

Relaciona2 - Andrea Villate

**A mis hermanas
Luz Stella, Angélica y Sandra
por su compañía,
su paciencia
y su amor incondicional**

LO QUE LA MUERTE ME HA ENSEÑADO

La mañana del 17 de mayo de 1993 antes de irme para el colegio abrí lentamente la puerta de la habitación de mi papá, pues no quería despertarlos a él y a mi mamá. Esa madrugada escuché a mis hermanas decir que no había pasado una buena noche. Cuando entré, ahí mismo abrió sus ojos, como si me estuviera esperando, me sonrió y extendiendo su mano me lanzó un beso. Yo sonreí, le dije adiós. Y cerré despacio. Cuatro horas después me fueron a buscar al salón de clase que habían llegado de mi casa a recogerme. Sentí un frío por todo el cuerpo. Cuando llegué mi papá estaba dormido y el médico especialista en Cuidado Paliativo había comenzado a sedarlo.

Había llegado el final. No volvió a abrir sus ojos.

Por esa época el cantante mexicano Luis Miguel había sacado un disco de boleros que incluía la canción “Reloj” escrita por Roberto Cantoral. “Reloj no marques las horas, él se irá para siempre cuando amanezca otra vez... y tu tic-tac me recuerda mi irremediable dolor”. No sé por qué esa canción rondó mi cabeza todo ese día... como una premonición. Durante ese tiempo pude tomar su mano, hablarle desde mi corazón, prometerle mejorar en matemáticas, graduarme del colegio y ser periodista. Transcurrieron muchas horas hasta que su corazón dejó de latir.

Unos cuantos meses después soñé con él, que extendía sus brazos para abrazarme y yo sentía su calor. Desperté ese día con una paz increíble en mi corazón y con la sensación que ese abrazo había sido real.

Con mi mamá el panorama era diferente, tal vez porque yo ya era adulta. Las mamás tienen esa percepción mágica, para saber qué les pasa a sus hijos y más cuando mi mamá era mi mejor amiga.

Días antes estaba viendo a alguien que me gustaba mucho, mi mamá me preguntó varias veces, pero preferí no decirle nada por la misma situación, aunque sabía claramente que ella lo sabía. Un día llegué a casa y me sonrió con sus enormes ojos azules, desde su cama me abrió sus brazos y me dijo “me alegra tanto verte tan feliz”, yo lo único que hice fue acostarme en su regazo y dejar que me consintiera como si fuera una niña,

2 Relaciona2 - Andrea Villate

resbalaron en mis mejillas unas cuantas lágrimas, porque sabía que tal vez era la última vez que estaría ahí para mí.

Y no me equivoqué, cuatro días después, la mañana del 1 de abril del 2016 me desperté a saludarla como siempre y su semblante lo decía todo, me apretó la mano y me dijo haciendo pausas en su respiración, con sus ojos tristes: -siento que me voy a morir-. Yo sentí nuevamente ese frío que recorría todo mi cuerpo, pero no podía paralizarme. Había sido su cuidadora y en momentos así uno no se detiene a pensar, solo actúa por el bienestar de la otra persona, sacando fuerzas de dónde no las hay.

La abracé, traté de animarla y, con la otra mano comencé a escribirles en el celular a mis hermanas. Llamé a su médico Juan Carlos Hernandez, especialista en cuidado paliativo. Recuerdo sus palabras, él notó que me temblaba el alma y me dijo con voz cálida - Necesito que te tranquilices, llegó el momento de poner en práctica todo lo que aprendimos para este momento-. Colgué el teléfono, respiré profundo, la abracé, le di la medicación indicada por el doctor, la consentí, le acaricié sus mejillas hasta que se quedó dormida. Poco a poco fueron llegando mis hermanas, todas alrededor de mi mamá.

Consintiéndola largas horas y una vez más el tic-tac del reloj recordaba nuestro irremediable dolor. Y es que prepararse para la muerte es un proceso de amor, de despedida, de agradecimiento y más que nada de aceptación. Pero eso sí, uno se puede preparar para la muerte, pero jamás para la ausencia. Haciendo una retrospectiva en todos estos momentos me siento agradecida de haber tenido la oportunidad de despedirme de mis papás. De haberles dicho lo mucho que los quería y de agradecerles todo lo que habían hecho por mí. Fue muy duro verlos vivir una enfermedad tan difícil como el cáncer, ver su entereza y su fuerza que se iba apagando como una velita.

