

*PALABRAS DE VOLUNTARIOS...*



**dime**  
cuenta con nosotros

## *Índice:*

HOLA, AMIGOS	5
ENTRÉ EN LA HABITACIÓN DE JUAN Y MARÍA	6
YO SOY LOLA	7
ANTES DE ENTRAR, CIERRO MIS OJOS	10
EN PAU CORTÈS	11
LA PUERTA	12
DAR Y RECIBIR	13
SOY VOLUNTARIO DE DIME	14
ENTRAR EN UNA HABITACION DE CUIDADOS PALIATIVOS ES...	15
¿MORIR?	Joan Terrassa 17
MAÑANA ES VIERNES!	18
EL CORAZÓN HERIDO	20
QUÉ MÁS QUIERES BALDOMERO	21
EL PAJARITO	22
EL GRAN SALMÓN	24
MI PRIMER DÍA	25
APENAS LLEVO UN AÑO	26
¿SE PUEDE PASAR?	28
¡VIVA LA LEGIÓN!	29

## ***ENTRÉ EN LA HABITACIÓN DE JUAN Y MARÍA***

A decir verdad no recuerdo sus verdaderos nombres, y posiblemente de recordarlos también los cambiaría.

Ella estaba acostada de lado y de espaldas. Al oír que me acercaba él se giró. Saludé como en un susurro, por no molestar y me presenté. Asintió y me indicó que ahora ella estaba dormida, y de una forma natural empezó a contarme en voz baja, algunas cosas de ella. Cómo era, algunos recuerdos, lo mucho que le había dado, lo fuerte que siempre había sido...

Yo nada pregunté, y él contó cosas sinceras. Yo escuchaba, asentía, intercalé alguna sonrisa, y él mostró de la forma más dulce cuan grande sería su pérdida. Sus ojos se humedecieron, así sus manos y un suave abrazo permitió esconder su rostro en un hombro desconocido. Y en aquella lentitud de unos pocos segundos, un eterno y silencioso sollozo dio paso a un rostro de nuevo sereno y firme, y una nueva mirada para con quien había compartido toda una vida.

Me miró y dijo “Verdaderamente sois ángeles para nosotros, hoy tu lo has sido para mí; se supone que los hombre somos los fuertes y que por ello no solemos llorar, yo hace mucho que no lloraba”. Y con un fuerte apretón de manos añadió: “Gracias”.

Intercambiamos unas pocas impresiones más. No había ningún sentido en prolongarlo por más tiempo. Había habido magia en aquel instante. Algo que no podemos buscar ni crear. Sólo sucedió. Seguimos en silencio y nos despedimos dándonos las gracias de nuevo. Él reconfortado y con nuevas fuerzas. Yo con un sentimiento de haber contribuido en algo en aligerar el peso del dolor y la pérdida.

Doy gracias a DIME por haber tenido la oportunidad de estar ahí, de la misma forma en que en una ocasión un sincero abrazo me ayudó a mí.

'Con mucho cariño para María y un fuerte abrazo para Juan'

## *YO SOY LOLA*

Eran las 16,30 de un miércoles cuando mis compañeras voluntarias y yo nos sentábamos en la mesa del despachito de Hospital General. Previamente habíamos cambiado impresiones, como siempre hacemos, ante un aromático café en el bar de la placita. Solemos repasar la semana de cada una, y nos congratulamos por las cosas buenas que nos han pasado y nos confortamos en las no tan buenas.

Todo tiene un objetivo: empezar nuestra labor con el espíritu más nítido posible y con las pilas cargadas de afecto para repartir todo lo mejor de nuestro karma a las personas que vamos a visitar, que tan difíciles momentos estarán pasando.

Repasamos la información que han dejado para nosotras las compañeras de la mañana y de días anteriores. Como siempre, los nombres han cambiado al menos en un 50%. Aquellos que figuraban la semana pasada ya no están, son personas que han fallecido en su mayoría. Itinerarios vitales que han terminado pero que siguen presentes en forma de dolor para los que se quedan y que le amaban.

Comentamos los que aún siguen y también los recién llegados. Con la idea general de nuestra intervención con los enfermos y sus familiares vamos a la sala de enfermeras, ellas nos darán las últimas novedades que pueden alterar la lista que ya teníamos, a pesar de que es de la misma jornada. Pero tantas cosas pasan en la Vida y en la Muerte en los últimos minutos, ¡hay tantas cosas “de última hora”...!

Procuramos respetar nuestro ritual, ya sabéis... las personas somos muy de rituales. Y comenzamos. Hoy tres casos van a marcar la intensidad emocional.

En la primera habitación hay una anciana de 103 años. Su sonrisa al vernos ilumina la habitación y antes casi de que nos presentemos ya nos pregunta cómo nos llamamos, nos coge la mano, está contenta. Repite nuestros nombres, aunque rápidamente se le olvidan y tenemos que presentarnos tres veces:

- ¿Tú quién eres?
- Soy Lola.
- Y tu compañera?
- Ella se llama Gloria.
- Ah!!! Lolaaaa. Y esa señora?
- Es Gloria, la de antes.
- Ah! Y tú quién eres?
- Yo soy Lola.

Su sonrisa es un resplandor ahora, sigue hablando. No sabe por qué está aquí “me han traído y no sé por qué me mueven de mi casa”. Así nos vamos enterando. Hasta ayer mismo vivía sola, cerca de la Pza. España, sólo una mujer de la limpieza venía dos o tres horitas por la mañana. Sola, independiente, aunque tiene

hijos no quería vivir con ellos a pesar de la insistencia, genio y figura... Ahora pierde un poco la cabeza, su cara es bonita, su pelo blanco de seda, sonrío, aprieta su mano calentita con la nuestra. Al cabo de un rato nos despedimos:

- Nos vamos.

- Ah !!!! Buen viaje!!!!

Salimos sonriendo, ninguna pena en esa parte de Paliativos, ningún sinsabor, ninguna palmadita en ningún hombro de consuelo. Sólo luz blanca irradiada por aquella ancianita que no sabemos si la semana que viene volveremos a ver, pero que ya ha dejado un recuerdo dulce que la va a hacer inmortal.

En mitad de la planta nos dividimos. Algún enfermo se siente mejor si no entramos dos personas, nuestra piel ya nos avisa de estas cosas, será instinto, será intuición, lo sabemos y ya está.

Me han avisado. A este paciente hace poco le han dado la mala noticia de que su mal es imparable y su final predecible. Que seguramente le encontraría triste, así lleva todo el día. Y entro. Es un hombre que conserva un gran atractivo, alrededor de sesenta años, joven, guapo, alto, debió ser muy “curro”.

