



IRENE PRADES | Directora de biblioteca

«Verbalizar lo que siento, expresarlo y compartirlo»



Irene dirige la Biblioteca Marcel·lí Domingo de Tortosa. J. R.

«Contraviniendo en cierto modo lo que nos aconseja el gran Joaquín Sabina en 'Peces de Ciudad', lo primero que he aprendido durante este año es que al lugar donde has sido feliz siempre debes tratar de volver. Y no precisamente por la prohibición, sino porque he necesitado reencontrarme conmigo misma y rescatar los sonidos, los olores y las sensaciones de aquellos parajes y de las gentes con quien una vez fui feliz. Se echa de menos todo lo que se quiere y duele todo aquello que te lo impide, por lo que he aprendido a trazar caminos de vuelta imaginarios con el alma».

«Porque hay que cultivar y cuidar todo lo que se ama, lo que

nos rodea y nos acompaña, el huerto más cercano de nuestra vida. Por eso he aprendido también a cuidar de las plantas del patio anexo a mi habitación, las que me saludan cada amanecer y colorean los tonos blancos de mi vida día tras día».

«Aprendí a esperar con la mirada puesta en el horizonte más cercano (¿para qué fijar los objetivos en la lejanía?). A esperar a que pase la tormenta para volver a hacer lo que siempre hacíamos, aunque con una versión mejorada a ser posible».

«Planificar el menú semanal»

«También he comprobado que planificar un buen menú semanal es útil y práctico. Todos en casa, comida, cena, desayunos, meriendas... Eso es mucha comida y de ahí que necesites una buena organización y planificar un menú semanal porque, además, no puedes salir a menudo a buscar los ingredientes que necesitas. La idea es extrapolable a cualquier otro ámbito y situación. La planificación ayuda a conseguir el fin».

«He aprendido a verbalizar lo que siento, a expresarlo y compartirlo. Que todos nuestros seres queridos no se hallen cerca de nosotros no significa que no nos estén acompañando emocionalmente ni que no podamos comunicarnos con ellos».

«La pandemia ha significado una oportunidad para estar con parte de nuestras familias, pero también un espacio para reconocer la importancia de las relaciones que tuvimos que trasladar a la virtualidad durante el confinamiento».