

Y en la séptima ola...

Llego a casa después de un breve retiro “hippie espiritual” en las Alpujarras con dolor de garganta y fiebre. Repaso esos cuatro días en plena naturaleza con escapadas ocasionales al pueblo más cercano (churros con café americano en el bar del mercado y alguna compra en el supermercado local) y no detecto ninguna imprudencia por mi parte. Mascarilla, higiene, distancia. No puede ser covid; no puede ser... Además, estoy triplemente vacunado y he sido muy estricto con las medidas preventivas (incluso en Congresos y Reuniones Científicas). Al día siguiente me hago el test de antígenos. Y aparecen, por primera vez en mi vida, las dos rayitas ¡¡Positivo!! Crisis. Cabreo monumental. Rabia. Contra el mundo, contra todo el mundo (“¡nadie lleva mascarilla!”, “¡nadie mantiene las distancias mínimas! ¡nadie!”). Desconcierto y hundimiento anímico. Y reaparecen las imágenes mil veces vistas de las UCI y de personas intubadas.

Pánico. Miedo. No escucho lo que me dicen. No reacciono. Minutos de descontrol. Me muevo por la casa como un poseso (“¡Lo que tanto temía, ha ocurrido!”). Intento respirar con calma. Intento recordarme que todo lo que estaba en mi mano para protegerme lo hice. Intento tranquilizarme. Lo intento. Sin mucho éxito. Al cabo de algunos minutos desatado... reacciono. Y me pongo en modo “acción productiva”: pregunto y escucho. Investigo, leo. Busco información relevante y actualizada. Y, además, inicio tratamiento sintomático para la fiebre y el dolor (la garganta, la cabeza). No tengo ningún otro síntoma. Menos mal. Alivio momentáneo. Me tranquilizo un poco. Logro respirar más profundamente. Y empiezo a practicar esa gimnasia emocional que tanto promuevo en cursos y conferencias. Y comparto mis miedos, mis dudas. Afortunadamente mi pareja (sanitaria) ha dado negativo ¡¡Milagro!!

Al cabo de una semana la fiebre ha desaparecido y los dolores de garganta han disminuido. Sigo teniendo la voz ronca. Altibajos emocionales. Me hago la prueba. Vuelvo a dar positivo. No me sorprende. Me sigo sintiendo con el cuerpo “raro”. Y no había querido generar demasiadas expectativas. De alguna manera, me lo esperaba. Y tenía preparada la estrategia de consuelo: sé que hay personas que tardan diez días o más en negativizar. Paciencia. Además, decido “salir del armario covid” y comento a colegas y familiares de confianza mi situación. He hecho bien. Es “mano de santo”. Algunos de ellos, algunas de ellas también se han infectado (y reinfectado). Y han estado un par de semanas, o más, dando positivo y con síntomas. Confirmando lo acertado del dicho popular original: “Mal de muchos, consuelo de todos (y todas)”.

Normalizo mis tiempos, mis ritmos de curación, mis dolores, mi estado general. Me calmo, me tranquilizo. Sonrío. Me animo un rato. Me sigue costando leer. Me sigue costando escribir. Intento disfrutar de la soledad (ahora forzada). Vagueo, descanso, duermo. Busco series y películas para distraerme. No encuentro nada que me enganche. Finalmente, lo consigo. Las dos películas de la saga Millenium, que había visto en su momento, ahora me atrapan desde los primeros fotogramas. Las dos. Me gustan. Me gustan mucho. Y me convierto en fan declarado de Lisbeth Salander. Me recuerda mucho a Emily

("The stranger"), la hija que nunca tuve; y a la que sigo llevando conmigo en una camiseta (negra y roja) que hace muchos años me compré en el Rastro de Madrid. Mi primera camiseta talla M, por cierto; después de unos cuantos años "en modo XL".

En estos extraños días de convalecencia descubro una franja horaria misteriosa que va de las dos a las tres de la madrugada. Esa hora entre la toma de cada uno de los dos fármacos que me han prescrito. Noches muy silenciosas. Suaves y lentas. Veraniegas. Casi inmóviles. Cálidas y densas. Con tenues luces en la calle, que iluminan sutilmente mi habitación. Me reencuentro con programas radiofónicos casi olvidados. Y me percibo, durante esa hora, con una extraña lucidez. En calma. Y en paz. Y reflexiono sobre la muerte, sobre mi muerte. Sí, decidido. Incineración y urna biológica para fundirme con la tierra. En Granada. Que así sea, cuando sea. Y sigo reflexionando: ¿Aceptaría un pacto con dios y/o con el diablo para poder decidir el momento y las condiciones de mi muerte? Sí. Ahora, sí ¡¡Amo tanto la vida!!

El jueves 14 de julio, diez días después de mi llegada febril a Granada, doy negativo. Inicio pues la vuelta a la normalidad pandémica. Cuidadosamente. Con restos de algunos miedos (esa covid persistente de la que tanto he leído) y con algunas dudas (¿cuándo podré ponerme la cuarta dosis de la vacuna?). Aún no me atrevo a "echar las campanas al vuelo". Eso sí, se lo comento a mis allegados más cercanos (los que sabían de mi situación). Se alegran y su alegría me anima. Pero... aún tengo leves molestias en la garganta y un poco de tos. Mi médica de confianza me retira uno de los fármacos y me disminuye la dosis del otro. Y me propone: "sigue haciendo gárgaras con agua caliente, miel y limón". Así lo haré, desde luego. Y otra buena noticia que me reconforta mucho: Ana sigue dando negativo.

"El día después" amanezco curioso y expectante ¿Cómo me sentiré? ¿Cómo responderá mi cuerpo a los cambios en el tratamiento? ¿Y mi alma? Me levanto un poco más tarde de lo habitual. Me dejo fluir todo lo que puedo. Confiando. Y... qué maravillosa diosidencia: "Mi día después" coincide con un especial "Rolling Stones" en la Cadena Ser. Bailar sus canciones me hace (aún) más feliz. Y, con el espíritu de la música todavía en mi alma, busco alguna cinta de casete antigua que me acompañe para acabar esta narración y para seguir disfrutando de esta maravillosa mañana rockera y un tanto nostálgica que tanto estoy gozando. Encuentro la cinta adecuada: ¡¡Black Sabbath!! Sonríó feliz. Ya suena. Y ya balanceo mi cabeza al ritmo de esos energizantes riffs de guitarra. Sigue la mejoría...

Dr. José Luis Bimbela Pedrola
En Granada, verano de 2022