



## #CARTASDEACOMPAÑAMIENTO

Hola a ti que me lees:

Me preguntaba, antes de empezar, cómo arrancar con una carta que no va dirigida a nadie y que sin embargo puede ser leída por muchas personas.

Me llamo Greta, tengo más años de los que puedas imaginar: soy abuela y casi bisabuela. Vivo en un pueblo de Castilla y León, un pueblo que poco a poco se va muriendo mientras muchos como yo nos aferramos a la vida.

Bueno, he de confesarte que los hay quienes prefieren morir y más con el pánico que sus cuerpos sienten ahora. ¿Sabes que yo no le tengo miedo a nada? Lo supe cuando mi hijo falleció y sufrí tanto que casi me muero de la pena. Pero no me fui yo, fue mi marido quien se ahogó en el alcohol y en el tabaco; terminó con cáncer de pulmón. El cáncer es un disfraz que utilizan el desconsuelo y la amargura, la desilusión y la falta de amor por uno mismo. Para mi marido ya no merecía la pena vivir. Teníamos dos hijas más que alimentar y él ni lo supo ni lo pudo ver. Con mi trabajo de cartera yo las saqué adelante, seguí respirando y hoy que me voy acercando a lo que se supone una edad correcta para morir, tengo más vitalidad que nunca.

Vivo sola, en mi casa del pueblo, aunque no tengo la sensación de estar sola. Es como si las personas que se han apartado de mi camino permanecieran a mi lado, y como si las que tengo lejos me abrazasen cada noche. Mis ganas por vivir me ayudan a entender cada cambio en el mundo, y como quiero seguir latiendo me adapto a ellos. Mis hijas me regalaron un ordenador hace unos años y mis nietos me enseñaron a escribir en él, a realizar videollamadas, a conectarme a internet. Puedo escuchar música, ver películas, hacer visitas virtuales a museos y a ciudades, hablar con mi familia; estoy conectada con el mundo. ¿Sola en realidad, me dirás? No, porque yo elijo no estarlo ni así sentirlo.

Es cierto que ahora no puedo salir mucho de casa; así y todo yo hago mi compra a la tienda del pueblo. Hasta me he ofrecido de voluntaria para hacérsela a alguna vecina que no se atreve a salir. Aquí en el pueblo vivimos sobre todo personas que pasamos de los 70, eso que denominan como la población de riesgo. ¿Sabes que no me gusta nada que nos llamen así? Yo no soy de riesgo ahora. Lo he sido siempre, lo somos todos, porque vivir entraña riesgos. Sin embargo, con la situación actual estoy muy tranquila y te voy a contar por qué. Una de mis hijas es científica y me lleva diciendo desde siempre que los virus nos rodean e incluso nos poseen. Entiéndeme, se refiere a que dentro de nosotros tenemos millones de virus y de bacterias.

Al principio tengo que confesarte que me asusté mucho, pero cuando me lo explicó lo comprendí. Si tú no les permites la entrada, ellos no pueden hacerte daño. El poder es tuyo. ¿Y cómo les cerramos la puerta, me preguntarás? El miedo les abre la puerta, y también que te alimentes mal y que no cuides tu cuerpo, ni tu mente, ni que te cuides tú. Que estés triste, y preocupado y quejoso. Que te fijes más en los demás que en ti mismo. Por eso yo pongo mi atención en lo que me gusta y leo y escribo y bailo en mi casa. Y me preparo comidas sanas. Llamo a mis vecinas para charlar con ellas y preguntarles cómo se encuentran, para animarlas. A veces termino agotada porque ¡qué manera de verlo todo gris!

Espero que tú no estés así. Si tienes ganas de vivir, vas a ver lo bonito de la vida y de todo lo que puedes hacer por ti y por los demás. Si decides ver el mundo opaco, recibirás más oscuridad, ¿me entiendes? Tú eliges.

¡Quién me iba a decir a mí, a mi edad, que iba a vivir lo que estoy viviendo y que iba a escribir una carta para dar ánimos a alguien que se encontraba como yo, sola! ¡Quién me iba a decir a mí que iba a ver cómo cambiaba el mundo! Pero no en las noticias, ¿eh? Yo no sé si tú ves mucho las noticias; a mí me hacen sentir fatal. Además, el que yo las vea no me ayuda a

## #CARTASDEACOMPAÑAMIENTO

aportar nada a nadie. Solo me siento mal y eso no puede ser. Yo era de las que veía todos los informativos con atención hasta que un día lo comenté con una de mis hijas, los cambié por películas y me va mucho mejor.

¡Tengo unas hijas! ¡Y unos nietos! No puedo abrazarlos, pero cuando hablamos por videoconferencia noto sus besos porque yo elijo creer que me llegan en la distancia.

Me encantaría que cuando terminases de leerme pensaras en cómo podrías ayudarte a sentirte mejor. ¿Qué te gusta hacer? ¿Qué sueños tienes? ¿Cómo te cuidas? ¿Qué piensas? O como podrías tú ayudar a alguien. ¿Te animas a escribir una carta a otra persona? ¿O a leerle a alguien por teléfono?

Yo sigo leyendo a mis nietos que ya son mayores cuando vienen de vacaciones. Dicen que les gusta mi voz. Yo creo que lo que en realidad quieren es tenerme cerca porque son conscientes de que me voy a ir pronto. Y probablemente sea así, pero será cuando tenga que ser. Te aseguro que mientras tenga ilusión, no permitiré que nadie ni nada abra las puertas. Y si en algún momento alguien o algo entra, lo acogeré con una sonrisa amplia y generosa. Porque el día que me vaya, no me iré en verdad ya que una parte de mí permanecerá en las personas que me quieren y me recuerdan.

Me encantaría haber sembrado en ti algo de ilusión y paz, de tranquilidad y fuerza.

De luz.

Un abrazo desde estas tierras,

Greta

#carta32