

Sencillemente

Publicación
Nº34 Año 23
Diciembre 2024



Basida

34 años

***Celebrando
la Vida***

1990-2024

Índice:

EDITORIAL

REFLEXIONES

- El funambulista
- ¿Por qué nos quejamos tanto?
- El altruismo ya no es lo que era
- Basílica N^{ra} Sra del Pilar de Zaragoza
- Tres valores importantes

TESTIMONIOS

- Empezando a vivir
- Transformada
- El paso de mi nieto por Basida
- Celebrando 2024
- Hablemos de mí
- Un día cualquiera
- Un estudiante diferente
- Mi primer voluntariado
- Mi paso por la casa de Basida
- Un año en Basida
- Gracias familia
- El arte y el privilegio de cocinar
- Silencio
- El cielo en la tierra
- Nos vamos al Rocío
- Peregrinación al Rocío con Basida
- Basida en el Rocío
- Un año tonto
- La familia ¿carga o bendición?
- Un pedacito de mí
- Todo tiene su tiempo
- Basida, mi segunda placenta
- Cambio de década

Editado en:

Basida©

Ctra. Antigua de Toledo km.9
28300 ARANJUEZ (MADRID)
e.mail: aranjuez@basida.org
01 de diciembre de 2024

GRACIAS

A NUESTROS COLABORADORES

Editorial

Con las fuerzas renovadas después de un maravilloso viaje a la aldea del Rocío y con el testimonio en nuestra revista de algunos de los residentes y voluntarios que lo disfrutaron, en compañía de la Hermandad del Rocío de Pozuelo de Alarcón, comenzamos los preparativos de nuestro XXXIV aniversario de la casa de Aranjuez.

Con el lema “Basida, 34 años celebrando la vida” donde mejor que aquí en Basida, nuestra casa, para celebrar la vida de tantas y tantas almas perdidas que, durante 34 años han cruzado el puente buscando cobijo, buscando curar sus heridas, buscando un hogar.

Celebramos la luz del sol que ilumina el día a día de cada residente que ha encontrado en Basida un lugar en el que poder empezar de nuevo y no hacerlo en soledad; un lugar donde no hay cabida para la desesperanza y sí para el optimismo.

Celebramos la fidelidad de los voluntarios y colaboradores que comparten año tras año nuestro proyecto de vida, siendo un complemento indispensable para que nuestra labor sea una realidad cada día.

Celebramos el amor y la entrega desinteresada del equipo de Comunidad, porque a su lado se aprende a dar una lectura positiva a la enfermedad, el dolor y la muerte; a valorar a todos los que llegan por lo que son y nunca por lo que han sido o han hecho; a vivir y a saborear cada momento como lo único importante, ya que ni el pasado ni el futuro existen.

Compartimos y celebramos contigo esta revista como espacio y expresión del sentir de cada uno de los que formamos Basida, un hogar donde se vive con la perspectiva de esperanza y optimismo porque todo forma parte de la vida, porque de todo se aprende y de todo se puede extraer algo positivo.

¡Feliz aniversario! □

 Chon

El funambulista

Esa mirada fija en él que posibilita la calma

"Nuestra vida viene muchas veces comparada con este andar en la cuerda floja, aparentemente sin sujeciones y movidos únicamente por la confianza."

Recuerdo el cuento de un alpinista que ascendiendo la montaña por una pared especialmente complicada y ya entrada la noche se le rompió un mosquetón cayendo al vacío. La cuerda llegó hasta el final y ni aún con su elasticidad alcanzó a llegar al suelo o a un saliente seguro. El sujeto, colgado en la oscura y fría negrura, solo alcanzaba a balancearse un poco hasta que se atrevió a balbucear una oración: ¡Señor, líbrame de ésta y te prometo que voy a enmendar mi vida! Después, el aullido del viento y... nada. Pero al poco, le pareció distinguir una voz que le invitaba a cortar la cuerda. Él no se atrevió. ¿Cómo iba a cortar la cuerda y precipitarse por el terraplén? Al día siguiente unos viandantes paseando se encontraron su cuerpo congelado, colgado a un metro y medio del suelo.

Hablamos de confianza y quizá así hubiera debido titularse este artículo, pero me pareció sugerente la imagen de la cuerda floja y el artista sobre ella y quiero emplearla para hablar de nuestra vida, o simplemente de la confianza.

Funámbulo parece ser que viene del latín funambulus que a su vez es la unión de dos palabras: funus (cuerda) y ambulare (andar). Nuestra vida viene muchas veces comparada con este andar en la cuerda floja, aparentemente sin sujeciones y movidos únicamente por la confianza. Mirar hacia abajo puede provocar ciertamente mareo y es el paso previo a la pérdida del equilibrio. No es lo mismo avanzar por una cuerda suspendida a un metro del suelo que hacerlo a decenas de ellos. Para lograr estabilidad en la altura hay que cultivar la confianza, trabajar el equilibrio primero en lo pequeño y las cosas sencillas de cada día. Difícil iniciarse jugándose el tipo a cada paso. Aunque el grosor sea el mismo a dos que a cien metros, la caída no tiene parangón.

Reflexiones Enseñanzas

Sentir el contacto estrecho con la realidad, como se aferra uno al alambre con sus pasos medio desnudos, es vital para sostenerse y avanzar. No hay aislantes que alejen, no puede haber suelas que insensibilicen, protegerse de la realidad es asomarse al vacío.

Me cautiva la mirada firme del funámbulo penetrando el horizonte, sintiendo su propia fragilidad y dejándose arropar en los brazos del abismo. Esa mirada fija en Él que posibilita la calma, que asegura el equilibrio, que permite el caminar donde pareciera solo posible el descalabro. Esa mirada es puntal. Ella armoniza la dirección con la estabilidad, concilia el quién somos con quien habremos de ser. Sin esa mirada cuidada, cultivada, serena solo se atisba vacío destino y desprotección.

No son unas manos en los bolsillos, amigas de lo propio, las que logran el contrapeso; no son unos brazos cruzados, esperantes pasivos, los que mantienen el equilibrio; no es un cuerpo curvado sobre su ombligo el

que genera proporción. Son los brazos abiertos en cruz los que equilibran. Esa apertura que alcanza a los demás y abraza el firmamento es la que da sensatez. Alargando los brazos a cada uno con quien nos topamos, haciéndolo nuestro, es el contrapeso que permite el balanceo y posibilita la permanencia y el avance por esa cuerda floja que parecía infranqueable y se tornó dócil para quien sostenía Su Mirada y alargaba su caricia al hermano. □

“...no son unos brazos cruzados, esperantes pasivos, los que mantienen el equilibrio; ... son los brazos abiertos en cruz los que equilibran.”

✍️ Darmín



¿Por qué nos quejamos tanto?

¿Cuánto tiempo gastamos en ello y se lo quitamos a disfrutar y celebrar lo bueno de la vida?

"Todo, absolutamente todo lo que nos rodea nos sirve de pretexto para quejarnos."

Si llueve..., porque llueve; si no llueve..., porque no llueve; si hace frío, si hace calor, si ladra un perro, si hay ruido, si un coche va deprisa o si va despacio, si suben los precios, si el maestro tiene muchas vacaciones, si el vecino ha dicho, si no sé qué ponerme, si los políticos no cumplen, si mi equipo no gana, si no tengo tiempo..., si..., si..., si...

Todo, absolutamente todo lo que nos rodea nos sirve de pretexto para quejarnos. Muchas veces no nos falta razón, pero ¿de verdad que tenemos tantos motivos para quejarnos sin cesar...?, ¿tan insatisfechos estamos con la vida que tenemos? ¿O quizás es que estamos tan "enfrascados" en esa tarea, que no vemos todo lo que hay, **"además"**?

Mientras escuchaba las noticias sobre la tragedia causada por la Dana en nuestro país, venía a mi memoria el recuerdo de la terrible Filomena que sufrimos hace unos años, la guerra de Ucrania, el hambre que tantos y tantos niños pasan, aún hoy mismo; y todo ello me ha hecho reflexionar sobre "mis quejas" ... ¡Pero bueno! ¿con qué derecho me quejo yo...?

Así que he cogido lápiz y papel para elaborar una lista con esas quejas, otra con algunos de tantos motivos que tengo para estar contenta y agradecida.

¡Cuál ha sido mi sorpresa al comprobar que existen muchos más motivos para alegrarme que para quejarme!

Simplemente, he tenido que detenerme, buscar y descubrir que hay tantísimas cosas, momentos, procesos que me producen bienestar, alegría, satisfacción... Y no son, precisamente, caros objetos, ni grandes, vistosos o estrepitosos acontecimientos los que me provocan ese estado de bienestar.



Reflexiones Enseñanzas

Observar y oler mi patio, después de limpio y regado, ver cada flor que nace en el almendro, caminar, el mágico amanecer de cada día, tomar el sol, el agua fresca sobre mi cara, un bocadillo de chorizo, pisar descalza, leer un libro, abrazar a mi nieta, los amigos, una sonrisa, cerrar los ojos y... sentir...



Entonces, me digo a mí misma: “¡Cuánta pérdida de tiempo precioso malgasto en quejarme!, en lugar de aprovechar y disfrutar de todas esas pequeñas —y realmente valiosas— cosas que tengo ahí mismo, al alcance de la mano, que cada día se me dan, se me regalan..., sin pedirme nada a cambio. Sólo he de parar, observar, descubrir y disfrutar; nada más...”.

Sin olvidarme jamás, de “dar gracias a la Vida”. □

✍ Conchi

“¡Cuál ha sido mi sorpresa al comprobar que existen muchos más motivos para alegrarme que para quejarme!”



El altruismo ya no es lo que era

Lo que nos mueve por dentro...

"Cuando somos altruistas nuestro cerebro recibe su recompensa química."

La pregunta se remonta al primer día que el homo sapiens comenzó a merodear por aquí, empeñado en cambiar absolutamente todo. A veces para mejor, y otras... no vamos a entrar en detalles.

Y ésta es la pregunta: ¿existe el altruismo puro? ¿un súper altruismo más allá de los beneficios que pueda reportarnos?

Pues bien, 120.000 años después de ser quienes somos, los neurocientíficos han dado con la respuesta. Y es un NO rotundo. Para resumirlo, cuando somos altruistas nuestro cerebro recibe su recompensa química. Nos reporta un beneficio, nos hace sentir bien. Es tan sólo una consecuencia de la mecánica inconsciente que rige el universo. Luego revestimos ese bienestar químico con una capa de moralidad o de espiritualidad, y ihala, a sentirnos satisfechos!

La cosa se complica cuando sumamos la dualidad: "Nosotros vs. Ellos". Porque hablando en términos biológicos, es muchísimo más sencillo que seamos altruistas con un "Nosotros" que con un "Ellos".

"Ellos" son los que tienen otro nivel sociocultural, otras creencias religiosas o políticas, otro color de piel, otra orientación sexual. O todo a la vez.

Es más, nuestro rechazo por "Ellos" pone en marcha la misma circuitería cerebral que cuando sentimos repugnancia por una comida en mal estado.

