

[Inicio](#) > Vivir 105 con un disco duro perfecto

Vivir 105 con un disco duro perfecto

Creado 2011-11-23 06:20

La centenaria matancera Teresa González asegura sentirse lúcida y con muchas ganas de vivir

Juanita Perdomo Larezada y Norge Céspedes Díaz / 23-11-2011 / 06:20
A+ Teresa González Quevedo (Teté) tiene más de un siglo de vida, pero se mantiene totalmente lúcida y con ganas de vivir, como lo demuestran estas palabras que nos dijo durante una visita que le hicimos a la casa donde reside en estos momentos, en el reparto de Versalles, en la occidental [ciudad de Matanzas](#) [2], a 100 km de [La Habana](#) [3].

“Mi disco duro está perfecto, solo de vez en cuando se me olvida alguna cosa, pero nada grave: se me olvida lo que se le puede olvidar a cualquiera. Esto en mi caso es más que comprensible: acabo de cumplir 105 años de edad y buscar algo entre tanto tiempo vivido, entre la maraña de recuerdos que tengo, puede resultar tan complicado como buscar una aguja en un pajar. Así y todo hago lo posible, busco y rebusco de un lado a otro, sin agotarme, y quién les dice que en buena parte de las ocasiones doy con lo que me interesa. ¡Cómo que no!

Digo disco duro porque así es como dice Onel, esposo de mi nieta Lissy. Me causó mucha risa cuando me explicó que era una manera de llamar al cerebro, a la memoria. Me habló de esa pieza de la computadora y de otras más. A las otras no les hice tanto caso, y ahora mismo no les puedo hablar mucho de eso, pero lo del disco duro sí se me quedó grabado, quizás por lo importancia que tiene, tanto para la computadora como para nosotros mismos, los seres humanos.

Según creen algunos, el disco duro se fastidia cuando uno envejece. No es tan así. Quizás tenga un desgaste, quizás ya no funcione a la misma velocidad o no cuente con toda la potencia de antes, pero no hay razón para que deje de funcionar más o menos en óptimas condiciones. Yo soy el vivo ejemplo de eso. Miren el montón de años que tengo y aquí me encuentro, como si nada. A ver, ¡pregúntenme lo que quieran!

Yo he puesto de mi parte para que todo ocurra de este modo. En primer lugar siempre trato de mantener un equilibrio espiritual, una armonía, por

religiosa que dice: “Del enemigo malo, defiéndete”. ¿Sabes quién es el enemigo malo, el peor de los enemigos? Nosotros mismos, nuestros pensamientos, nuestros recuerdos. Si no los dominamos estamos perdidos. Si no aprendemos a convivir con ellos, a enrumbarlos, estamos perdidos.

En una de sus obras, el famoso novelista brasileño **Pablo Coelho** ^[4] decía que todo lo que no fue bueno debe perecer, debe ser borrado de la memoria porque lo que se hizo mal, lo que produjo un mal ya no tiene remedio. Acaso esto no se pueda hacer exactamente así. Acaso no se pueda arrancar de cuajo todo lo desagradable, pero al menos hay que colocarlo donde no se convierta en una carga, en una agonía constante que nos llevaría a un camino sin salida, a la total depresión, a la falta de interés por la vida. Y para que el disco duro funcione necesariamente hay que estar vivos, hay que amar la vida, porque si no, se apaga o, mejor dicho, lo apagamos nosotros mismos.

Lo otro es que yo lo mantengo activo a toda hora, lo ocupo en algo, lo hago esforzarse para que se mantenga en forma. No me resulta nada fácil, sobre todo porque hace algún tiempo, debido a una catarata, perdí la vista. No veo nada de nada y eso me frena bastante. Por ejemplo, no puedo leer y escribir yo sola. ¡Con lo que a mí me gusta! Por suerte tengo bastante ayuda. No es como si yo misma me pudiera valer, pero bueno, qué se le va a hacer, algo es algo, ¿no?

A cada rato escribo poemas, reflexiones o unos textos donde cuento, año por año, cronológicamente, lo más importante de lo que me ha ocurrido. ¡Cuánta historia ha pasado frente a mí! Imagínense, nací en 1906, en Unión de Reyes. Luego mi familia estuvo por varios lugares hasta que finalmente se estableció en la ciudad de Matanzas. Mi padre, que murió muy joven, trabajaba en el campo y mi mamá era maestra.

Yo estudié en el Instituto de Segunda Enseñanza. Uno de los profesores que tenía se llamaba Manuel Labra, daba matemáticas y era el tío de la poetisa **Carilda Oliver Labra** ^[5]. Había otro que era sumamente especial: Medardo Vitier.

