la voz por nosotros. Es justo y necesario, si no, ¿para que ha servido tanta lucha y sufrimiento? Solo espero que este pequeño relato ayude a muchas mujeres que, como yo, tenemos que luchar con una discapacidad en un mundo que ha perdido sus valores, si no cumples sus reglas estás fuera. Para todas ustedes, ahí les dejo mi experiencia para lo que les pueda servir.

Sonidos interiores

Mary Carmen Cejudo Bruno

Algunas mañanas me cuesta levantarme de la cama. Y, entonces, toda mi rutina diaria se demora. En realidad no duermo, pero me siento feliz a la hora del silencio que percibo en cada sombra de la habitación porque ese es el único camino que mi discapacidad auditiva me permite transitar.

He aprendido a conocer el momento exacto que marca el reloj sin mirarlo. Simplemente por las formas caprichosas que la claridad dibuja sobre muebles, suelo o paredes dependiendo de la estación del año.

Mi manera de sentir los sonidos es tan real como la humedad en días de lluvia, y las voces que emite puedo fundirlas en mí. La primera vez que unos ecos lejanos resonaron en mi oído, procedentes de un desconocido lugar sin sombras, entraron en mi cuerpo y se convirtieron en reverberación. Sucedió con una sinfonía que irrumpió en mi cuerpo, de forma clandestina, desde la megafonía de un departamento de unos grandes almacenes. Solamente unas humildes notas, al principio de un pentagrama, pidiendo paso en mi cerebro de niña para, si hubiesen podido, contarme que aquella fantasía luminosa que yo no podía oír la había compuesto otro sordo. Y que había sido un genio a pesar de su, igualmente, discapacidad auditiva severa.

La realidad es un ente misterioso que nos acompaña de la cuna a la tumba y a pesar de que, traidoramente, olvidase regalarme uno de los cinco sentidos, no ha podido evitar que yo, corporalmente, esté

siempre atenta al acercamiento al pomposo escenario donde el género humano teatraliza sus muchas penas y sus pocas alegrías porque no quiero desperdiciar la ilusión que he puesto en unas y en otras.

Puedo percibir los sonidos como hojas arrancadas por el viento o ese aleteo que proviene de muy lejos y que podría ser el movimiento de las ramas de un árbol que, aún estando lejos, siento me acaricia como la voz de mi madre al darme las buenas noches. Recuerdos de la infancia que me acompañan ahora que ya caminamos por sendas distintas.

Seguramente que todo ello constituye una advertencia de las inmensas posibilidades a las que me voy enfrentando. Y a las que terminaré venciendo. Con la edad, he aprendido a no anhelar los sentidos que otros poseen: yo soy yo y ellos, los otros.

No me considero débil en mis sensaciones, me miro al espejo y reconozco la fortaleza del talento que emerge con el escuchar de mi mente, ese órgano que me permite lo que parecería imposible: oír. Aunque en mí, sea de diferente manera.

Una moto, mal de fábrica

José Luís Rosa Lorenzo

Hola, amigos y amigas. Soy Anne y este es un microrrelato sobre mi vida y mi enfermedad hereditaria, el Síndrome de Alport. Este síndrome es una alteración de la proteína G que tenía que haber sido A, en una posición determinada del ADN. Debido a esta mutación, mis riñones no filtran bien, mis ojos no ven bien y mis oídos no oyen bien.

Como siempre digo, soy *una moto que ha salido mal de fábrica*. Tengo algún filtro mal, el foco delantero mal y el claxon mal. Así de rápido explico mi enfermedad con un ejemplo que entiende todo el mundo. La mayoría se ríe cuando se lo digo.

¿Por qué una moto? Porque, a pesar de mis averías, me siento libre. Me gusta que el viento me acaricie la cara, ver bonitos paisajes y tener la sensación de vivir como una moto. Definitivamente, somos *vehículos-personas* con algún fallo *mecánico-genético*, pero totalmente iguales.

Es como si mi enfermedad fuera un fallo de producción. Los vehículos son iguales, pero, por algún motivo, algunos presentan fallos nada más ser fabricados y otros más tarde. Con las personas pasa igual, unas presentamos fallos nada más nacer y otras con el tiempo. Somos *vehículos-personas* con fallos.

