



Els hospitals de Quirónsalud a Catalunya hem ha posat en marxa una iniciativa perquè totes les persones que vulguin ens facin arribar al correu noestassol@quironsalud.es cartes, missatges, dibuixos per acompanyar i donar suport als pacients ingressats que es troben en aïllament per la COVID19 així com al personal sanitari que està al peu del canó en aquesta emergència sanitària.

Aquí teniu algunes de les cartes que ens han fet arribar

31-03-2020

Bon dia

Avui és 28 de març de 2020

És aviat, I hi ha una gran calma al carrer. Només un colom aventurer s'atreveix a creuar per davant la finestra. Sento la remor d'un cotxe solitari. Ni tan sols el vent, que aquests dies bufava envalentit, sembla tenir coratge avui per fer-ho. I és que, aquests dies, són estranys. Tot està immers en una quietud inusual. Tothom és conscient de l'importància que té, ara mateix, **QUEDAR-SE A CASA.**

Necessitem minvar la quantitat de contagis i, és per això, que tu **ESTÀS AÏLLAT.**

Però vull que sàpigues, que **NO ESTÀS SOL.**

Veig força dibuixos a les finestres del bloc de pisos de davant de casa. Són **DIBUIXOS QUE HAN FET PER TU.** Per recordar-te que **NO ESTÀS SOL.** Que som molts els que **PENSEM EN TU.**

Aquests dies penso sovint, què faré quan es pugui sortir? On aniré? A qui abraçaré el primer de tots?

La darrera té fàcil resposta: Als meus fills. Ara estan amb els avis perquè el meu marit I jo hem de treballar, som metges. I sabem que **ENS NECESSITEU.** Per això els vam dur al poble. Per **PODER SER AL TEU COSTAT.**

I tu? On aniràs quan surtis?

T'agrada passejar? I perdre't enmig de les multituds. On és fàcil fondre's amb la gent que passeja, que mira aparadors, i fer un tomb sense rumb, només per disfrutar de la sensació de llibertat. Sense haver de justificar el temps ni les passes que fas cap aquí o cap allà. On et pots aturar i badar allà on vulguis, perquè tot està permès en un tomb sense rumb.

He de reconèixer que, a mi que m'agrada tant voltar I fer excursions, em costa abaixar el ritme. I més d'un cop, aquell volt solitari i tranquil acaba convertint-se en un caminar ràpid, i sense saber ben bé perquè, sembla que tingui pressa, que s'acabi alguna cosa.

Aquests dies m'han fet reflexionar. Les petites coses de cada dia ara semblen grans meravelles. Els detalls que qualsevol altre dia passen per alt, ara semblen grans gestes, grans fites, dignes de remarcar.

I m'he proposat gaudir d'aquells moments de calma, de tombs sense rumb.

Avui, és un dia, com qualsevol altre, però és **un dia menys cap a aquell passeig tranquil**.

Ja fa uns mesos que estic preparant una excursió amb els de casa. Som “muntanyeros” que diuen. I he estat esperant la **PRIMAVERA** com un nen que vol aquell caramel que li han promès si es porta bé quan venen visites a casa. La neu dels cims es fondrà i els **gorgs** d'arreu s'ompliran d'aigua sorollosa, com el pati de l'escola quan sona la campana de l'esbarjo. I si parem atenció, sentirem els refilets dels ocells que canten fent els nius. I potser, fins i tot, ens creuarem algun isard, algun senglar amb les cries, que també aprofiten la primavera per fer un volt, tranquil i relaxat.

Saps? Per mi les **excursions** tenen alguna cosa terapèutica. Només pensar-hi, planificar-les, ja em relaxen. Em transporten a indrets en calma. Em permeten, per uns moments, desconnectar.

I a tu, que t'agrada fer excursions?

Un dia, no massa llunyà, en farem moltes. I recordarem aquests temps i ens sorprendrà el llunyans que semblen.

Pero ara, ara és temps de **ser a casa**. Ara és temps de **SER AMB TU**. I de recorda-te que, **ESTÀS AÏLLAT, SI, PERÒ NO ESTÀS SOL**.

Espero haver-te distret una mica.

Gràcies per llegir aquesta carta. L'he escrit **PENSANT EN TU**.

Una abraçada immensa, en la que sobren les paraules.

Mati

¡Hola a todos!

Soy Paula una niña de 10 años de Cornellà de Llobregat y deseo que os pongais bien lo antes posible y volver pronto a la normalidad.

Ser muy fuertes y no olvideis que estais en las mejores manos que os pueden cuidar.

LUCIA

10 años



Té doy animos
para que acabes
esto se que tu puedes

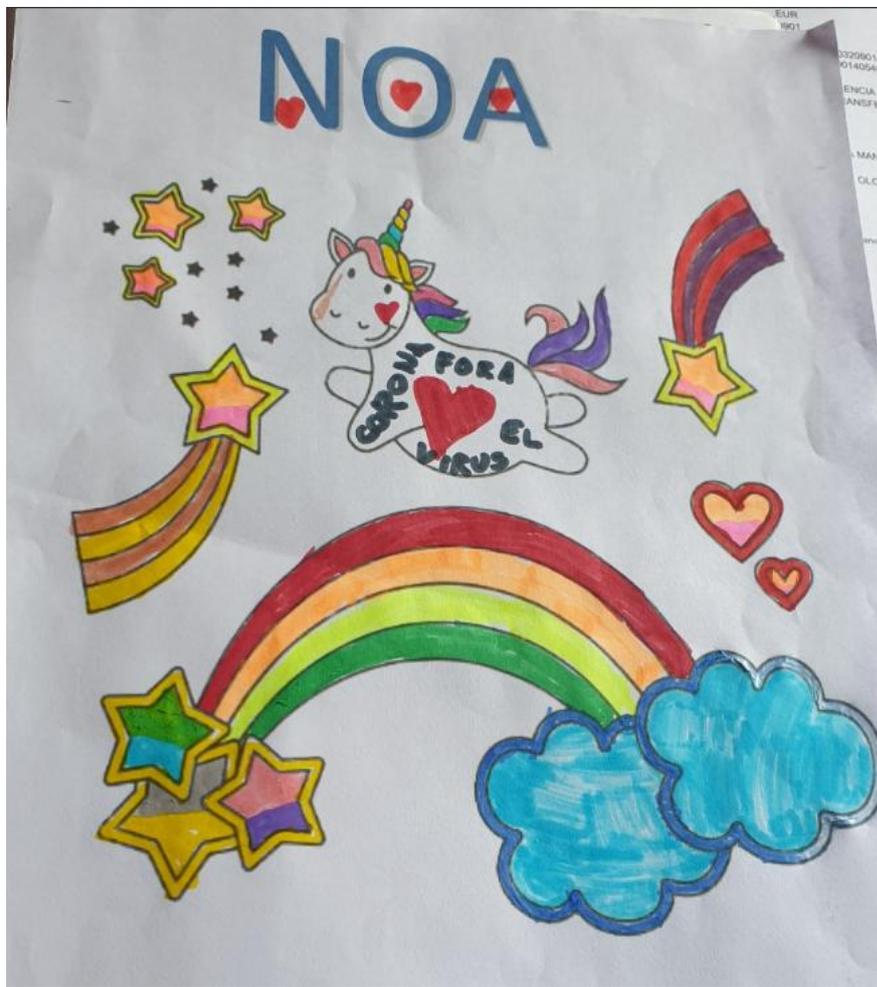




"I sobretot, no oblidis que el teu temps és aquest que t'ha tocat viure, no un altre, i no el desertis, orgullós o covard, quan et sentis cridat a prendre part, com tothom, en la lluita, car el teu lloc només tu pots omplir-lo.' Recordem que aviat tot haurà passat i aquest rellotge del temps que ara tenim aturat ben aviat tornarà a girar. Cuideu-vos molt."

(De MIQUEL MARTÍ I POL)

Per qui ho pugui necessitar, només si algú fa un petit somriure amb el dibuix de la Noa (6 anys) ja ens donem per més que satisfets!
Ànims ho aconseguirem!!!!



Hola querido lector/lectora

soy Ainara una niña de 11 años para cumplir 12, y estudio en los Salesianos de Horta.

Sólo quería decirte que eres muy valiente por luchar contra la enfermedad.

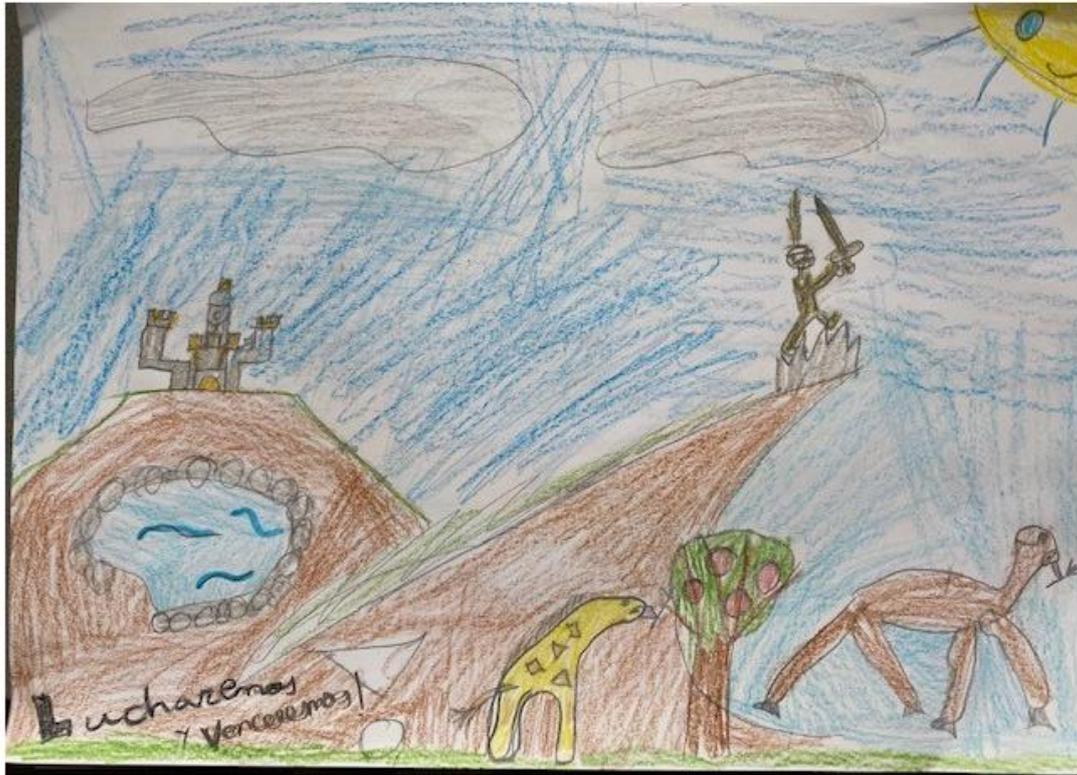
No pierdas las fuerzas porque las necesitas para seguir luchando.

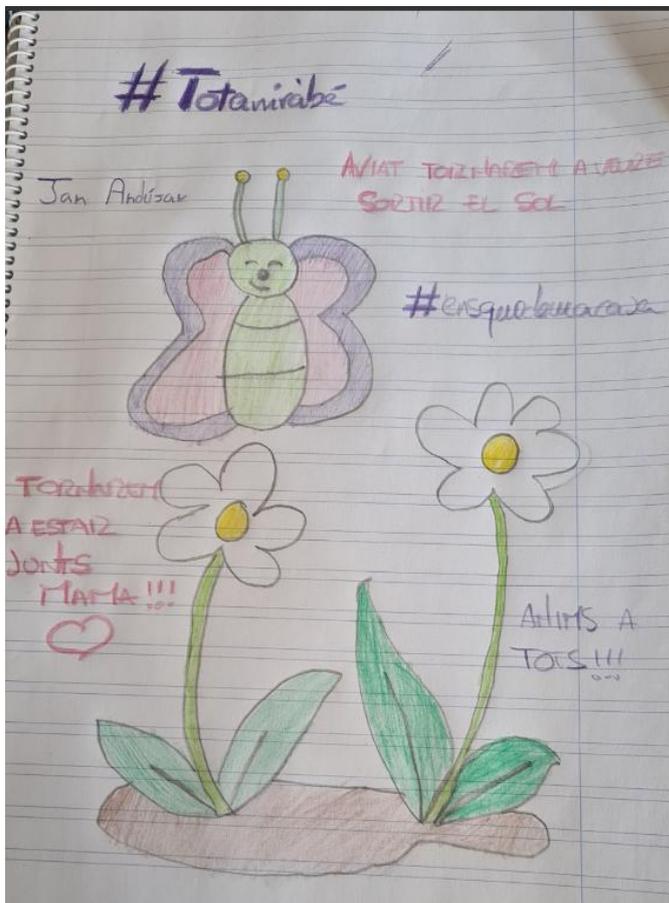
Sigue así.

