

CASTELLANO

LRE

Life review experience

Matilde Obradors

Al filo de la muerte se rememoran las experiencias más significativas que se han atravesado. La vida pasa ante los ojos, pero no en un orden cronológico sino aleatorio o incluso simultáneo. Se llama *Life review experience* o Experiencia de revisión de vida.

El viernes 13 de marzo de 2020, me confinaba sola en casa. Lo primero que pensé fue que no volvería a ver a mi hija...

A los pocos días, empecé a tener una especie de experiencia de revisión de vida (LRE). Mi mente generaba imágenes como si mi flujo sanguíneo estuviera ya detenido. Accedí allí donde está custodiada nuestra infancia, nuestra juventud y nuestros deseos.

Los días transcurrían a modo de films en Super 8. El baúl de las fotos de toda una vida, abrió sus fauces; aún no sé si para engullirme o para restablecer mi identidad.

Suelo pasar muchas horas investigando, escribiendo, creando... días y días sin salir de casa. Pero esto era diferente. Estábamos todos encerrados, con la muerte llamando a nuestra puerta.

Lloré por los muertos que como números desfilaban por las noticias, por los que se iban sin poder despedirse... Sentí un profundo agradecimiento por todos los que estaban velando por nosotros en primera línea.

Cada mañana me esperaba a mí misma en el sitio de siempre. Los pájaros empezaron a aumentar en número, a acercarse cada vez más a mi casa de la ciudad sin coches.

El silencio, el canto de los pájaros, el aire limpio y fresco... ¡Ambrosías del confinamiento!

“Se nos había pronosticado desde hacía años que esto sucedería”, esta frase se repetía en mi mente aumentando mi impotencia.

La incertidumbre se iba disipando con actos cotidianos. El tiempo se convirtió en algo denso e irregular. Inventé paisajes, me aferré a la belleza. Contemplé la lluvia durante días desde mi balcón. Es verdad, sin los bosques no soy nada,

pero sé que formo parte de la naturaleza, que la salud tendría que ser nuestro estado natural.

He tenido suerte de sentir cerca a mi familia, a mis amigos. Sus llamadas para asegurarse de que estaba bien. La frase de María: “La sonrisa es el triunfo sobre la propia persona” Claude Calan. El mensaje matinal de Elsa convocándome a los directos de meditación. La propuesta de Jaume: “¿qué haces? ¿sola? ¿y tu hija? Ven a casa. Jardín, bosque y vistas”. Y Marta y Carmen y José, y Laurent...

El amor también tiene sus bellas rutinas. ¡Ambrosías del confinamiento!

De repente, se nos dio la oportunidad de revisar nuestras vidas, congelaron la imagen y no tuvimos más remedio que mirarnos al espejo y ver el mundo que habíamos sido capaces de construirnos a nosotros mismos. Nuestra casa como testimonio de la única verdad posible.

A lo largo de 70 días, hemos soñado en que el mundo iba a cambiar. Hemos tenido tiempo para imaginar un planeta mejor. Sin embargo, en nuestra ausencia han aprovechado para talar más árboles que nunca, para instalar el G5, para reducir nuestras libertades...

Cuanto más sana mentalmente me he ido sintiendo a lo largo de estos días, más enfermos se me presentaban los políticos. He ido dosificando la mierda que nos han ido distribuyendo en las noticias, diariamente. La náusea de ver a los militares custodiando nuestras vidas. Vergüenza de haber nacido en este país. El “Franco style” extasiándonos con su glamour. Sé que no es fácil gestionar esta pandemia, pero seguro había otras formas: sin galones, sin uniformes, sin armas.

Los que están sufriendo más con el coronavirus, son los de siempre. La impotencia se hace gigantesca. Ser espectador del horror, entraña también su grado de sufrimiento. Es una de las tantas estrategias del poder. El objetivo es que no nos fijemos en esa corrupción que se les ha calado en los huesos a los políticos de este país.

Durante 70 días de confinamiento he recordado los tiempos en los que creíamos en las instituciones. Ahora sabemos que la fuerza está en la ciudadanía, que juntos debemos defender nuestros derechos.

Dejo mi risa como ofrenda de los 70 días en estado de alarma, para contagiarte algo bueno.