Y a pesar de todas las barreras biológicas, genéticas o químicas, nosotros sabemos que existe el altruismo con el 99% de la población que son "Ellos". Lo constatamos diariamente.

Los usuarios que residen en Basida son tan altruistas que se empeñan en respetar sus diferencias y sus necesidades. Se cuidan unos a otros de formas que a veces ni alcanzamos a imaginar.

Entonces, ¿en qué quedamos? ¿Somos las personas víctimas de un azar sin dirección? ¿O hay un Dios que ha decidido que evolucionemos para sentirnos bien siendo altruistas no sólo con los "Nosotros", sino con todos los "Ellos" que conforman la Humanidad? □

✍️ César

Basílica Nuestra Señora del Pilar de Zaragoza

*12 de octubre,
fiesta en honor a la
Virgen del Pilar*

La tradición, tal como ha surgido de unos documentos del siglo XIII que se conservan en la catedral de Zaragoza, se remonta a la época inmediatamente posterior a la Ascensión de Jesucristo, cuando los apóstoles predicaban el Evangelio. Se dice que, por entonces, el Apóstol Santiago el Mayor, hermano de San Juan e hijo de Zebedeo, predicaba en España. Santiago obtuvo la bendición de la Santísima Virgen para su misión.

Los documentos dicen textualmente que Santiago, “pasando por Asturias, llegó con sus nuevos discípulos a través de Galicia y de Castilla, hasta Aragón, al territorio que se llamaba Celtiberia, donde está situada la ciudad de Zaragoza, en las riberas del Ebro.



En la noche del 2 de enero del año 40, Santiago se encontraba con sus discípulos junto al río Ebro cuando “oyó voces de ángeles que cantaban Ave, María, gratia plena y vio aparecer a la Virgen Madre de Cristo, de pie sobre un pilar de mármol”. La Santísima Virgen, que aún vivía, le pidió al Apóstol que se le construyese allí una iglesia, con el altar en torno al pilar donde estaba de pie y prometió que “permanecerá este sitio hasta el fin de los tiempos para que la virtud de Dios obre portentos y maravillas por mi intercesión con aquellos que en sus necesidades imploren mi patrocinio”.

*“...y prometió que
“permanecerá este
sitio hasta el fin de
los tiempos para
que la virtud de
Dios obre portentos
y maravillas por mi
intercesión”*

"Este año 2024 ha sido la ofrenda más larga de la historia con 409.867 oferentes llegados no solo de Aragón sino de toda España y varios países Latinoamericanos."

En Aragón celebramos el 12 de octubre como el día del Pilar. El acto central de este día es la Ofrenda de flores a la Virgen.

Días antes se monta una estructura piramidal en un lateral de la plaza del Pilar, la plaza peatonal más grande de Europa, dicha estructura tiene 6 niveles y son necesarias 75 personas y 30 horas de montaje para acoger hasta 7 millones de flores.

Este año 2024 ha sido la ofrenda más larga de la historia con 409.867 oferentes llegados no solo de Aragón sino de toda España y varios países Latinoamericanos, que han recorrido las calles de la ciudad hasta llegar a la Virgen, desde las 6,30 de la mañana hasta las 12,00 de la noche.

Desde niña, mi madre, me inculcó el amor y devoción a la Virgen del Pilar, crecí con el entusiasmo ante la llegada de este día; cada año, semanas antes comenzaban los preparativos, los cuales iban más allá de la participación en la Ofrenda de flores a la Virgen del Pilar, los trajes de baturra, preparar la casa para los familiares que llegaban del pueblo, horarios y comidas familiares, que no faltase de nada.



Pero el más importante era: ¿qué deseábamos decirle a la Virgen en el momento de entregar esas flores? Había que pensarlo bien, siempre había muchos motivos para dar gracias y como no, también muchos motivos para pedirle bendiciones.

Era inimaginable llegar al momento justo de estar a los pies de la Virgen y al entregar las flores, no tener el corazón lleno de todas esas intenciones. La emoción del momento jugaba malas pasadas, por eso la insistencia de mi madre de llevar todas esas intenciones muy bien pensadas y preparadas.

Llegado el día y de madrugada, tras una noche sin pegar ojo por los nervios, comenzaba uno de los momentos más emotivos del día: vestirnos de baturra, ayudarnos unos a otros, mi madre se desdoblaba poniendo los mantones a hijas y sobrinas, moños bien peinados, revuelo de faldas y enaguas por toda la casa, risas nerviosas y emoción mucha emoción. Nos presentábamos ante la Virgen y no podía faltar detalle.

Reflexiones Enseñanzas

Que sentimiento tan grande de pertenencia, de orgullo, compartido en familia como algo único cada año.

Con el paso de los años nos van faltando algunos seres queridos, el agujón de su pérdida duele, en especial ese día. Pero si cabe, aún ponemos más empeño en llevarlos con nosotros, de otra manera, ya no es físicamente, pero su amor y su presencia nos acompañan especialmente en este día.

En estos días de las fiestas del Pilar de Zaragoza, donde devoción, tradición y ganas de pasarlo bien se mezclan, hay un montón de actos en los cuales se puede participar. Pero para mí ninguno es tan bonito ni tan especial como la Ofrenda de flores a la Virgen del Pilar.

Este año, el 11 de octubre, miembros de todas las casas de Basida, también partieron en peregrinación a la aldea del Rocío a visitar a su Virgen, a compartir la experiencia y vivirla en familia.

Diferentes advocaciones marianas, pero todos movidos por el mismo amor a nuestra única Madre: La Virgen María.

Al final es muy posible que a todos nos mueva un único sentimiento o por lo menos eso me gusta pensar a mí, que nos una el deseo de vivir en amor fraterno, amados y bendecidos como verdaderos hijos de Dios. □

✍️ Pili



*“...y prometió que
“permanecerá este
sitio hasta el fin de
los tiempos para
que la virtud de
Dios obre portentos
y maravillas por mi
intercesión”*

Tres valores importantes

Integridad / Amistad / Disciplina

"Unidos estos tres valores se llega a una armonía plena de compromiso de ayudar a los demás."

La INTEGRIDAD es la cualidad de ser honesto y seguir tus principios, respeto a los demás, responsabilidad, lealtad, disciplina y ser firme en tus acciones.

Es la persona en quien confiar.

Ser integro consiste en hacer lo correcto siguiendo nuestros valores morales.

La integridad motiva la acción social, es esencial para mantener comunidades sanas, libres de corrupción e hipocresía.

La AMISTAD es un vínculo que se cultiva con el interés recíproco a lo largo del tiempo.

La amistad se sustenta en valores fundamentales como el amor, lealtad, respeto, solidaridad, compromiso y sinceridad.

Las bases de la amistad son respeto, aprecio y confianza.

Es un lazo humano que va más allá que solo coincidir en interés de compartir momentos.

La DISCIPLINA es un hábito que cada persona genera con base a su compromiso y autocontrol, sumando también el comportamiento y personalidad de cada uno.

La persona que posee este valor es aquella que cumple con sus obligaciones, es la fuerza de sacar adelante su trabajo y todo lo que ha empeñado con su palabra.

Unidos estos tres valores se llega a una armonía plena de compromiso de ayudar a los demás.

Para mí significa llevar una existencia acorde a donde vivo y comparto convivencia. □

✍ Humberto



Empezando a vivir

Mis primeros pasos buscando mi lugar

Hola, me llamo Alejandro y os quiero contar mi experiencia en BASIDA.

Comenzó hace algo más de un mes cuando llegué aquí pidiendo ayuda por mis adicciones, tengo 37 años y desde los 18 años llevo luchando contra este gigante, entre tratamientos, ingresos, recaídas, sufrimientos y fracasos, necesitaba que algo cambiase.

Puedo decir que mis mejores ideas y pensamientos no se acercan, ni mucho menos, a como me siento a día de hoy aquí. Me ha sorprendido y asombrado lo que he encontrado en este lugar.

Desde el primer día de mi ingreso he podido sentir algo especial que me hizo sentir como en casa, fui arropado y cuidado desde que llegué, para mí es como encontrar un oasis en medio de ese desierto en el que estaba perdido.

Poco a poco, mi ánimo, mis fuerzas y mi alma se van recomponiendo, estoy volviendo a querer disfrutar y aprovechar del regalo de la vida, algo que había perdido. He retomado

una de mis aficiones, el deporte, que me hace sentir mucho mejor conmigo mismo y me ayuda a liberar mucha tensión.

Me asombra y sorprende el enorme amor que aquí se respira, desde las personas que aquí estamos, pasando por el equipo de comunidad, los voluntarios y todos los que hacen posible este lugar. Es increíble descubrir personas tan entregadas y dedicadas día y noche a este proyecto solidario.

También os puedo contar que estoy aprendiendo mucho de todas las experiencias y vivencias que aquí tenemos, cada persona puede aportarte algo distinto y enriquecedor.

Me siento muy animado, con fuerzas para seguir librando esta batalla en la que no estoy solo, estoy recuperando y mejorando la relación con mi familia, algo que estaba muy deteriorado y que es vital para poder alcanzar esa vida que tanto anhelo. □

✍ Alejandro



“Me asombra y sorprende el enorme amor que aquí se respira, desde las personas que aquí estamos, pasando por el equipo de comunidad, los voluntarios y todos los que hacen posible este lugar.”

Transformada

Una familia que te acoge sin reservas

"Pensé que solo sería un trámite, algo que hacer y dejar atrás. Pero la vida tenía otros planes."

Me llamo Claudia, soy de Tomelloso, y llegué a Basida para hacer unas prácticas. Al principio, admito que no me entusiasmaba mucho la idea; tenía que conducir todos los días, y sinceramente, prefería quedarme en mi pueblo. Pensé que solo sería un trámite, algo que hacer y dejar atrás. Pero la vida tenía otros planes.

Ha sido un regalo conocer a personas tan especiales, tan generosas. Desde Laura, Darmín y Julián, hasta cada voluntario y los chicos, todos han dejado una huella en mí. Me voy con el corazón lleno, con la certeza de que, en un mundo que a veces parece frío, aún queda humanidad y bondad. □

✍️ Claudia

Desde el primer día, Basida me envolvió con una calidez inesperada, y lo que encontré aquí me ha cambiado para siempre. Cada rincón de esta casa parece respirar amor, cada pared guarda historias de entrega y cada persona, una lección de vida. Aquí no eres solo alguien más; aquí sientes que eres parte de algo más grande, una familia que te acoge sin reservas.



El paso de mi nieto por Basida

Nos regaló unos días preciosos

Mi nieto el mayor se llama Iker y tiene 12 años. Tengo otro más pequeño de 9. Iker estuvo en Basida este verano durante 15 días, y que os voy a decir, fue como mágico. No lo podía creer. De pequeño es como si lo hubiera criado yo. Estaba contenta pues dormía en mi habitación que tiene dos camas, pero a la vez nerviosa pues no sabía cómo iba a responder. Nunca ha estado más de un fin de semana sin su padre y su madre.

Desde el primer día se adaptó perfectamente. Se iba todos los días con Pajito y más gente a hacer los trabajos que hubiera y los hacía igual que ellos, con menos intensidad claro.