Atentamente,

Ainara

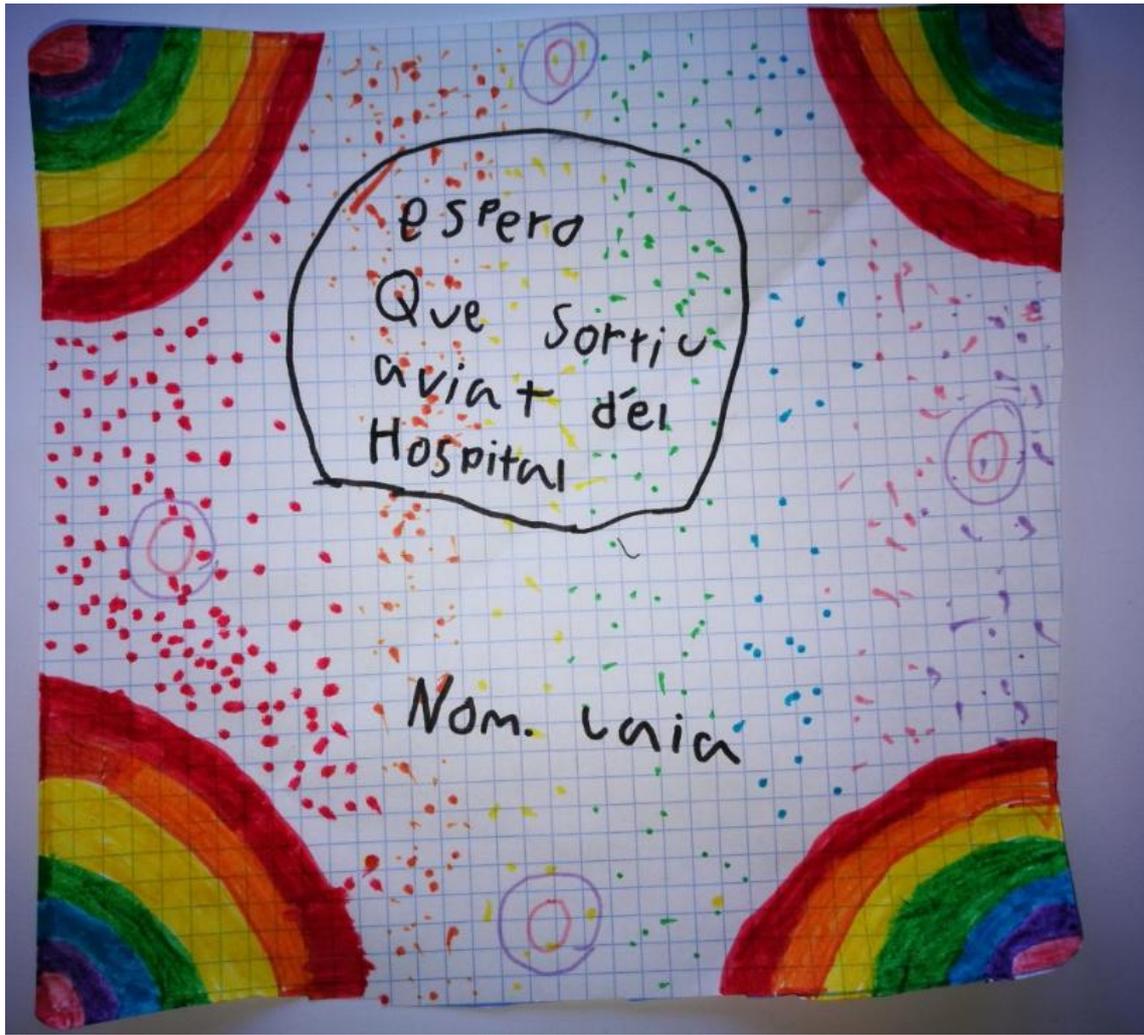
Hola!!! Muchas gracias por todo vuestro trabajo y esfuerzo ... soy lo más!
Estos son los dibujos de apoyo de Christian -8 años y Daniela -10 años.
Escribimos de parte de Sandra Supervisora del departamento de Oncología Radioterapia
Ánimo!!!





Esperem que us agradin els dibuixos de la Laia i el Martí





Hola,

Calma, no tienes prisa, los médicos y enfermeros están ahí aportando más que sus conocimientos, su apoyo y cariño, ESTÁS EN BUENAS MANOS. No desesperes esto pasará, pero requiere su tiempo para eliminar por completo este maldito bicho hasta que no quede rastro alguno. No estáis solos, TODOS ESTAMOS JUNTOS!!

♥♥Somos una gran familia □□mucho muuuuchooo animooooo□□EL EJÉRCITO AZUL

□□□□□□□□DETENDRÁ AL BICHO!!!

Hola!

Si estàs ingressat per la Covid-19 o qualsevol altra malaltia, volem enviar-te molta força i dir-te que a fora millions de persones estem intentant que això es solucioni i no avanci. Us esperem a tots per tornar a abraçar-nos per. haver guanyat aquest partit!!

I a tots el que esteu treballant als hospitals, centres de salut, ambulàncies, etc: NO HI HA PARAULES PER AGRAÏR-VOS PROU LA FEINA FETA. Als vostres peus!!!!!!!

Molts ànims a tots!!

Familia Castillo Guilera

Laura, David, Ivan i Héctor

Pd: Foto de la sortida de lluna d'una tarda de setembre a Barcelona.



Hola sóc l'àvia Rosa

Avui amb la meva jove la meva filla i els meus tres néts hem tingut una pensada.

Perquè no enviem als avis que estan malalts un dibuix fet per tots 6.Des de

Casa ens hem connectat via washapp

I tots 6 hem dibuixat alhora.Ha sigut molt emocionat l'estona que hem estat fent-ho i després el resultat.

Així és que us desitgem que us recopereu ben aviat, molts ànims i

sobretot ,sobretot sapiguen que US VOLEM A CASA!!!!

Rosa ,Gina ,Anna, Rita, Agnès i Quim

Esperem que us agradi molt i us poseu contents!!! 😊😊😊😊😊😊



Querido amigo, amiga,

Me resulta difícil escribir esta carta, sobretodo por el motivo por el que la estoy haciendo. Es una situación odiosa, siniestra, complicada y muy triste... pero sabes que te digo: Que le den al Coronavirus! No va a poder con nosotros ¿quién se ha creído que es? no sabe con quién se enfrenta, pero nosotros sí que lo sabemos, tiene delante a alguien fuerte, valiente, libre y decidido a convertirlo, en el gran perdedor de la batalla ¿verdad?

Él no sabe que tú tienes mil cosas pendientes por hacer cuando salgas de aquí, la primera (te diría yo) dedicarle una gran peineta y luego tú decides. Yo también tengo muchos planes para cuando esta lucha contra este mal virus se acabe, quiero viajar a cualquier rincón bonito no importa si es lejos o cerca, afortunadamente cerca tenemos lugares preciosos, a veces casi a nuestro lado solo hay que saber mirarlos. Me encanta viajar, moverme, improvisar, leer, escuchar música..... y pienso hacerlo. Por todos estos motivos no podemos dejar que este mal virus nos gane la partida. La partida la vamos a ganar nosotros para hacer lo que mejor nos parezca con nuestro tiempo: leer, escuchar música, teatro, cine y mil cosas más. En definitiva lo que mas nos guste.

Pero la primera, primerísima cosa que haré yo cuando el mal virus esté derrotado y acabe toda esta locura, es estar con mi familia, abrazarlos, comérmelos a besos, achucharlos... ellos son lo que más quiero en este mundo, soy muy de los míos y los echo muchísimo de menos, y también a mis amigos, que aunque haga mucho tiempo que no los vea los echo de menos. **Estoy segura que tú también quieres hacer todo eso.**

¿Qué piensas hacer tú, después de darle la gran patada al dichoso virus? Piénsalo y concéntrate en ello, visualízalo y recreáte haciendo tus planes para el futuro, con tu familia, amigos o con quien a ti te apetezca o mejor aún, **lo que te apetezca con quien te apetezca.**

Piensa que no estás sólo, hay muchas personas que estamos contigo, con todos, somos muchos acompañándonos en estos momentos y cuando estés desanimado o desanimada: Imagina cuanta gente fuera del hospital está pensando en vosotros intentando haceros llegar nuestra energía más positiva para que en pocos días estéis en vuestras casas. Perdona si esta carta ha sido un poco larga y te ha cansado, pero solo quiero decirte una cosita más, hasta muy pronto

Y mientras **un súper, súper abrazo.**

Esperança

Grup de Veus de Dones de Rubí

CARTA D'AGRAIMENT AL PERSONAL SANITARI I NO SANITARI QUE TREBALLA EN AQUEST CENTRE.

Estimats, Estimades,

I quan dic estimats/des ho dic en tot el sentit literal de la paraula, perquè de sobte ens hem adonat de quant sacrifici, dedicació i altruisme comporta la vostra professió. Però, havien de venir maldades perquè ho veiéssim , SI US PLAU perdoneu-nos.

A partir d'ara - i si ens en sortim, que ho farem gràcies a la vostra dedicació, esforç i sacrifici- el que veurem seran les cares cansades, esgotades, (fins i tot amb por al contagi, degut a la manca de material protector i d'aïllament necessari per aquestes situacions) jornades maratonianes, amb poc menjar, però, amb moltes, moltes ganes d'ajudar la gent malalta que us arriba de forma massiva, **sou FANTÀSTICS**, no defalliu, si us plau.

Sense vosaltres aquesta pandèmia no es podria aturar.

Es per totes aquestes coses que us vull dir, i no em cansaré de repetir: **GRÀCIES, GRÀCIES GRÀCIES.**

MOLTS, MOLTS ÀNIMS i una forta abraçada

D'altra banda també vull demanar als polítics i dirigents del País i dels vostres Centres, si us plau, comprin tot el material que necessiten tant el personal com els pacients, deixin-se'n de tanta retòrica.

El moment es crucial i vostès també podrien trobar-se en aquestes UCI que NO hi ha.

Grup de lectura de Veus de Dona de Rubí

Rubí 27 de març de 2020

Gracias a todos por vuestra labor y en particular a mi hija Miriam Romero.uci.Gracias!!!!!!!.me haceis sentir orgulloso. Bravo!

Esperem que aquests dibuixos de l'Arlet i la Nira us agradin.

Molta força a tothom. No esteu sols.

Dina



Aficionado y creativo, estos días en casa, me ha dado por dejar volar mi imaginación pensando en todo y en todos... Mi más sincero pésame a las familias que han perdido a un familiar, amigo, vecino, etc... Gracias a todos los que estáis a primera línea de esta batalla. Saldremos adelante, porque somos personas con mucho coraje y humana



¡Hola Buenas! No te conozco pero quiero que sepas que no estás solo. Mi nombre es Ainoa y también trabajo en éste hospital.