Alguna vez una persona me dijo que el duelo duraba 3 meses. Yo lo miraba en silencio y pensaba para mis adentros <Cómo se nota que no se le ha muerto nadie que realmente quiera> y efectivamente así era. Hablar de cosas que no se han vivido es relativamente fácil. Precisamente porque no somos seres cuadrículados que tenemos un tiempo estipulado para vivir las emociones. Para mí el duelo dura 365 días, hasta que uno viva

3 Relaciona2 - Andrea Villate

todo lo referente a un año sin esa persona. Pero así uno ya no llora como al comienzo, el dolor hace parte de los días y solo se puede aprender a vivir con eso. Ha pasado tanto tiempo de la muerte de mi papá, que aún me gustaría saber su opinión sobre ciertas decisiones que he tomado en mi vida, unas acertadas otras no tanto, escuchar sus consejos, ver fútbol juntos, hablar de la situación mundial, del último libro que leímos o simplemente disfrutar de su compañía. Lo mismo ocurre con mi mamá, extraño sus consejos, sus sopitas, su capacidad de escucha y lo que compartimos, una buena comida, hablar de todo y a la vez de nada.

La orfandad da una sensación de soledad absoluta. Los padres son los únicos que nos quieren como realmente somos, con toda nuestra maleta de defectos, con nuestra forma de ser, no nos juzgan y solo quieren el bien para nosotros, que no nos dañe ni un mal sueño. No nos van a querer más por ser exitosos o tener dinero, porque les convenimos de alguna manera, o por qué actuamos de una forma o de otra, no. Nos quieren tal y como somos y eso es lo único que importa.

Antes aseguraba algo que nadie puede asegurar, que nuestros seres más amados cuando mueren permanecen viéndonos desde algún lugar y de vez en cuando se manifiestan para hacernos saber que nos están acompañando. Y eso creía por lo que todos creemos, por tratar de aferrarnos a algo para que la vida y la ausencia sean menos dolorosas. Ahora que estoy en esa etapa de la vida donde solté la mano de la ilusión, de la fantasía y me aferro únicamente a la realidad, solo sé que ya no están. Quedan recuerdos y al mirarme al espejo ver que soy parte de ellos dos. El amor que sentimos por las personas que amamos, estén o no con nosotros, es lo que nos acompaña siempre.

La vida es como una película cuando muere uno de los personajes. La película sigue su curso. Hasta que existe otra película, en otro tiempo, con el mismo reparto, en diferentes roles. Otra vida.

Reconozco que esas muertes que se dan de repente me provocan gran temor. Cuando hacía parte del equipo de la emisora W Radio de Caracol, un 29 de diciembre llegamos a trabajar y un periodista del equipo no llegó. Le había dado un derrame y había muerto esa noche. Ver su puesto vacío, recordar que 18 horas atrás había sido nuestro último

4 Relaciona2 - Andrea Villate

día de trabajo juntos, habíamos conversado, reído y tomado nuestro último café... y no lo sabíamos. En esos momentos la vida nos recuerda lo vulnerable que somos y que cualquier día puede ser el último.

Creo que estas experiencias han cambiado el rumbo de mi vida radicalmente. Por eso tal vez no me quedo con nada por decir, por hacer ni demostrar, aunque en ocasiones sea una mala estrategia. Intento cada día estar lista, para cuando llegue mi turno yo le diga a la muerte: ok, vamos.

Al final he aprendido que no se puede pelear con el destino, que nadie puede huir de lo que le toca vivir. Uno termina haciendo las paces con las ausencias, gústele o no. Y la muerte... la muerte es solo un paso más, inevitable para todos.

“La muerte: enigmática, oscura, impenetrable, incomprensible. Qué fría y despiadada se nos presenta. Demandante, injusta. Nos arrebatada de las manos a nuestros seres más amados sin piedad, sin complacencias. Viene, no sé de dónde y, de un solo zarpazo, irremediable, irrevocable, irreversible, irreparable, arranca una vida al mismo tiempo que nos desgarrar las entrañas, como un suspiro que se deja salir” Odin Dupeyron

TODO LO QUE NECESITAMOS SABER

Durante la visita del Papa Francisco en Colombia en Agosto del 2017 dejaron huella sus frases tan profundas y a la vez tan sencillas que han hecho que sean compartidas una y otra vez en las redes sociales y que gracias a su mensaje se respire un aire de fe y alegría, un aire esperanzador.

