

Relato de Experiencias

Aprendiendo a envejecer

Autor: Rafael Abarca Jiménez

Las lluvias de octubre me hicieron salir de mi casa más abrigado que de costumbre. No podía dejar olvidado mi enorme paraguas de cuadritos azules que más se parece a una tienda de campaña. Venía de la iglesia de rezar por mis padres y en especial por mi hermano porque ese día 16 de octubre cumplía 10 años de muerto. Recordé la noche cuando mi hermano nació.

Mi madre estaba muy asustada porque creía que se le había roto la fuente.

Le exigió a mi padre que fuera a buscar a doña Antonia la partera, quién vivía cerca de la Cruz de Alajuelita a 5 horas ida y vuelta.

Mi casa era de madera de costilla o formaleta lleva de rendijas. El viento se colaba y hacía un frío insoportable. También era un camino libre para los insectos y hasta para las culebras. Todo se oía a través de las paredes. Se componía de una pequeña sala, seguido de tres cuartos en donde nos acomodábamos ocho hermanos.

De mi padre aprendí todo lo que hoy en día soy. De oficio zapatero y poca escolaridad. Era un auténtico autodidacta. Lo recuerdo siempre leyendo, haciendo poesías, escribiendo y recitando. Tenía una colección de libros y revistas, algunos prohibidos por la Curia. Por alguna razón los escondía en lugares donde nadie los podía encontrar. Mi curiosidad le ganó a sus precauciones y un día descubrí su escondite; cuando papá se ausentaba los sacaba y me ponía a leer.

Mi papá, después de leer los periódicos y llenar los crucigramas, arrancaba las hojas, las engomaba y de seguido las pegaba en la pared para tapar las rendijas, así evitaba que el viento se colara.

Antes de dormirme, con la ayuda de mi hermano mayor, nos entreteníamos buscando los dibujos de las diferentes hojas del periódico pegadas en la pared, luego los anuncios y por último los párrafos, así aprendieron a leer. Yo le llamaba a estos ratos “noches del erudito”, pues siempre antes de acostarme trataba de leer algo. Lo terrorífico era después del 2 de noviembre, día de los fieles difuntos. Mi padre nunca dejó de comprar el periódico “La Prensa Libre” para ver las fotografías de los muertos del año. Comentaba con mi madre sobre los muertos conocidos y desconocidos, luego procedía a pegar el periódico en la pared.

Durante varios días yo creía que estaba durmiendo con todos los muertos y sentía su mirada penetrante y fría que traspasaba las cobijas en donde me envolvía para no verlos. Así las noches se hacían cada vez más largas, espantosas y llenas de pesadillas con muertos persiguiéndome y escondiéndome en sus mismas tumbas que habían abandonado para atormentarme. Me despertaba dando gritos y lleno de sudor. Mi madre corría a mí, me acurrucaba en su enorme corazón y yo volvía a reconciliar el sueño.

Desde el día que nació mi hermano no olvido la voz de la partera regañando a mi padre, diciéndole, -¡Está temblando como si fuera usted el que está pariendo, imagínese como está su mujer. Apúrese, vaya y traiga una palangana de agua caliente, porque el niño viene de camino! Y de seguido dijo: -¡Bendito sea Dios, es un hermoso varón!- El llanto de mi hermano se me quedó impregnado en mi mente como un milagro de Dios y me dormí profundamente.

Sesenta años han pasado desde entonces. Mis padres sufrieron hasta lo indecible cuando mi hermano murió a sus 53 años.

Yo les apoyé siempre dándoles amor, tiempo y todo lo que tuviera a mi alcance. Me indagué sobre sus derechos legales para facilitarles su condición de Personas Adultas Mayores, dándome cuenta que en Costa Rica dichosamente las leyes los respaldan en todo aspecto,

brindándoles una vida digna y justa. Se exige a la sociedad y familiares a respetar y hacer vales sus derechos. También me informé sobre instituciones privadas y del Estado como la Junta de Protección Social que se esfuerza para facilitar su condición de vida.