Últimamente he estado pensando mucho en las personas como tú que están aisladas y sin poder ver a familia y amigos. Si sabes de tecnologías seguro que te ayudará mucho estar con él móvil para entretenerte aunque a pesar de ello debes sentirte muy agobiado... Y si no tienes aún más. Por eso te escribo ésta carta, para intentar animarte un poco y sinceramente también me sirve a mí... Voy a compartir contigo un poco de mi vida. He estado pensando mucho en las personas cómo tú, no solo porque sea personal sanitario sino porque éste mismo miércoles falleció mi abuelo, una persona muy importante para mí y para mi familia. Él siempre fue un hombre amable, que tenía una sonrisa para todos y algo bonito que decir. Durante muchos años ha sido mi ejemplo y siempre he querido ser como él. Era una persona humilde y paciente, le encantaba la música, tocaba el laut que es como una guitarra pero con más cuerdas, y una de las cosas que más ilusión le hacía en el mundo era que cantara con él baladas y demás canciones. Él siempre me decía que tenía una voz preciosa que se unía con el instrumento (se notaba que me quería). Cuando fui creciendo cada vez me daba más vergüenza cantar con él y durante unos años dejé de hacerlo. Agradezco haberme dado cuenta a tiempo de que ya le quedaba poco y haber cantado más con él... Hace unos dos años le detectaron un cáncer de colón que superó con éxito pero lo dejó muy tocado... También empezaron a darle ictus y fue perdiendo facultades así como oído. Siempre fue un hombre muy activo y lo que más feliz le hacía era ayudar a los demás, sobretodo con la palabra de Dios, siempre fue un hombre con mucha fe. Recuerdo que cuando le dió el primer ictus fui al hospital corriendo y al entrar al box casi no le salían las palabras, como si se hubiera olvidado de hablar... Pero entonces se puso a recordar textos de la Biblia y a decirme que Dios no se olvidaba de él. No sé si eres una persona creyente pero yo creo que sí Dios existe (que yo creo que sí) seguro que se acordará de él. Fue pasando el tiempo y cada vez podía hacer menos y valerse menos por sí mismo, empezó a estar deprimido y se sentía una carga para los demás, aunque desde luego no lo fue para nadie porque se ganó el amor y el respeto de todos los que lo conocieron y no lo digo por decir, no conozco a nadie que tuviera algo contra él. Mi abuela siempre lo cuidó con mucho cariño, prometió que siempre dormiría con él y lo cuidaría. Hace más de dos semanas, antes de que empezara el confinamiento, le dió otro ictus muy fuerte que le afectó mucho. Dejó de ser él mismo, a veces tenía momentos de lucidez y otras ni se acordaba de mi madre. Fue duro ver que dejaba de sonreír cuando siempre había tenido una sonrisa para todos. Al yo trabajar en sanidad me prohibieron ir a verlo por su seguridad, más tarde solo dejaban que fueran mi madre y mi abuela y desde el sábado de la semana pasada no podía estar con él nadie... Iban a dejarlo estar en casa pero su compañero de habitación dió positivo en coronavirus y lo tuvieron unos días más para hacerle la prueba y asegurarse. Éste miércoles daban el resultado pero falleció a mediodía, 1h antes de que nos dieran el resultado. Dió negativo. Nos duele mucho pensar que esos últimos días estuvo solo, mi

abuela no pudo dormir con él, sin siquiera saber qué pasaba... nos duele pensar que quizá creía que nadie quería estar con él. Porque sí queríamos. Y te escribo ésta carta para que sepas que seguro que hay alguien que quiere estar contigo, que no lo dudes. Te la escribo porque me duele pensar lo solo que debes sentirte y quiero que sepas que aunque no nos conozcamos no estás solo. Te escribo para que no pierdas la sonrisa incluso en ésta situación porque sólo cuando mi abuelo perdió la sonrisa fue que la enfermedad acabó con él. Y también, sí me permites, te escribo para que ores a Dios, ahora mismo nadie puede visitarte pero él siempre está con nosotros y nos escucha. Un texto que le gustaba mucho a mi abuelo era Salmo 46:1 "Dios es nuestro refugio y nuestra fuerza, una ayuda siempre disponible en tiempos de angustia".

Gracias por leer la carta, creo que plasmar estos pensamientos me ha ayudado más a mí que a ti, gracias de corazón. Trabajamos por personas como tú. Espero que te mejores pronto y salgas cuanto antes del hospital. No te conozco pero quiero que sepas que no estás solo. Te envío un abrazo gigante y recuerda sonreír.

Buenos días,

Te escribo para enviarte todas mis fuerzas, cariño y ánimo para que sigas luchando por recuperarte.

Somos muchos los que desde fuera del hospital luchamos por tu recuperación con todos nuestros recursos, ilusiones y esperanza. Y sé que tienes un personal a tu alrededor que lo están dando todo para que estés un poco mejor cada día y seguirán haciéndolo.

Espero que en breve podamos salir a las calles y poder celebrar tu recuperación y la de muchas otras personas que están en tu situación.

Tú recuerda no rendirte y seguir luchando.

Te estamos esperando aquí fuera!

Un abrazo muy fuerte.

María.

¡Hola!

Esta carta es para ti. Solamente para ti. Tú eres la persona que está en mis pensamientos cada día, pienso en ti y en tu familia, y os doy ánimos y fuerza.

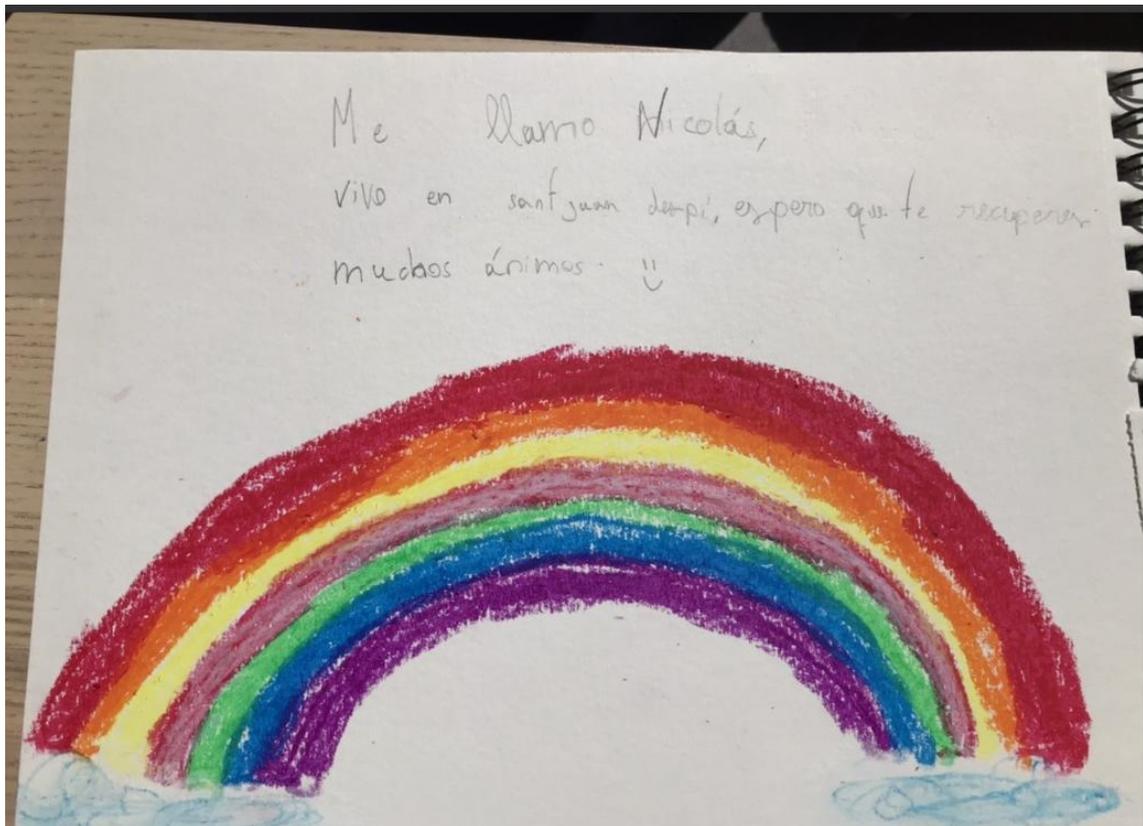
Puedo imaginar por lo mucho que has pasado, mantente fuerte! Tú puedes.

Te voy a explicar una cosa, la mente tiene mucho poder, lo que tu creas sucederá...

Si tu te mantienes positivo, aunque cueste, sé que cuesta, y mucho, tu tan solo inténtalo, diciéndote y creyendo lo que dices, que vas a ponerte mejor y vas a volver a ver a tus familiares pronto, sucederá.

Acuérdate, pensamientos positivos cambiarán la manera en la que ves el mundo.

¡Un abrazo virtual muy fuerte!



Querido personal sanitario,

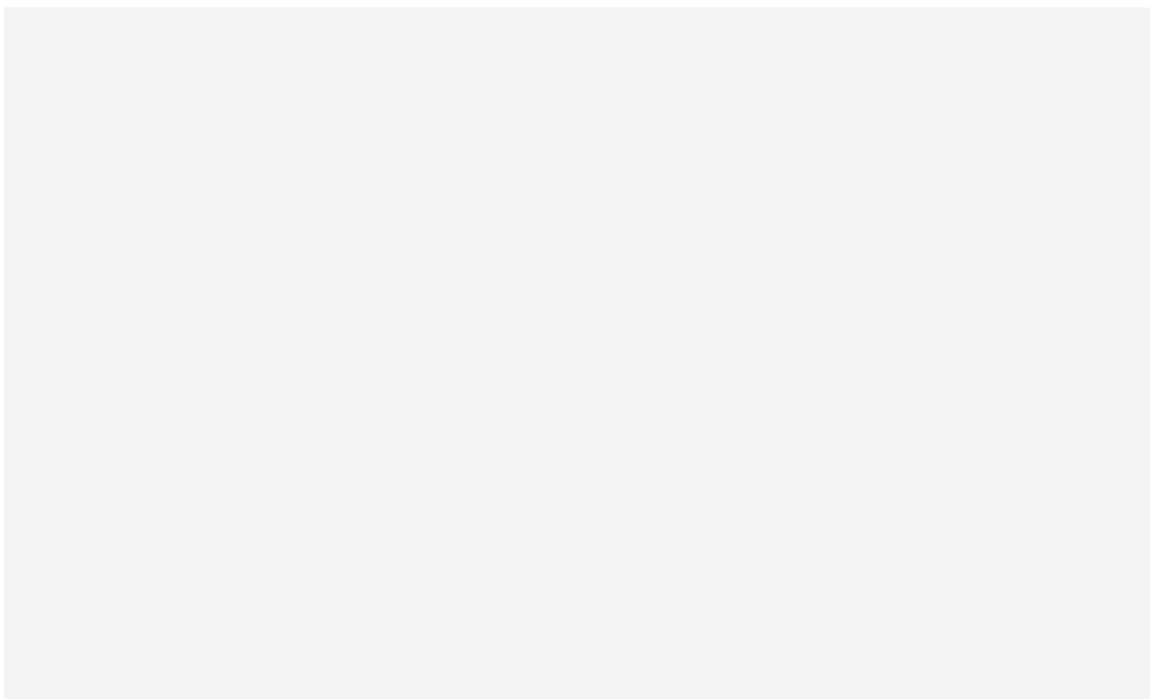
Muchísimas gracias por todo el trabajo tan bueno que estás haciendo. Te estás desgastando físicamente y emocionalmente para salvar vidas y para que pronto nos volvamos a abrazar, podamos disfrutar de estar con los nuestros sin miedo a que les podamos contagiar.

Quiero compartir contigo palabras de ánimo y consuelo que espero que te animen en estos tiempos tan difíciles. En la Biblia viene pero yo te lo cito, Juan 15:13 dice "Nadie tiene amor más grande que quien da su vida por sus amigos." Y estas palabras demuestran cuánto nos quieres porque estás dispuesto/a a arriesgar tu vida por gente que ni siquiera conoces incluso no viendo a los tuyos para poder ayudar a otros.

De nuevo darte las gracias de corazón por tu trabajo hecho con tanto amor y con tanta abnegación.

Con mucho cariño,

Adriana Hanoomanjee.