Me impartió Literatura Española, Preceptiva Literaria, Gramática... Era alguien muy sencillo, muy accesible, aunque a la vez inspiraba respeto. Luego empecé en la Normal y ya graduada de maestra trabajé cinco años en La Habana, hasta que decidí regresar a Unión de Reyes, a una escuelita rural. Luego volví para Matanzas y aquí en Matanzas me tienen todavía.

Todos estos recorridos los tengo bien descritos. Por ahí Lissy tiene los papeles guardados. ¿Que cómo escribo? Lo concibo todo en la mente y me lo aprendo de memoria. Ahí lo guardo, lo aguanto hasta que aparezca alguien que tenga tiempo para llevarlos al papel. A veces es alguno de mis familiares. A veces es cualquier amigo que viene a hacer una visita. Los vigilo y los vigilo hasta que los atrapo y dan la ayuda. Lissy bromea

conmigo diciendo que ya me voy pareciendo bastante a una mujer que vivía allá en Unión de Reyes, donde nació y me crié. Después que se le murió el esposo, que era quien le hacía todos los mandados, se pasaba el día velando que alguien cruzara frente a su casa para pedirle que, por favor, le trajera algo de la bodega o de cualquier otro lugar. Hubo gente que tenía verdadero terror coger por la calle donde ella vivía. Pero creo que mi caso no es tan grave. Lo que yo pido es fácil, rápido y además agradable, porque ¿no resulta agradable escuchar un poema o alguna reflexión histórica o filosófica?

Hago otra cosa para cuidar o más bien para echarle una mano a la memoria: aplico ciertos recursos nemotécnicos. ¿Ustedes saben lo que es eso? Los uso, pongamos el caso, para recordar los teléfonos de mis amigos. En primer lugar, los repito de vez en cuando. Mi nieta Lissy toma la libreta donde están apuntados y lee los nombres. De inmediato yo le voy diciendo el número de cada cual. Si me equivoco, ella me lo rectifica, pero lo cierto es que fallo poco.

La memoria es algo prodigioso. Si no la tuviéramos dejaríamos de ser nosotros mismos. Sin nuestros recuerdos, sin nuestras historias y la de todo cuanto nos rodea, habitaríamos en un mundo sin sentido, absurdo. Es lo que lamentablemente le pasó a una prima mía.

Más adelante tuve un conocimiento más claro sobre lo que es el **Alzheimer** [6]. Ocurrió a través de Mireya, la coordinadora del grupo de familiares y amigos de pacientes con esa enfermedad en Matanzas (AFAPALMA). Mireya trabajaba en la misma oficina con Magda, una nieta mía que falleció hace como dos años. Mireya venía a verla a nuestra casa y aquí me conoció.

Hicimos amistad y me fue sensibilizando con todo lo que pasaba cuando alguien era atacado por el Alzheimer y comenzaba a perder la memoria. Lo que le pasaba a la propia persona, y lo que implicaba también para sus familiares y hasta para la sociedad. ¡Qué enfermedad tan dura, tan demoledora!

Desde entonces me convertí en una más de AFAPALMA. Desde entonces ayudo como puedo. Todos los años, AFAPALMA organiza la Semana por la memoria, durante la cual se han leído reflexiones que yo he preparado sobre el modo de enfrentar todo esto, la enfermedad.

En otras oportunidades Mireya me ha pedido que hable por teléfono con algún familiar abrumado, deprimido, a punto de reventar. Eso ha ocurrido de forma reiterada. Fíjense si es así que ya algunos le han puesto nombre a estos intercambios telefónicos: "Teté-terapia". Yo no hago gran cosa, la verdad. Simplemente escucho y luego les pido que tengan paciencia y enfoquen la vida de un modo optimista.

Les doy, también, cuatro palabras esenciales para que razonen sobre ellas, para que las lleven a la práctica en sus casos: luz, fe, fuerza y

firmeza. Necesitan todo el aliento que se les pueda dar. Se enfrentan a un problema bien grande.

Ver cómo un ser querido, un ser muy cercano pierde la noción de todo es algo muy dramático y doloroso, y nos advierte a todos que es importante tomar todas las medidas que se puedan para mantener lo más sana posible la memoria, o, como diría Onel, nuestro disco duro. Por eso yo me ocupo tanto del mío. Ya ven cómo lo tengo. Casi perfecto. Como acabado de salir de la fábrica. ¿No lo creen así?

URL del envío: <http://www.trabajadores.cu/news/20111123/255824-vivir-105-con-un-disco-duro-perfecto>

Clic [aquí](#) para imprimir.