

Opinión

Dar vida a los mayores



JORDI NADAL

JORDI NADAL

31/07/2019 00:11 | Actualizado a 31/07/2019 02:51

Hay muchas formas de eutanasia posibles. A una, no menor, la podríamos llamar eutanasia cultural. Aquella a la que, consciente o inconscientemente, se ven sometidas –en algunos casos– las personas mayores. Nuestros abuelos. Los abuelos de una sociedad que envejece. Gente condenada – cuando no tiene buena suerte– a la soledad, también a la cultural.

La vida es, a veces, un juego de azar. Si del cubilete del que lanzamos los dos dados –uno, el biológico, y otro, el cultural, social y económico– no salen buenos números, nuestra suerte está echada. Y la mala suerte nos puede condenar a una mala vejez.

¿Qué es una mala vejez?

Entre otras muchas cosas, una vida en soledad. Cuando no es deseada, la soledad es una de las muchas formas de abandono, de aislamiento. De aislamiento de personas y de ideas, de sentimientos... y de otras vidas.

Puesto que nuestra pirámide de población amontona a un número creciente de gente mayor, por cierto, cada vez más formada, convendría pensar qué papel desempeña la lectura en la vida de aquellas personas a las que les gustaría (volver a) leer o –para los más afortunados– seguir leyendo.

Hay que dar a leer libros a las personas mayores de un modo tan pensado como la alimentación que se les ofrece y los cuidados que se les prestan. Hay que dar con los textos adecuados para su circunstancia y/o para la de sus cuidadores.

Cuidar es un ecosistema. Personas cuidadas y cuidadores, profesionales y familiares. Cuidar no es sólo fruto de una vocación, de una formación, de un saber. Cuidar es también el resultado de alimentar y mimar sensibilidades. Y existen libros que afinan nuestra delicadeza. La de cuidadores y la de cuidados. Porque los libros nos dan vida. Y aquello que atrae a la vida es siempre lo vivo. Por eso, para tener gestos

de amor, hay que estar en contacto continuo con la grandeza, la vida y la belleza. Hay que estar en contacto con la delicadeza.

Hay que proporcionar a la gente mayor libros que les ayuden a sentirse acompañados por otras vidas. Porque leer (o que te lean en voz alta) es comprender tu vida y es una forma de mantener capacidad cognitiva.

Hay muchas puertas de entrada a la vida de nuestros mayores: visitarles, escucharles, mimarles, acariciarles... pero, cuando la visita se acaba, esa persona queda entregada a su vida habitual, seguramente más solitaria. Por eso, para cuidar la vida de esa persona, debemos pensar en recursos de potencial valor emocional, cognitivo, afectivo.



(Getty)

Vivan en su casa, en pareja, o solos, o en una residencia, o con un cuidador, o sean usuarios de un centro de día, las personas pueden recibir ayuda de obras que llenen de sentido las horas de ese mundo tan enorme que es la vejez.

El psicólogo Miguel Costa afirma: “Somos biografías inacabadas que nacemos y nos rehacemos continuamente”.

Si es así, si nos rehacemos sin cesar, la última hora es la hora de la ternura. Sea leyendo *La sonrisa etrusca*, de José Luis Sampedro, en la que un viejo calabrés viaja al norte de Italia a conocer a su nieto y descubre su parte femenina. Si tienen una abuela o madre a la que mimar, regálenle este libro.

O denle a leer la bellísima historia de *Mama Rosa*, la protagonista de *La vida ante sí*, de Émile Ajar. Obra que cuenta la vida de una vieja prostituta judía que cuida a niños abandonados por sus madres, y, entre ellos, a Momo, un pequeño niño musulmán de ocho años que la adora.

O las palabras del anciano Morrie Schwartz, quien en su Martes con mi viejo profesor entrega su sabiduría, semanalmente, a su antiguo alumno Mitch Albom. Leer este libro es una inyección de vitalidad.

Dar a leer es regalar vida a otras vidas. Es aumentar el radio de circunferencia de nuestras emociones y pensamientos, es dar al otro el respeto que merece la vida, su vida, en toda su extensión.

Buscar libros es buscar vida. Ir a una biblioteca, si las piernas y la curiosidad les acompañan, es una suerte. No todos los viajes deben ser como los de Ulises, ni tan largos, ni tan llenos de aventuras. Pero cruzar el umbral de una biblioteca es estar en todas las formas posibles de paraíso en la Tierra.

Por no hablar de ir a una librería. Si las empresas de seguridad vigilasen las cosas no por su precio, sino por su valor, los mejores vigilantes estarían a las puertas de las librerías. Nada supera el placer y la vida que nos puede dar un libro bien elegido. Por eso conviene dejarse mimar por un librero de cabecera, tan necesario como un médico de cabecera.

Hay que proporcionar a la gente mayor libros que les ayuden a sentirse acompañados por otras vidas

Lanza del Vasto, discípulo de Gandhi que había participado en huelgas de hambre, lo dijo magistralmente cuando escribió: “Yo no soy mi cuerpo”.