Hola sóc la Cristina,

No sé a qui li arribarà aquesta carta, primer em vull presentar. Em dic Cristina, sóc de Barcelona i tinc quinze anys. Espero que aquesta carta ajudi una mica a qui la rebí, també que es recuperi i pugui tornar abans possible a casa seva. No tinc molt clar que escriure perquè em fa una mica de por caçar-la i que a qui li arribi la carta no li serveixi de res i fins i tot li faci sentir malament. No vull jutjar si és per algú jove o més gran; que l'ha agafat al seu treball o en una festa; si li ha contagiats a algú de la seva família i se sent malament o a l'inrevés; ... Així que adjunto una foto que he tret jo i també l'ha editat, a mi em transmet esperança i espero que a tu també. (l'enganxo i també l'adjunto)

Bona sort, Cristina



Daros mucho animo. Deciros que estáis en las mejores manos y que saldréis de esta.luchar mucho y vencer a este virus.animooooo.no estáis solos. Todos pensamos mucho en vosotros

OS QUIEROOOOOOOO

Pronto nos volveremos a ver. Os voy a comer a besos, abrazos

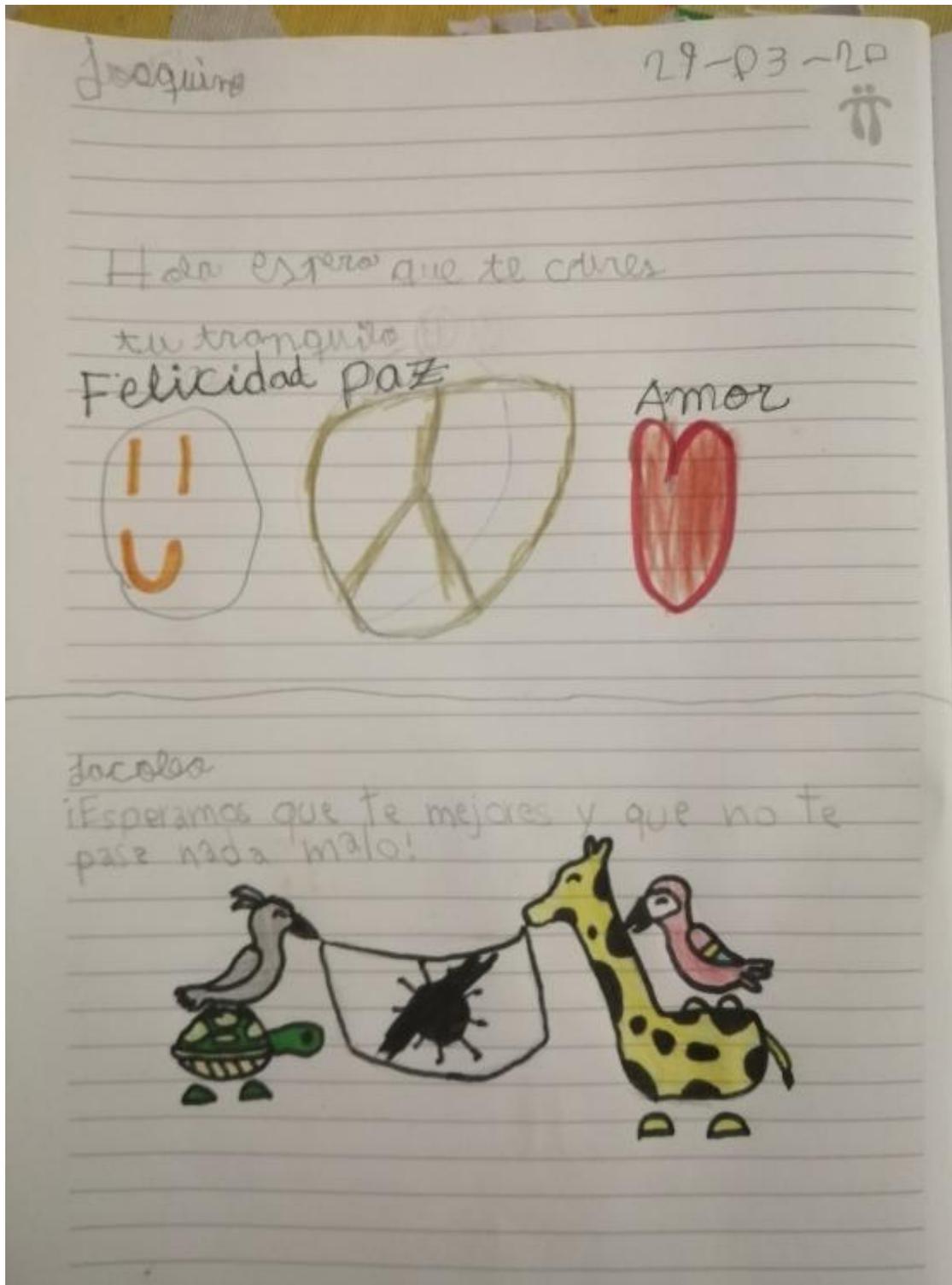
Cuidaros muchísimo.



Hola mi nombre es Lola. Es muy duro lo que estáis pasando, nuestro confinamiento, son unas vacaciones, comparado con lo vuestro.

Ya son varias las veces que he pasado por esto, por operaciones, pero lo peor la pérdida, de, mi hijo hace 12 años. Os cuento esto para que sepáis, que pensé que no saldría y lo hice, con un vacío grande, pero estoy aquí.

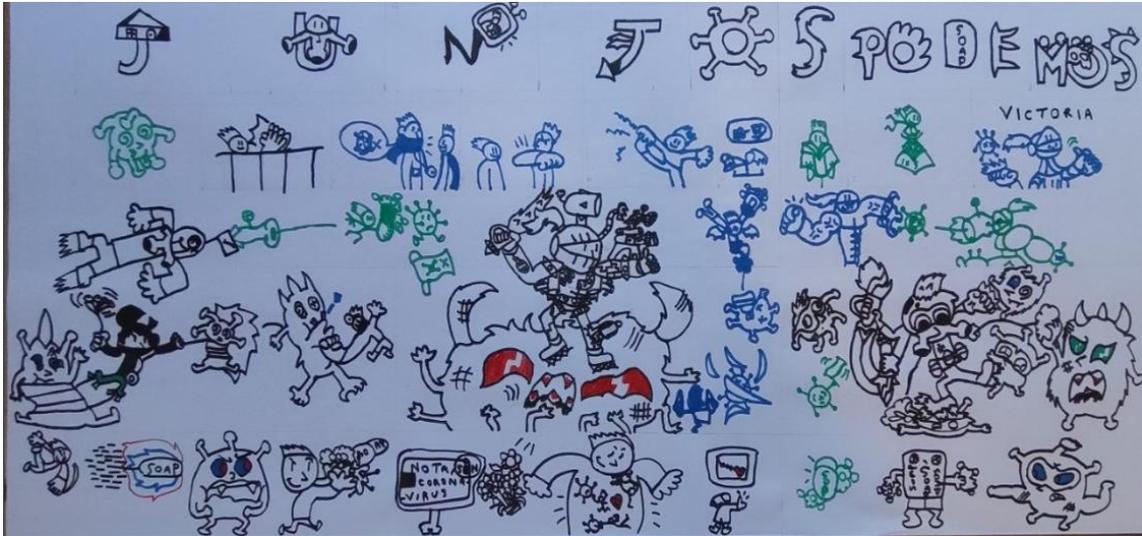
Muchísimo ánimo a tod@s, esta batalla la, vamos a ganar. 🙏🙏🙏



Desde Granada os animamos con todo el corazón.

El dibujo es para tod@s pacientes y ángeles de la guardia.

¡Ánimo sois nuestr@s héroes, l@s de verdad!



Querido/a desconocido/a,

Te mando todo mi apoyo en estos días duros. Ten claro que saldrás de esta porque eres un/a luchador/a y un/a valiente/a.

Solo los guerreros/as como tú siempre ganan las batallas. No dejes de luchar, lo estás haciendo muy bien. Mantén la calma. Cuando pienses que estás solo/a recuerda toda la gente que tienes a tu alrededor cuidándote y dándolo todo para que salgas adelante. No olvides que cuando tu salgas de esta tendrás a todos esperándote para darte ese gran abrazo que deseas. ¡Mucha fuerza campeón/a!

¡Juntos lo conseguiremos!

Gina.

Hola, envió unas líneas para la gente que lo está pasando mal enferma, ingresada.

He visto la iniciativa en FB y no quiero desperdiciar la ocasión para deciros, a todas las personas que estáis en primera línea, lo muchísimo que os admiro, y también, por qué no decirlo, os quiero, profundamente, a todos vosotros y todas vosotras: médicos y médicas, enfermeros y enfermeras, auxiliares, personal de limpieza, laboratorio, pruebas diagnósticas, conductores y conductoras de ambulancias, camilleros y camilleras, y si me olvido de alguien, también.

Sois unos valientes, joder.

María Arróniz, una ciudadana cualquiera.

Hola,

Estoy en confinamiento en casa, y en esta situación tan extraña, encuentras tiempo para hacer cosas que, devorados por la rutina diaria, por las exigencias que muchas veces nos imponemos a nosotros mismos innecesariamente, normalmente desechamos por considerarlas superfluas, o no productivas.

Una de esas cosas es sentir, y me estoy dando cuenta que de superflua, nada. Y también me estoy dando cuenta que, sí, no me he equivocado, sentir es una actividad, algo que podemos, debemos hacer, que se incluye en nuestro campo de acción.

Permitirnos aceptar que somos humanos, que tenemos emociones, que no sirve de nada ignorarlas, porque las emociones nos otorgan nuestra mejor cualidad, la de ser personas, individuales y al mismo tiempo unidas unas a otras.

No podemos experimentar las emociones de nadie más que las propias, pero precisamente por ese vínculo que tenemos los unos con los otros, sí podemos compartirlas, porque mis emociones son las tuyas, lo que yo siento, tú lo sientes también.

Yo no puedo imaginarme por lo que estás pasando ahora mismo, en este momento de enfermedad, de soledad, de aislamiento.

Pero sí puedo (y quiero, absolutamente y plenamente) sentir, como si fueran míos, el miedo, la tristeza, el desánimo que puede que te embarguen en algunos momentos de desesperanza.

Con estas breves líneas me gustaría que supieras que cuando tú llores, yo estaré llorando contigo, cuando no puedas dormir, yo estaré velando contigo, cuando tú tengas miedo, yo también lo tendré, cuando sólo percibas oscuridad, yo te tenderé mi mano, para que avancemos a un mismo tiempo, en esa oscuridad.

Y cuando sanes, cuando te pongas bien y te den el alta, yo sonreiré contigo, tu felicidad será la mía, podremos seguir avanzando al mismo tiempo, miraremos atrás, a estos difíciles tiempos y sentiremos un gran orgullo de haberlos superado y haber sido capaces de encontrarnos los unos con los otros. Y ¡quién sabe! Puede que algún día nos conozcamos, sin saberlo, en un tiempo mejor.

Hasta pronto, compañero o compañera, vuelve cuanto antes, te estamos esperando.

No lo dudes ni por un momento.

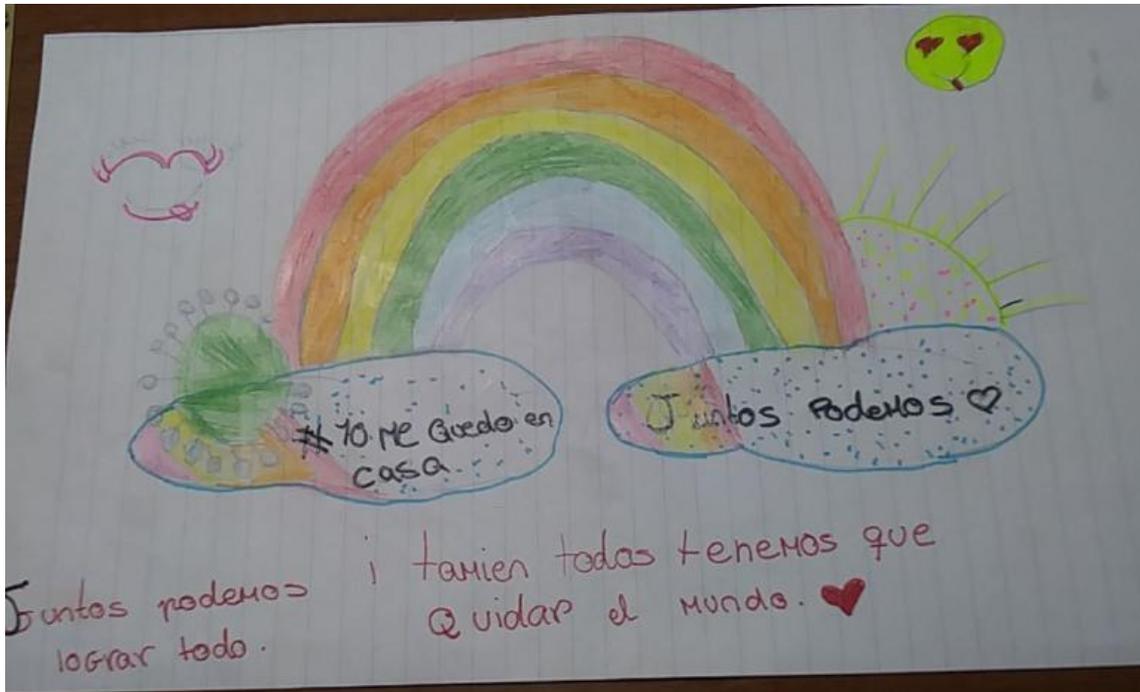
¿Quién nos lo iba a decir, verdad?