Paso a paso a lo largo de mi camino, recuerdo a mis padres con mucha gratitud por todo lo que me enseñaron y les apoyé en su vejez, cosa que me ha servido de mucha bendición ahora que envejecí.

El tiempo de adulto me llegó poco a poco, como canción de cuna al niño que duerme. Me había preparado para envejecer y le di continuidad. Cada día que pasa lo entrego a Dios como una oportunidad vivida y el día siguiente lo pulo al fuego como el oro extraído de la montaña para vivirlo a plenitud. Antes vivía convirtiendo los obstáculos en oportunidades, caminando un kilómetro más de lo que se me pedía, dando un valor agregado a todo lo que hacía. Hoy vivo como un campeón olímpico lleno de medallas ganadas por haber vivido una vida plena física, moral, legal, espiritual y haber cumplido todo lo que Dios manda al hombre que haga.

Dios nos dio una bolsita de regalo a todos por igual. Su contenido es el tiempo. Son 24 horas cada día. Se nos pide que aprovechemos cada segundo hasta el último momento de nuestras vidas y eso es lo que trato de hacer.

Una amiga mía me enseñó a decir que no estamos pensionados sino que estamos en tiempo de jubileo que quiere decir júbilo, alegría, entusiasmo y paz.

Con estos pensamientos venía de rezar por mis padres y mi hermano, cuando mi caminar se interrumpió por dos mujeres adultas que ayudaban a un anciano que tenía dificultad para salir de su automóvil y subirse a la acera, Corrí a ayudarlas. Con mi enorme paraguas les ayudé a entrar a un salón de actos en donde se celebraba una premiación de literatura para adultos mayores.

Después de la lluvia de bendiciones de las dos damas y su padre de 98 años, me invitaron a quedarme. Quedé absorto de ver tanta alegría. El salón estaba colmado de gente. Personas adultas mayores

acompañadas de sus hijos, nietos y amigos. Todos fraternales, felices y positivos compartiendo unos con otros. Envueltos en aplausos, regocijo y alegría no notaron mi presencia; decidí quedarme en un rincón de la sala.

Salí abrumado de aquel lugar. Me di cuenta que había un centenar de cosas nuevas que podrían cambiar mi rutina diaria que por lo general se torna aburrida y perniciosa. Renové mi bolsita de tiempo. Dejé de hablar de la vejez, enfermedades, malas noticias y de cosas vanas.

Inicié mi rutina de hacer ejercicios de acuerdo a mi físico y mi capacidad actual. Comencé a vestirme mejor, sonreír, caminar derecho, rápido y sin arrastrar los pies. Todo lo hago con amor y no dejo espacio para quejarme.

Con la maravillosa libertad que me concede mi tiempo de jubileo siembro flores y árboles, pinto mandalas y escribo desde las horas de la madrugada hasta altas horas de la noche. Retomé el hábito de leer el cual estaba abandonado. A la hora que quiero escucho toda clase de música. Soy libre ahora, puedo hacer con mi tiempo lo que deseo. Le di un vistazo a las oportunidades que me concede la sociedad ahora y comencé a llevar cursos en el INA, AGECO y otros lugares.

Aprendo cómo criar peces ornamentales, jardinerías, orquídeas, injertos, lombicultura, bonsái, abono orgánico, plantas medicinales, literatura, computación, tratamiento de aguas superficiales, cuencas y microcuencas, calentamiento global, dibujo, astronomía y otros.

También tengo tiempo suficiente para compartir una o dos cervezas con mis amigos o personas que no conozco. He aprendido que todo se puede hacer con medida y respetando a los demás. Puedo socializar, aprender y enseñar. He conocido hombres de 87 años sin familiares que han vivido toda su vida en las calles, en la mendicidad, sin ninguna ayuda social, pero muy felices de poder desplazarse libremente y también he conocido extranjeros jubilados que han sobrevivido a tres guerras y son ahora libres como yo.

Mi mayor derecho a la participación como Persona Adulta Mayor es haber roto las cadenas físicas, legales, morales, espirituales y mentales que me tenían esclavizado y ahora poder gritar: -¡Soy una Persona Adulta Mayor, soy libre de toda esclavitud y no quiero más...!

