

"Una aspirina contra la soledad"

La soledad es como una enfermedad y el Centro de Mayores como una aspirina para curarla, hablas con gente, te tratan con cariño y apaciguas la pena,

La soledad es como una guerra, tienes miedo, no sabes qué hacer y vas huyendo hasta que encuentras un refugio donde te sientes a salvo,

Mi marido era mi compañero y mi mundo entero. Desde que murió sigo hablando con él, con una foto que parece que me mira...le cuento las cosas que me pasan y parece que está conmigo, sigue doliendo la pérdida, pero me tomo una aspirina y sigo viviendo.

Mi organización

Llevo dos pijamas, uno encima del otro ¿Por qué? No padezco alzheimer. Mis facultades mentales están perfectas. Dedico muchas energías a practicar el cálculo ¿Por salud mental? No, hombre ¡Para llegar a fin de mes!

Cuando me levanto, el termómetro de la cocina marca diecisiete grados ¿Puedo encender la calefacción? No. Llené el depósito de gasoil con la paga extra de Navidad y me tiene que durar para todo el invierno. Hasta las diez de la mañana aguanto en la cama, quietecita; luego con dos pijamas y bata gorda hasta el mediodía; entonces , ya enciendo.

¡Mi organización!

LAS PENSIONES

Los mayores tenemos derecho a una pensión digna.

Tengo 73 años , yo comencé a trabajar a los 10 años en todo lo que se podía para traer a casa un mísero jornal. Sin derechos, claro está, ni seguridad social.

Ahora en el ocaso de mi vida vivo de la pensión de mi marido, todos los años revalorizan las pensiones, creo que son las migajas de los grandes sueldos que cobran los políticos.

Me parece que nuestra generación tenemos derecho a terminar nuestros días en paz, sin preocuparnos por si llegamos a fin de mes.

Atrapados en nuestra propia mente

Hoy me encuentro sola, y no es mi deseo, es un sentimiento abrumador el que me afecta en este momento de mi vida, justo cuando ya jubilada podría sentirme en paz conmigo misma y satisfecha con el deber cumplido, la vida

A menudo, me siento como si estuviera atrapada en mi propia mente, sin nadie a quien acudir, ni con quién compartir mis pensamientos y emociones.

Pero, mientras estoy en ello, percibo una esperanza, nunca estaremos solos gracias a los recursos sociales que existen hoy para ayudarnos a superar la Soledad no deseada.

SOLEDAD

Soledad buscada

Soledad perdida

Soledad obligada

Esa que llega cuando la edad avanza
y la vida se llena de silencios

Soledad

¿Qué hay detrás de ésta palabra?
grande
larga y oscura

Estaba en todos los rincones

en mi casa
en la calle
en mi coche

Una mirada al exterior
y la soledad sorprende
como planta espinosa que desprende su belleza de un día

Mirar hacia delante
encuentro con una misma
silencios que dicen mucho más que palabras

Tengo que tener una ilusión
necesito estar en movimiento
¿la vida qué es?
¿la vida es duelo?

Después de todo...
Mañana será otro día.