Te escribo desde mi casa, cierro los ojos y puedo verte entre tubos y sábanas blancas. Entre termómetros, impaciencia, desesperación. Pero no es eso lo que me importa ahora, hoy quiero centrarme en otras energías que también sé que te envuelven, en **tus ganas**. Sé que te desbordan las ganas de abrazar a esa persona especial, las ganas de que los minutos no se eternicen y las ganas de que te devuelvan tu vida. Porque lo sé, echas de menos la vida.

Ante todo, quiero que sepas que yo y muchas personas más estamos aquí, acompañándote en tu lucha, así que recibe en esta carta un abrazo, un apoyo, un empujón, lo que más necesites ahora mismo. Tómalo y hazlo tuyo. Todo esto pasará, volverás a saborear esa vida que tanto, tantísimo echas de menos.

Aquí te dejo con una reflexión escrita de todo corazón. Una carta que escribo desde el alma para mí, para ti, para todo el planeta que está rugiendo con fuerza. Espero que te inspire para que puedas transformar todo el dolor que sientes ahora en algo grande y bonito. **Solo entonces habrá valido la pena esta crisis. Haz que cuente.**

ANIMO SOIS LOS MEJORES Y MUCHA FUERZA PARA TODOS
JUNTOS LO CONSEGUIREMOS
YO ME QUEDO EN CASA
NAYARA 9 AÑOS



He pensado que para hacer un poco más distraída la estancia en el hospital podía mandar el inicio de una historia y que tú pienses y dejes volar tu imaginación para decidir cómo acaba.

A las 20h.

Se plantaba a las 20h de la tarde alegre y sonriente dispuesta a seguir en directo el concierto que ofrecía uno de sus grupos favoritos. Había abierto una bolsa de patatas chips sabor trufa y una latita de olivas para acompañar una reconfortante y efervescente cerveza fría. Todo está listo para disfrutar de mi momento estelar del día - se dijo en voz alta. Entró en la cuenta del grupo, puso su dedo sobre el círculo del directo y... Una llamada entrante. Decidió cogerla.

Deseo que al menos este ratito haya sido agradable y te mando mucha energía y fuerza para estos momentos tan difíciles por los que está tocando pasar. Es importante tener en mente que TODO PASA lo bueno y lo malo. Así que cuando vuelva lo bueno... a vivirlo al máximo.

Un abrazo de los que pronto nos podremos dar.

Querido hombre o mujer que está leyendo esto ahora mismo,

No quiero escribirte una carta para que llores, quiero dedicarte unas palabras o un espacio de tiempo para que sonrías.

Quiero que en estos momentos, donde el mundo se ha parado para afrontar unidos a esta pesadilla, te dediques unos minutos a pensar en todo lo que te ha hecho feliz y con quién lo has sido. Que pienses en esos paseos por la playa o esas subidas a la montaña, en tus vacaciones favoritas, en esos domingos de barbacoa o paella, en los fines de semana pegado a la tele con una manta en invierno acompañado de los que más quieres, riéndote por el que se ha tirado un peo o ha soltado alguna jilipollez... Piensa en lo bonitos que son los días cuando brilla el sol y te puedes poner pantalones cortos, en lo bien que sienta una cerveza con unas bravas en una terracita, en quedar con tus amigos por la noche para ir a tomar algo y que te den las tantas... en todos esos momentos que te han hecho reír, porque ¡esto es España!, y no me creo que no te hayas reído con la tontería más pequeña.

Quiero mandarte muchos ánimos porque confío en que esta carta va a ir a alguien guerrero/a que sabe luchar hasta el final con todo. Que no tengas miedo, porque eso no existe, es un estado de nuestra mente que nos imponemos a nosotros mismos.

Mira al final del camino, ¿qué ves? A todos tus seres queridos esperándote con los brazos abiertos para poder repetir un sinfín de veces todos los momentos bonitos que has recordado antes. ¿A que vale la pena entonces hacer un último esfuerzo?

Tú puedes, y todos estamos contigo.

¡Un beso muy grandote y espero que te mejores muy muy pronto!

Hola!

No estás solo. Nosotros estamos contigo.

Desde casa, sin salir y pensando mucho en todos los que estáis en el hospital.

Solo podemos imaginar lo difícil que debe ser estar solo, sin poder recibir abrazos y besos de los que te quieren.

Por eso nos gustaría enviarte este abrazo virtual, grande, lleno de energía positiva, acompañado de una gran sonrisa y mucha luz.

Nosotros pensamos en ti, aplaudimos cada noche para animar a los que os cuidan y soñamos en el final de esta pesadilla.

Animo, estamos seguros pronto recibirás ese abrazo con el que tanto sueñas.

Mientras tanto.....

ENVIANDO ABRAZO VIRTUAL...



COMPLETO!



Estimat amic, estimada amiga,

Un dia més que entre tots estem guanyant aquesta batalla i per això, ja falta un dia menys perquè et trobis molt millor i puguis tornar una mica a la normalitat.

Tots estem molt pendents de tu i de tots els que t'estan cuidant, unes grans persones que ho donen tot perquè tu estiguis ben atès i et trobis el millor possible.

Els que estem a casa fem molta bondat i no sortim per res perquè tots els metges, metgesses, infermers, infermeres, auxiliars i tota la resta de personal que treballa a l'Hospital on estàs, puguin fer la seva feina i estiguin pendents només de vosaltres.

Avui al patí de l'illa de cases de casa, un veí ha connectat uns altaveus i hem anat sortint tots al balcó o a la finestra a cantar, ballar, saludar-nos i aplaudir-vos a tots els que esteu donant el millor de vosaltres mateixos.

És el nostre granet de sorra.

Rebeu una molt, molt, molt, forta abraçada virtual.

JUNTS HO ACONSEGUIREM!

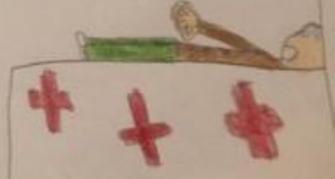


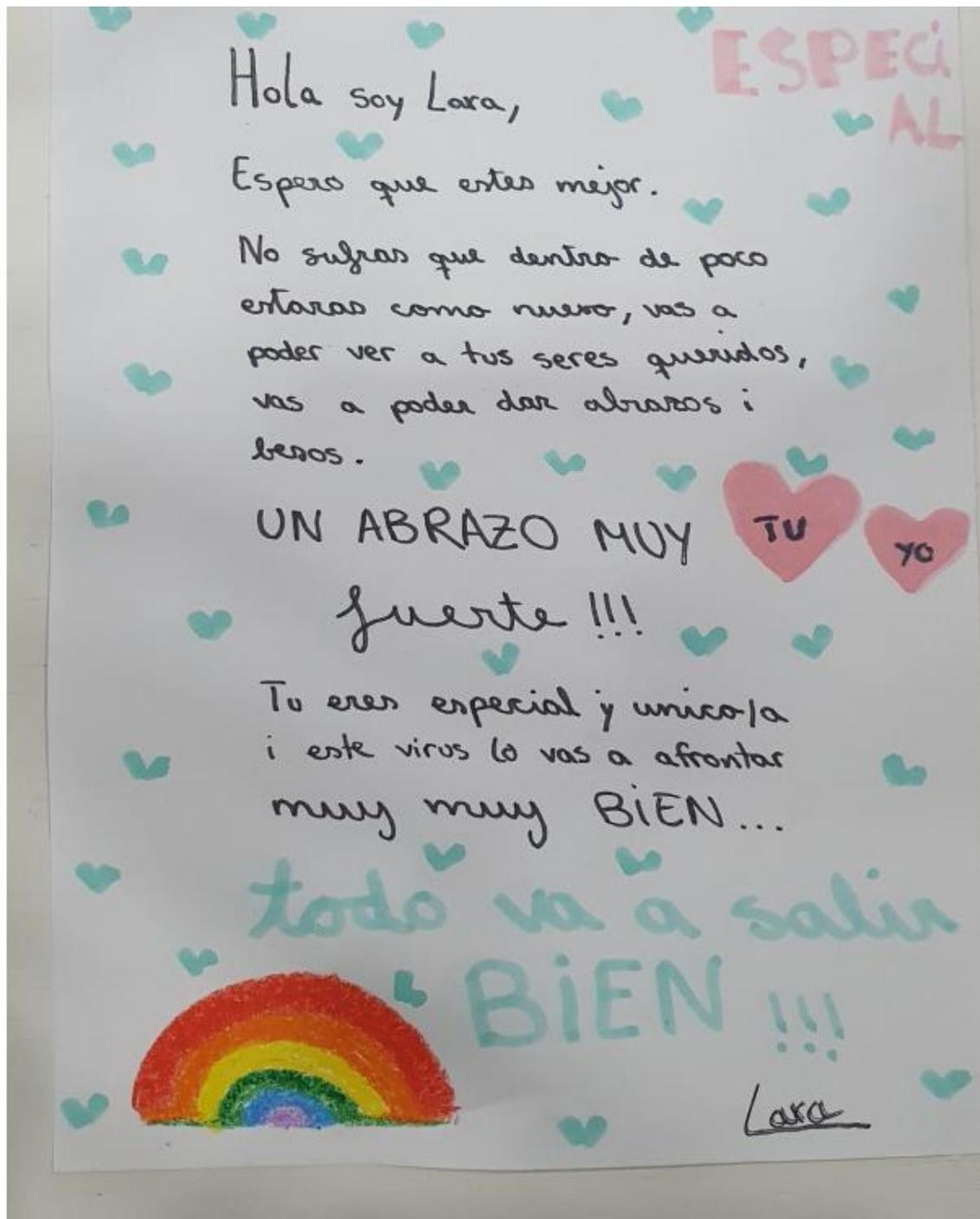
ANIMO!!!



Luchemos contra el
CORONAVIRUS

"FUERZA"





Buenas noches,

Acompaño una carta para ingresados por esta desgracia que estamos viviendo.

Os doy las gracias por estas FANTASTICA iniciativa.... y además os doy las gracias por la currada que os estáis pegando, por vuestra fuerza, valentía y humanidad.....

Suerte de todos aquellos que prestáis servicios básicos y los demás podemos estar más tranquilos.

Un abrazo para todos y mucha fuerza☺

Emma Campillo

NO ESTAS SOLO 1

Domingo, 29 de marzo de 2020

Querido amigo ingresado,

No nos conocemos y aprovecho esta gran iniciativa para dirigirme a ti, que somos desconocidos. Imagino, aunque desde muy lejos porque nunca me he encontrado en una situación como la tuya, que debe ser muy difícil y duro estar lejos de la familia y amigos... Aunque también imagino que los trabajadores del Hospital deben estar muy pendiente de ti... y cuidándote y animándote en estos complicados momentos.

Desde mi confinamiento en casa, somos 4 (tengo dos hijos de 13 y 10 años) vemos que los valientes de esta grave crisis son todos aquellos que están cada día y durante muchas horas luchando y trabajando para los que estáis ingresados, y nosotros nos sentimos muy orgullosos que nuestro país esté lleno de gente tan valiente y fuerte. Aprovecha de estas personas que están cada día allí, y piensa que muy pronto podrás librarte de esta pesadilla y volver a ver a tú familia y amigos y todas aquellas personas que seguro echas de menos.

