

RECORDS D'UN OBLIT

Tres mirades que narren la història d'un procés de demència.

Sempre m'ha agradat cuinar. Per mi és una forma de cuidar a les persones que m'estimo, i ajudar a la meva filla, que treballa tot el dia i després arriba a casa cansada. M'ocupo també de la meva néta, molts cops, anant-la a buscar a les tardes quan surt de l'escola. Quan el meu marit va començar a tenir problemes de salut, no li permetia poder seguir el meu ritme. Notava com, poc a poc, ell anava depenent més de mi, veure-ho molts cops em generava sensació d'impotència. Però faig el cor fort; per mi, el més important és la meva família. I m'estimo els meus néts com si fossin els meus fills. Mai hauria pensat que tindria aquest sentiment tant fort cap a ells.

Fa un any que va morir en Josep. Un any tancant la porta de casa sola, de nits. Dotze mesos que dins els llençols hi fa especialment fred. 365 dies que poso només un plat a taula. Però això només entre setmana. El cap de setmana, la meva filla, néta i el meu gendre em venen a buscar per anar a dinar a casa seva. La meva filla cuina molt bé, i em fa sentir orgullosa ja que penso que és quelcom que jo li he transmès. A vegades, sense que ella em vegi me la quedo mirant i penso que ha complert totes les meves expectatives com a mare.

Entre setmana surto poc, només a comprar els dimecres que és mercat. I les tardes d'estiu a prendre la fresca a la plaça del carrer, amb els veïns del barri. És la nostra estona per digerir el sopar abans d'anar a dormir i emplenar aquestes hores que el sol ja és fora.

Aquesta setmana està essent molt estranya. Ahir quan tornava a casa després d'una estona a la plaça, duia la clau de casa, dins la bossa, com sempre. Em vaig equivocar de porta i la posava al pany de la casa dels veïns. La meva filla des de fa uns dies que està especialment irritable, em contesta les preguntes que li faig com si estigués cansada de mi.

Mai m'ha agradat anar al metge, especialment entrar a l'hospital on va morir en Josep, el meu marit... encara ara, després de tres anys, el trobo a faltar, cada dia. Avui hem anat de visita amb un doctor que no coneixia. Després una noia molt jove i amable m'ha fet moltes preguntes i exercicis matemàtics i de llengua. Jo l'anava contestant i a la vegada em sentia nerviosa i bloquejada. No sé què s'ha pensat aquesta noia, a la meva edat casi no vàrem

estudiar! I tot el que em preguntava em semblava fora de lloc. Hem acabat la visita sense saber si ho he fet bé o no, suposo que tindrè els resultats d'aquí uns dies. Tot i que això, ara mateix poc m'importa. La meva filla ja se'n ocuparà, ella sempre s'ofereix per ajudar-me. I a la vegada em sento pressionada per seguir tots els seus consells i responent a tot el que necessita de mi.

No ho entenc, no hi a forma de trobar-hi una explicació. Avui que és dimecres i mercat, han vingut a dinar a casa, i la verdura m'ha sortit dolça. La meva filla em diu que hi he posat sucre en comptes de sal. M'he enfadat moltíssim! I no aconsegueixo entendre què ha passat, però crec que és culpa d'aquestes patates que són massa dolces. El pròxim cop les compraré a una altra parada. Em sento profundament ofesa i em costa inclús mirar-la a la cara. Tanco la finestra de casa que dóna al carrer molt entristida i quan me'n vaig al llit, de sobte tinc la sensació de que m'és igual si no em desperto mai més.

.....

Havia sentit a parlar d'aquesta malaltia però no acabo d'entendre-ho. O sigui, la meva mare, segons m'ha explicat el neuròleg especialista, anirà perdent la memòria. Però és que no és aquest el problema... si només fos això... però és que s'ha tornat una dona insuportable! Sempre ha estat una persona forta de caràcter, però ara és massa. No entenc el perquè pot estar tant pendent de que no li robi diners, però si jo no he fet mai res sense abans demanar-li... a part, de tot el que he fet per ella aquest temps. Em sento lligada els caps de setmana per no deixar-la sola ni un moment. I tot i així no hi ha forma de que ella m'ho valori. Tinc una ràbia a dins que fa que molts cops li contesti malament. Però perquè vull que m'entenguis, mare! Sempre has fet el mateix. Mai t'has fet càrrec de la situació. Sempre has volgut que fes el que tu volies, i sempre has procurat per tu...