Me presento, él también, educado, fino, triste... muy triste. Y me espeta:

- Sé lo que hacéis y es una gran labor. No obstante, seguro que otros enfermos te lo agradecerán más que yo, que por mucho que hablemos no cambiarás lo que tengo. vuestras palabras son bonitas, sé que intentáis que me sienta mejor. Pero esto que tengo dentro no lo vais a solucionar, es inútil por mucho que hablemos. No me vais a curar.

- Ya, hoy es un mal día, eh?

- Sí... me han dicho que me quedan seis meses de vida, más o menos.

- Ha hablado con el médico, pues...

- Sí, y yo aviso... como me dejen salir aunque sólo sea un día... me suicidaré, no voy a pasar por esto.

- ¿Qué le ha pasado hoy por la cabeza, para que piense en eso tan firmemente?

- Mira, déjate... Si tú tuvieras lo que tengo yo y te hubieran dicho que no durarás más de seis meses ¿NO TE SUICIDARÍAS TAMBIÉN?

- ¿Quién, YO? ¡Ni loca! O sea, me dan un plazo y ¿no lo voy a agotar a tope? ¡NI MUCHO MENOS!

Sigue un silencio de unos segundos... ¡Vaya! Visto así... la verdad es que también es cierto eso. NO LO HABÍA PENSADO.

Cuando salimos del hospital, él estaba paseando y nos dijo que iba a salir a la terraza, que hacía solecito (pequeñas cosas cuyo placer a veces perdemos y que podemos recuperar en cualquier momento, estemos como estemos).

Es lo que tiene la muerte, que mientras... vivimos.

La inminencia de un fatal desenlace, a veces hace encajar el puzle de la vida de una vez por todas, colocando aquellas piezas perdidas en el hueco que toca, para que la Vida vivida (el puzle) tenga un sentido, aunque sea al final.

Quizás es lo que pasó con el último de los casos que os voy a contar. El señor estaba en sus últimos días, dormido. Sus hijos en la salita adyacente a la habitación del final del pasillo, llorando desconsoladamente, con un llanto silencioso, con angustia lacerante, con pena inmensa.

Nos miran con ojos de niños desvalidos que están pidiendo “ayuda, por favor, ayuda!” Nos acercamos y la conversación se inicia en el contexto mal interpretado por nosotras de que la pérdida inminente es la de un padre muy querido al que sus hijos le van a echar muchísimo de menos por el gran timón que había significado en sus vidas.

Nada más lejos de la realidad. Entre sollozos nos cuentan que su padre había sido un crápula toda su vida, que había dado muy mala vida a su familia, que había abandonado a su madre cuando los tres hijos eran muy pequeños, para llevar una vida desastrosa con mil planes turbios en los que jamás entraba el de ver ni siquiera a sus hijos, mucho menos atender alguna necesidad.

Si alguna vez le necesitaron, nunca le encontraron, él les negó ayuda y atención.

Ahora ellos perdonaban, habían acudido abrazados entre ellos para darse fuerzas mutuamente y le otorgaban las lágrimas que él necesitaba para irse tranquilo. Antes de dormirse se lo habían hecho saber, que le querían, que hubieran deseado tenerle más pero que le querían, que le perdonaban. Y le besaban. Y él, antes de dormirse, había llorado también, y les había pedido perdón. Les había abrazado.

La pieza del puzle por fin apareció, aunque sólo fuera para vivir un duelo sano.

Y ese día... las tres voluntarias nos fuimos más llenas de ternura que nunca, sonriendo.

Sin saber si los milagros existen o no, habíamos asistido a lo más parecido a uno ¡Qué gran lección de Vida!... Y de Muerte.

¡Cuánto se aprende caminando!

## *ANTES DE ENTRAR, CIERRO MIS OJOS*

Antes de entrar, cierro mis ojos y pido estar a la altura de las circunstancias que me encontraré al cruzar la puerta. Pido ante todo serenidad para poder compartir con todas las personas que me voy a encontrar en aquella habitación, para mí siempre nueva, con sensaciones diferentes e intentando empatizar con cada una de las palabras, miradas, gestos, lágrimas y caricias...

Dando gracias por poder acercarme a sus corazones y a su dolor, que, aunque parezca extraño se puede matizar con sonrisas y suaves miradas.

Si me encuentro sola con el enfermo no dudo en cogerle la mano y compartir lo que percibo en su mirada. Al fin y al cabo el enfermo despierta en mí lo que él necesita... y pasamos un ratito de aquel día, para ellos un día menos.

Y con todo mi respeto y amor me despido prometiéndole que la próxima semana pasaré a visitarle.



Leonardo da Vinci: "Así como una jornada bien empleada produce un dulce sueño, así una vida bien usada causa una dulce muerte".



"El voluntariado en los cuidados paliativos ha supuesto para mí, la posibilidad de asomarme a lo más auténtico que poseemos y que somos, compartiéndolo desde la intimidad amorosa en cualquiera de sus formas: animada charla o respetuoso silencio.

Ha sido una oportunidad por la que me siento profundamente agradecida."

## *EN PAU CORTÈS*

Sense el que va representar la Unitat de Cures Pal·liatives, la mort del meu fill no hauria tengut res a veure -ni per a ell, ni per a tots els que l'envoltaven- amb el que va ser: confort, agombolament, serenor, creixement espiritual personal, fortalesa... enfront de dolor físic, desesperació i por que, com a cavall desbocat, hagués fet un salt cap a la foscor i s'hagués estampat al fons d'un abisme. Una caiguda en què no hauria quedat res condret, sinó que tot s'hauria desfigurat fent-se mil miques difícilment recuperables.

És evident que en Pau s'hauria mort igualment, perquè cap tractament no podia curar el mal que se l'enduia. Però va ser afortunat -i amb ell, tots el que l'estimàvem- perquè ens va ser possible fer un procés, tancar el cercle vital, per arribar a una mort digna ell i a un dol serè nosaltres.

En aquelles circumstàncies, ja em turmentava pensar quants de malalts que sofrien molt físicament i que estaven aterrits i quantes mares com jo, pares, germans, fills, avis, amics... se sentien sols, desesperats i perduts dins un hospital o a casa. No devien tenir, sense ni tan sols saber que existia, allò que per a nosaltres representava un tros de fusta per sobreviure enmig de l'oceà dins un naufragi.

És per això que no puc callar ni deixar de reivindicar aquest dret humà de ser ACOMPANYAT en la mort amb tot el que aquesta paraula significa, tal com som acompanyats en el naixement.

Així és com ens va ser possible aprofitar el temps que ens quedava i no fer-lo malbé. Gràcies a tot plegat en Pau se n'anà valent i nosaltres, que hem sobreviscut, tenim serenor a l'ànima.