A estos fallos les han puesto nombres: actualmente *diversidad funcional*, hace unos años *discapacidad* y hace aún más años

minusválidos. Solo son palabras que definen lo mismo, con más o menos dignidad hacia las personas que las tenemos.

Este microrrelato podría ser sobre una moto o sobre un coche, ambos tienen los mismos fallos, da igual que seas mujer u hombre. Te pongas como te pongas, vas a tener lo mismo.

Esta enfermedad es difícil de entender. Si tienes suerte y la enfermedad no es recesiva en tu familia, solo debes vigilar unos parámetros, sin presentar nunca un fallo total de los riñones, como por ejemplo yo. Si no tienes tanta suerte y la enfermedad es recesiva en tu familia, tienes más fallos. Es como si, por un accidente, ya no funcionaras igual que antes. Como mi padre, que está trasplantado de riñón para poder vivir dignamente.

Él siempre dice: «Gracias al trasplante, estudié, me casé, tuve a mis dos hijos y he podido trabajar todo este tiempo», pero no como una persona normal. Últimamente trabaja en un Centro Especial de Empleo, que son empresas para personas con diversidad funcional. Él dice que si no fuera por estas empresas sería como *un coche para el desguace*. Estas empresas le lavan, le arreglan y le usan para que brillen sus *mejores prestaciones*, ya que el resto de empresas no admiten coches con fallos.

Por suerte, soy una *moto no recesiva* que, salvo vigilar algún parámetro, no tengo ningún fallo importante y esto me permite circular por la vida y por cualquier carretera del mundo. Incluso por Gran Bretaña, donde circulan por el carril izquierdo en vez de por el derecho, como en Europa. Yo no tengo mayor problema: circulo, con más precaución, pero circulo.

Jurado

El jurado del «**Concurso de microrrelatos sobre diversidad y discapacidad**», se reunió el día 21 de septiembre de 2022 para deliberar sobre los textos presentados a la IV edición de este Certamen, organizado por la Biblioteca Social Educativa BASE, perteneciente a la Sociedad Insular para la Promoción de las Personas con Discapacidad, S.L. (SINPROMI).

El jurado estuvo presidido por la vicepresidenta tercera y consejera Insular del Área de Acción Social, Participación Ciudadana y Diversidad, Marián Franquet Navarro.

Formaron parte como vocales, Maria Pino Brumberg, escritora y presidenta en STOP FA Ataxia de Friedreich; Inma Fumero, bibliotecaria documentalista del Centro Insular de Información, Asesoramiento y Documentación para la Igualdad de Género (CIADGE); Jesús Luis-Ravelo, representante de la Sociedad Canaria «Elio Antonio de Nebrija» de Profesores de lengua y literatura (SOCAEAN) y Yaiza Afonso, escritora y asesora de Bienestar Social del ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.

Como secretaria del Jurado actuó Esther Pulido, responsable de la Biblioteca Social Educativa BASE de Sinpromi.

Sumario

Presentación	2
Primer Premio	3
El día del adiós	3
Francisco Damián Rodríguez González	4
Primer Accésit	7
Limpia noche encendida	7
Inocencio Javier Hernández Pérez	8
Segundo Accésit	11
Un cartón hecho canción	11
David Jesús López Mejuto	12
Obras presentadas	15
Amor a primera vista	16
Ascenso	18
Bolita de marfil	20
Francesca	22
Guardaespaldas enfrentados	25
Hanna	26
La cueva de las leyendas perdidas	28
La igualdad con la discapacidad	30
La mujer	32
Las siete palabras	34
María ya está en casa, esperándote	36
Me gustaría contarte	38
Mi amiga	40
Mi voz y mi palabra	41
Mi voz y mi palabra (Relato)	43
Querernos	45
¿Quieres una bufanda azul?	46
Ser libre es ser yo misma	47
Soledad, Incomprensión, Dificultad, Aislamiento	48
Sonidos interiores	50
Una moto, mal de fábrica	52
Jurado	54

El Cabildo de Tenerife, a través de Sinpromi, convoca el «**Concurso de Microrrelatos sobre diversidad y discapacidad**» con el objetivo de fomentar, valorar y visibilizar la discapacidad a través de la literatura como forma de expresión artística, así como incrementar su presencia en la vida cultural y social.



Edita: SINPROMI, S.L.

D.L.: TF 787-2022

Más información en el sitio Web

<https://bibliotecabase.sinpromi.es/concurso>