Por las tardes se iba con Roberto, Toño y Gonzalo al campo de fútbol a jugar con el balón y a baloncesto.

Al medio día le ponía a hacer tareas del colegio. Estaban todos locos con él pues es un niño muy cariñoso y empatizó con todos. Se ponía a hacerles juegos de cartas o pasaba por delante de alguien y les hablaba a todos.

Con los “peques” era muy especial. Con todos, pero con el que más empatizaba era con Leoncio. Era verse e Iker iba hacia él y enseguida se ponían los dos a hablar y el niño le entendía. Todo lo que yo no le entiendo, o casi nada. De vez en cuando todavía, tanto el uno como el otro, me preguntan por ellos.

El ultimo día cuando se despidió nos dio una charla preciosa, cuando yo creía que le iba a dar vergüenza. Tanto en comunidad como los residentes se quedaron locos con el niño.

Todos dicen que era muy responsable y que dio vidilla a la casa y que ha dejado huella. Ojalá otro verano se pudieran quedar los dos nietos, pero no sé si podrá ser. Estoy muy satisfecha con la experiencia. □

✍️ Mayte



“Estaban todos locos con él, pues es un niño muy cariñoso y empatizó con todos...”

Celebrando 2024

Afrontando con ganas 2025



“Este año 2024 ha sido muy importante para mí, ya que representó un crecimiento en todos los aspectos de mi vida.”

Soy una chica que ha ido evolucionando y creciendo como persona en estos 17 años que llevo en esta casa de Basida. ¡Estoy tan agradecida de tenerlos aquí conmigo! porque son un pilar fundamental en mi vida.

Este año 2024 ha sido muy importante para mí, ya que representó un crecimiento en todos los aspectos de mi vida, desde el formativo, pasando por el laboral y llegando al espiritual.

A nivel formativo, he terminado mis cursos de Atención Sociosanitaria, en el que he aprendido a tratar a personas en una situación vulnerable y comprender las realidades de sus vidas; y Auxiliar de Enfermería, en el que he puesto en práctica lo aprendido en el anterior curso.

A nivel laboral, he trabajado de profesora de ajedrez para niños y niñas de Educación Infantil. He aprendido a que no importa la edad, todas podemos tener una disciplina y respeto hacia las demás.

En cuanto a la fe, sigo siendo animadora en la Asociación QCN de Aranjuez, en la que cada semana preparamos una reunión para nuestro grupo, en mi caso de 12 a 14 años, para profundizar y comprender mejor nuestra fe.

Por otro lado, este año desde la casa de Aranjuez, hemos ido a Huelva, a disfrutar del Rocío. Ha sido una experiencia que no dudaré en repetir, ya que hemos aprendido las costumbres del lugar y siempre es enriquecedor ver cómo se vive la fe en diferentes lugares.

El lema de Basida de este año, “Celebra la vida”, va a marcar los objetivos que voy a tener.

El 2025 lo afronto con muchas ganas, ya que va a ser un año de nuevas experiencias para mí. Voy a comenzar mis prácticas de Auxiliar de Enfermería, lo que va a cambiar por completo mi rutina diaria.

Por otro lado, en mi academia de baile vamos a acudir a competiciones por toda Europa en diferentes fases y por edad. También es un reto personal en el que yo puedo avanzar por mí misma y estar más consciente de lo que estoy disfrutando y haciendo porque me gusta.

Continuo con mi labor de monitora en QCN, lo cual me llena de interés por saber qué nuevas situaciones me encontraré con mi grupo los viernes y con mi grupo de comunidad en las reuniones de los sábados. □

✍️ Zaira

Hablemos de mí

La factura de la mala vida

Por hoy me encuentro bien, bastante bien. Suelo mirarme todos los meses en Hospital del Tajo (Aranjuez).

La última vez que me miraron me dijeron que un riñón lo tenía un poco tocado y más tarde me dijeron que ya no me servía para nada, que ya no funcionaba en mi cuerpo.

La verdad, estoy un poco preocupado, sobre todo porque me dijeron que el otro riñón me funcionaba un 60%, por el momento, espero que siga funcionando así, hoy por hoy, porque si dejara de funcionar no estaría escribiendo estas páginas.

Ahora mismo nos vamos al hospital, pero con lo que me han dicho, tendré que venir más a menudo, pero que sea lo que Dios quiera.

Como dije antes, hay que cuidarse, pero no solo por fuera si no por dentro, porque cuerpo no hay más que uno, y el alcohol, drogas tabaco, pastillas, etc., pasan factura y no traen nada bueno. Hay que cuidar-

se más. Se lo cuento a los más jóvenes y no tan jóvenes para abrirles los ojos y que vean los resultados.

Por el momento me sigo encontrando bien, pero lucharé para no perder el riñón que me queda sano.

Me despido con cariño, un beso a todos y el mismo consejo: Hay que cuidarse por dentro y por fuera.

CIAO hasta pronto. □

✍️ Roberto



“Hay que cuidarse más. Se lo cuento a los más jóvenes y no tan jóvenes para abrirles los ojos y que vean los resultados.”

Un día cualquiera

Esa vida a la que nunca debería haber renunciado

"...con ayuda de Dios y poniendo todo de su parte, ya se ve luz al final del túnel y empieza una nueva vida."

Érase una vez un chico que andaba encerrado en su mundo muchos años y según él, viviendo a su manera, pero fueron pasando los años y el chico ya no era tan chico, sino una persona mayor que, sin darse cuenta, se había pasado casi toda su vida en otro mundo, al margen de la sociedad y dándole todo igual.

Pero gracias a Dios, el chico se dio cuenta que había perdido a sus hermanos y familia por el camino y que se le había pasado la vida prácticamente sin amor; y se dio cuenta que su vida había sido una utopía y que él nunca fue el centro de la tierra, sino todo lo contrario.

Gracias a darse cuenta, empezó a reconstruir su vida empezando por la familia, a los cuales, poco o nada sabía de ellos y aunque parezca un cuento de navidad, nada más lejos de la realidad, y como se suele decir, la realidad a veces supera la ficción.

Por lo tanto, hay que ser un poco más humano y empático, y empezar a quererse a uno mismo, que falta le hacía pues tenía varias patologías, pero con ayuda de Dios y poniendo todo de su parte, ya se ve luz al final del túnel y empieza una nueva vida, esa vida a la que nunca debería haber renunciado y así todo hubiera sido más auténtico y beneficioso para él y su entorno. □

✍ Pedro Pablo



Un estudiante diferente

Volviendo al aula

Bueno, aquí sigo, otro año más escribiendo un artículo de la historia de mi vida.

Esta vez haciendo un cambio de vida, llevo 2 años en BASIDA y ahora me he matriculado en un instituto de aquí de Aranjuez. Estoy haciendo un grado medio de electricidad (instalaciones eléctricas y autómatas, para ser correcto el nombre, digo).

Estoy experimentando todo un cambio, de estar todo el día en casa, ahora voy de lunes a viernes por la mañana a clases en al instituto donde estoy con gente muy joven comparado conmigo y estoy aprendiendo la vida de otra forma.

Los chicos me respetan bastante por ser el mayor de la clase, entre otras cosas, por ejemplo, a cualquier cosa que digo me hacen caso, les llama la atención mis historias que les cuento, cualquier anécdota me prestan atención y se ríen.

Me siento valorado, aunque también tengo que decir que me cuesta todo un poco en general, podría ser el padre de muchos y eso me hace sentir diferente, me miran raro. Me estoy adaptando a esa vida de estudiante otra vez.

Ya con respecto al estudio me cuesta más que hace 20 años, ahora tengo 41 años y si acabo el curso tendré 43, pero eso no me preocupa, porque si acabo el curso estaré mas formado en todos los sentidos, académicamente y socialmente. Eso es lo que me motiva a seguir adelante.

Yo pienso que estando en este momento de mi vida, estoy formándome como persona y podré tener una vida fuera ya de la adicción a las drogas, a la que he estado durante la mayor parte de mi vida.

Soy un privilegiado por todo lo que tengo ahora y eso lo valoro, tengo que dar las gracias a BASIDA por la ayuda que me dan. Sin ellos ya no estaría vivo, porque no decirlo. A mis padres porque sin ellos no estaría ni siquiera escribiendo este artículo.

El apoyo de ambos y por supuesto, mis ganas de salir de mi vida anterior fuera del consumo, es lo que estoy consiguiendo. Ser persona.



Ya terminando, animo a cualquier persona que tenga alguna adicción que mire por él y que los cambios si son para bien, porque no, hay que hacer un esfuerzo por lo que quieres y que sin adicciones todo se ve diferente. Solo hay que proponerse pequeñas metas y luchando con esfuerzo y valor se llega donde queramos.

La vida te da lo que le das. □

✍ Toño

“...podría ser el padre de muchos y eso me hace sentir diferente, me miran raro.”

Mi primer voluntariado

Basida está cambiando mi forma de ser

"... me doy cuenta de que también me están ayudando a mí, a formarme nuevos hábitos, mejor forma de vida y a ver el mundo desde otro punto de vista."

Hola, mi nombre es Alex Nava Hernández, tengo 25 años y soy de nacionalidad mexicana.

Mi voluntariado en BASIDA empezó el 22 de agosto del 2021; llegué desde México a España, todo era muy nuevo para mí, ya que era la primera vez que salía de mi país, y tenía miedo de no encajar en el proyecto, pero gracias a Dios la gente aquí es muy buena; he tenido experiencias bonitas desde mi llegada y he sido muy bien recibido al igual que todos los que estamos aquí como voluntarios, como residentes y la comunidad.

Desde mi llegada he aprendido a trabajar en equipo, me han incluido en una obra de teatro y es curioso porque nunca había participado en cosas relacionadas con esto.

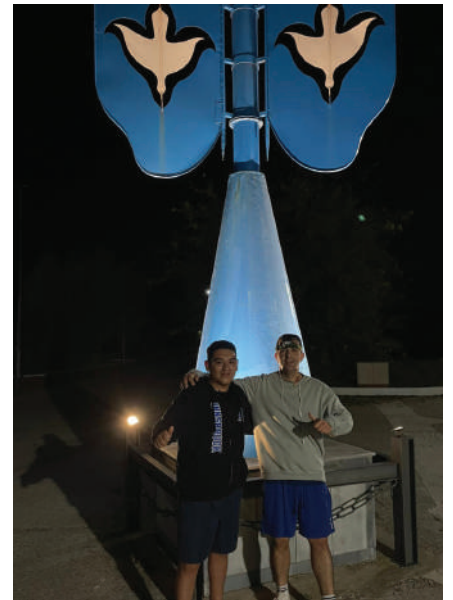
Me gusta ayudar y aprender cada día cosas nuevas, pero me doy cuenta de que también me están ayudando a mí, a formarme nuevos hábitos, mejor forma de vida y a ver el mundo desde otro punto de vista.

Desde mi llegada he aprendido a valorar las cosas que tengo, que antes ni siquiera pasaban por mi mente, hacer una mejor persona de mí.

