Cumpleaños
Autor: Manolo Campa

Hace unos días fue mi cumpleaños. Con una mezcla de sentimientos encontrados reconozco que estoy "entrado en años". Con satisfacción acepto el privilegio de haber llegado a viejo. Con conformidad disimulo las limitaciones físicas y los resbalones mentales que son algunos de los efectos secundarios de la senectud.

No puedo negar que estoy en la tercera edad. Varios son los signos y síntomas que claramente lo indican. Menciono algunos. Pocos para no exagerar lo contundente de la evidencia. El "cake" redondito, donde se pusieron las velitas encendidas, para ser apagadas por mi de un soplido mientras la familia me cantaba el "japiberdi", no era lo suficientemente grande para sostener todo el alumbrado.

Las actividades atléticas que realizaba en los fines de semana: cortar el césped, podar la cerca de matas, limpiar el auto por fuera y por dentro, y bañar la perra… ya no las puedo hacer porque esos excesos físicos me mantienen adolorido, rígido e incapacitado por varios días.

La última vez que en una fiesta traté de bailar los bailes de moda y hacer esas contorsiones que lucen tan naturales y rítmicas cuando las hacen los jóvenes, me acomplejé… Mis movimientos parecían pasos de chimpancé cuidadoso caminando sobre hierba con espinas. Cuando me vi en un espejo, decidí quedarme sentado admirando a los que bailaban bien… y compadeciendo a los que, como yo, el óxido en las coyunturas y las formas exuberantes post juveniles, los incapacita para esas andanzas musicales del momento.

¡Sin espejuelos no me veo viejo!... Sin los lentes no me veo, punto. He tratado de afeitarme a ciegas, de memoria, sin usar las gafas y así no notar las arrugas y otras marcas faciales que delatan los años vividos, pero no he podido. Por lo tanto, diariamente, la sinceridad brutal del espejo me dice que ya no soy el que era.

Antes podía dominar el sueño. Me mantenía despierto a voluntad. Ahora me siento en el sofá al lado de mi mujer para disfrutar de un programa de televisión en su compañía, y a los pocos minutos nos quedamos los dos dormidos, recostados uno sobre el otro, como esos borrachos fraternales que regresan, acabada la juerga, del bar hacia sus casas.

Otra cosa que me dice que tengo más años de los que trato de hacer creer que tengo, es el cuidado esmerado con que me trata mi mujer. Me cuida como si fuera el gallo mejor de una granja de gallos finos… Para evitarme el colesterol y la presión arterial alta, me tiene a dieta de comida sin sal y sin grasas. Para controlar el peso, sufro un menú balanceado a base de vegetales hervidos, lascas de pavo, pescado al horno. ¿Postres?... Sí, desabridos, con olor a medicina, en raciones de miseria que no me permiten ni cogerles el mal gusto.

Los refrescos y el café están fuera de mi libreta de racionamiento. En su lugar tomo jugo de "cramberries" y ciruelas. De este último ya he sufrido dos sobredosis muy

penosas y el primero me hace estar muy al tanto de “prepararme” antes de un viaje por carretera o de una misa con sermón largo.

EN SERIO:

En la Arquidiócesis de Miami existe un programa pastoral llamado Horizontes de Cristiandad, destinado a dar atención a personas de la tercera edad.

El programa ofrece encuentros de dos días. El primer día está dedicado a las relaciones humanas, las relaciones interpersonales, el entorno familiar. En el segundo día se tratan temas espirituales que ayudan a profundizar en el conocimiento de Cristo, el encuentro con Dios. En el último día se concluye con una Misa.

El Padre Marcelino García, director espiritual y asesor del programa, asegura que éste “es un complemento pastoral muy necesario, pues la tercera edad es un sector de los fieles mayoritario en nuestras comunidades. Muchas veces, con el correr de los años en la Iglesia, uno se va enfriando, y estos encuentros van dando energía, renuevan los ímpetus de la vocación cristiana y la conversión, y reincorporan a un trabajo específico en la parroquia”.

Y continúa: “Partiendo de las limitaciones propias de la edad, sus dependencias, sus miedos”, explica el sacerdote jesuita, “se les ayuda a aceptarlas con alegría y a redescubrir la labor que pueden realizar como abuelos, como personas que pueden aportar más experiencias, asesorar, aconsejar, y pueden formar parte del equipo de lectores, ministros de la Eucaristía, del coro parroquial, etc.”

Para más información, llamar al teléfono: 786 409-3147 o visite la página de Internet: www.horizontesdecristiandad.org