Tinc la sensació de no entendre res. O sigui, la meva mare, ja no podrà viure sola? I com ho farem, ara? Però és que realment, no la puc deixar sola. Ha perdut la llibreta dels diners... finalment després de buscar molt, l'he trobat dins l'armari on guarda la cristalleria. Aquelles copes que només fa servir en els dinars especials. Quan he obert l'armari, he olorat aquella olor d'armari tancat, aquella olor que anticipa una trobada familiar festiva... perquè les coses no poden seguir així? De cop m'ha envaït un sentiment de tristesa. He pensat amb el pare, amb la mare i els seus guisats. Que trist que tot canviï

amb el temps. El pare ja no hi és, vaig posar una foto seva amb un marc, al costat de la del dia del seu casament. Ai, pare, tan de bo fossis aquí, recolzant a la mare. En el fons, crec que el que li passa és que no ha superat la teva mort. I jo també et trobo molt a faltar.

És increïble! no m'ho crec. Avui a l'hora de dinar he obert un armari de la cuina per agafar una llauna d'anxoves. Resulta que hi ha ni més ni menys que 28 llaunes, unes ja casi a punt de caducar. No m'ho puc creure, mare, com és que n'has comprat tantes? Realment s'ha trastocat! Que els diners no ens sobren! Començo a obrir els altres armaris... tot està bé, menys mal. Però a l'armari del bany, un altra espant. Hi ha 15 fregones. No sé ni com treure-li el tema. A veure, mare, com és que has comprat tant del mateix? El que em passa és que tinc molta por... això significa que la meva mare ja no pot anar a comprar sola? S'ha acabat, anirem juntes a comprar a partir d'ara, sempre.

No sé com fer-ho perquè em faci cas. Sort que al supermercat la coneixen que sinó segur que no li tornarien bé el canvi mai i farien més negoci que els hi toca amb ella. He intentant que em confiï la seva llibreta del banc però s'ho ha agafat molt malament. M'ha acusat de que em vull quedar els diners...després de tot el que faig per ella... uf, no m'hauria imaginat mai que acabaríem tant confrontades. Ai, pare, quanta falta que em fas. No sé com fer-ho amb la mare...

Avui hem anat a l'especialista, de visita després d'un any. La visita la teníem fa 6 mesos però es va trencar el braç i no hi vàrem pensar més. Li he explicat el que està passant últimament, i si tindria relació amb el seu problema de memòria. El diumenge es va desorientar a casa meva. Quan li raonava ella es va enfadar i es va tancar en banda. No ho entenc gaire. Si, perd la memòria, i ja fa temps que li he d'estar contestant contínuament totes les preguntes que em fa. Però que després de tants anys, de venir a casa, no la reconegui... això és normal? Tinc la necessitat d'explicar-ho a la meva filla, a les meves amigues... estic molt enfadada, ningú em dóna cap solució, ningú m'entén.

A les nits em costa dormir. Penso tota l'estona amb la mare. Tinc un enfado a dins que no em permet ser jo mateixa. Sento que les coses han canviat, sento que la meva filla i el meu marit, estan enfadats amb mi. Però no ho veieu? La iaia no està bé, i jo no estic bé tampoc. Després de treballar me'n vaig corrents a casa seva. Allà m'hi passo una bona estona fins al vespre, hi ha dies que anem a comprar i altres dies l'ajudo a fer una sopa. Em sento sola. L'últim llibre que em vaig comprar per Sant Jordi segueix allà mateix on

el vaig deixar, encara no l'he començat tant que m'agradava llegir... però no en tinc ganes. Tinc la casa desordenada, i bruta. Però m'és igual, em sento tant cansada... la meva filla estudia psicologia. Avui ens hem enfadat. Estic tant enfadada amb mi, amb el món... ella més tard ha vingut i m'ha preguntat si voldria anar al psicòleg. M'he sentit tant ofesa... com s'atreveix? Jo estic perfectament. Tant malament, em veus, Eva?

Ja no puc més. Sort del destí que ha volgut que en aquell moment entrés per la porta, perquè sinó, la meva mare crema tota la casa. Com pot ser que s'oblidi les croquetes al foc? Miro al voltant de la cuina, tot sembla normal. Vaig fins al fons del passadís, una ampolla d'anís trencada al terra, ja està molt enganxat, això és que fa hores que està aquí. Segueixo mirant al voltant, obro el microones i m'hi trobo mig pollastre, descongelat. Ai, mare! Em trec i començo a plorar. Mare, què et passa!? Avui em quedo aquí, sí i tant, em quedo a dormir amb ella. Me la miro, té l'arrel del cabell molt blanc. Ella, que sempre va a la peluqueria cada setmana, a fer-se la manicura i la permanent i que mai ha suportat veure's els cabells blancs... mare, què t'està passant? Perquè ja no ets tu? De cop tinc moltes ganes d'abraçar-la. Està asseguda, de cares a la televisió, però em dóna la sensació que té la mirada perduda. M'ajupo al seu costat, l'abraço. Fa una fortor a orina i suor. L'abraço més fort buscant aquella olor a colònia i a coloret que sempre fa. Mare... on ets? Me'n vaig a la cuina i mentre netejo el terra continuo plorant. No sé què hauré de fer.