Es impresionante como existen este tipo de lugares sin fines de lucro que de verdad si ayudan a la gente, les dan una nueva oportunidad de vida, que hoy en día muchos no lo hacen, o para poder tener estas ayudas se tiene que pagar mucho dinero.

Mi voluntariado es de un año, así que aún tengo mucho que aprender de BASIDA. □

✍️ Alex



Mi paso por la casa de Basida

Un profundo cambio en mi vida

Todo empezó el día 4 de febrero de 2024 cuando por fin me puse en manos de especialistas para erradicar mi “enfermedad”, la cual era de alcohol y sustancias estupefacientes. Hoy puedo decir que para mí fue un cambio muy grande, física y mentalmente.

Al principio se hizo un poco duro al meterme en una casa sin conocer a nadie, no sería la primera vez, pero en esta ocasión era por algo bueno, quería una recuperación en condiciones; pensamos que es fácil y bonito, pero nada de eso, está lleno de subidas y bajadas como una montaña rusa y uno llega a pensar muchísimas cosas, ¡como he podido caer tan bajo! ¿por qué no me voy ya de aquí?

Solo había una cosa que me sujetaba y era mi familia, la que siempre ha estado a mi lado, y por otro lado estaba el equipo, tiraba mucho también, y hacían que los días fuesen mejor. Puedo decir que el equipo de Basida sí se preocupa por la recuperación de personas que apenas conocen, no me imaginaba que pudiera existir gente así y además les gusta lo que hacen.

Hoy, después de 8 meses todo ha cambiado, empezando por mi forma de pensar hasta de mi forma de ver las cosas; la vida

es mucho más bonita sin esas sustancias que tanto me hacían perder la cabeza, esas drogas que casi las cambio por mi familia, pero eso no va a pasar gracias a BASIDA.

Son personas que hoy puedo decir que se están convirtiendo en mi segunda familia, a la que espero no dejar de ver, ya que me dieron la oportunidad de cocinar para todos ellos y espero, con ese poquito rato de comidas y cenas, poder agradecerles lo que hacen por mí y mi familia, el darme la oportunidad de lograr la recuperación tan deseada por todos los que cruzamos el puente de la entrada. Aunque algunos se queden en el camino he aprendido que yo, Roberto, tengo que llevar el mío, mi destino es esa luz que se ve al final del túnel y que poco a poco veo que no está tan lejos.

Me gustaría dar las gracias de corazón a este equipo y a los compañeros, y espero poder darles el mismo cariño que ellos me brindan a mí. Como dije al principio el camino no es fácil, pero la recuperación es motivo suficiente para seguir adelante, espero pasar muchas alegrías en esta casa y no poder olvidarles nunca. □

✍️ Roberto



“Aunque algunos se queden en el camino he aprendido que yo, Roberto, tengo que llevar el mío.”

Un año en Basida

Donde me encontré esta familia

"...después de 25 años de cárcel todavía le tengo que dar gracias por haber encontrado esta casa y esta familia cargada de amor y esperanza."

Hola, soy Ángel y tengo 58 años. Yo me encontraba en la cárcel, en el módulo de enfermería y gracias a la cárcel conocí BASIDA, y cuando me dijeron que me iban a llevar yo pensé que sería como otros centros.

Pero no es igual, aquí me encontré con una familia cargada de cariño y amor, gracias a Dios y a ellos me voy recuperando. Hasta la fecha de hoy ya me voy encontrando bien y ahora vivo con todos ellos, es mi familia, puedo hacer cosas como una persona, quien me iba a decir que después de 25 años de cárcel todavía le tengo que dar gracias por haber encontrado esta casa y esta familia cargada de amor y esperanza.

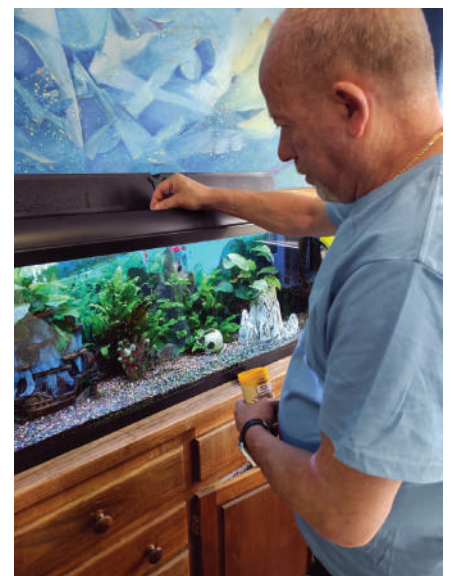
Llevo ya un año y han sido todos los días iguales llenos de felicidad, y todos los días le doy gracias a Dios por los que me rodean. Si hubiera cogido por el camino malo, yo estaría muerto hace ya unos cuantos meses.

Ahora me he marcado un futuro nuevo y es permanecer aquí porque en un año he mejorado tanto gracias a mi familia que he dejado hasta la máquina de oxígeno. Espero seguir aquí muchos años rodeado de personas que me quieren tal y como soy, aquí no hay trapos sucios, todo es amor y cariño.

Cuando vienen mis hermanos y ven lo bien que estoy me lo dicen, que no me mueva de aquí, porque hasta ellos se sienten queridos cada vez que vienen, es un nuevo sentimiento.

Esta casa está bendecida por DIOS y le doy gracias a Basida por mi nueva vida. □

✍ Ángel



Gracias familia

¡Cómo hemos podido vivir sin Basida todos estos años!

A finales del octubre del año pasado, fuimos a nuestro primer encuentro con Basida. Un matrimonio amigo nuestro, voluntarios desde hace años, nos invitó a asistir a una misa de domingo por la mañana. Pese a ser de Manzanares, solo habíamos escuchado alguna pequeña referencia de lo que era esta asociación. Y de la que no sabíamos, en verdad, absolutamente nada.

Aquel día, Dios nos regaló un encuentro que cambiaría por completo nuestras vidas. Él tenía ya planeado este gran regalo para nosotros.

Recordamos perfectamente cómo nos sentimos desde que entramos por la puerta de esta casa: la presencia de Jesús tan evidente en aquella Eucaristía nos dejó atrapados para siempre allí y con cada persona que está vinculada al proyecto de Basida, un lugar lleno de Amor, un verdadero oasis en medio de un mundo en el que nosotros, por circunstancias personales ya no encajábamos. Nuestros corazones quedaron allí atrapados y empezamos a asistir como voluntarios los fines de semana, pues el resto de los días estaban ocupados por nuestro trabajo. En un solo año nuestras vidas han cambiado en todos los sentidos.

Basida es un lugar donde nadie pregunta, nadie juzga, simplemente se dedican a dar dignidad a la vida de todo aquel que decide formar parte de esta gran familia. Ellos nos abrieron de par en par las puertas de sus casas y de sus corazones. Es enorme la felicidad y la alegría que nos dan cada día, de forma gratuita, porque sí. Porque cuando decides entregar lo que puedes ofrecer, que a veces es muy poco, ellos lo acogen y te empiezan a considerar “familia”. Todo esto hace que nuestros corazones y los de nuestras hijas se ensanchen de amor y alegría cada vez que compartimos momentos con ellos. A día de hoy nos sentimos parte de esta gran familia.

Muchas veces comentamos entre nosotros, cómo hemos podido vivir sin Basida todos estos años.

Solo tenemos palabras de agradecimiento a ellos, por su cariño siempre, por su paciencia con nuestros fallos de principiantes que siempre acaban en risas sinceras. Queríamos ayudar en lo que estuviese en nuestras manos, pero los que nos han ayudado han sido todos ellos, dándonos tantísimo cariño.

Gracias a todos, a la comunidad, que son amigos; a los residentes, que son nuestra ver-

dadera debilidad y al resto de voluntarios que son un ejemplo enorme, un regalo y a los que estamos unidos de forma increíble por una causa común, que es solamente el bienestar y cuidado de los que verdaderamente importan, que son “nuestros chicos”.

Gracias a Dios porque es muy grande y al que pedimos que podamos seguir por muchos, muchos años, yendo “a casa” como dice Blessing.

¡Os queremos mucho! Todo vuestros. □

✍️ María y David



“Queríamos ayudar en lo que estuviese en nuestras manos, pero los que nos han ayudado han sido todos ellos, dándonos tantísimo cariño.”

El arte y el privilegio de cocinar

La recompensa a la perseverancia

"La verdadera satisfacción está en saber que, aunque el camino es arduo, cada pequeño triunfo en la cocina vale la pena."

La vida en la cocina es una batalla diaria, no es tarea fácil. Un lugar donde el calor no solo viene de los fogones, sino de la intensidad de cada momento. Desde el primer momento, el ritmo es incansable, y cada jornada parece una prueba de resistencia, las horas largas, los cortes y las quemaduras, las constantes peticiones de otros en cuanto a otros temas, la limpieza y el orden, y un sinfín de cosas que forman parte de la realidad entre fogones.

En cada rincón se esconden retos que podrían intimidar a cualquiera. Y, sin embargo, para quienes logran encontrar su lugar en este caos, existe una recompensa única. No se trata sólo de ver un plato perfecto, salir del pase, ni escuchar los elogios de los demás, satisfechos. La verdadera satisfacción está en saber que, aunque el camino es arduo, cada pequeño triunfo en la cocina vale la pena.

Es el tipo de trabajo que moldea el carácter, que fortalece y enseña a valorar cada momento y cada logro. Porque, al final, la cocina recompensa a aquellos que perseveran con algo incalculable: la certeza de que, aunque el camino sea difícil, siempre habrá un propósito en el esfuerzo y sobre todo la actitud con la que se trabaja, humilde y sencilla.

Cocinar es ese arte cotidiano, que gracias al uso hábil del fuego y la combinación acertada de ingredientes y condimentos nos permite transformar los alimentos, consiguiendo el contraste de sabores, la satisfacción sensorial, las presentaciones, las texturas y colores de los alimentos... Se prioriza la creatividad y la sofisticación, creando recetas sabrosas y nutritivas, que sustentan y potencian nuestra salud y bienestar, dando un gran paso hacia la recuperación del amor y respeto por la tierra que nos sustenta y eso significa recuperar el amor y respeto por nosotros mismos.

Que maravilloso es poder sentir el privilegio de cocinar para que otros disfruten, dando lo mejor de una misma y poniendo todo el cariño en lo que se hace. Después de tantas horas, tantos años al servicio de los demás, es un orgullo poder realizar algo así.

¡Sigamos celebrando la vida! □

✍️ Elenita



Silencio

El aprendizaje

Cada noche salgo a los jardines de casa a disfrutar, lo siento como una necesidad, como lo es también contemplar las maravillas del cielo en medio de ese silencio maravilloso que inunda el aire.

Un Maestro zen decía “El silencio es la posibilidad de la palabra elevada a la categoría de misterio”

Hace poco leí una frase de Antonio Blay, psicólogo clínico e investigador sobre temas del ámbito espiritual ligados con la psicología, que decía: “*Sólo puede decirse que el Silencio es el gran Maestro, pero a condición de que uno sea el gran Discípulo y aprenda a vivir la lucidez y la atención dentro del silencio*”.

