



Rosaura Chimeno Barrio, 72 años.
Irina Moreno Jiménez-Pajarero, 22 años.

Sevillanas contra la depresión

A Rosaura la vejez le ha arrugado más el rostro que el espíritu. “Yo sigo siendo una moza”, dice entre risotadas. La vitalidad de Rosaura, Rosa o Rosi, llámenle como quieran, sorprende cuando desvela la edad que han aguantado sus espaldas. Tiene 72 años y “muchos disgustos encima”, pero el peso de la edad y los contratiempos de la vida no la han amilanado. El rostro es el espejo del alma y en Rosaura éste parece más cristalino si cabe. Bastan un par de minutos para conocerla. Nada más entrar en su casa, te asiste como a una reina. Y no importa que seas un desconocido, porque ella desconoce la palabra desconfianza. Esa bondad casi pueril es la mejor de sus virtudes. “Yo me fio de todo el mundo, me cuesta creer que la gente sea mala”, asiente convencidamente. A la credulidad le siguen la humildad, la generosidad, la sensibilidad... Y la que escribe no peca de adulación. Sólo basta con conocer a Rosaura para empezar a quererla.

Decía Pío Baroja que cuando se hace uno viejo le gusta más releer que leer. Sin necesidad de preguntas, la conversación que empieza Rosaura es la de la mirada atrás en el tiempo, la de releer su propia historia. Algunos desengaños familiares son lo único que provoca que la sonrisa impertérrita de Rosaura desaparezca. Pero hay un capítulo de la vida de Rosaura que la afecta especialmente. Tanto que le es imposible contener las lágrimas a pesar de estar delante de una desconocida. Y es que algo se le desgarró dentro a Rosaura cuando perdió hace cuatro años a su marido. “Todo comenzó -explica- cuando a los 52 años perdió su trabajo porque la empresa quebró”. Rosaura cuenta que aquello fue como abrir la caja de Pandora. Fueron desgracias tras desgracias porque ya se sabe que los males nunca viajan solos. Primero le diagnosticaron problemas del corazón, después fue la depresión y finalmente el letal alzheimer. Olegario murió a los 76 años y con él también se fueron las ganas de vivir de su mujer. “Pensar que ya no estaba a mi lado me destruía”, balbucea Rosaura.

El dolor y el desconsuelo se hizo mayor cuando unos meses después los médicos descubrieron que Rosaura tenía cáncer de mamá. “Verme sin pecho, mutilada, fue lo que terminó de hundirme”, cuenta llorosa. La soledad, que es fatal compañera de las desdichas, llevó a Rosaura a la depresión. Pasaba las horas muertas sentada en el sillón, tardaba horas en conciliar el sueño y daba una y mil vueltas a sus problemas. Pero el adulto sabio sabe cuándo aceptar el cambio, cuándo reflexionar en silencio y cuándo luchar. “Una mañana me desperté y decidí que quería cambiar de vida”, sentencia. Comenzó por el ganchillo, pero hacía dos vueltas y lo dejaba; después la costura, pero hacía dos puntadas y lo dejaba.

Necesitaba encontrar algún tipo de distracción que la alejase del fantasma de la depresión. Esto fue la que la llevó al ayuntamiento de Ciudad Lineal donde fue a informarse sobre las actividades para jubilados. “Yo buscaba un curso de lectura o escritura -explica- y resultó que sólo quedaban plazas para aprender sevillanas y, como es normal, lo último que me apetecía después de la muerte de mi marido era ponerme a bailar”. Chelo, su hija, fue más que decisiva en este momento: obligó literalmente a su madre a que se apuntase a sevillanas. Este fue el punto de inflexión. Encontró el mejor de los medicamentos: “El primer día en clase conocí a dos señoras que eran novatas como yo, empezamos a hablar y ahí empezó todo”. Con “todo” Rosaura se refiere a las ganas de salir, de arreglarse, de relacionarse y de disfrutar de la



vida. Conoció viudas como ella, con sus mismas inquietudes, con sus mismas dolencias y observó cómo ellas habían cambiado las penas por las castañuelas. “Si estas personas lo pueden superar, por qué voy a ser yo menos”, pensó para sí. De este modo, Rosaura comprobó que en la vida no importan los problemas, sino las soluciones.