Immaculada Mascaró, mare d'en pau Cortès, mort a l'edat de 24 anys a causa d'un tumor cerebral



“El voluntario que actúa con una honradez incontaminada, exenta de toda clase de prejuicios, y con una mente abierta y ávida de conocimiento, llegará a resolver las múltiples cuestiones que le puedan surgir durante su experiencia y que hagan referencia a la realidad de su propia existencia ”



Quando alguien da, sin esperar nada a cambio, Es cuando mas recibe.



## LA PUERTA

Al otro lado de la puerta  
Hay alguien que  
yace, cerca del final  
de sus días.  
Aquí en la tierra  
Cruzo el umbral de su habitación  
Y quiero ser  
Como barro en sus manos.  
Si él quiere hablar  
Escucho.  
Si quiere silencio  
Estoy  
Pero en silencio.  
Si quiere jugar  
El me convierte en payaso.  
Si quiere llorar  
Lloramos juntos.  
Ocupo un pequeño espacio de su tiempo.  
Y le doy las gracias  
Por haberme permitido  
Compartir su tiempo.  
Cuando vuelvo a cruzar el umbral  
Le dejo con su Dios.  
Y me voy con mi Dios  
Sabiendo que todos somos uno

## ***DAR Y RECIBIR***

¿Quién da? ¿Quién recibe?

Dar parte de nuestro tiempo libre es muy valioso en éste mundo tan estresado ¿Pero no es más valioso el tiempo de los enfermos cuando se cuenta en horas, días o meses? Ya por esto, les estamos agradecidos.

Dar parte de su tiempo libre no basta para un voluntario que acompaña a pacientes y familiares en el último tramo de la vida. Hace falta escucha empática, cariño, compasión, comprensión, compromiso... para atender el sufrimiento que se manifiesta en la fase terminal de una enfermedad crónica.

A lo largo de mis años de voluntariado, mi vida se cruzó con la de Juan, Isabel, Jaime, Hannelore, Paco, Rosa, Daniel, Antonia, Adela... Y muchos más. Me ha enriquecido el relato de sus vidas, a veces humildes, pero repletas de sabiduría, con sus alegrías, sus logros, pero también sus dudas, sus luchas y sus lágrimas. No olvidaré nunca estas lecciones de vida. Y gracias por la confianza que me habéis brindado para compartir parte de vuestra vida conmigo.

¿Quién da? ¿Quién recibe?

“ L’essentiel est invisible pour les yeux, on ne voit bien qu’avec le cœur” (Lo esencial es invisible a los ojos, solo se ve bien con el corazón) Saint-Exupéry



Lo que están viviendo ellos podría sucederte a ti, no hay diferencia alguna entre nosotros. Tiende una mano al que pueda necesitarla ahora, dar y recibir es la esencia de nuestras vidas.



Cualquier cosa que usted medite, ¡usted no es eso!

Cualquier cosa que usted observe, ¡usted no es eso!

Así, de esta manera, rechace todo lo que usted observe,  
y finalmente "instálese" donde ya no es ninguna observación más...

(Nisargadatta)

## ***SOY VOLUNTARIO DE DIME***

Desde octubre de 2007 formo parte de la Asociación de Voluntarios de Cuidados Paliativos de las Islas Baleares (DIME), y realizo una tarde a la semana acompañamiento hospitalario en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Joan March. Me motivó hacer éste voluntariado, la dolorosa experiencia que supuso la enfermedad y posterior fallecimiento de mi padre. Compartir con él aquellos momentos fue una experiencia que propició una “buena” despedida y un posterior duelo “normal”. Y con el sentimiento de darle una utilidad a éste hecho, ahora 21 años después, puedo acompañar a personas que se encuentran en esa situación y a sus familias, de manera empática y respetuosa. Para mí, acompañar es estar ahí, de manera sencilla pero sobre todo sincera, dar ese espacio para que me hablen de sus hijos y nietos con orgullo y también de su miedo al dolor... cuando estoy en silencio, dejo de oír mi propia voz para escuchar la suya, adaptándome a su momento, sin juicios, solo el presente, el aquí y ahora... la acogida por su parte y la de su familia es cariñosa y llena de agradecimiento. Formo junto a mis compañeros/as, equipos de 3 o 4 voluntarios/as que hacemos las visitas de lunes a viernes, formar un equipo nos permite apoyarnos entre nosotros/as cuando vivimos alguna visita especialmente dolorosa.

El voluntariado me permite crecer como persona, a menudo digo que recibo más de lo que doy... y animo a quien se lo esté pensando a que sea voluntario/a porque la solidaridad no tiene en cuenta la edad ni el estatus social.



“Somos voluntarios de cuidados paliativos  
la tarea es acompañar  
Cuenta con nosotros es un lema  
pero amigo  
cuenta con nosotros de verdad”.

## ***ENTRAR EN UNA HABITACION DE CUIDADOS PALIATIVOS ES...***

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

encontrarte a una persona muy abierta  
hablar sin parar o quedarte en silencio  
coger la mano al enfermo  
sonreír y que te sonrían

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

estar con una mujer a la que le quedan días para culminar su vida  
y que hable bien de ti, incluso te busque pareja  
poder compartir con su familia el proceso  
y enterarte que ha pasado un año y aun te recuerdan

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

conocer a una mujer que no puede hablar  
pero te regala cada día una sonrisa  
aprender la comunicación sin palabras  
el contacto físico, miradas, risas, muecas, etc.

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

poder aliviar la angustia,  
la pena, la rabia, el enfado,  
el dolor, aunque solo sea  
estando ahí

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

no sentirte mal porque no quieran tu compañía  
sino alegrarte de poder recibir su sinceridad  
no sentir pena, sino compartir  
lo que te quieran dar

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

dar la mano a alguien que está sufriendo  
y sentir que con solo ese gesto  
estas aliviando un poco  
de su sufrimiento

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

no juzgar el pasado de un enfermo  
escuchar, escuchar y escuchar  
recordar que antes de criticar a alguien  
deberíamos andar tres lunas en sus zapatos

ENTRAR EN UNA HABITACION ES...

no saber que te encontraras  
a pesar de todo entrar  
y saber que al salir  
las gracias te van a dar



No importa nuestra edad o condición física. Sabemos que un día moriremos. Y que hacerlo con serenidad interior y con amor a nuestro alrededor depende de nosotros. Hablar de la muerte, pensar en ella, nos permite rectificar si estamos haciendo las cosas regular. Esa tarea no se puede dejar para el final, cuando las fuerzas flaquean y el miedo a lo incierto gobierna nuestro estado emocional.