Para Tony de Mello “amar a las personas supone haber muerto a la necesidad de las mismas y estar absolutamente solo”

Siempre el Silencio, siempre la Soledad..... A medida que nos vayamos descubriendo, que vayamos siendo nosotros mismos, el Amor se irá haciendo presente, y amaremos porque no podemos hacer otra cosa, SOMOS amor y el SER se expresa como tal.

¡Pero qué difícil poder comunicar! Es tan difícil como saber estar solo y tan necesaria la comunicación como la soledad.

Compartir, entender, comprender, trascendiendo las palabras, compartiendo del paisaje de la naturaleza, no su descripción, sino su propia vida.

Y dejar que nazca la comunicación desde el misterio de la soledad, de lo incompartible, riqueza que llevamos dentro de nosotros mismos, semilla de la VIDA única y diversa dispuesta a sorprendernos siempre. Ofrecer lo que tenemos y recibir lo que nos dan, para SER y porque SOMOS.

Aprender a comunicarnos dando y recibiendo de la manera más simple, con naturalidad, sin filtros, sin objetivos, sin finalidad...

Cada uno hablamos para nosotros mismos, vivimos para nosotros mismos, buscamos nuestros propios intereses, y sin embargo, no dejamos de ser unos extraños para nosotros mismos.

Quiero aprender a escuchar, a escucharme, a descubrir al otro en cada momento, a dedicar la atención suficiente para distinguir en cada palabra la originalidad de quien la pronuncia. Escuchar y descubrir de dónde nace cada gesto, de dónde arranca cada mirada y qué quiere decirme la expresión de una sonrisa o su ausencia cuando alguien me habla.



El silencio en el Paraíso, obra de ByMIRENE

Escuchar qué me dicen tus silencios cuando me hablas y sorprenderme siempre, y descubrirte siempre, y recibirte sin juicios, sin esquemas prefijados, porque así sabré realmente qué quieres decirme.

Hoy te he visto, te he oído, te he descubierto. No hemos pronunciado palabras, sin embargo en un instante he sabido que tú estás, que tú eres. □

✍ Teresa

“Quiero aprender a escuchar, a escucharme, a descubrir al otro en cada momento...”

"El Cielo en la Tierra"

Más allá de un lugar, una sensación

"Es un espacio donde la empatía, la solidaridad y la calidez humana se sienten a cada paso."

Cuando hablo de Basida, digo que para mí es el cielo en la tierra; no me refiero solo al espacio físico, sino a la sensación profunda que experimenta uno al estar allí. Este lugar ha logrado algo único: hacerme sentir como si estuviera en un entorno donde el dolor, la desesperanza y la discriminación se transforman en algo positivo, lleno de amor y apoyo.

El Cielo en este contexto no es el paraíso al que todos estamos destinados, sino un estado de ser donde todo lo que importa es el bienestar del otro, sin juicios, sin barreras. Es un espacio donde la empatía, la solidaridad y la calidez humana se sienten a cada paso. En un mundo donde, a menudo, las personas se sienten solas, vulnerables y marginadas, Basida se convierte en un refugio, un lugar seguro donde las personas pueden ser ellas mismas sin miedo a ser rechazadas.

El cielo es la mirada de los miembros de la comunidad, quienes han entregado su vida a Dios y lo ven a Él a través de esas miradas de agradecimiento y alivio cuando, los que precisan de esa ayuda, sienten que no están solos en su lucha. Ver cómo las personas que reciben apoyo no solo se benefician de los servicios, sino que también reciben cariño, atención, un trato respetuoso, un camino de vida y un fin último por el que seguir luchando, es lo que realmente hace que este lugar se sienta como un pedazo de cielo.

Porque aquí, no solo se tratan enfermedades físicas, sino también las heridas y enfermedades del alma, esas que surgen cuando alguien se siente abandonado por una sociedad enferma y alejada de Dios, esas que surgen cuando se retuercen la paciencia y la humildad y el pecado surge como la espiga.

Testimonios

Nuestra Vida



En esa frase, la Tierra es la pertenencia. Al unirme a Basida, no solo me convertí en un voluntario más, sino en parte de una familia cimentada en Dios, a la que el mismo Dios, bajo su Providencia, me ha traído.

Aquí, todos compartimos el mismo propósito: el deseo de mejorar las vidas de aquellos que más lo necesitan, sin esperar nada a cambio. El trabajo en equipo, el espíritu de comunidad, las raíces son tan fuertes que cada día siento que el cielo no es solo el fin último como católico, sino una realidad palpable en cada gesto de apoyo mutuo, en cada sonrisa, en cada conversación sincera.

El cielo también está en los momentos de esperanza, cuando, a pesar de las adversidades, vemos que hay luz al final del túnel. Basida es un lugar donde los pequeños milagros ocurren todos los días: una persona que, tras recibir apoyo, retoma sus sueños; un voluntario que se siente más lleno de vida después de brindar su ayuda;

una sonrisa que se vuelve más grande cada vez, porque aquí, el amor y la compasión no conocen límites.

En definitiva, decir que Basida es el “cielo en la tierra” es reconocer que, en medio de tanto sufrimiento y dificultades, hay espacios que logran transformar el dolor en algo lleno de esperanza, dignidad y humanidad. Y es ese sentimiento de ser parte de algo más grande, más justo, lo que hace que este lugar sea, para mí, el verdadero cielo en la tierra. □

✍ Mario

“...es reconocer que, en medio de tanto sufrimiento y dificultades, hay espacios que logran transformar el dolor en algo lleno de esperanza, dignidad y humanidad.”

Nos vamos al Rocío

Donde la ilusión se transforma en gratitud y emoción

"Comenzamos con muchísima ilusión y acabamos con el alma llena de gratitud y emoción."

Recientemente, en el mes de octubre, por el puente del Pilar, vivimos una experiencia inolvidable junto a un grupo de amigos de la Hermandad Ntra. Señora del Rocío de Pozuelo de Alarcón, al frente de nuestra querida Chon. Realizamos una Peregrinación al Rocío, una pequeña aldea de Almonte en Huelva, con unas vistas preciosas, llena de casas pequeñas y blancas que rodean la Ermita de la Virgen del Rocío, donde reside la Blanca Paloma.

Comenzamos con muchísima ilusión y acabamos con el alma llena de gratitud y emoción.

Los primeros en salir fuimos un grupo de la casa de Navahondilla, a primera hora de la mañana, para reunirnos con el grupo de la casa de Aranjuez. Desde allí seguimos camino, en diferentes vehículos hacia Manzanares para recoger al último grupo de la expedición.

Tras hacer alguna parada y comer por el camino un tentempié, con alguna aventura de por medio, llegamos ilusionados al Rocío, a pesar del mal tiempo y ya nos esperaban algunos miembros de la Hermandad. Tras descansar un poco del viaje y reponer fuerzas, pudimos disfrutar de un paseo por los alrededores y, cómo no, obtener bellos recuerdos con un montón de fotos.

No podíamos perder la ocasión y disfrutar del momento, acordándonos de tantas personas que nos quieren y nos necesitan, por lo que decidimos aprovechar y acercarnos a la Capilla a encender velas y pedir por todos ellos a la Virgen del Rocío.

Mientras chispeaba pudimos pasear, ver la Ermita y alrededores, disfrutar de charlas y risas; y mientras compartíamos anécdotas en la cena, también celebramos un par de cumpleaños con sus tartas y velas correspondientes.

La mañana del sábado, tras una noche de lluvia, amaneció con la emoción de querer disfrutar cada minuto del día, algunos esperando un cafetito caliente



Testimonios

Nuestra Vida



para empezar, otro/as hasta se atrevieron con unas sevillanas y como no podía ser de otra manera, Dios nos regaló un día tranquilo y sin lluvia para disfrutar de un paseo en autobús por el Parque Nacional de Doñana.

Por la tarde celebramos la Eucaristía en la Ermita, un momento de recogimiento y acción de gracias por tanto que recibimos, junto a las palabras de nuestro querido Padre Darmín y nuestros cantos que armonizaron la Eucaristía.

Tras hacer unas comprillas de recuerdos del Rocío para los que se quedaron en las casas, tuvimos una aventura que nos encogió el corazón a muchos, en busca de unos despistadillos que nos regalaron recorrer las calles de la aldea, y que por gracia de Dios y por todo lo que rezamos en aquel momento aparecieron.

Ya por la noche, pudimos seguir disfrutando y compartir juntos un rato de risas, karaoke y

bailes, donde sacamos lo mejor de nosotros mismos, acabando como no podía ser de otra manera con la Salve Rociera.

La mañana del domingo, tras otra noche de tormenta, era el momento de recoger las cosas para volver a las casas. Pero eso sí, con caras de alegría y con el corazón lleno de gratitud por estos días compartidos, sabiendo que nuestra vida es una bendición y que somos afortunados por todo lo que vivimos.

Infinitas gracias a todos aquellos que habéis hecho posible esta Peregrinación, a Chon, a la Hermandad de Pozuelo, a la comunidad y en especial a aquellos que os habéis quedado al cuidado de las casas y de nuestros más pequeños. □

✍️ Elenita

“Infinitas gracias a todos aquellos que habéis hecho posible esta Peregrinación...”



Peregrinación al Rocío con Basida

A veces se alinean los planetas... o alguien nos los alinea...

"La experiencia no defraudó. Fue un cúmulo de emociones desde el primer momento."

Por un lado, Basida, con quienes hemos compartido vivencias y voluntariados. Por otro lado, la Hermandad del Rocío de Pozuelo de Alarcón y, además, la familia, con mi mujer Paloma, y sus padres, Fernando, (responsable de tantas "sonrisas" cuando fue voluntario en Aranjuez, y quien me dio a conocer a Basida) y Paloma. Todos convocados por La Señora, que nos atrae desde tanta distancia... Lo que se dice ir de peregrinación al Rocío con "tu gente" ...No podíamos perder esta oportunidad.

La experiencia no defraudó. Fue un cúmulo de emociones desde el primer momento. Como decimos los andaluces (incluso los que no lo parecemos), momentos de esos que te cogen un "pellizco".

La meteorología parecía no poner de su parte, pero todos hicimos nuestra aquella máxima que dice que "el cielo es siempre azul, aunque lo tapen las nubes o los ciegos no puedan verlo" y tiramos para adelante. Al final, dentro de lo razonable, el tiempo nos respetó.

Y todos juntos, llevamos la inmensa alegría que siempre arrastra Basida a un lugar que se caracteriza por eso, por la alegría que la gente del sur muestra, a su manera, por tener la suerte de que la Madre de Dios habite en un lugar como el Rocío. El resultado de esta suma fue magnifico y produjo grandes momentos de convivencia y de Rocío.

La Eucaristía en la ermita, en un ambiente de recogimiento y lluvia, tan diferente a esas primaveras de muchedumbre y calor, y con los cánticos de Basida, distintos a las habituales sevillanas o canciones rocieras, fue extraordinaria, y con una homilía que llega porque nace de la autenticidad.