Avui he conegut a l'Helena, una noia que viurà a casa la mare, i s'encarregarà de cuidar-la. Estic nerviosa, imagino que no s'ho agafarà gens bé, la mare. Dinaré amb elles al migdia abans d'anar a treballar. Sembla que la mare ho va entenent. El problema és que per molt que li digui com es diu no hi ha manera que aconseguixi recordar-ho. Espero que, mica en mica, li vagi resultant una persona de confiança.

S'ha espatllat la televisió de la mare i amb el meu marit n'hem anat a comprar una de nova. La meva filla, aquest vespre, ha vingut preocupada. Ha anat a la tarda a casa l'àvia i diu que no hi havia manera de que aconseguís engegar i parar la televisió. Sort que és una noia tant pacient... diu que li ha ensenyat com 15 cops i finalment sembla que ho ha fet sola. A veure... que bé que hi hagi l'Helena.

Sort que la mare té uns estalvis al banc, sinó, no ens podríem permetre un sou de cuidadora, tot i així he sentit que hi ha una ajuda de la Generalitat per persones dependents. Tinc hora amb el treballador social, a l'ajuntament del poble. Estava

nerviosa, al principi. Tinc la sensació de que m'he desfogat amb ell, li he explicat tota la situació. M'ha donat uns papers per emplenar i també m'ha ofert participar en un grup de cuidadors que fan, una hora a la setmana. Es veu que és una psicòloga que ho fa. M'ha dit que hi ha moltes persones que es troben en aquesta situació.

Comença el grup, totes som dones més grans que jo. Expliquen que tenen el seu marit malalt i l'han de cuidar. Sento vergonya quan em presento jo, explicant que jo vinc per la mare, i que tinc una cuidadora que viu amb ella. De seguida se'm passa i em fa bé desfogar-me, acabo emocionada i plorant. Em sento escoltada i acollida per totes incloent la psicòloga Marina, que és qui porta el grup. A la següent sessió parlem de com ens cuidem. Hi ha una dona que explica que ella, als vespres, es regala 10 minuts d'estar només per ella i a vegades es beu un quinto de cervesa. La idea m'inspira i aquesta nit, quan arribo a casa, ho faig. La meva filla, que entra a la cuina, li sorprèn aquesta sortida. Em sento més confiada de mi mateixa i sento que m'estimo una mica més.

Cada vegada ens coneixem més amb totes les participants, l'amistat creix. A la següent sessió dibuixem un arbre i després l'analitzem. A l'acabar, ens fem un grup de Whatsapp amb totes les participants, i cada dia ens diem bon dia i bona nit.

Avui és un dia trist, una dona del grup ens ve a explicar que el seu marit ha mort. Dediquem molta estona a ella i l'acomia dem perquè ja no vindrà més. Aquell dia, quan surto, vaig a veure la mare. Me la miro, mentre ella té la mirada perduda, com sempre, davant la televisió. Penso que algun dia es morirà. Em sembla impossible ara mateix imaginar-ho i sento por del què vindrà a partir d'ara.

El temps va passant, i el grup continua. Al finalitzar la sessió psicòloga després de la sessió parla una estona amb mi. Em retorna que em veu enfadada per la situació que estic vivint. Li explico les dificultats que tinc en poder entendre què li està passant a la mare. Que estic segura que no és només que perd la memòria sinó que està molt irritable, i que sento que em guarda rancor. Potser per no passar més hores del dia amb ella, potser perquè no sóc jo la que és allà per ajudar-la a posar-se al llit, a dutxar-se, per ajudar-la a cuinar. Em sento culpable. I a vegades tinc la sensació de que sóc egoïsta i no sóc bona filla. També penso si hauríem d'anar a un metge privat per tenir una segona opinió sobre el que li està passant. La Marina m'escolta amb atenció. Quina paciència que té aquesta

noia... com li agraeixo. La meva filla tot i estudiar psicologia no és així, almenys amb mi... a vegades m'agradaria sentir-la més a prop.