La regla de San Benito incluye “tener siempre presente la muerte”. Porque reflexionar sobre la muerte transforma la vida, nos hace conscientes de lo que somos y tenemos, nos resitúa ante la realidad y con quienes nos rodean, nos ayuda a percibir el transcurso del tiempo, nos relocala por dentro, nos invita a hacernos preguntas y a buscar respuestas dentro y fuera de nosotros mismos y quizás a descubrirnos, tan inmanentes como somos, capaces de transcendencia.

## *¿MORIR?*

*Joan Terrasa 23-1-96*

No importa dónde  
ni cuándo ni cómo,  
casi ni siquiera el porqué.  
Morir es demasiado importante  
para buscar cualquier solución.  
Morir es un instante  
fuera de toda condición.  
Cualquier cuándo es el mejor,  
cualquier dónde bastante,  
cualquier cómo es válida razón.  
Morir es encontrarse,  
es una cita a la que no se llega tarde  
ni se olvida de algo ni de lugar,  
con tenerse a sí mismo es bastante,  
lo único importante  
es ser y estar  
allí todo entero  
y vivir el minuto certero, el definitivo: sí, quiero,  
y, que Dios, el mejor alfarero,  
termine su obra,  
sople su hálito al barro  
y termine, este su cacharro,  
en imagen de su Ser  
para que sea al morir,  
un nuevo amanecer,  
¿Morir? Sí,  
pero en tus manos, Señor,  
solo en tus manos  
y conmigo todos mis hermanos.  
Quiero:  
vivir para morir  
y morir para nacer.

## ***MAÑANA ES VIERNES!***

Es un pensamiento que durante el jueves me ronda la cabeza, porque el viernes es el centro de mi semana.

Y no por aquello de que llega el fin de semana. Estoy jubilada y el orden de mis días ha cambiado radicalmente de sentido respecto a los años de actividad laboral.

El viernes, mejor dicho, la mañana del viernes es mi tiempo más preciado. Las horas más mías. Las reservadas, salvaguardadas podría decir, para mí.

Las más íntimas aunque, paradójicamente, sean las más compartidas.

Es curioso.

Llego al Hospital, y me encuentro con mis compañeras, con las que comparto unos especiales momentos con la lectura del cuaderno. Surgen espontáneamente algunas confidencias. Llega la psicóloga, y nos transmite la sucinta pero imprescindible información y la valiosa orientación. Procesamos despedidas, cerramos historias. Luego, ocasionalmente, la trabajadora social comenta algún problema especial, u otro caso resuelto.

El estándar es estar las tres, pero podemos ser dos. O puedo estar sola.

¿Por donde empezamos hoy? ¿Cómo nos organizamos?

A partir de aquí me zambullo en esas horas íntimas, mías pero totalmente de otros. De asomarme al abismo de otros ojos que unas veces cierran los párpados y que otras me abren su vida. Unas veces con anécdotas, otras con datos, objetivos, formales, impersonales, pero alguna vez llega el regalo de compartir unos preciosos momentos de comunión de sentimientos y pensamientos. O los más conmovedores, cuando alguien te abraza buscando consuelo, necesitado de contacto físico. Y llega la confidencia, el desahogo, la descarga del dolor por quien se está yendo o por historias vividas, un hijo muerto, el hermano alejado, tantas...

- ¿Podría, por favor, comprarme tabaco? Hace tantos años que no fumo que me siento extraña en el estanco.

- Salgo mañana y no tengo ropa, ¿Podría, por favor, comprarme unos pantalones en un chino? ¡Este sí que es un momento curioso! ¿Talla, color...?

- Esta noche un hombre se ha acostado en mi cama! Se levantó desorientado y se metió en mi cama...

- ¡No me puedo creer que tenga Vd. 78 años! Pero si está guapísimo! ¿Quiere que salgamos paseando hasta la terraza? Hace una preciosa mañana y se puede ver el mar.

- No juego bien al parchís, me ganará seguro, pero venga, así lo practico.

- ¿Ha sido cocinero? Qué le gusta más guisar. ¿Canelones? Mmmm me encantan. ¿Cómo los hace?

- ¿Le gusta leer? ¿Ya sabe que en la sala, en el armario debajo de la tele, hay libros?

- ¡Qué maravilla de labor! Que manos tan habilidosas, que envidia, con lo torpe que soy yo para esas cosas.

Y también cabe el silencio, la pequeña caricia, la mirada.

Un poco antes de la una, se acaba. Otra vez ante el cuaderno. Leves referencias de un instante de toda una vida. Me invade un sentimiento de humildad, de intrusa en una biografía a veces muy dilatada. De compasión, de admiración, de sorpresa, pero siempre, en todo caso, de respeto.

Buen fin de semana! Dirigido hacia el control de enfermería.

Salimos a la calle, caminamos un tramo juntas, y recuperamos el rol de nuestra vida de cada día y se acaban mis horas.

¡Hasta el viernes!



Una vida plena, no significa tener muchas cosas o haber disfrutado de experiencias excitantes y protagonizado grandes aventuras exóticas. No. Se trata de haber vivido “para”. De haber compartido “con”. De haber pensado “en”. De haberse sacrificado “por”. Ese es el camino para llegar bien pertrechado a la muerte.



Decía la madre Teresa: “Voy a pasar por la vida una sola vez, cualquier cosa buena que yo pueda hacer o alguna amabilidad que pueda hacer a algún ser humano, debo hacerla ahora, porque no pasaré de nuevo por ahí”.



## *EL CORAZÓN HERIDO*

El corazón herido es algo digno de contemplar. Es nuestro corazón. De una manera u otra, a través de nuestras vidas, el dolor nos ha visitado, porque hemos perdido algo o alguien, por una enfermedad, un problema que hemos tenido que afrontar. Estos sucesos han sido grandes desafíos para nosotros, montañas que escalar, piedra a piedra. Han dejado heridas, algunas sólo rasguños, otras más profundas, más difíciles de cicatrizar, heridas que incluso hoy en día a veces sangran un poquito.

Qué se hace con semejante corazón, aun bombeando pero con sus señales de vida bombeando con ella? Un tiempo de sentirlas, de aceptarlas, verlas como parte de lo que somos ahora, integrarlas, entenderlas, dejar con nuestras lágrimas caen directamente sobre ellas para aliviarlas, quitarlas el fuego del dolor, al menos por un tiempo. Llegar, con el tiempo, a verlos como oportunidades de vernos como realmente somos, hermanos todos. Llegar a no poder sólo mirar hacia dentro, sino también hacia fuera, a los ojos de los demás, que también sufren al igual que nosotros. Entonces empezamos a crecer, vemos el sufrimiento en el ojo ajeno y no giramos la vista, no añadimos su sentir al nuestro ni el nuestro al suyo, sino comenzamos a poder sentir verdadera compasión, primero para nosotros mismos y después por el otro. Entonces podemos sentir la fuerza del amor. “Se que estás sufriendo, siento, comparto contigo tu sentir, te entiendo.” Practicar la compasión con el otro riega la semilla del amor en nuestro corazón y en el corazón del otro.