Te pediré una cosa, igual que he hecho en la carta que le he mandado a mi abuela que está en una residencia, en la que lo están pasando muy mal porque no reciben ayuda de fuera: le he pedido que cada día, aunque le cueste mucho, piense en las cosas bonitas que le han pasado en la vida e intente sonreír un poco.... Eso mismo te pido a ti!!! Intenta sonreír..., aunque cueste horrores. Piensa que cuando las personas sonreímos, se envía una señal a nuestro de bienestar cerebro... y eso nos hace sentir mejor... por eso la risa es curativa de muchos males...

Y aunque no nos conozcamos, me voy a permitir el lujo de pedirte una segunda cosa: intenta pensar cada día que: HOY QUEDA UN DIA MENOS....

Eso es así, queda un día menos de tú tortura, queda un día menos para respirar aire de la calle, queda un día menos para volver a casa, queda un día menos para ver y abrazar

a tus seres queridos; queda un día menos para volver a tú vida de siempre; y que esta pesadilla se convierta en una anécdota que puedas explicar una y otra vez, hasta que ya te deje de doler.

Con estas breves palabras y el cariño y la solidaridad que puedo mandarte desde mi ordenador, solamente decirte que TE DESEO LO MEJOR y TE MANDO TODA LA FUERZA Y ENERGÍA DEL MUNDO PARA QUE LLEGUE PRONTO ESE DÍA EN EL QUE YA NO TENGAS QUE PENSAR QUE “QUEDA UN DÍA MENOS”.

Un abrazo y muchos ánimos.

Emma

De part de la Lia i la Noa de El Masnou.





Benvolgut/benvolguda,

sóc la Roser, una de les metgesses que té cura dels nadons prematurs i malalts ingressats a la UCI neonatal. Aquí a Dexeus estem situats a la 2^a planta, uns pisos sota el que et trobes tu ara mateix. Com que hem de seguir cuidant dels petits, no podem ajudar els nostres companys de medicina interna per cuidar-te a tu i als molts que hi ha ara mateix ingressats a l'hospital, que sou molts.

Però hi ha tot un exèrcit de companys metges que aquests dies estaven més lliures i han corregut a oferir-se per ajudar. Tot l'hospital està entregat a fer que les cures que rebeu siguin les millors, tota la comunitat mèdica del país, del món, està bolcada en aprendre ràpid a conèixer aquest virus i a buscar les eines per derrotar-lo. . Estudiem, intercanviem informació per les xarxes a una velocitat supersònica, estem atents als estudis que s'estan portant terme per trobar fàrmacs eficaços. I ho aconseguirem. Els sanitaris som tossuts i implicats i estem acostumats a treballar dur i sense parar. Aquí ens tindràs.

Els que ens dediquem a tractar nadons prematurs, com jo, estem una mica més tranquils. Aquest virus, afortunadament, deixa en pau els més petits. NO provoca malalties greus en nadons. Això és una gran sort....Ja en tenen prou amb haver de lluitar amb els problemes derivats de la seva prematuritat.

Saps, la UCI neonatal és l'únic lloc de l'hospital, on es segueix veient contacte estret entre dues persones, el més bonic possible: el contacte pell a pell de les mares amb els seus petits. El mètode kangur, l'anomenem. Quan la mare o el pare venen a visitar els seus petitons, els trèiem de la incubadora i els hi posem sobre el pit, despullats. Els nadons senten el batec del cor de la mare, la seva olor, la seva veu, i això fa que es desenvolupin millor. De moment no hem hagut de deixar de fer-ho en cap cas. Dels deu nadons que tenim, tots tenen les mares sanes. Sempre emociona veure una mare o pare fent 'kangur', però en aquests temps d'aïllament i distàncies imposades, emociona més que mai. T' adjunto una foto preciosa de @ditspetits, un grup de fotògrafes voluntàries que van a les UCI neonatals de Catalunya per fotografiar els petitons i regalar les fotos als seus pares. Això els ajuda a passar el tràngol.

Ens sap molt greu que no puguis rebre visites. Ha de ser així, però ha de ser molt dur.

T'envio UNA ABRAÇADA INMENZA,

Dra Roser Porta

Responsable mèdica

Unitat de Neonatologia

Hospital Universitari Dexeus

Barcelona



Hola:

Soy una chica de Los Palacios (Sevilla), me llamo Lumi y tengo 36 años, estoy casada y tengo una hija con 14 años.

Te escribo porque quiero darte ánimo, aunque no es fácil y menos en las circunstancias que estás ahora, pero tenemos que ser positivos y nunca perder la esperanza de que esto nos servirá para algo bonito, para valorar más las cositas pequeñas, las que hoy tanto nos hacen falta...como un abrazo cálido de un ser querido, un beso, un café con amigos, una barbacoa en familia, etc...

Quiero que sepas que los sanitarios lo están dando todo para luchar contra este virus y que os podáis recuperar lo antes posible, ten por seguro de que así va a ser, cuando nos demos cuenta todo esto será un mal sueño que ya pasó.

Me despido y quiero que imagines que te agarro la mano con mucha fuerza y te envío mi cariño en forma de abrazo invisible, no lo ves pero siéntelo, además quiero que tengas la esperanza segura de que pronto Dios va a acabar con todas las enfermedades y sufrimientos que ellas nos causan...nunca pierdas la fe en Dios, si no lo haces te aseguro de que Él te va a sostener y te va a dar las fuerzas que tanto necesitas ahora.

No te rindas...sigue luchando ahí en solitario, siendo Dios y nosotros la sombra que te empuja.

No estás solo/a...ánimo.

Hola,

me llamo Noelia, tengo 20 años y vivo en Palma de Mallorca. Nunca había enviado una carta a un destinatario desconocido... Cuando esta aventura empezó, yo estaba haciendo mi primer año de prácticas en una escoleta de Palma, ya que es mi 3º curso de Educación Infantil en la UIB. Sinceramente empecé con muchas ganas este reto profesional, al cual me desanime un poco por mis inseguridades delante de la tutora del aula y de si lo haría bien. Poco a poco, la perspectiva negativa ha ido cambiando a otra bastante positiva, lo cual me ha permitido disfrutar ese mes que llevaba de prácticas cuando esto empezó. El viernes 13 de marzo fue mi último día en el centro educativo, y por lo tanto lo disfrute al máximo, esto no significa que no tenga esperanzas de volver...

Ahora, llevamos dos semanas dentro de esta nueva aventura donde nos ha pillado un poco a todos desprevenidos, que sinceramente no pensábamos llegar a estos límites. Estas dos semanas me he dedicado a bailar, ya que es mi principal afición, hacer un poco de deporte y ver alguna serie/película, aunque no me gusta ver series.

Esta aventura nos tiene que hacer reflexionar de nuestras prioridades reales de la vida, nuestros intereses y sueños, y ver de las cosas más insignificantes un regalo. Vosotros, junto al personal sanitario, estáis luchando en el hospital, los demás luchamos desde casa, todos luchamos con el fin de recuperar una vida “normalizada”, la cual para muchas personas ya no volverá a ser así cuando acabe esta aventura por diferentes motivos. Cada día a las 20:00 salgo al balcón a aplaudir, a aplaudir por vosotros y los sanitarios, a los vendedores de supermercado... A todos los que están luchando como tu, para que esto solo sea una anécdota más en nuestras vidas.

La batalla la estamos ganando todos juntos, cada vez estamos más cerca de la línea de meta, la cual TU vas a cruzar por todos los que no la han podido cruzar. Esta aventura la vencemos todos juntos, vencerla es más posible de lo que tú crees. Ánimo, todo saldrá bien.

Espero que esta carta te haya animado en medida de lo posible, gracias.

Hola.

Mi nombre es Andrés Suárez. Soy cantautor. Nací en Ferrol, a mucha honra, pero viví toda mi vida en Pantín, una aldea preciosa aún más al norte gallego, casi donde el Atlántico y el Cantábrico se besan.

Llegué a Madrid con el sueño de poder vivir de mis canciones y a día de hoy puedo decir que lo he conseguido, que pago mis facturas y mis alquileres con los versos que estas calles me enseñaron. Me acuerdo mucho de quién me apoyó al principio ahora que las cosas van muy bien.

No sé si nos veremos en esta ciudad, en la que estés ahora mismo (Será por conciertos, ciudades en la gira), pero nos vamos a ver.

No sé a quién me dirijo. Puede que sea usted una persona “mayor” (Como si no lo fuésemos todos), por lo tanto, gracias. Gracias por una vida dedicada a los demás, tirando de todos. Ahora nos toca a nosotros.

Si eres de mi edad, que ya no universitario, pero seguimos con melena, gracias también por tu ejemplo de lucha, de superación. Porque sé que esta carta recibirá pronta respuesta; ojalá en forma de brindis. Tengo el albariño preparado.

Tu edad, tu decisión social o sexual, tus miedos y fracasos me dan igual. Te estoy dando la mano.

No sé si esto fue cosa de lotería y “te ha tocado a ti”. No sé cuántos errores hemos cometido en el pasado hasta llegar a este caos, tal vez no sea el momento de buscar culpables, pero sé que NO ESTÁS SOL@. No lo estás. Tienes mi palabra. Ahora vamos a salir de esta y luego, con ese albariño, hablamos de si la culpa fue de los ojos, de los

azules, de los amarillos, o mejor hablamos de nosotros. O de fútbol (aunque no veo un partido desde que Beбето jugaba en el Deportivo).

Estamos demostrando ser un pueblo ejemplar; por si no puedes verlo en tele, o no tienes móvil o radio, estamos TODOS JUNTOS, por fin. No importa el color político ni el de la piel, ni tu edad ni tu economía; todos estamos contigo. Al fin. Qué pena que haya tenido que venir algo tan horrible para darnos cuenta del verdadero poder que supone el estar unidos. Somos indestructibles. Nos aplaudimos, nos animamos, mandamos dinero, hacemos mascarillas, nos recordamos lo que nos queremos... es demasiado hermoso.

No salimos de nuestras casas, pasamos el día haciendo bromas (por favor, y sé que es fácil decirlo: trata de no perder el humor. Si perdemos el humor, lo perdemos todo). Aplaudimos a héroes como tú que nos están salvando a todos. Seguridad, sanidad, higiene, transporte... somos un país increíble porque estamos llenos de luz, de bondad. Me dicen que no estás al tanto de las últimas noticias, así que, déjame decirte:

-Inditex ha donado millones y ha hecho millones de mascarillas, protección para los ángeles (como tú) que te cuidan. Sigo.

-El gobierno (por fin) ha cedido millones para sanidad e investigación. Tenía que pasar esto para darnos cuenta de lo verdaderamente importante, así que están llegando a tu hospital, mientras escribo, miles de caja con material, medicamentos. Sigo.

-En China están al 90% de conseguir una vacuna que nos saque a todos de aquí. Sigo.

-Médicos y enfermeros jubilados, estudiantes de medicina y enfermería en últimos años de carrera se suman al personal desde hoy para reforzar y salvar. Ya están en plantilla, de hecho. Qué poco te queda para salir y aplaudir con nosotros...

-Ya nadie sale de sus casas. Estamos pendientes de la tele, de la radio y la prensa para saber cómo estáis. De algún modo tengo tu mano ahora. No puedes soltarla. No ahora.

“Resistiré”, del Dúo Dinámico, es la banda sonora de estos días. Es preciosa. Cántala conmigo, aunque no puedas gritarla ahora.

Como vamos a vernos muy pronto, te explico: en nada volveremos a la normalidad y entonces, saldrá a la luz mi próximo disco. Estaré por toda España de gira. Te invito al concierto que quieras. Hoy en día, con internet, todos estamos localizados. Además, qué carallo, tienes aquí mi mail. Escríbeme, te invito con quien quieras venir. Démonos un abrazo, que ahora no nos dejan.

VAS A SALIR DE ESTA. No son solo palabras. Lo creo de verdad. TODO VA A IR BIEN. Confía en los héroes que te están cuidando, son unas personas increíbles haciendo jornadas infinitas para que todo salga bien.