Todas las frases que ha dejado hacen alusión a la alegría, al amor, al respeto, a la compasión, nos invitan a ser buenos seres humanos, a cuidar, a valorar, a entender, a sanar nuestro corazón y a ponernos en el lugar del otro. Creo que nos sorprendieron esas frases no porque no las supiéramos, sino porque las habíamos olvidado.

Esto me hizo recordar un texto que leí hace muchos años, de un pastor norteamericano Robert Fulghum: *“Todo lo que necesito saber, lo aprendí en el kínder”*. Tal vez esto nos parezca obvio, porque a medida que vamos creciendo vamos restándole valor a lo importante por las cosas que creemos urgentes:

“Todo lo que realmente necesito saber acerca de cómo vivir y cómo ser, lo aprendí en el kínder. La sabiduría no estaba en la cima de la montaña de los títulos académicos, sino en el montón de arena del patio”.

Estas son las cosas que yo aprendí:

Comparte todo

Juega limpio

No golpees a nadie

Pon las cosas donde las encuentres

Limpia tu desorden

No tomes cosas que no son tuyas

Di que lo lamentas cuando lastimas a alguien

Lava tus manos antes de comer

Vive una vida balanceada

No hagas a los demás lo que no quieras que te hagan a ti

6 Relaciona2 - Andrea Villate

Di lo que sientes

No mientas

Respeto a todas las personas

Aprende y sueña, piensa en hacer un dibujo, píntalo, canta y baila.

Trabaja todos los días

Toma una siesta diaria

Cuando salgas al mundo, ten cuidado con el tráfico, tómate de las manos y no te alejes.

Permanece atento a lo maravilloso.

Recuerda la pequeña semilla en el vaso: las raíces bajan, la planta sube y nadie sabe realmente cómo ni porqué, pero todos somos así.

Los peces de colores, los gatos, los perros, los ratones blancos e incluso la pequeña semilla del vaso, todos mueren. Y nosotros también.

Y entonces recuerda una de las primeras palabras que aprendiste, la más grande de todas: '¡Mira!' (Con los ojos, con el alma y con el corazón).

Todo lo que necesitamos saber está allí en alguna parte dentro de nosotros.

Los invito a que esta mañana recordemos todo lo que aprendimos en el kínder y lo apliquemos a nuestra compleja vida de adultos.

¿Cuánto mejor sería el mundo si los gobiernos tuvieran como política básica jugar limpio, no tomar lo que no es suyo y limpiar lo que ensuciaron?

Cómo sería de fácil vivir si siempre decimos lo que sentimos, si nos disculpamos cuando lastimamos a alguien, si no perdemos la alegría de bailar, de pintar y de cantar.

Y si lo pensamos bien, no importa la edad que tengamos, la verdad es que al salir al mundo es mejor siempre andar tomados de la mano y no alejarnos.

CADENA DE FAVORES

Hace unos días quería pedir una pizza a domicilio. Siempre intento pedir de diferentes restaurantes, para probar cosas diferentes. En esta ocasión elegí Deluchi, Pizza por metro. Marqué el número que encontré en internet. Hice mi pedido, di mis datos y mi dirección. El señor al otro lado de la línea me preguntó cuántos celadores estaban en ese momento en mi edificio. Me sorprendió la pregunta, igual respondí rápidamente que dos. Pero inmediatamente me entró la duda y le pregunté ¿por qué era relevante ese dato? Y me respondió que por esos días tenían una campaña “por el bienestar de los demás” y que por cada domicilio le llegaría al celador un pedido de pizza completamente gratis. Pero que me hacían la pregunta porque no querían llegar con una pizza personal y que fueran dos o más celadores y uno se quedara sin comer. Me sorprendió gratamente ese gesto.

A los 30 minutos me bajé a la recepción a esperar el domicilio, porque no me quería perder la entrega de la pizza. Tal vez con la duda que nos caracteriza, quería comprobar que fuera cierto. El domiciliario llegó. Saludo al celador e inmediatamente preguntó por mi apartamento. El celador me dijo – señorita le llegó su domicilio de pizza. Me acerque, recibí la pizza, pague y ahí mismo, el señor domiciliario le entregó dos pizzas personales a los celadores. La cara de sorprendidos de ellos fue increíble. Me dieron las gracias a mi, pero les aclaré que no tenía nada que ver con eso, solo tuve la casualidad de pedir a ese lugar, cosa que seguiré haciendo. Que una empresa tenga un detalle tan bonito como esto, se merece que le vaya muy bien.