Para mí acompañar es estar ahí, de manera sencilla pero sobre todo sincera, dar ese espacio para que me hablen de sus hijos y nietos con orgullo y también de su miedo al dolor...cuando estoy en silencio, dejo de oír mi propia voz para escuchar la suya, adaptándome a su momento, sin juicios, solo el presente, el aquí y ahora...

## ***QUÉ MÁS QUIERES BALDOMERO***

Baldomero era un hombre que no encajaba. Ingresado en la planta de Cuidados Paliativos parecía un animal enjaulado. No quería estar allí. Su tez morena resaltaba con las sábanas blancas de la cama, sus ojos negros, asustados, enfadados, parecían enormes dentro de una cara delgada, muy gastada no sólo por la enfermedad que padecía sino también por haber vivido tal vez en la intemperie durante mucho tiempo.

Baldomero no quería visitas, echaba a los voluntarios fuera de su habitación con un grito de “No venís aquí. Yo soy malo” Uno se sentía inútil ante tal situación para ayudarlo. Comparto turno con una compañera muy cariñosa, con una sonrisa de estas que deja huella, que llega. En esta ocasión visitábamos juntas ella y yo. Cuando Baldomero nos había echado de su habitación de nuevo nos quedamos en el pasillo mirándonos la una a la otra. Yo, con la sensación de que insistir más, sería una invasión ¡Cuán equivocada estaba! Mi compañera me miró a los ojos. Creo que ella había visto, había reconocido en los ojos de Baldomero su propio sufrir, porque me dijo, “Yo le voy a pedir si le apetece que le suba un café.” Bueno, entró de puntillas de nuevo, los ojos de Baldomero como dos melones, “Pensaba... pensaba, que tal vez te gustaría tomar un café” dijo ella “Pues vale” respondió Baldomero. Bajamos volando al bar y le subimos un buen café, calentito. Encontramos un Baldomero cambiado, esperándonos, más abierto, más apaciguado. Aquella mañana fue la única visita que hicimos porque dos horas más tarde, en la terraza, ya vacía la taza y los ojos de nuestro amigo y los nuestros, llenos de lágrimas, nos contó su vida, su infancia, su familia, su madre, sus fracasos, sus éxitos. Cómo podía ser que este personaje, esta gran persona, podía tener una biografía tan rica, tan interesante. Cada martes entrábamos ya con el café en mano y se forjaba entre los tres una verdadera amistad, un respeto.

Yo aprendí mucho en estos encuentros, de mi compañera por su gran corazón, por no tirar la toalla. Del mismo Baldomero aprendí que no importa el semblante, todos somos iguales. En una de los últimas visitas le dije “Qué más quieres Baldomero?”, “Nada más” nos contestó, “Nada más.”

## ***EL PAJARITO***

Una mañana, visitamos con mi compañera, un enfermo al que le daban el alta este mismo día, era una visita de cortesía, solo para despedirnos de él y desearle lo mejor...

Empezamos a hablar, mi compañera, iba a sentarse en la silla que había al pie de la cama, cuando el paciente, le chilló: NOOOOOO!!!!

Nos quedamos asustadas y sorprendidas! En la habitación, había otro enfermo, pero él dormía tan profundamente, que ni se despertó!

Mi compañera le preguntó, que pasa??? Porque ha chillado así?

El contestó: " cuidado con el pájaro"

Pájaro ??? Que decía este hombre?

Encima de la silla, había una camiseta y un calcetín! Estaría loco, o aturdido por la medicación?

Pero, insistió, cuidado dentro del calcetín, hay un pájaro!

Nos quedamos sorprendidas, y miramos dentro del calcetín...

Había en el fondo del mismo, un pobre pajarito asustadísimo, como había llegado aquí, esto intentamos averiguar!

Nos contó, que al entrar en el baño esta misma mañana, había encontrado este pobre pajarito, en el suelo, había entrado por la ventana volando y no había conseguido salir. Entonces, el hombre, sin pensarlo más, lo cogió y metió en su calcetín, con la idea, de llevárselo a casa más tarde!

Eso era sin contar, con nuestro amor por los animales!!!

Empezamos a intentar hacerle ver, lo cruel de lo que estaba haciendo, explicándole, que entendíamos sus ganas de llevarse este ser tan bonito, pero que él, tenía mucho miedo y que probablemente, moriría, al pasarse todo el día en este calcetín con el calor que hacía, y el miedo que tenía....

Al principio, remugaba, pero, estaba claro, que no íbamos a dejar de intentar convencerle, hasta conseguirlo, y poco a poco, lo pudo entender, incluso, le hicimos, ver , lo bonito que iba a resultar, soltarlo y verlo, irse libre....

En cuanto, dijo que si, abrimos el calcetín, y con mucho cuidado, intentamos liberar al pajarito. Estaba tan asustado, y con tantas ganas de irse, que ¡se nos escapó, dentro de la habitación!

Entonces, empezó, la captura, teníamos, que conseguir cogerlo y soltarlo, sin que se haga daño.

Ya nos veis, como locas, detrás del pajarillo, iba, de un lado a otro de la habitación, como loco, con unas ganas tremendas de encontrar la salida, se metía debajo de las camas, y nosotras, detrás!

En un intento de cogerlo, yo estaba debajo de la cama del otro paciente y al salir de allí, el paciente se despertó! La verdad, que la situación era cómica, porque aquel hombre, debía pensar, ¿qué pasa aquí? Me veía salir, y volver a meterme debajo de la cama!!!

Después de un buen rato, conseguimos cogerlo! Ufff, por fin !Estaba salvado!

Con sumo cuidado, nos acercamos a la ventana y lo dejamos volar!

Siempre lo recordaré con una sonrisa en los labios. Fue algo que no nos esperábamos para nada aquella mañana.....



“Si voleu realment contemplar l'esperit de la mort,  
obriu de bat en bat les portes del vostre cor al cos de la vida.  
Dons la vida i la mort són una mateixa cosa,  
com el riu i el mar són una mateixa cosa.” Kahlil Gibran



Intentant sintetitzar els motius que m'empenyen a l'acompanyament dels malalts diria que ho faig per dues raons primordialment.

Perquè entenc la vida com un compartir tot quan pugui, i perquè me n'adon que, fent-ho, rep més que no don.