CATALÀ
LRE
Life review experience
Matilde Obradors

A tall de la mort es rememoren les experiències més significatives que s'han travessat. La vida passa davant els ulls, però no en un ordre cronològic sinó aleatori o fins i tot simultani. Es diu Life review experience o Experiència de revisió de vida.

El divendres 13 de març de 2020, em confinava sola a casa. El primer que vaig pensar va ser que no tornaria a veure la meva filla ...

Al cap de pocs dies, vaig començar a tenir una espècie d'experiència de revisió de vida (LRE). La meva ment generava imatges com si el meu flux sanguini estigués ja detingut. Vaig accedir allà on està custodiada la nostra infància, la nostra joventut i els nostres desitjos.

Els dies transcorrien a manera de films en Super 8. El bagul de les fotos de tota una vida, va obrir les seves gargamelles; encara no sé si per engolir o per restablir la meva identitat.

Acostumo a passar moltes hores investigant, escrivint, creant ... dies i dies sense sortir de casa. Però això era diferent. Estàvem tots tancats, amb la mort trucant a la nostra porta.

Vaig plorar pels morts que com nombres desfilaven per les notícies, pels que s'ananaven sense poder acomiadar-se ... Vaig sentir un profund agraïment per tots els que estaven vetllant per nosaltres en primera línia.

Cada matí m'esperava a mi mateixa en el lloc de sempre. Els ocells van començar a augmentar en nombre, a acostar-se cada vegada més a la meva casa de la ciutat sense cotxes.

El silenci, el cant dels ocells, l'aire net i fresc ... ambrosies del confinament!

"Se'ns havia pronosticat des de feia anys que això succeiria", aquesta frase es repetia en la meva ment augmentant la meva impotència.

La incertesa s'anava dissipant amb actes quotidians. El temps es va convertir en quelcom dens i irregular. Vaig inventar paisatges, em vaig aferrar a la bellesa. Vaig contemplar la pluja durant dies des del meu balcó. És veritat, sense els

boscós no sóc res, però sé que formo part de la naturalesa, que la salut hauria de ser el nostre estat natural.

He tingut sort de sentir a prop a la meua família, als meus amics. Les seves trucades per assegurar-se que estava bé. La frase de Maria: "El somriure és el triomf sobre la pròpia persona" Claude Calan. El missatge matinal d'Elsa convocándome als directes de meditació. La proposta de Jaume: "què fas? ¿Sola? ¿la teua filla? Vine a casa. Jardí, bosc i vistes ". I Marta i Carmen i Josep, i Laurent ...

L'amor també té les seves belles rutines. ¡Ambrosies del confinament!

Tot d'una, se'ns va donar l'oportunitat de revisar les nostres vides, van congelar la imatge i no vam tenir més remei que mirar-nos al mirall i veure el món que havíem estat capaços de construir-nos a nosaltres mateixos. La nostra casa com a testimoni de l'única veritat possible.

Al llarg de 70 dies, hem somiat en què el món canviaria. Hem tingut temps per imaginar un planeta millor. No obstant això, en la nostra absència han aprofitat per talar més arbres que mai, per instal·lar el G5, per reduir les nostres llibertats ...

Com més sana mentalment m'he anat sentint al llarg d'aquests dies, més malalts es presentaven els polítics. He anat dosificant la merda que ens han anat distribuint en les notícies, diàriament. La nàusea de veure els militars custodiant les nostres vides. Vergonya d'haver nascut en aquest país. El "Franco style" extasiant-nos amb el seu glamour. Sé que no és fàcil gestionar aquesta pandèmia, però segur hi havia altres formes: sense galons, sense uniformes, sense armes.

Els que estan patint més amb el coronavirus, són els de sempre. La impotència es fa gegantina. Ser espectador d'horror, comporta també el seu grau de patiment. És una de les tantes estratègies de poder. L'objectiu és que no ens fixem en aquesta corrupció que els ha calat en els ossos als polítics d'aquest país.

Durant 70 dies de confinament he recordat els temps en què creïem en les institucions. Ara sabem que la força està en la ciutadania, que junts hem de defensar els nostres drets.

Deixo el meu riure com a ofrena dels 70 dies en estat d'alarma, per contagiar alguna cosa bona.