Los que vivimos en edificios sabemos que cuando se cocina un poco de más o algo sobra por así decirlo, uno ahí sí tiene en cuenta a los celadores para no desperdiciar comida y les baja su plato, cuando sería un bonito gesto un día hacerles también a ellos y bajarles. O un día así como pedimos un domicilio para nosotros, tenerlos en cuenta a ellos.

Creo que con tantas cosas malas que ocurren en el mundo, con el diario vivir, el trabajo, el afán, a veces solo pensamos únicamente en nosotros y perdemos la capacidad de

8 Relaciona2 - Andrea Villate

sorprendernos y de sorprender. Cuando podríamos hacer cosas tan sencillas para cambiarle el día a alguien.

Podríamos por ejemplo cuando estemos haciendo cola en un Juan Valdez, un Starbucks, un Tostao dejar pago un café para la persona que esté detrás de nosotros en la cola. Y ver que se sorprenda cuando sepa que un extraño lo invitó. O tal vez en el transporte público pagarle el pasaje a alguien. Como una cadena de favores: *haz lo mismo con alguien*.

Tanto que dicen año tras año, que el mundo se va a acabar, un día será cierto y tal vez ni nos demos cuenta cuando eso ocurra. Por este lado del mundo la fuerza de la naturaleza, por otro lado la furia del terrorismo, lo único que esto nos deja es caer en cuenta que el día es hoy.

No esperar hacer grandes obras y esperar una serie de circunstancias para poder llevarlo a cabo, cuando podemos hacer cosas en el día a día. La vida no es fácil para nadie. Todos tenemos problemas o situaciones que nos gustaría que fueran diferentes, pero tal vez el quid del asunto está en hacer algo por alguien.

HACER NUESTRA PARTE

La tarde del miércoles hacía un sol espectacular en Bogotá. Cielo azul profundo, ni una sola nube. Esa tarde había acordado con un amigo, que estaba de paso por el país, de encontrarnos en el BBC de la 142 con 19 para ver juntos el partido del Real Madrid de la Copa del Rey. Yo tenía pico y placa, iba a tomar un Uber, pero al ver ese día tan precioso, tomé la decisión de irme caminando, algo que casi nunca hago, precisamente porque no me siento segura andando sola en la calle. Así que me puse mi camiseta del RM, me recogí el pelo con una cola, bolso cruzado, tenis, gafas, llaves y a las 2 de la tarde salí. Disfrutando el aire, observando el cielo, los árboles, la gente que pasaba a mi lado y notando como los días soleados hacen que se perciba alegría en el ambiente. Es otra Bogotá.

Cuando estaba llegando a la 147 con autopista noto que unos metros más adelante había un indigente sentado en unos ladrillos afuera de una cafetería. Tenía una botella de bóxer recién abierta en sus manos. Ceño fruncido, mirada dura y un tanto peligrosa. De repente una señora de edad avanzada, de contextura pequeña, se le acerca y con voz firme le dice: “Le cambio el bóxer por un jugo”. Inmediatamente comencé a caminar más lento. Por un momento desfilaron por mi mente cantidad de escenarios posibles: El señor indigente podría molestarse y reaccionar atacando, atracarla, sacarle de pronto un cuchillo o algo, o ser grosero entre muchas cosas que pueden pasar. Comencé a pensar qué debía hacer yo, y no sé por qué recordé un capítulo del libro de Fernando Savater *Ética para Amador* que decía, qué es mejor: ¿morir como héroe o vivir como cobarde?. Entonces decidí caminar un poco más lento y quedarme a unos cuantos pasos cerca de la señora, por si cualquier eventualidad.

El señor indigente la miraba con rabia, y no le contestaba nada, volteó su mirada hacía mí, como diciendo “¿y está qué?”. La señora también me miró y me sonrió haciendo un gesto con sus ojos como de ternura e insistió: “le cambio esa botella por un jugo y algo de comer, ¿qué quiere?”. Ahí el señor indigente hizo una mueca, casi sonriendo. Se giró y señalando con su dedo le indicaba que quería arepas, empanadas y pasteles de yuca que estaban en el mostrador de la cafetería. “¿Y de tomar?”, preguntó la señora. “Pony Malta”, respondió entre dientes.