Contábamos, además, con aquello que no cambia, con la emoción de que la Virgen nos observaba desde bien cerquita con su mirada baja de cariño infinito, arropándonos y haciéndonos ver que Ella entiende las situaciones difíciles, el sacrificio, el sufrimiento y nos mostraba al mismo tiempo la Esperanza en sus brazos, poniéndonos delante a su hijo, el Pastorcito Divino, para que nos guíe y ayude. Gracias por hacernos partícipes.

Testimonios

Navahondilla
Aranjuez



La organización fue perfecta, la convivencia estupenda y el momento del sábado por la noche cantando y bailando fue un remate genial. ¡Rafa fue un gran DJ, y el resto lo dio todo en el micro o la pista!

A veces algunos amigos me preguntan qué es Basida y, aparte de explicarles su labor, siempre les digo que realmente es Entrega, Esperanza, Energía, Superación, Fraternidad, Ganas de vivir... esas cosas cuya importancia el mundo de hoy, y la vorágine de stress que le rodea, nos intenta ocultar. Siempre les digo el bien que hace y el beneficio que se lleva todo el que se acerca a esta comunidad, junto con el cariño que siempre se recibe en esa convivencia. En definitiva, lo que nos llevamos nosotros de estos días de peregrinación.

Gracias a todos los que trabajaron para hacer posible este gran fin de semana. Gracias Chon, Visi, Paloma, Jokin, Rafa, Arantxa, Cristina, Darmín... (seguro que me dejo a alguien, no me lo tengáis en cuenta). Gracias a

los hermanos que acudieron a la llamada de Basida. Gracias a todos los que allí estuvimos por esos momentos de convivencia y reencuentro.

Habrà que repetir pronto. Ya tenemos algunas cabezas pensando en nuevos momentos a compartir, además de unas "revolconas" que ya han quedado acordadas en Navahondilla para este invierno.

Un cariñoso abrazo para todos.

¡¡¡VIVA LA VIRGEN DEL ROCÍO!!!□

✂ José Antonio Jiménez-Alfaro Morote

“Gracias a todos los que trabajaron para hacer posible este gran fin de semana..”





Basida en el Rocío

Un viaje muy deseado y anhelado

"Fue un viaje largo y lluvioso, pero no impidió disfrutar de la magia de la aldea..."

Después de unos cuantos años Basida vuelve al Rocío acompañada de la Hermandad de Pozuelo en el puente del Pilar. Tuvimos el privilegio de visitar a la Blanca Paloma, pues era un viaje muy esperado ya que en el año 2019 estaba preparado y hubo que suspenderlo como consecuencia de la terrible pandemia del Covid que nos inmovilizó a todos.

Salimos temprano desde Aranjuez con los compañeros de Navahondilla y paramos en Manzanares para recoger al resto. Que emoción, estar los de las tres casas juntos.

Fue un viaje largo y lluvioso, pero no impidió disfrutar de la magia de la aldea con sus calles de arena, sus caballos marismenños pastando en la marisma, y dando un paseo por los alrededores de la ermita. Visitamos el Museo de la Virgen del Rocío, en donde se recoge su leyenda, su historia y su patrimonio.

El sábado después de un buen desayuno nos tenían preparado una visita a Doñana y, con permiso de la lluvia que nos respetó hasta el último minuto, disfrutamos de una mañana inolvidable. Los guías nos explicaban con todo detalle la flora y la fauna del lugar, vimos ciervos con sus crías, caballos marismenños, jabalíes, buitres leonados y varias especies de aves.

Testimonios

Maravillosa
Nuestra Vida

Después de la comida y por supuesto una buena siesta, paseamos por la aldea para comprar recuerdos para nuestros familiares y amigos hasta la hora de la misa. Nuestro querido padre Darmín presidió la misa y nos regaló unos momentos preciosos, con nuestras canciones y con una homilía referente a la verdadera hermandad, Basida y la Hermandad de Pozuelo juntos. No pude evitar acordarme de nuestro querido Jesús, los que tuvimos la suerte de conocerlo lo echábamos mucho de menos.

En el ambiente se respiraba emoción y alegría que estuvo presente durante la cena, como no podía ser de otra manera y así disfrutamos hasta las doce de la noche cantando y bailando, gracias a Rafa que nos instaló un karaoke, y que culminó con el canto de la Salve rociera.

Me gustaría aprovechar este momento para dar las gracias a todas las personas que han hecho posible este maravilloso viaje y que no tengo palabras para expresarlo porque todas se me quedan cortas. Gracias a Basida, gracias a la Hermandad del Rocío de Pozuelo de Alarcón y gracias a ti Chon, por haber organizado este viaje, que sin duda venía con ayuda y fuerza desde el cielo. □

✍️ Juanan

“...gracias a todas las personas que han hecho posible este maravilloso viaje y que no tengo palabras para expresarlo porque todas se me quedan cortas.”



Un año tonto

Cuando se tuerzen las cosas que te importan

"Y así entre mi rutina diaria y las visitas a mi madre, se fue pasando el año."

Este mes de octubre, estoy pensando algunas veces que quiero que termine el año.

Empezó mas o menos bien, hasta que un día 10 de mayo, me dijo Arancha que mi madre estaba muy malita.

Fuimos al hospital y mi madre estaba bastante mal.

Así estuvo algo más de un mes y algunas veces pensábamos en lo peor, pero mi madre es muy dura y lo superó.

A mediados de junio la trasladaron al Hospital Santa Cristina en Madrid y empecé a visitarla cada 2 ó 3 semanas, algunas veces 4 semanas.

Y así entre mi rutina diaria y las visitas a mi madre, se fue pasando el año.

Echo de menos a mi madre, pero me voy acostumbrando.

Y aún seguimos esperando a que se ponga bien.

Lo dicho, UN AÑO TONTO. □

✍️ Carlos





La familia: ¿carga o bendición?

El gran regalo escondido de Dios

A veces tengo la sensación que al hablar sobre mi familia y al contar cómo es mi familia, no hago justicia a todo lo que de verdad es mi familia. Intuyo tímidamente que esto es algo que no sólo me pasa a mí y es que tengo la impresión que, si de verdad fuera capaz de hacer percibir al de al lado lo que es la familia, sería la primera realidad que se defendería en todas las conversaciones, debates públicos y privados, situaciones, sociedades y religiones. En definitiva, sería lo más importante en el mundo, porque, además, es algo que todos tenemos en común. Todos pertenecemos a una familia de sangre no elegida y a otra familia elegida o encontrada dado que como dice la RAE la familia también es: “grupo de personas relacionadas por amistad o trato” o “conjunto de personas que comparten alguna condición, opinión o tendencia”.

Soy Noemí García, una chica burgalesa. Llegué a Madrid a estudiar con 18 años y me quedé trabajando. Años más tarde me casé y formé mi pequeña familia que poco a poco va creciendo en número y experiencias.

Mi familia comenzó a forjarse el día que dije que sí quería conocer a un chico bastante más mayor que yo, situación que me provocaba bastante pánico interiormente. La emoción, la curiosidad y la paz que sentía cuando estaba con él pudieron con ese pánico y comenzamos a andar. He de decir a posteriori, que anduvimos muy torpemente ya que cada uno llevaba su mochila de inseguridades, debilidades, defectos, y diferentes tiempos...además de nuestras fortalezas, virtudes y experiencias. No sólo fue un noviazgo de cuento de hadas y maripos-

“...la familia, sería la primera realidad que se defendería en todas las conversaciones, debates públicos y privados, situaciones, sociedades y religiones.”



"El regalo recibido ese día no fue ni de lejos comparable a lo entregado."

sas en el estómago, sino que también tuvo sus sombras. Sin embargo, de ninguna manera lo cambiaría si pudiera. El día que volví a decir que sí ante el altar, ante mi familia de sangre, mi familia acogida y mi familia elegida, mi tía dijo que volvía a sonreír como cuando era niña. La entrada a la Iglesia temblando de la mano de mi padre y la salida de la iglesia emocionada de la mano de mi marido, es uno de los recuerdos más bonitos que guardo desde entonces. Había elegido pasar el resto de mi vida amando a Daniel y entregándole mi vida, y a cambio, una paz inmensa se me posó en el corazón. El regalo recibido ese día no fue ni de lejos comparable a lo entregado. En mi vida marqué un objetivo: el cielo; y cuando el destino está claro, sólo queda caminar.

Mentiría si dijera que todo fue como la luna de miel, la cual fue espectacular. La convivencia, no siempre es fácil y mi carácter no ayuda demasiado. Además, muy pronto nos vino una noticia: Gabriel estaba de camino. Reconozco que el embarazo tampoco ayudó a seguir conociéndonos en nuestras mejores condiciones dado que yo no me encontré muy bien durante todo el periodo. Después los lloros, las noches sin dormir demasiado, la rutina del trabajo, el encaje para atender a Gabriel, la renuncia al ocio o al descanso... Esto es lo que normalmente cuento de mis inicios, y sin embargo, no hace ni de lejos justicia a lo vivido.

En realidad, lo que ocurrió fue que Dani y Dios, me hicieron el gran regalo de ser madre. Me pilló de sorpresa y me asustó. Yo quería esperar un poco, poner en marcha la casa, aprender a tratar a Dani... y llegó Gabriel justo en el momento en el que tenía que llegar. Llegó a nuestras vidas la alegría de la casa, el aprender cada día algo nuevo de nosotros mismos, el querernos y mirarnos sintiéndonos orgullosos simplemente de ser y estar al lado del otro, el sobrevivir intentando sacar lo mejor que teníamos dentro, ... Y sin pedirlo, Gabriel fue lo segundo mejor que me había pasado en la vida. Sigo descubriendo cada día lo feliz que me hace entregarme también a él, llevarle a la guardería, darle de comer, reci-

Testimonios

Nuestra Vida

bir un beso suyo... En el día a día, hay momentos que pasan desapercibidos por el estrés, las rabietas, los lloros, pero no sé cómo contaros que despertarle cada día, es el mejor momento del día con él. Que abrir la puerta y que se eche a mis brazos es increíble y que poder verle crecer, aprender, reír, llorar... no me lo perdería por nada del mundo. Mis planes de poner en marcha la casa y conocer más y más a

Dani siguen haciéndose realidad cada día, aunque en una realidad diferente a como me la había imaginado. Una realidad mucho mucho mejor.

Dentro de poco, conoceremos a Teresa, nuestra segunda hija. Imagino que la vida volverá a cambiar, y que tendremos que adaptarnos de nuevo, seguir aprendiendo y poner todo lo que hasta ahora ha funcionado otra vez en duda. Pero, ¿qué es la vida sin sorpresas ni cambios? ¿Se puede vivir sin seguir creciendo y aprendiendo cada día?