Els malalts m'ajuden a relativitzar moltes coses i també a tocar de peus a terra.

L'experiència és rica perquè veus diferents actituds davant situacions molt radicals... i a més he trobat persones que m'han donat vertaderes lliçons de vida.

Acompanyar els malalts no és cap sacrifici. És una gran oportunitat de créixer com a persona, i don gràcies a Déu de poder-ho fer.

## *EL GRAN SALMÓN*

Luce un sol espléndido, un día más se pone a tu disposición mientras remontas incansable la corriente del río y circulan por tu mente tantos y tantos recuerdos. Te envuelve una deliciosa música acuática. Sigues avanzando en tu tiempo, ya sin esfuerzo, cumpliendo tu destino. Miras hacia atrás y ves tus huellas, tus obras, tus hechos, y estás satisfecho. Tu camino ha sido largo, y sigues, y sigues, ahora contracorriente y casi sin esfuerzo. Has procreado, has dejado a muchos tras de ti que van corriente abajo, estás cumplido. Aunque desecho sigues, y sigues, barruntando que ya no queda mucho y casi lo deseas.

Ves entonces que alguien joven se pone a tu lado, te mira, te cae bien, simpática. Es una grácil anguila que ha decidido acompañarte un trecho y te alegras. Su mirada es transparente, cálida y gana tu confianza. Compartes con ella tu cansancio presente, tus hechos pasados, tu vida. Ella nada podrá hacer por mejorarte, por arreglarte, pero alegra tu corazón. Le muestras que estás hecho polvo, que nada va, que estás solo pero ella te mira, te comprende, algo ve en ti por lo que te admira, quizás por la grandeza interior que rebotas dentro de la calamidad física que arrastras contracorriente. Lo notas, lloras de emoción y tus lágrimas hacen río. Ha sido un último consuelo, una última sorpresa que te da paz y que agradeces.

De pronto te duermes, te ofreces y ese cuerpo que parecía una calamidad se convierte en un festín, en una fiesta, para osos y pájaros. La anguila observando el espectáculo se queda pasmada, y se dice: “¡que muerte más bella!, nunca había visto la muerte pero si es esto, es algo bello que en nada desentona de la naturaleza”.

Tu eres El Gran Salmón que ha cubierto un periplo maravilloso, que un día salió de este río, recorrió los océanos, volvió luego a este mismo lugar poblándolo de hijos, y que por último sus restos fueron festejados por otros seres vivos no dejando tras de sí ningún desperdicio.



Ser voluntario te hace sentir útil y te da la oportunidad de reconfortar a algunas personas, en un momento en que lo necesitan”.

## *MI PRIMER DÍA*

Es mi primer día como voluntaria, observo a mis veteranas, sus formas de relacionarse son tan sencillas y complejas a la vez.

Han pasado un par de semanas y me siento afortunada de ser voluntaria y poder compartir: silencios, sonrisas, recetas de cocina, charlas... con esas personas que nos regalan pedacitos de sus vidas.

Es viernes, un día especial, entro en una habitación y mi compañera está escuchando atentamente a una persona, les observo de manera reflexiva ya que me llama la atención la conversación que mantienen de conocimientos tan esmerados y, sobre todo, llama mi atención la serenidad que se reflejaba en el rostro de esa persona que está frágil y aun así se esfuerza por regalar sonrisas y fragmentos de su biografía. Al finalizar esa visita, nos despedimos y al salir mi compañera dice “¡uff hubiera necesitado a Eduardo Punset de traductor, ¡cuantos conocimientos!” Las siguientes semanas tuve la oportunidad de poder charlar o más bien escuchar durante largos ratos pequeñas narraciones de la historia de su vida.

Un nuevo día, me alegro de poder verle otra vez, junto con mi compañera le acompañamos a la terraza, brilla el sol, compartimos momentos entrañables y nos pide si le podemos ayudar a afeitarse, lo hacemos con esmerado mimo. Después le acompaño a su habitación y se produce un momento desconcertante, le escucho atentamente sobre los relatos que me regala, le miro y veo una expresión de dolor, me mira y me dice “necesito parar discúlpeme, no se vaya, espere unos minutos” sigo con sus manos entre las mías durante un largo rato hasta que me pide que llame al médico, lo hago y me retiro.

Vuelvo por la tarde para llevarle una gorra que le había ofrecido para cuando saliese a la terraza, me pide si puedo sentarme unos minutos y encantada lo hago, bromeamos con las gorras para ver cual le queda mejor, finalmente se queda con una azul marino, me pregunta que cuánto me debe le digo que no es nada ya que son de propaganda. Me pide si sería posible conseguir unas gafas de sol, le digo que sí y me pregunta sonriendo y de un modo cómplice si también serán de propaganda, le contesto: esta vez no será propaganda, si me permite será un regalo. Se produce un silencio durante un breve espacio, me sonrío y dice “acepto su regalo”. Charlamos un rato de cosas alegres, recuerdo una frase, “hagamos la fiesta en la ciudad que estemos” y como de costumbre me regala confidencias de su historia, me despido con un beso en la frente y él con una sonrisa y un “hasta el próximo viernes”. No hubo más viernes..., pero permanecerá en mí un bonito recuerdo de una persona que acarició mi alma. Doy gracias por haberle conocido.

## *APENAS LLEVO UN AÑO*

Apenas llevo un año en Dime, lo cierto es que hay muchas anécdotas, así como muchos motivos y situaciones que de una manera u otra justifican la labor social de nuestra agrupación y el momento es, sin duda cuando ves el agradecimiento de los pacientes y familiares y también los momentos en que entregamos y recibimos satisfacción por la labor hecha.

Os voy a contar uno de estos casos fuera de lo normal, cierto que ocurren, pero para mí fue el primero

Vamos a llamarlo un relato, que aconteció una de las tardes en el Hospital General, justo este día coincidimos dos voluntarios de última generación, me refiero a los de la última remesa, y yo siempre que puedo y más en este caso que los dos éramos novatos, decidimos hacer las visitas conjuntas, eso si antes pasar por nuestra sala que es de suma importancia el ritual que hacemos, cambiarnos las ropa, ponernos las batas blancas, colocar nuestras identificaciones, sentarnos, contarnos una parte de nuestra vida, anécdotas, historias, a veces chistes, ya sabéis si están Andreu y Pedro seguro, nos ponemos las caras sonrientes, hacemos nuestro repaso a las libretas y ya al salir damos un poco de seriedad a nuestras caras, pero siempre hay unas mariposas de alegría que circulan por nuestro cuerpo, que nos indican que vamos a intentar hacer una buena labor.