Creo que no eres consciente de lo cerca que estás de volver a abrazar a los tuyos.

LUCHA, POR FAVOR, NO TE RINDAS. Saca humor y fuerza de donde sea. Aunque no me conozcas, estoy más a tu lado de lo que imaginas. Cumple tu palabra; la respuesta a esta carta será escribirme y pedirme unas entradas para un concierto y ahí, abrazarnos y brindar por la vida.

Hasta muy pronto.

Andrés Suárez.

Hola, muy buenos días,

Os escribo desde Madrid, donde la situación está muy muy complicada, pero no tengo duda de que saldremos de esta.

Te escribo a ti, si, porque tengo la certeza de que pronto estarás con los tuyos, desconozco tu edad, pero conozco tu fuerza interna y estoy segura de que vas a superar esto. A veces me pregunto si la vida nos está poniendo a prueba, y que complicado está siendo, pero miraremos para atrás con orgullo cuando todo esto pase y diremos "juntos hemos ganado, porque sólo juntos somos más fuertes"

No te rindas y pase lo que pase no dejes de sonreír porque... "El sol es para las flores como la sonrisa para la humanidad"

Un abrazo muy fuerte y vamos a salir de esta, familia!!!

¡Hola!

Empiezo por presentarme, que supongo que eso es de buena educación. Mi nombre es Laura y soy estudiante de ingeniería. No sabía muy bien cómo podría yo ayudar en todo lo que estaba pasando hasta que vi las iniciativas de mandar cartas a los hospitales. Y aunque no nos conozcamos espero al menos poder entretenerte unos minutos, que si el encierro a ratos ya es duro no me quiero imaginar cómo es para los guerreros que estáis luchando contra el bicho.

¿Has pensado ya que vas a hacer cuándo puedas salir a la calle? Que seguro que ese momento va a llegar antes de lo que piensas y mejor tenerlo planeado. Yo la verdad es que no soy nada cariñosa. Así que besos y abrazos daré los justos. Pero sí que me apetece ver a mi gente, una comida familiar de esas de juntarse todos o un cafecito en la terraza compartiendo con mis amigas. Supongo que también estarás deseando retomar alguna de esas aficiones que todos tenemos

¿Qué es lo que más te gusta hacer en tu tiempo libre? A mi hay dos cosas que me encantan una es el deporte y otra la poesía. Así como lo del deporte ahora regular te quiero dejar aquí una poesía que han hecho algunos de mis poetas favoritos para la situación que estamos viviendo, que seguro que sus palabras son mucho más acertadas que las que yo te pueda decir ahora.

EL VALS DE LOS SALVAVIDAS

Por los ángeles de alas verdes de los quirófanos.

Por los ángeles de alas blancas del hospital,

los que hacen del verbo ayudar

su bandera y tu casa

y luchan porque nadie muera en soledad.

Por esas centinelas que no duermen

para que el enfermero sueñe que va a despertar,

sin temerle a su miedo y usando su piel como escudo,

los que mueven las camillas del peligro como un vals.

Por los que hacen del trabajo sucio

la labor más hermosa del mundo.

Por los que nunca miran el reloj mientras curan.

Por las que pintan tu dolor de azul.

Para los que merecen los abrazos prohibidos,

Y se meten contigo en la boca del lobo

y riegan nuestro miedo con su luz.

Todos os aplaudimos,

con las barandillas de los balcones erizada,

con manos que recuerdan que encontrar otras manos

es la única verdad.

Y mientras, la esperanza escribe en nuestros labios:

“Cuando esto pase, nunca nos volverá a pasar”

Espero que te haya gustado la poesía. Un abrazo (de esos que guardo para las ocasiones especiales). Seguro que pronto sales entre aplausos de esa habitación pero de mientras que sepas que hoy cuando salga a las 8 a aplaudir, mi aplauso será para ti.

Laura

Hola!

Mi nombre es Sandra, soy una chica de 25 años de un pueblo llamado Alfaro, de La Rioja.

Trabajo como higienista en una clínica dental de mi mismo pueblo, una clínica pequeñita, con 4 trabajadoras. Estoy deseando volver cuando todo esto pase, para volver a reírme con ellas y ver a todos mis pacientes.

Cada día que pasa estamos más cerca de ello, de volver a la normalidad y ser una sociedad nueva, renovada y agradecida.

Y tú también!!! Volverás más fuerte que nunca!

Vi por redes sociales esta iniciativa y quiero aprovecharla para decirte que NO ESTAS SOL@, aunque ahora parezca que esto no se va a acabar y los días se te hagan eternos, todo pasa. Tienes un gran equipo médico trabajando por y para ti y seguro que son unas personas maravillosas. Sé que es duro, pero eres fuerte, y aunque te sientas sol@, hay miles de personas fuera contigo, totalmente concienciadas con la situación: gente haciendo mascarillas, donando EPI's (como hicimos nosotras con guantes y mascarillas de nuestra clínica) fabricando batas... Y quedándose en casa, para que los sanitarios puedan encargarse de vosotros, de los que estáis (de momento, porque pronto saldrás) en los hospitales. Si cada uno aportamos un granito de arena, podemos hacer una gran montaña.

Yo ya llevo 16 días en casa, y estoy aprovechando para cocinar (cosa que me encanta), ver películas, hacer ejercicio, leer, y descansar... Cuando estaba trabajando me quejaba del ritmo frenético que llevaba, supongo que como todo el mundo, y ahora descanso y tengo más tiempo para hablar con mis padres, llamar a mis amigas y a mis abuelas...

Sigo viviendo con mis padres, porque el estado de alarma nos pilló a mi pareja y a mi en medio de la compra de un piso... Estos días estoy aprovechando para imaginar cómo lo podemos decorar, mirando muebles, pinturas.. (la verdad que la tecnología hace todo mucho más fácil)

Me gustaría saber si a ti también te gusta cocinar, si tienes un libro favorito, qué películas te gusta ver... Quizá coincidimos en alguna cosa! :)

Se que es muy fácil de decir para alguien que no está en tu situación, pero sigue siendo así de fuerte, ten paciencia y lucha, lucha, lucha!

Yo en los momentos que tengo un poco más de bajón, imagino cosas felices, como un día por el monte, una copa de vino con mis amigos, una comida con mi familia... Son cosas en las que puedes pensar para planear cuando salgas de ahí, seguro que tienes gente esperando fuera que está deseando hacer una comilona contigo. Y lo mejor de todo es que queda un día menos para disfrutar de esas pequeñas cosas.

Te mando todas las fuerzas del mundo, y un abrazo enorme.

Vamos a poder con esto, y con todo lo que se nos venga!!

FUERZA! ♥◻♥◻♥◻♥◻♥◻

Bon día,

Espero que tots els que esteu treballant en aquest hospital estigueu bé, ja que esteu fent un treball molt perillós ja que us podem contagiar. I també moltes gràcies a la gent que s'ha jubilat i encara vol ajudar. Ho esteu fent tots molt bé, ja que menys.

Molts ànims

¡Feliz día!

Me resulta extraño pensarte sin saber quién serás, si joven o mayor, hombre o mujer, pero te pienso y sonrío porque con esta iniciativa te siento más cerca, seas quien seas, seas como seas. Yo me llamo Laura, tengo 32 años, vivo en Madrid y estoy con mi pequeña nueva familia de 3 (en noviembre tuve una preciosa bebe llamada Teresa). :)

No sé si lo sabes, pero todos los días a las 20, salimos a nuestras ventanas a aplaudir a todos los que te están cuidando día tras día, pero he de reconocer que nos faltan manos, ¡las tuyas!. No sabes las ganas que tengo de que cada vez se oiga más fuerte nuestro aplauso y que tus manos, sean otras como las mías que cuando aplauden son capaces de pensar en rostros concretos que se están dejando ante este desafío que nos ha dado este 2020. Conozco a muchos profesionales sanitarios que ahora se están dejando la vida por superar las estadísticas y que los curados cada vez seáis más.

No sé si eres cristiano-creyente o no, pero creo que te gustará saber que muchos, en concreto yo, rezo todos los días por ti, por tu mejoría. Para que seas ese paciente que se recupera de esto, que sale con lágrimas en los ojos de la hospitalización. Y es que, quiero que no te olvides que tenemos un Padre (Dios) y una madre (la Virgen) que no

dejaran que te pase nada malo, que te sostienen la mano cuando crees que no puedes más, y te secan las lágrimas cuando sale por la puerta ese ángel de la guarda que te han puesto para cuidarte y darte el parte médico. ¿Has pensado la suerte que tenemos con los profesionales que tenemos? Creo que no les damos suficientemente las gracias al día. Hoy cuando vengan a verte, devuélveles una sonrisa y guíñales el ojo de mi parte. Ellos tampoco están solos, son las manos de Dios en la tierra y nos tienen a nosotros (a ti y a mí) para cuidarles.

Hoy ya has pasado un día más hacia delante, no pierdas la energía, ni la fuerza, te necesitamos bien.

Un abrazo gigante.

PD: Recuerda que si sales de esto, serás un soldado con una historia preciosa que contar a sus amigos sobre cómo fue uno de los supervivientes del COVID en la prueba más grande que ha tenido España en esta generación.

¡Feliz día!

Soy Laura, tengo 32 años y vivo en Chamberí y te escribo esta carta en nombre de mi pequeña familia de 3 (Alberto, mi marido y la pequeña Teresa de 4 meses) para enviarte mucho ánimo y para que sepas que desde la cuarentena no nos olvidamos de ti, y te estamos esperando con una sonrisa fuera.

No sé si lo has pensando pero estamos viviendo algo único, tienes que dar todo de ti porque esto que estamos viviendo lo estudiará la siguiente generación y tienes que ser testimonio vivo. Sé que es agotador estar aislado, pero piensa que es por un bien mayor. Tú aislado estas consiguiendo que este coronavirus deje de avanzar y de infectar a otros del mismo modo que nosotros quedándonos en casa. ¿Sabes? Es una misión que nos han encargado y que tenemos que cumplir con nota. Nos la han asignado porque saben que podemos hacerla, así que tendremos que ponernos manos a la obra ¿no crees?

Quiero aprovechar esta carta para recordarte que no estás solo, que nosotros fuera también tenemos miedo, es de humanos pensar y temer a lo desconocido, pero en esos momentos de oscuridad estamos más unidos que nunca. Por fin algo distinto al fútbol ha conseguido unirnos a todos los españoles. Los médicos y la enfermeras que te tratan son verdaderos superhéroes están doblando turnos, descansando poco y dándote lo mejor de sí para que estés mejor, así que por ellos cuando pasen a verte dales lo mejor de ti. Una sonrisa, un guiño de ojos, o lo que se te ocurra, porque tu eres su vocación, por gente como tu, ellos estudiaron su carrera, se el milagro que

buscan con su trabajo, haz de su día algo más bonito con esta especie de cadena de favores que ellos han inventado para ti y tu recuperación.

No sé si eres creyente o no, pero quiero decirte que no sabes la cantidad de gente que estamos rezando unidos para que te recuperes pronto y vuelvas a pisar las calles de Madrid. Que tu sufrimiento no está cayendo en saco roto, porque Dios, Jesús, es el amigo que no abandona, que no deja de lado al que sufre si no que lo acompaña para aligerar su carga y que contigo no ha hecho menos. Que te tiene cogido de la mano cada noche y que te seca las lágrimas cuando crees que nadie te ve.

¡Confía! Saldremos de esta como hemos salido de otras y tú no vas a ser la excepción. Así que desde hoy, desde ya proponente estar a tope. Concentra tus energías para estar mejor y matar con tu sistema inmune ese maldito bicho que parece que quiere poner todo patas arriba. Lucha, porque eres el testimonio que necesitamos los de fuera ante el miedo a enfermar. Vive, porque tu recuperación hace que en la balanza ganen los buenos.

Te queremos mucho, un abrazo gigante, nos vemos en los bares.