Y esta es mi familia, acompañada de amigos y más familia que crece junto a nosotros (o nosotros junto a ellos). Una familia como cualquier otra, cuya rutina a ojos de fuera parece que desgasta y agota y que podría ser fácilmente sustituible y mejorable por un animal de compañía, pero que por dentro está llena de vida, de emoción, de alegrías, de deseo, de amor, de cariño. Esto es lo que me gustaría poder contar cuando me preguntan cómo es mi familia. Una familia por la que merece la pena vivir y entregarse. □

✍️ Noemí García Melgar
Torrejón de Ardoz,
23 de noviembre de 2023

“Esto es lo que me gustaría poder contar cuando me preguntan cómo es mi familia. Una familia por la que merece la pena vivir y entregarse.”



Un pedacito de mí

Un año donde se acumulan tantas vivencias

"...yo me revelaba y volvía a despertar al día siguiente desafiando a mi propio cuerpo y a mi mente casi en blanco."

Me llamo Ana, podría contar muchas historias que he vivido, pero quiero hablar sobre este último año.

Todo comenzó hace 11 meses, el día que mi cuerpo dijo basta, sufrí un fallo multiorganico y perdí la conciencia, me encontraron mi prima y mi tía, la siguiente vez que desperté estaba en el hospital con tubos por todas partes y muchísimas vías, el cuerpo lleno de pinchazos y cardenales, no recordaba nada y no podía hablar ni moverme, el dolor era insoportable, lloré mucho, casi me muero, pero salió de mí la personalidad fuerte y luchadora que he sido siempre. A pesar de lo que decía mi familia que tal vez no viviría hasta la mañana siguiente, yo me revelaba y volvía a despertar al día siguiente desafiando a mi propio cuerpo y a mi mente casi en blanco.

Después de 19 días en la UVI empecé a mejorar y me llevaron a una habitación, por fin me empezaron a quitar sondas, pero la voz tardó mucho en volver. Que desesperante es cuando no te entienden lo que dices porque apenas te sale la voz, la memoria te falla y te tienen meses en la cama. Te lavan, te cambian las sábanas, todo te lo hacen en la cama y yo sin fuerzas para moverme, pierdes la vergüenza, no te queda otra ya que me tenían que mover entre 3 auxiliares.

En la caída en mi casa me golpeé en la cabeza y en el tobillo, el de la cabeza se quitó relativamente pronto, pero el del tobillo avanzó, fue subiendo por la pierna hasta casi la rodilla. Me dijeron que en vez de disolverse se había creado una flebitis y que me tendrían que operar y poner un injerto. Me hacían curas diarias, un día reventó la piel y se abrió quedando todo en carne viva. Entonces programaron la operación el 9 de febrero de 2024.

Testimonios

Nuestra Vida

Cuando desperté tenía la pierna vendada desde el tobillo a la cadera y un dolor insoportable. A partir de entonces me cambiaron a su hospital de rehabilitación y para las curas tenía a Elena Conde una gran dermatóloga.

Definiré el día que me quitaron las grapas con una palabra “HORRIBLE”, que dolor, a partir de ahí empezó Elena (dermatóloga) a hacerme las curas, sus manos no te hacían daño, aparte de las curas comencé la rehabilitación, poco a poco, fue muy duro, pero conseguí volver a levantarme sola, a caminar, a ir al baño sola, había luz al final del camino o eso pensé, pero mi enfermedad no me dejó disfrutar de esa pequeña victoria y me lo demostró de la forma más dura...

Me volvió a dar otra encefalopatía que no puedo controlar y me deja semiinconsciente y solo quiero dormir y me molesta cualquier ruido, otro paso atrás, volver a empezar en otro

hospital (Guadarrama). Después de estabilizarme y perder otros 10 días de mi vida, así que a comenzar de nuevo, me asignaron un fisioterapeuta joven y guapo y muy bueno en su trabajo, me llevaba muy bien con él, luchó por mí para conseguir que me bajaran a rehabilitación, en 3 días volvía a levantarme y andar, gané estabilidad y seguridad en mi misma, pero nunca he olvidado que mi seguridad podía desvanecerse en segundos cuando mi hígado se llenara de toxinas y al no funcionar mi cabeza tampoco funcionaba, me hicieron muchísimas pruebas y la única cura es un trasplante de hígado.

Me han dado muchas encefalopatías, algunas me he dado cuenta y he avisado pero otras me ha sido imposible.



“...pero mi enfermedad no me dejó disfrutar de esa pequeña victoria y me lo demostró de la forma más dura...”

“El día 8 de octubre de 2024 regresaba a casa, me recibieron muy bien y yo sentí que volvía a respirar...”

Después hablé con la asistente social y empezaron a buscar sitios a los que pudiera ir y terminar de rehabilitarme.

Así que les hablé de BASIDA, les dije que ayudaban a mucha gente durante años, y a la asistente social le pareció buena idea y se puso en contacto con BASIDA; me hicieron una entrevista y me aceptaron en el centro que tienen en Aranjuez, donde nací y vive casi toda mi familia.

Fue como la vuelta a casa después de vivir 12 años en Madrid. El día 8 de octubre de 2024 regresaba a casa, me recibieron muy bien y yo sentí que volvía a respirar, la primera semana tuve otra encefalopatía y tuve que ingresar en el hospital 4 días, de los 2 primeros no recuerdo nada, al tercer día (domingo) desperté como nueva y el lunes volví a BASIDA.

De momento todo va bien, poco a poco voy mejorando, mi próximo objetivo es seguir cuidándome bien, tanto en la medicación como en la alimentación, para poder estar fuerte y poder entrar en la lista de trasplante, eso me daría la esperanza de poder tener una nueva vida, cuidándome por supuesto, porque ahora no puedo hacer planes de futuro, solo objetivos a corto plazo.

Es como llevar una carga muy pesada sobre tus hombros que te recuerdan que tu vida puede acabar en cuestión de minutos por un fallo hepático. Quiero vivir, tengo cosas que hacer, la primera es abrazar a mi madre después de más de un año sin verla, solo hablar por teléfono. Ha llorado mucho por mí este año sabiendo que estaba en el hospital muy malita. Mi mente me dice que tengo que recompensarla, ha sido y sigue siendo una madre extraordinaria. Cuando se enteró de que volvía a Aranjuez y de que iba a estar en BASIDA se emocionó mucho. Mi madre ha sido voluntaria y colaboradora con BASIDA durante muchos años y si no fuera por su lucha contra sus enfermedades seguiría viniendo aquí.

En fin seguro que me dejo algo en el tintero sin contar, tal vez lo escriba la próxima vez, de momento sigo luchando por vivir.

Tengo voluntad, ilusión y esperanza, tengo amigos, familia propia y nueva familia BASIDA, estoy ahora mismo tranquila y feliz. □

✍️ Ana

Todo tiene su tiempo

Cronos y Kairos de la mano

Hola a todos, antes de empezar a relataros mi historia quisiera deciros que toda ella, se basa en dos conceptos sobre el tiempo (Cronos y Kairos) y en unos versículos de la biblia (Eclesiastés cap. 3 1-8).

Según el diccionario: *Cronos* es el principio de la completa ejecución de todo y el paso del tiempo que a todos nos alcanza; *Kairos* es el momento adecuado u oportuno, también es según la teoría cristiana “el tiempo de Dios”.

Pues bien, deciros que mi Cronos empezó hace apenas 5 meses una tarde del mes de mayo, fue en un instante cuando surgió el principio de mi nueva vida, alejado de las adicciones, y mi Kairos cuando conocí a Basida.

Algunos dirán que es casualidad o azar, u otra cosa que se les ocurra, pero cuando en mis manos cayó una Biblia se abrió por la página del Capítulo 3 del libro de Eclesiastés. Para mí fue Dios hablándome.

Dice así: *Tiempo de nacer y tiempo de morir*. No recuerdo la fecha exacta en la que empecé a morir, por culpa de mi adicción a la cocaína, fue poco a poco, todo empezó como un

juego. Pero mi tiempo de nacer ya os lo he comentado antes una tarde del mes de mayo, donde vi que todo lo había perdido, hasta mi dignidad como persona.

Tiempo para plantar y tiempo de cosechar. Durante muchos años planté todo tipo de malos hábitos como mentir, engañar, ocultar e incluso hasta robar, ya podéis imaginar que es lo que coseché.

Pero desde que todo cambió y empecé a sembrar paciencia, honestidad, no solo para con los demás sino conmigo mismo, disciplina y un largo etcétera de buenos hábitos, mi cosecha se transformó en algo maravilloso, he vuelto a tener contacto y relación con mi familia y os puedo asegurar que no hay mejor recompensa, al menos para mí.

Tiempo para matar y tiempo para curar. Empecé matando a la persona que era, esto no me resulto muy difícil, lo que me está costando más es curarme de todas las heridas que he sufrido, muchas de ellas provocadas por mí, porque curarse siempre duele, pero con la ayuda que estoy recibiendo en Basida me está siendo más llevadero este sufrimiento.



“Algunos dirán que es casualidad o azar, u otra cosa que se les ocurra, pero para mí fue Dios hablándome”

"Y en este momento estoy empezando a construir poco a poco, porque lo que has destruido durante años, no lo vas a recuperar en dos días."

Tiempo para destruir y tiempo para construir. Que deciros que no os podáis imaginar. Durante todos los años en los que me ha dominado mi adicción, lo único que he hecho ha sido destruir, destruí mis relaciones familiares, personales y de amistad, perdí todo bien material, coche, moto, ropa, dignidad.

Y en este momento estoy empezando a construir poco a poco, porque lo que has destruido durante años, no lo vas a recuperar en dos días. Pero cada pequeño paso hacia adelante es una gran recompensa.

Tiempo para llorar y tiempo para reír. Nada más cierto, he llorado y lo sigo haciendo. Cuando empiezas a tomar conciencia de todo lo que has hecho y lo que has perdido por culpa de la adicción, no es difícil que llores, pero deciros que ya empiezo a sonreír.

Cada día me queda menos, para ser más feliz.

Tiempo para hacer duelo y tiempo para bailar. Como ya os he comentado antes llevo poco tiempo sin consumir, apenas unos meses, y aunque de vez en cuando me atrevo a bailar con la felicidad, sigo pasando por un duelo que me produce tristeza, angustia, ansiedad, etc. Pero aquí en Basida me están enseñando a bailar poco a poco.

Tiempo para arrojar piedras y tiempo para recogerlas. No sabría decir cuantas piedras he arrojado sobre mi tejado, serian muchas sin duda. Piedras tales como el egoísmo, el egocentrismo, la manipulación y muchas más. Pero cuando empiezas a recogerlas y ves los daños que han causado no puedes dejar de sentirte un desalmado, pero a la vez te van dejando ver los daños causados y de ese modo puedes empezar a repararlos.

Tiempo para abrazarse y tiempo de separarse. Han sido muchos años en los que de forma inconsciente he estado abrazado a la tristeza, la falta de honestidad, el egoísmo, la sensación de sentirme vacío aun teniendo todo lo que me hacía falta por ser feliz, y ha sido más que provocado por la dependencia de la cocaína. Pero al igual que hay silencios que lo dicen todo, hay rupturas que dejan espacios. Yo estoy empezando a disfrutar de esos espacios en los que me puedo mostrar tal como soy sin depender de ninguna sustancia toxica.