A media tarde entramos en una de las habitaciones, estaba el paciente Aurelio en una silla y de pie a su lado le acompañaba su señora, Anastasia, saludamos, nos presentamos, pedimos permiso para entrar. Aurelio estaba atado a la silla, muy serio y de bastante mal humor, pero Anastasia nos dedicó una dulce sonrisa así como correspondió a nuestro saludo.

Justo en el momento que empezamos hablar, sorprendentemente Anastasia sin decir palabra se aleja de la habitación. Mi compañera y yo, muy sorprendidos, nos cruzamos nuestras miradas y así como de mutuo acuerdo, ella se quedó hablando con Aurelio y yo me fui en busca de Anastasia que se había alejado hasta la otra punta del pasillo, mientras me acercaba notaba como ella no dejaba de mirarme, controlando mis pasos, se me hizo eterno, desconocía el recibimiento que recibiría, me fui preparando para ello.

Una vez llegue a su altura, me sonrió, dando a entender que había conseguido su deseo de hablar conmigo a solas, para mí fue un relajamiento total, me esperaba todo lo contrario y antes que nada hice de nuevo la presentación me interese por su nombre y si le apetecía hablar un ratito.

Dijo que si, y desde este momento muy nerviosa, empezó hablar, de entrada me informo que el médico les daba el alta, y ella no podría soportar a su marido en casa y me pidió por favor que yo hiciera lo posible para que se pudieran quedar en el hospital, que seguro que yo tengo enchufe y el médico me haría caso, le explique

que esto no es nuestra labor, pero que no obstante transmitiré sus inquietudes a la enfermería.

Ya parecía algo más tranquila, y entonces a lo largo de media hora, me explico todos los motivos por los cuales no quería tener a su marido en casa, empezó por el final, que Aurelio estaba muy nervioso, que cuando ha estado en casa todo lo que tenía a mano se lo tiraba por la cabeza, no quería que nadie se le acercara para moverlo ya que ella sola no podía, le chillaba, la insultaba, no se dejaba asear etc.

Me siguió contando ya desde un principio que durante los cuarenta años de casados, ha tenido que vivir continuas infidelidades, borracheras, malos tratos físicos y psicológicos, en fin todo muy detallado y argumentado.

Yo solamente me dedicaba a escuchar, desconocía si eso formaba parte de mi labor, lo único que pensaba era en su situación, tenía a su marido en paliativos, y ella quería desahogarse de alguna manera conmigo.

Ya al final le comenté que yo al día siguiente por la mañana estaría de nuevo en el hospital y que comentaría su caso a la psicóloga o a la asistente social, para concertarle una cita y que sean los profesionales que la escuchen y decidan.

Le pareció muy bien, me dio las gracias, y con sonrisas mutuas nos despedimos.

Al día siguiente tenía un gran peso sobre mí, tenía claro que hablaría con la psicóloga para ponerle al corriente de toda la situación.

Justo cuando estaba cambiándome en el cuarto, vi como Anastasia salía del ascensor, y fue directa a mi encuentro, nos saludamos, le puse al corriente de lo que íbamos hacer, pero su contestación fue una sorpresa para mi;

“No hace falta que hable con la psicóloga, ayer después de hablar con Vd., me quede muy relajada y muy bien y hoy estoy mucho mejor, muchas gracias por todo”

Pese a todas las dudas que tuve el día anterior, y sabiendo que no era mi labor, me sentí muy satisfecho por las palabras de Anastasia.

Seguí viendo Anastasia un par de veces hasta que Aurelio nos dejó.

Por supuesto los nombres son falsos, pero la historia real hasta el último detalle.



Formar parte de un equipo de Cuidados Paliativos, me ha producido, una gran satisfacción y me ha enseñado a vivir.



## *¿SE PUEDE PASAR?*

¿Se puede pasar? Rocío acompañada de su hija estaba sedada, la hija reconoció a las voluntarias de la semana anterior, las recibió y les preguntó si podían quedarse un rato con su madre para ir a tomar un café, Marta le dijo a Juana, que era la mas veterana, que si quería podía ir a visitar a otro paciente y que podía quedarse ella sola.

Marta cogió una silla y se sentó cerca de Rocío mirándola en silencio. Era una mujer de unos cincuenta años que a pesar de los estragos que habían hecho mella en su físico, su enfermedad, el color de su tez, la cabeza completamente rasurada, una delgadez impropia... a pesar de todo se la veía que había sido una mujer guapa, de repente pensó en una frase “generalmente, la gente muere como ha vivido” porque veía a Rocío en paz, debió ser una buena persona, en aquel momento pensó, gracias Dios mío por haber llegado el hombre a poder paliar el dolor .

De repente la paciente emitió como un gemido, Marta se levantó, le puso su mano sobre el brazo, la acarició y no supo si era su imaginación... el silencio de la habitación... pero Rocío seguía como antes, completamente inmóvil, dormida.

Marta, recordó la visita de la semana anterior. Aquella tarde Rocío estaba despierta y tenía ganas de hablar. Las voluntarias, con una sonrisa, le preguntaron si aquella joven era su hija, ella respondió que sí, una de ellas dijo, - es muy guapa y parece muy madura a pesar de lo joven que se la ve -, la madre miró con cariño a su hija y le dijo que saliera un ratito a la terraza del hospital, “niña, sal a que te de un poquito el aire, que llevas mucho tiempo aquí dentro”, la hija obedeció, era una excusa, Rocío necesitaba desahogarse, se puso a llorar... como pudo pidió disculpas, Marta recordó aquel momento, se quedó callada, se estremeció, pero Juana que tenía gran experiencia y formación miró a Rocío y le dijo: “por favor, no nos pidas disculpas, llora, llora, llorar es una emoción a la que tenemos derecho todos, es bueno llorar” después de un rato Rocío como pudo les contó que una vez que le dieron el diagnóstico, tuvo muchísimos días de pensamientos y actitudes distintas unos, que eso no le podía pasar a ella, otros que se recuperaría, otros que porque el médico había sido tan cruel diciéndoselo... pero que al final pensaba que había sido lo mejor, había tenido tiempo de hablar con su hija, prepararla, aconsejarla en todo lo que tendría que hacer... había aceptado, y esta aceptación, el haber tenido tiempo de despedirse de sus familiares, amigos, arreglar todo lo que tenía pendiente, y esto, esto era lo que en sus últimos momentos se reflejaba en su rostro, paz, dulzura, serenidad...

## *¡VIVA LA LEGIÓN!*

Estaba sentado Alfredo en su silla de la habitación en el hospital; al punto que me vio, antes de empezar a contarle que era voluntario y todo eso empezó a hablarme con familiaridad. Ocurre alguna vez. Quizás me conocía o mejor me reconocía; vaya a saber de que y de cuando. Estaba solo y vivía solo, eso me lo contó después, era extrovertido, así que empezó la relación con toda facilidad.

