

ÚLTIMA DE LES CARTES
D'UN METGE RURAL

Jubilar-se

És una frase feta, un tòpic, dir: "La vida és un camí". Segurament tots l'hem fet servir en moltes ocasions, però és ben veritat - que els tòpics quan et toquen d'aprop o t'afecten en la teva intimitat personal, almenys per a tu en aquell moment, deixen de ser tòpics i passen a tenir les resonàncies d'una veritat fonda.

La paraula "jubilar", ve del llatí, "jubilare", que vol dir "alegrar-se" i en castellà: "tener júbilo", alegria per alguna cosa o esdeveniment. En el Diccionari General de la Llengua Catalana d'en Pompeu Fabra, he llegit dues accepcions d'aquesta paraula. Jubilar: *Experimentar una alegria viva, expansiva.* I també, Jubilar: *Eximir del servei per raó d'ancianitat o impossibilitat física (algú que exercia un càrrec) assenyalant-li una pensió vitalícia.* Potser hi hauria dues paraules diferents: jubilar i retirar-se, que podrien matisar els aspectes diferents d'aquesta realitat que es produeix quan hom arriba a l'edat de 65 anys, fixada per la llei, per acollir-se al que tots entenem per "jubiliació".

En el camí de la vida es van succeir les diferents etapes com ara: anar a l'escola, graduar-se d'uns estudis, iniciar la vida laboral - professional, formar una família, etc. però en cap d'aquestes etapes en diuen jubilar, com si no comportessin cap alegria, quan en realitat totes elles són fites assolides i que tenen esperança de futur. Són etapes del camí de la vida que solen ser viscudes amb alegria viva i expansiva.

En el meu cas, he hagut de fer un esforç per pensar el perquè, de l'etapa en què acabo d'entrar, en diuen "jubilar". He trobat motius suficients per jubilar.

Fer 65 anys i jubilar-te, significa entrar en el grup de persones oficialment grans, que alguns anomenen tercera edat. Biològicament, avui, ets

el mateix d'ahir, però saps que entres en la zona estadística de més risc per a la malaltia i que el termini esperable d'autonomia física es va escurçant. Per això, encara que tinguis la sort d'arribar-hi amb salut, per raó estadística d'ancianitat o impossibilitat física, t'eximeixen del càrrec laboral i t'asseguren una pensió vitalícia per a seguir vivint aquesta etapa definitiva. Mirat des d'aquest punt de vista, no hi ha massa raó per alegrar-se.

De cop i volta, un dia, et lledes i saps que no aniràs més al treball. Si aquest treball, com és el de metge en el meu cas, era més que un treball, una vocació, una professió que marca una identitat personal i que ha donat sentit a la meua vida i m'ha fet sentir útil per a moltes persones, és evident que la jubiliació comporta una imprompta psicològica. Ets substituït per un altre professional i sembla que ja ningú et necessita. Unes persones, companys i pacients, que eren el teu entorn, deixen d'ésser presents en la teua vida de cada dia.

Fins aquí, pot semblar que me'n peneideixi de dir-ne "jubilar" a aquesta etapa nova per a mí. Però de cop també comences a valorar nous aspectes que et fan mirar amb joia i esperança el nou estil de vida iniciat.

Valores que entres en un temps de gratuïtat. És hora de llevar-te cada dia i donar gràcies d'haver-hi arribat i bé. Gràcies per haver viscut molt i per estar viu avui un dia més. És un temps per aprofundir, per interioritzar, per descobrir la qualitat dels dons rebuts i de les persones que t'han envoltat i t'envolten encara i esperen de tu. Al darrera, tens una vida passada, uns estudis, uns ideals viscuts i unes il·lusions que mai havies pogut realitzar i sempre quedaven aparcades per "quan tingui temps". Ara és el temps. Comencen a sorgir projectes, ganes de fer coses ... sense perdre la pau, sense neguits i amb una actitud com més contemplativa de la vida com a do. És meravellós poder-hi ser i totes aquestes coses et fan "jubilar".

En la documentació que he rebut del

"Instituto Nacional de la Seguridad Social" (en castellà, ja que no està transferit a la Generalitat), hi ha un llibret en el qual t'expliquen quina és la teua situació de pensionista i, cap al final, hi ha un apartat que diu: "Consejos útiles sobre su salud". No puc estar-me'n, per finalitzar, de traduir al català uns fragments que concorden plenament amb el que jo us he dit moltes vegades durant tots aquests anys d'escriure les "Cartes d'un metge rural" per al "Ronçana".

Diu així: "La salut és la base del benestar. L'envelliment i la salut no són incompatibles, sinó tot al contrari...". "Recordi que benestar personal no significa absència de tot dolor o sentiment de felicitat permanent, sinó, sobretot, una actitud i una capacitat de superació, que combinen positivament saviesa i experiència, i li permeten disfrutar física i mentalment de totes les oportunitats que li brindi la vida en el dia a dia. En definitiva, persona sana és qui aconsegueix relacionar-se de forma harmònica i equilibrada amb si mateix i amb els altres."

Relacionar-se de forma harmònica i equilibrada amb si mateix i amb els altres em sembla una bonica definició de salut i em recorda aquella altra definició de salut del Congrés de Metges i Biòlegs Catalans, tantes vegades comentada en les nostres "Cartes d'un Metge Rural" i que diu: *Salut és aquella manera de viure autònoma, solidària i joiosa.* En definitiva, és saber integrar en cada etapa de la vida, amb més o menys energies, capacitats sensorials, adoloriments físics, absències i noves presències, etc. la realitat del present, amb tota l'autonomia, solidaritat i en conseqüència joia de què siguem capaços. En aquest sentit es pot ser saludable fins l'últim moment abans de morir. Morir-se amb salut i jubilant.

¡Quina saviesa si som capaços de fer-ho així !. És el desig meu per a tots vosaltres en aquesta darrera de les "Cartes d'un Metge Rural".

Dr. Francesc Puig i Busquets

Anuncieu-vos a ronçana