Tiempo para buscar y tiempo para perder. Siempre he buscado y he encontrado tiempo para consumir, pensaba que eso me daba la felicidad y la satisfacción que no me daban otras cosas, pero ahora sé que todo ese tiempo fue perdido en vano. Desde hace unos días estoy buscando tiempo para hacer lo que realmente me produzca felicidad y satisfacción. Tengo la sensación de que este

Testimonios

Nuestra Vida

tiempo llega poco a poco, pero sé que con esfuerzo y la ayuda de todas las personas que trabajan en Basida, lo conseguiré.

Tiempo para guardar y tiempo para desechar. Mi tiempo para desechar ya comenzó hace unos meses, empecé por desechar la propia cocaína y poco a poco voy desechar todo lo relacionado con ella, acciones, pensamientos, malos hábitos y voy guardando todo lo que estoy aprendiendo desde que estoy en Basida, que son innumerables todas y cada una de las pinceladas con las que me estoy reconstruyendo.

Tiempo para callar y tiempo para hablar. Como os he dicho al principio en este momento me encuentro en Kairós, estoy en pleno proceso de aprendizaje y como no puede ser de otra manera he de permanecer callado y ya llegará mi momento de hablar.

Tiempo para amar y tiempo para odiar. Gracias a todos y cada uno de los miembros de esta gran familia llamada Basida, estoy empezando a poder Amar, de momento a mí mismo que no es tarea fácil ya que lo único que pasa por mi mente es todo lo que he estado haciendo mal durante tantos años y que ahora odio.

Y con el tiempo podré llegar a mostrar mi amor hacia los demás.

Tiempo de guerra y tiempo de paz. Estoy en plena guerra contra mi adicción, no está siendo tarea fácil, pero sé que llegaré a vencerla y de ese modo podré alcanzar la paz que tanto necesito y deseo.

Quiero terminar dándote a ti las gracias por haber dedicado unos minutos de tu tiempo en leer estas líneas.

Seria para mí una gran satisfacción que estas palabras puedan servir de guía o de inspiración para todas aquellas personas que como yo decidan luchar y vencer a cualquier adicción.

Gracias a todos y cada uno de esta mi nueva familia. Gracias Basida. □

✍️ Raúl



“...que estas palabras puedan servir de guía o de inspiración para todas aquellas personas que como yo decidan luchar y vencer a cualquier adicción.”

Basida mi segunda placenta

El relato de una vida plasmado en un libro



“Empecé a colaborar como voluntaria y desde mi primera experiencia supe que quería formar parte de la familia.”

Hola me llamo Ana y podría decir que mis años en Basida superan la decena. Empecé a colaborar como voluntaria y desde mi primera experiencia supe que quería formar parte de la familia. Y es que, cuando compartes las diferentes realidades que forman esta increíble comunidad, te das cuenta de que nada es imposible, y que desde cualquier situación se puede dejar entrar esa luz que muestra la salida, sobre todo cuando tienes gente bonita a tu alrededor que te ayuda a encontrarla.

Durante todos estos años he ido conociendo y redescubriendo Basida y su gente, y tengo que decir que tanto el tiempo como mi profesión me han hecho valorar aún más la grandeza que esconde. Por ser algo más concreta, yo soy terapeuta ocupacional. Mi objetivo como profesional es favorecer la autonomía e independencia en las personas con dificultades (ya sean físicas, psicológicas o sociales) a través de la OCUPACIÓN. Y podría asegurar que Basida es un claro ejemplo de que, si tienes en cuenta las capacidades y motivaciones de cada uno, y eres capaz de adaptarlas a sus necesidades, vas a conseguir

que esa persona se sienta mucho más fuerte, realizada y sobre todo más feliz.

Un claro ejemplo es Clemente, un hermano de la familia y un gran amigo. Basida le ha permitido pasar los últimos años potenciando su creatividad, recientemente a través de la escritura.

Y ahí entro yo, me llamo Guada y llevo siendo voluntaria en Basida-Navahondilla desde hace 9 años. De Pascuas a ramos me dejo caer por Ávila, y no hay ocasión en la que no salga de ella sin la pregunta de cuándo será la próxima vez que pueda dejarme abrazar por una familia tan estupenda que me lleva acogiendo todo este tiempo. Lo cierto es que Basida tiene un no se qué que te atrapa y muchos quienes que te abrazan, cuidan y hacen sentir miembro de la casa. Y uno de ellos, desde la primera vez que pisé Navahondilla, fue Clemente.

Hace algo más de 2 años, me comentó que estaba haciendo un libro, y viendo la ilusión con la que lo estaba haciendo y lo mucho que estaba conectando consigo mismo por estar escribiendo sus memorias, le propuse llevarlas aún más lejos. ¿Por qué no publicarlo? Y aquí comenzó la aventura.

Testimonios

Nuestra Vida

El primer paso fue bucear entre los más de 30 archivos que se habían ido guardando sobre el mismo borrador. Suerte la mía, que esa tarea la realizó Clemente con otros voluntarios. Fue un trabajo arduo pero con grandes resultados. Clemente aprendió cómo funcionaba el sistema para poder trabajar siempre sobre el mismo documento, y por fin podría hacer un planteamiento del alcance de su libro, superando las 100 páginas, toda una hazaña.

Tras esto, en los primeros meses ya estaba la primera versión del libro, pero como todo en esta vida, debía reposar, y menos mal que lo hicimos, pues gracias a las ideas de Clemente, el libro fue cogiendo cada vez una forma más interesante. Ya conocíamos las 3 etapas en las que se dividiría el libro: La buena, la no tan buena y la mejor! Además de algunos extras que conoceréis si decidís comprarlo una vez esté terminado.

Mes a mes, el libro que con entusiasmo se había ideado, con ilusión se compartía y con mucho esfuerzo se había construido, fue convirtiéndose en un libro. Un libro de verdad. Un libro de Clemente, creado con mucho cariño con el apoyo de los voluntarios que le ayudábamos poco a poco a cumplir su hazaña.

Y por fin, tras mucho tiempo y trabajo, podemos decir que “Basida, mi segunda placenta” es una realidad! Un libro crudo y real como la vida misma, un libro para compartir y disfrutar, un libro que habla de Clemente, su familia, sus alegrías, sus pensamientos, sus no tan buenos momentos, su encuentro con Basida..., ¿te lo vas a perder?

En las próximas semanas iremos anunciando poco a poco los detalles de la publicación, precio y entrega. ¿Estás interesada o interesado? Te facilitamos un QR para que puedas apuntarte a una lista de interesados e interesadas en comprar el libro.

Os iremos informando por correo electrónico, y contactaremos con cada persona que se encuentre en la lista para confirmar la compra una vez esté listo para imprimir. □

✉ Ana y Guada



“Mes a mes, el libro que con entusiasmo se había ideado, con ilusión se compartía y con mucho esfuerzo se había construido.”



QR para escanear

Cambio de década

Nuevas aventuras e ilusiones

"Mi propósito para esta nueva aventura es aprender a valorarme más a mí misma y hacer caso omiso a la gente que dice que yo no puedo."

El pasado día 21 de septiembre fue mi cumpleaños, me cayeron 50 primaveras, medio siglo quien lo diría, se me ha pasado el tiempo volando.

Con esta nueva década, me enfrento a nuevas aventuras, nuevas perspectivas, nuevas ilusiones, es una época de grandes cambios, no solo físicos, también psicológicos y como todo en la vida tendrá su parte buena y su parte mala.

Ahora toca cuidarse un poquito más y dejar un poco atrás las locuras de cuando eres más joven. Porque aún me siento joven, llena de ilusiones, porque gracias a Dios ya no es igual que antes, en que una mujer de cincuenta años ya era una anciana.

Ahora toca hacer más ejercicio, cuidarse el peso, la mente y nunca perder la marcha y la ganas de ¡CELEBRAR LA VIDA! cada día. Lo importante es ser feliz y hacer feliz a los demás, nunca perder la sonrisa.

He descubierto que, desde hace un tiempo a esta parte, me son-

río más porque me gusta lo que veo en el espejo.

Mi propósito para esta nueva aventura es aprender a valorarme más a mí misma y hacer caso omiso a la gente que dice que yo no puedo y a seguir siendo fuerte y luchadora.

Yo no sé si el empoderamiento de la mujer existe, pero yo me he propuesto que el de Merche sí.

Ya es hora de coger las riendas de mi vida bien fuerte y que nadie me las quite, preveo grandes y buenos cambios en mi vida.

¡Viva las mujeres de 50! □

✍ Merche





Obra Social
Fundación "la Caixa"

**Fundación
iberCaja**



Gracias a nuestros colaboradores



UNIÓN EUROPEA
Fondo Social Europeo
El FSE invierte en tu futuro

Financiado como parte de la respuesta de la Unión a la pandemia de COVID-19



ARANJUEZ

Ayuntamiento del Real Sitio y Villa



Ayuntamiento de Manzanares



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DEL INTERIOR



Comunidad de Madrid
CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE, VIVIENDA Y ORDENACIÓN DEL TERRITORIO



Servicio Madrileño de Salud

SaludMadrid

Comunidad de Madrid



CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES Y FAMILIA
Comunidad de Madrid

SUBVENCIÓN 0,7% IRPF



Comunidad de Madrid



Junta de Castilla y León



DIPUTACION DE CIUDAD REAL



Castilla-La Mancha



Castilla-La Mancha

Fundación Sociosanitaria de Castilla-La Mancha



SENOBLE



bio gran
experiencia de futuro



Schreiber



Fundación A.M.A.



acompartir



SmithKline Beecham



BOSCH

Invented for life



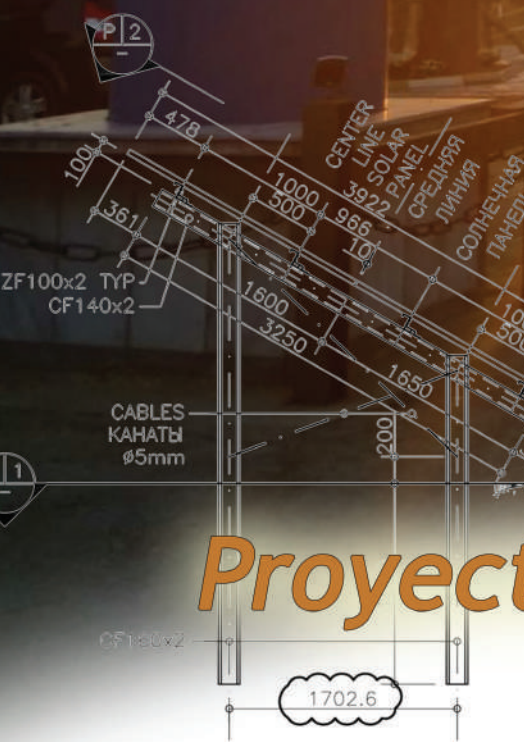
NH COLLECTION
ARANJUEZ • PALACIO DE ARANJUEZ



MEDIASETespaña.

*Con tu ayuda
podemos incorporar
el SOL
a nuestro día a día*

Basida 2022-2025



**Proyecto de Placas Solares
para Autoconsumo**