No podía andar; tenía las piernas fastidiadas; de lo demás ni era preciso hablar. Enseguida me hizo saber que había sido legionario; pienso que notó en mí algún signo de reconocimiento y se animó a mantener el hilo; apuntarse a la Legión era quizás lo más importante que sentía había hecho en su vida; estaba orgulloso de haberlo hecho y deseaba que yo lo supiera.

Había estado en los setenta en el Sahara; en el Tercio del Aaiún. El desierto. Quería Alfredo introducirme en la vida del legionario. Empezó con las víboras del desierto... se había de andar con mucho cuidado ; daban el pasaporte para el otro lado; un pasaporte que ahora él intuía que ya no estaba lejos de usar. Las víboras, me contaba, se ponían verticales en la arena y se veían entonces. Otra cosa era cuando no estaban verticales. En “El principito” Saint Exupery habla de ellas. De hecho una de ellas habla con el principito. Los alacranes ya eran menos problema. El desierto.

De las balas que volaban por el aire no era preciso hablar; de las minas que en las dunas podían hacer saltar en cualquier momento el Jeep tampoco; eso era el pan de cada día y la gracia de su ocupación; las víboras daban más juego.

Contaba burlón de los reclutas de reemplazo a los que llamaban los pistolos; había clases y un legionario se consideraba bastante más que un chaval de reemplazo. Así estuvimos un buen rato el primer día de encuentro.

A la semana siguiente sin saber por qué, cuando entré mi saludo fue un “¡Viva la Legión” a lo que contestó con un grito :”¡Vivaaaaa!” Ni me había dado cuenta de que una auxiliar que estaba repartiendo las meriendas era testigo de la escena y quedaba bastante asombrada, no era habitual lo que veía. No sé porque lo hice ; a veces uno es testigo asombrado de lo que hace sin darse cuenta.

Ese día ya más confiado me contó relamiéndose como pensando en una golosina lo bueno que era el hachís que gastaban; cuando contaba como lo preparaban calentando y el aceitillo que dejaba, se veía que se iba a ese mundo de ensoñaciones, de vida y de muerte, de espejismos de desierto, que vivió. Esa confidencia no era de primer día, era de segundo; tampoco había que esperar más para contarla.

Después se puso serio, casi triste; con pena me confesó que los trabajos que hicieron guardando el territorio se perdió; que se entregó por nada; ahí me vi en un aprieto; contesté con silencio; los temas políticos es mejor evitarlos a cualquier

precio; dan malentendidos tontos; aunque él notó lo que significaba mi silencio. Estábamos en sintonía.

Otra vez salió lo mismo en la despedida: ¡Viva la legión! y la contestación ¡Viiiiiaaaaaa! Le habíamos cogido los dos gusto al saludo y no nos íbamos a privar. El lenguaje es siempre una metáfora de algo que hay detrás y esa frase hacía bien el papel.

Cuando volví la siguiente vez ya no estaba levantado; sabemos lo que hay cuando ya no hay fuerzas ni para levantarse. Cogió fuerzas y me confesó que sería feliz con una radio; una radio para entretenerse ; poder escuchar el carrusel deportivo los domingos y todo eso. Le tele era algo que no le interesaba, demasiado falsa, la tenía apagada siempre; entonces me empecé a dar cuenta de que teníamos en común más de lo que pensaba.

Alfredo tenía una de esas pensiones que cuando le quitas el alquiler del piso y los gastos ya no da para comer, y menos para una radio. No sentí que fuera una insinuación de regalo; le faltaba picardía y le sobraba nobleza para pedir las cosas de ese modo; simplemente me lo confesó; a veces se piensa en voz alta y el que está al lado se entera; así fue lo de su radio.

A la semana siguiente le llevé una pequeña radio de tienda china ; me acerqué a la cabecera de la cama y le dije: “Mira Alfredo esto es para ti”. Sacó sus manos de debajo de las sábanas y la cogió. La miró, me miró a mí y se quedó mudo. Volvió a mirarla y volvió a mirarme.

- ¡Una radio! dijo al final. ¡Una raaaaadio!

Bajó al mundo que le rodeaba y dijo: ¿Y cuanto se debe?

- Nada Alfredo, le contesté, esto es un regalo.

Lo que vino a continuación ya no se puede contar; las palabras, todos los sabemos, son inútiles cuando quieren dibujar los sentimientos y las emociones. Quizás hacía muchos años que nadie le regalaba nada, quizás hacía muchos años que nadie le hablaba con el corazón, quizás, también puede ser, que en toda su vida alguien fuera de su madre, le hubiera tratado con amor. Los ojos se le empañaron; a un legionario eso también le puede pasar. Se me hizo un nudo.

¡Viva la legioooooooooón! dijo al final para solucionar el atasco.

Ya no volví a verlo más; a la semana siguiente estaba en esa lista fatal que a veces nos asalta de mala manera a los voluntarios.

Pensé en el canto de la Legión; en el que el legionario se llama asimismo el novio de la muerte. La cantan y la cantan y la consideran su canción. Así era. La muerte, su novia, había venido por fin para llevárselo con ella, muy de noche, a la hora que los amantes se recogen para declararse su amor. Alfredo nunca habló de ella, ni habló de enfermedades, hay cosas que un legionario sabe llevar y sabe guardar.

Estas líneas Alfredo son un homenaje para tí; tú que me enseñaste sin palabras, sólo con pinceladas rudimentarias, lo que son las vidas sencillas, que han tenido incluso quizás sus momentos de heroicidad y que el oscuro olvido pretende disolver en la nada.

Hasta siempre, Alfredo. Seguro que ya no tendrás que soportar el viento terrible del desierto ni la ardiente arena ni el peligro de las víboras ni la cruel enfermedad de esta etapa, ni lo peor de todo: la soledad con que esta sociedad condena a todos y más a los que han llevado una vida como la tuya.

Estas líneas quedan escritas para que veas desde donde estás que alguien en este lado se ha dado cuenta de que en realidad eras un inmortal.



“Si no les puedes dar más días a la vida, dale más vida a los días.  
Ésta es la labor de los voluntarios de Cuidados Paliativos”



“Estar aprop de la mort, m’ha fet estimar més la vida”



“En Cuidados Paliativos se aprende que la muerte forma parte de la vida, como un capítulo más de la vida biológica.

Yo al menos no se definir,  
en que consiste la muerte,  
creo que no es lo que parece  
aunque se asemeja al vivir



Ayudando a los demás, te das cuenta de lo vulnerables que somos ante la enfermedad, viendo morir, aprendemos a vivir”.