Els diumenges són especialment complicats, i mira que és el dia que puc descansar més de la setmana, però l'Helena fa festa i sempre m'emporto la mare a casa. Però últimament s'està fent insuportable. No para de demanar que vol anar a casa seva i inclús a vegades si no li faig cas - com em recomana la meva filla – agafa la bossa i surt per la porta de casa... és incontenible. Em sento plena de ràbia. Ràbia que em surt cap a ella, i al final l'acabo cridant i sentint-me després culpable, i trista. No sé com gestionar la situació. Sort que dimecres toca el grup, i podré explicar-ho. Això em reconforta una mica. Potser hi haurà algú que podrà donar-me algun consell, o que s'haurà trobat en la mateixa situació i podrà orientar-me.

Surto del grup encoratjada. Hem parlat de les nostres persones estimades, i de com eren, de què han fet i què han aportat a la vida. Quan vaig a veure la mare, sento un gran amor per ella, que m'ajuda a combatre els moments de cansament i impotència. Li faig un petó, l'abraço abans de marxar.

.....

No recordo exactament el motiu pel qual vaig estudiar psicologia. Suposo, que, tal i com apuntava algun professor, ho feia per mi.

La mort dels meu avi Josep va ser el primer dol que vaig viure. Vaig portar la tristesa de la seva mort en secret per no mostrar-me als altres.

Sempre havia pensat que la meva àvia materna no va acabar de superar la mort de l'avi, encara que després d'haver-me format en psicologia del dol, ara ho veig diferent. Es pot superar, la mort d'una persona tant estimada, o aprens a conviure amb el buit que deixa?

La meva àvia Maria fa temps va començar a perdre la memòria. Va comportar canvis importants en la meva família. Des d'aquell moment, que a casa que hem anat vivint petites i constants pèrdues al llarg dels anys. Les celebracions familiars que havíem fet sempre a casa seva varen anar desapareixen. El Nadal, el dia de Reis, les festes del poble, Setmana Santa, ja no va ser el mateix i ho vàrem passar a fer a casa. Poc a poc anàvem perdent a la iaia i de passar a cuidar-me a mi quan era petita, la relació es va invertir. Durant la carrera anava alguna tarda a casa seva per estar amb ella mentre la seva

cuidadora l'Helena tenia unes hores lliures. La meva mare gràcies a l'ajuda del grup i el seu propi procés de dol va anar assumint la malaltia. Molts cops emmascarada per la seva forma de ser portada a l'extrem sense entendre la raó quan en realitat era part del seu procés de deteriorament cognitiu.

Els últims anys va anar perdent les paraules. El tacte i el joc amb les mans, va passar a ser la nostra forma de comunicar-nos. Continuava reaccionant amb rialles a les pessigolles igual que li feia quan jo era petita. També els dies bons cantàvem alguna cançó que curiosament li havia quedat gravada i la recitava sense consciència.

Cada vegada era més maldestre amb les coses bàsiques. Li tallàvem els aliments, i ella menjava amb les mans. Durant aquest temps vaig anar vivint molt conscientment totes les petites pèrdues constants, com un degoteig, assaborint-les amb tristesa.

Molts cops em preguntava, quin sentit té la seva vida? I aquesta pregunta només trobava un lloc i un significat quan apareixia la confiança en quelcom superior que els humans no arribem a entendre. El destí, per alguns altres, l'espiritualitat. Encara no era el moment de que ens deixés i aquesta vivència que teníem amb ella, ha estat un aprenentatge. A valorar una mica més la vida, a ser conscient de les pèrdues contínues que tots vivim.

La malaltia va avançar fins que va acabar vivint només de cos present. Però per mi ja era suficient. A l'estar amb ella, acompanyant-la durant els últims temps, em permetia estar més en contacte amb mi, i tots els records dels moments que hem estat compartint juntes fins ara.

La meva àvia ha acabat morint, de forma plàcida a un llit d'hospital. Finalment el seu cos ha deixat de funcionar.

Aquesta vivència ara m'ajuda a poder acompanyar altres familiars en el seu procés de deteriorament cognitiu i demències de les seves persones estimades. I els acompanyo des de la meva experiència. I és a través d'aquí, que he trobat al sentit de l'existència de la meva àvia. Penso que cadascú ha de trobar dins la seva història, el seu.

Encara al llit de l'hospital, després de fer l'última respiració, li vaig agafar la mà. Aquelles mans que tant m'havien sostingut de petita, que tant havien cuinat per tots nosaltres, que tants cops m'havien donat de menjar. I vaig sentir molt d'amor i agraïment del temps, l'amor i el llegat que m'ha deixat.