

Hoy puedes morir, ¿estás preparado?

Que nadie se asuste ni crea que he perdido el juicio. Hace unos pocos días me aproximé en un semáforo desde mi vehículo a la trasera del que me precedía y detuve mi mirada allí. Prácticamente mimetizado con el color del coche, sin llamativos tamaños o formas una pequeña pegatina se hacía hueco con un texto que rezaba así: "Hoy puedes morir, ¿estás preparado?".

La verdad es que supongo que en otras muchas ocasiones esa percepción no hubiera despertado en mí acaso una sonrisa o una mueca de sorna, pensando en el prototipo de individuo que colocaría una soflama como esa en lugar tan distinguido, pero andaba yo lidiando con el tema para esta tribuna y me detuve a pensar.

¿Me lo preguntaba o me lo aseveraba? En cualquier caso, lo daba por bueno y quería responder y responderme, y creía que la espontaneidad llevaría a un sí rotundo a tal cuestión, pero... me tembló el pulso, y pensé,... hoy no puede ser, todavía tengo demasiadas cosas que hacer, que resolver, que preparar. Mi hija y mi esposa me necesitan. Las "causas" en las que estoy envuelto también. ¿Qué haré sin poder dialogar en esta tribuna o sin...?. Una retahíla casi infinita de "pendientes" me sobrecogió, apenándome con un escalofrío instantáneo en el mismo lugar del encuentro, en medio de la calzada y, angustiándome, hasta sobrecogerme pocos minutos más allá. ¡Por Dios!, no podía haberme fijado en otra pegatina de cualquier tinte, antinuclear, antitaurino, pro lo que fuera, una caricatura o el gentilicio de pertenencia del propietario a no sé qué conocida o ignorada población. Pues no, va y poso mi vista en esa... ¿pregunta?

Bueno, bueno..., un poco de serenidad, me impuse. Recordé lo sencillo que me había parecido durante años tratar de hacer ver en el aula, a los futuros enfermeros, la conveniencia de interiorizar el tema de la muerte, el de nuestra propia muerte de forma anticipada, como una ayuda de elevado valor para que otros, esos mayores, receptores de los cuidados en los que estamos trabajando, hagan su transición de la mejor de las maneras. Un servidor, enfermero gerontológico convencido y en su credo, formado, descubre que ese ejercicio no ha pasado en su vida del consejo construido para otros y que no ha cubierto esa etapa como creía. He comentado numerosas veces, no sin ser tildado de macabro y de poco buen gusto, que había imaginado incluso quienes me acompañarían en esa despedida final, lo que dirían, y hasta lo que sentirían. Creía estar preparado para recibir esa noticia inexorable y que mi *check-list* de "cosas por hacer" activaría una maquinaria automatizada que en poco tiempo, pensando en que ese existiera, hiciera el balance final y dejara todo y a todos asentados. ¡Que horror! ¡No lo tengo todavía listo y ese anuncio de "...hoy puedes morir"!

Pero esta sofocante historia, que ahora comparto con todos vosotros, vivida en pocos segundos, me obligó a no quedarme ahí y acudir a escrutar esa misma cuestión en mis veteranos, en mi madre, ... Quería conocer si su espera, si ese momento de absoluto terror, a la vista de mi reacción, lo tenía más trabajado que el que suscribe y le pregunté, además, si esa misma sensación creía que podía ser regla entre sus compañeros de edad y condición.

No es fácil generalizar hijo mío, pero los años que nos separan, la proximidad por calendario a un final que la biología anuncia, el haberme separado hace tiempo de seres muy queridos y, especialmente, veros a vosotros, que poco necesitáis ya de mí, hace, no que no tema al momento, por desconocido y por si se acompañara de dolor que no sepáis ayudarme a vencer, pero creo que con menos estridencia que lo que, sin duda, me estás contando. Pienso que quien fuera el creador de este cuerpo bastante perfecto, al que vamos sumando cada año desajustes, muchos por desgastes, algunos por mal uso, hizo que en ese declinar hacia el final de la vida, una bomba con un elixir formulado por partes iguales de serenidad-sosiego-recuerdos positivos... comienza a gotear sin interrupción acompañándote hasta el final. Bien es cierto que a veces esta maquinaria también falla y necesite de ese engrase que mejor que nadie proporcionáis los profesionales dedicados al cuidado del mayor.

Sí hijo, creo que pensar en la muerte, porque no, en la muerte de uno mismo, puede hacer que esa fase, cuando no es estrepitosa e inesperada, pueda ser mejor acogida, mejor preparada, y recibir de vosotros con candidez esa mano cuando el aliento se desvanece.

Quizá esa pegatina taciturna que ha recreado esta reflexión, mitad verdad, mitad novelada, la haya mandado imprimir alguien que quería recordar a los "ciudadanos de la prisa", a los habitantes de un mundo veloz y de forma muy especial, a nosotros, a los enfermeros de la vejez, que es bueno prepararse para morir, lo mismo que lo es hacerlo para envejecer. No por detenerse en esta parada, llegará antes el tranvía del señor de la guadaña, y la preparación ayudará a un mejor morir a aquellos que no lo consigan feliz y dignamente mediados por ese elixir natural. Así lo creo.

J. Javier Soldevilla Agreda
Director de *Gerokomos*.
Director GNEAUPP