“Las sevillanas me devolvieron la alegría y también la amistad”, dice orgullosamente. Y es que en clase no aprendió sólo a bailar la primera y la segunda. Allí conoció a Mari y Carmen, las dos primerizas con las que coincidió el primer día de clase, que hoy son amigas de baile y de confidencias. Pero también de viajes. “Hace poco estuvimos en Cuenca y nos lo pasamos divino”, recuerda. Rosaura ahora no para de hacer planes. Unos días son las sevillanas, otros el paseo, otros el chocolate con churros... Además, le ha salido otra amiga. Se llama Consola y es vecina del segundo. “Con ella me voy todas las semanas al baile de mujeres viudas de Vicálvaro”, ríe a carcajadas mientras lo cuenta. “Quien me iba a decir a mí que iba yo a ir a un baile sólo para viudas”, exclama. El timbre de la casa de Rosaura suena a todas horas: “Es Consola, que me trae un bizcocho para que lo pruebe”. También con su vecina se ha ido de viaje. “Fuimos a Lloret del Mar y lo pasamos de miedo”. Rosaura sabe que la alegría se multiplica, cuando se divide, por eso comparte el máximo tiempo posible con sus nuevas amigas. ¿El nexo de unión entre todas? Ella no lo duda: “Lo que tenemos en común es el baile”. Al principio sólo eran las sevillanas, pero hoy Rosaura se arranca por todos los estilos: pasodoble, chotis, jota, tango, y hasta rumba. Gracias al baile ha vencido a la soledad, a la depresión, y a la desesperanza. Si preguntan a Rosaura qué es lo que ha cambiado en estos últimos años de su vida, sin titubear un instante contesta: “Ahora simplemente tengo ganas de vivir”.

Lo importante de la vida

Vivir no es sólo existir, sino crear, gozar, sufrir y no dormir sin soñar, decía Gregorio Marañón. Cuando Rosaura explica su particular andanza en este mundo, uno encuentra el claro ejemplo de esa existencia consumada que describía el ilustre madrileño. Si algo ha hecho Rosaura ha sido disfrutar de la vida. Pero no sirve hablar en pasado, porque a sus 72 años la vida le sigue sorprendiendo: “Nunca me imaginé que con esta edad la se me iba a premiar con las ganas de vivir”. Quizá la vida simplemente hizo justicia con ella porque como es bien sabido, una bella ancianidad es la recompensa de una bella vida. “Todo lo que he llorado y reído ha merecido la pena”, confiesa.

Pero Rosaura prefiere acordarse de los momentos más especiales que ha experimentado: “Lo que más alegría me ha dado ha sido dar a luz a mis hijos”. Y después de los hijos, la ilusión de los nietos. “Los abuelos vivimos por los nietos”, afirma. Por supuesto Rosaura no olvida la felicidad que su marido Olegario le dio durante 44 años: “Nos queríamos muchísimo, hasta el final”. Pero en la vida no todo son satisfacciones y Rosaura puede dar fe de ello. “De las desgracias es de lo que más he aprendido”, dice. Pero gracias a la fortaleza, se ha recuperado de todos los golpes. El arte de envejecer es el arte de conservar alguna esperanza, y Rosaura la mantiene y bien viva. Tiene muchos proyectos. “Lo que más ilusionada me tiene ahora es el viaje a las Baleares que voy a hacer con mis amigas y las clases que daré en unos días de ganchillo”, asegura. Y es que Rosaura es una fuente inagotable de vitalidad y el máximo exponente del “carpe diem”.