Teresa, Alber y Laura

Querida vida: Te llamo vida, porque no sé tu nombre. Pero sé que aún sigues aquí. Me han dicho que me ponga en contacto contigo para que no te rindas. Ahora no es el momento de tirar la toalla. Espero poder coincidir contigo en alguna vez y que nos compartamos un abrazo. Dirás, esta chica está loca, si ni siquiera me conoce; pero no. Porque compartarnos un abrazo significará que has salido del hospital, que has regresado a casa y el aislamiento ha terminado. Compartarnos un abrazo significará que podemos volver a recuperar eso que nos vuelve cuerdos: el cariño de los nuestros. Querrá decir que la pesadilla que nos acontece se ha ido evaporando. ¿Cómo llevas el aislamiento? Venga, ¡que queda poco! Seguro que estos días te has encontrado a auténticos héroes en pleno campo de batalla- y es que este maldito COVID no deja de ponernos a prueba. Me llamo Carolina, y llevo cinco días aislada en casa. Estos días estoy lejos de mi familia, porque estudio fuera. Y me encantaría volver pero sé que debo aguantar un poco más hasta que tú y todos los que sois ahí dentro estéis curados. Aquí dentro el tiempo pasa demasiado lento aunque intento rellenarlo con mil ideas que se estén dando estos días: ejercicios, estudio, lecturas, mucha música...todo desde cuatro paredes hasta que dan las 20:00. Desde hace cuatro días que el reloj marque las ocho es una fiesta y una alegría. Las calles han ido convirtiéndose progresivamente en paseos de una ciudad fantasma. Pero a las ocho regresa la vida. Salimos todos a ventanas y balcones y ovacionamos a todo aquel que está luchando para frenar esta pesadilla. Aplaudimos por quien te dio las buenas noches ayer, por la enfermera que te ha tomado la temperatura estos días y por todo los que se han ocupado de que no te falte de nada. Aplaudimos para que te lleguen las fuerzas y seas capaz de aprovecharlas. Hay quien también canta o pone canciones y estoy segura de que más de uno siente a los suyos cerca en este momento por muchos kilómetros que nos separen. Así

que respira, respira hondo que aún puedes. ¿Sabes una cosa? Vas a salir de esta y espero que algún día nos compartamos ese abrazo del que te hablaba antes. Un beso de los de antes
Carolina

¡¡¡Ánimos desde Francia!!!

Pensamos en vosotros cada día, nos veremos en las calles y terrazas de Bcn muy pronto!

Fins aviat!
Sophie

Mil gracias por todo el personal medico i enfermos por intentar parar este virus!



Buenas, soy Carlota

No sé si habrás recibido alguna carta mía antes. Esta es la tercera que escribo. Sólo espero acompañarte un poco en tu aislamiento. Yo lo estoy cumpliendo a rajatabla en mi casa, y sólo salgo para trabajar, bajar la basura e ir una vez a la semana al súper.

Estoy sola en casa, pero me siento afortunada, tengo de todo aquí y además estoy muy a gusto en ella. Ayer por ejemplo estuve todo el día en la terraza leyendo y haciendo crucigramas. Ahora mismo estoy con dos libros, uno es “Historia del mundo contada para escépticos” de Juan Eslava Galán, que es un historiador muy cachondo, que le pone un punto sarcástico y humorístico a la historia, y “¿Qué dice usted después de decir ~hola~?” del Dr. Eric Berne, un libro de psicología, que en un principio me parecía un poco denso (demasiado técnico) pero que ahora me resulta muy entretenido, pues habla de cómo los humanos seguimos las pautas de los cuentos clásicos, a ver cómo va evolucionando en el resto de los capítulos.

Además de hacer algo de deporte, también he cocinado unos cuantos tappers para comer durante la semana. He aprovechado para hacer habas con verduras, ahora que no me cruzo con más gente, así no “mato” a nadie después, jajajajaja..., y unos purés para cenar ligero.

La anécdota de ayer fue que bajé a tirar la basura (o como se dice aquí en mi tierra echar el polvo), y me paró una patrulla de la Guardia Civil. El caso es que tengo dos contenedores enfrente de casa, pero los del papel y el vidrio están en la calle paralela. No es mucho recorrido, pero si vas vestida como si vinieses de correr un maratón y con las manos vacías... pues resultas sospechosa. Sólo doy gracias que no me dio por echar una carrerita para estirar las piernas desde el contenedor hasta el portal ¡¡¡imagínate!!!!. Lo que me salvó es que soy compañera de Cuerpo de la patrulla que me paró, y eso me aportó credibilidad, porque con mis pintas yo también me hubiese multado.

Como mi objetivo es sacarte una sonrisa en estos duros momentos, te voy a mandar un recorte uno de los libros que estoy leyendo:

“Capítulo 3.- Historia del Mundo contada para escépticos (Juan Eslava Galán)

La evolución humana o a la fuerza ahorca

¿Qué hacer? Lo primero, no ponernos nerviosos. Evaluemos fríamente el material que aportamos a la reñida carrera evolucionista. Desnúdese, lector o lectora, y mírese en el espejo del ropero, de cuerpo entero. Compárese ahora con los otros mamíferos superiores, con el caballo, con el león, con el tigre, con el elefante...

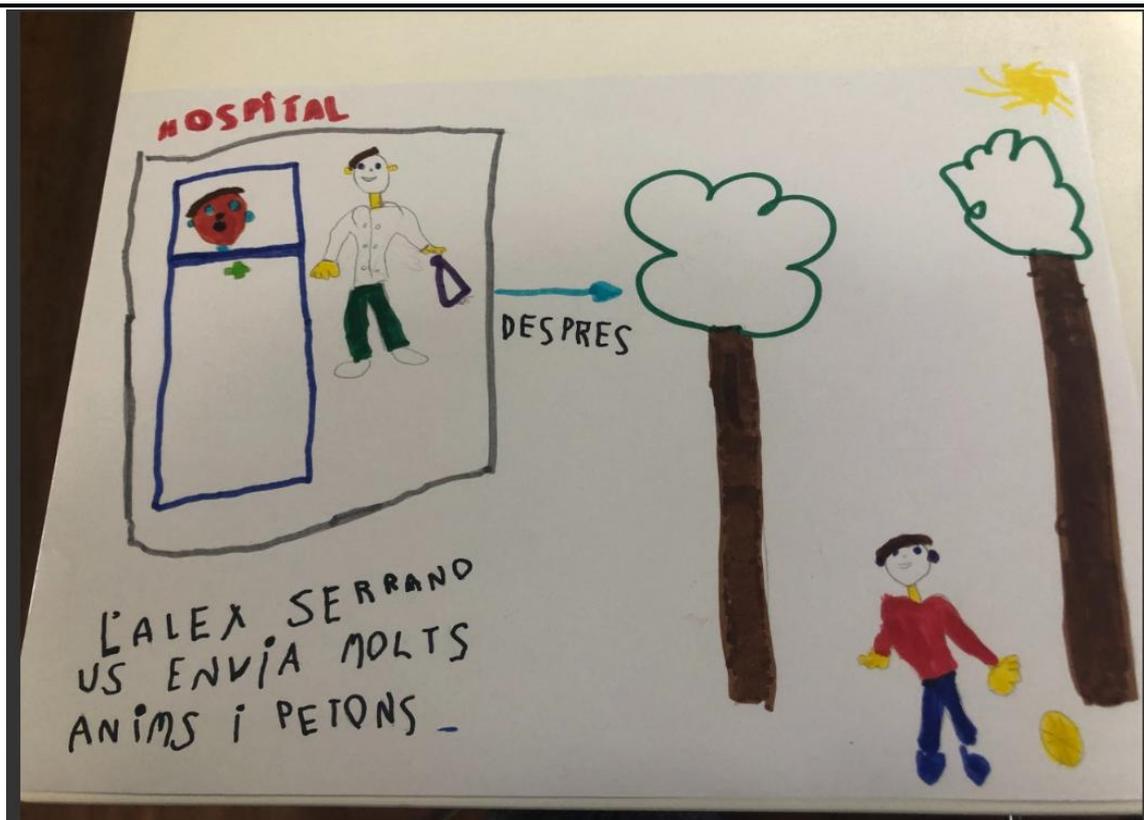
Sí, ya lo sé: lo que el azogue refleja es un alfeñique que no tiene media bofetada. Vístase ahora con atuendos Coronel Tapioca o con los productos que venden en la sección de caza de El Corte Inglés. Nuevamente al espejo. En postura gallarda, abombado el pecho, el pie sobre un melón tan alto como la cabeza de un tigre, sostenga la fregona e imagine que se trata de ese estupendo fusil de grueso calibre con el que nuestro bien amado monarca abate elefantes en Botsuana.

¡Qué cambio, ¿eh?! Provisto de las herramientas que ha fabricado aplicando su desarrollado cerebro, el alfeñique se nos ha convertido en el más peligroso depredador de la naturaleza. Ni corre más que sus eventuales presas, ni tiene fuerza para detenerlas, ni garras para agarrarlas, ni colmillos para degollarlas, pero está acabando con el reino animal.

¿Qué ha ocurrido? Pues que hemos evolucionado más que ningún otro ser en la Tierra. Durante mucho tiempo, un abismo de miles de siglos, nos resignamos a nuestra humillante condición de simples carroñeros. De pronto, el paulatino desarrollo de nuestro cerebro y la creciente habilidad de nuestras manos se combinaron para fabricar y manejar herramientas cada vez más complejas: lascas de sílex cortantes como navajas, núcleos de piedra (las primeras hachas o martillos), estacas para golpear o palos aguzados como lanzas... hasta acabar en la escopeta T-Rex capaz de fulminar a un elefante (aunque después, cosas de la edad, demos gatillazo con la rubia teutona).”

Espero haberte hecho pasar un rato agradable con mi carta, te mando toda mi fuerza y mucho ánimo. Vamos a salir de esta, y lo haremos pronto. ¡¡¡Un abrazo fuerte!!!

Carlota.



A ti que quieres leer mi carta, gracias. Mil veces gracias.

La oportunidad que se nos está brindando para escribiros, es tan grande como el valor que le estáis echando día a día para superar al bichito.

A ti, que no te conozco, quiero contarte quien soy yo.

Mi nombre es Inés. Tengo veintiún años y vivo en Castellón. Tampoco es que lleve mucho tiempo aquí, ya que yo soy de Toledo. Si si, manchega de toda la vida y aquí estoy, en la costa, en un sitio en el que existe un dialecto con el que me hablan siempre que voy al súper y el cual no entiendo. Ya ves, qué te parece.

Trabajo en la hostelería. Bueno, "trabajo". Todos sabemos como está el asunto, por eso, junto a mi pareja que se mudó aquí para probar suerte como TES (Técnico en emergencias sanitarias (ya sabes, ambulancias)) me dije: "A lo mejor, ahora que empieza la temporada, con las fallas, igual encuentro algo, seguro." Y mira, ¡UNA PANDEMIA!

Total, que aquí estamos, en casa y sin salir para cuidarnos y cuidar. Esperando a que sean las ocho para salir a la ventana para aplaudiros a todos. No sólo a los sanitarios, personal de súper y demás (gracias a ellos, seguimos). Para aplaudiros a vosotros también. A ti que no te pongo siquiera cara, ni se de donde eres, me acuerdo de ti. Espero por ti todos los días para que te mejores.

Por aquí fuera todo sigue igual. Las calles están vacías pero siempre hay algo de movimiento por la gente que trabaja. Pasean a los perros y van a comprar con mascarillas y guantes. Aquí la gente previene para que esto se acabe cuanto antes. Te echamos de menos. Os necesitamos para seguir, así que tienes que seguir fuerte. Sacar lo mejor de ti, porque ya te queda un día menos para volver. Luchar porque eres un ejemplo para todos.

Te mando un abrazo fuerte y con todo mi cariño. Te espero fuera.

Querido paciente:

Me llamo Vanessa y tengo 41 años. Vivo en Bilbao, como soy administrativa de un concesionario. Ahora mismo estoy en el paro y he decido aportar en la medida que pueda y como sólo dispongo de tiempo, el de hoy voy a dedicarlo a vosotros los valientes que estáis luchando en primera fila. Se habla de los sanitarios y su valor y coraje a la hora de cuidaros y ayudaros a mejorar y a ellos nunca podremos agradecerles todo su trabajo especialmente en estos días, para ellos todo mi respeto, cariño y fuerza. A parte de ellos, yo creo que vosotros también sois merecedores de todo mi respeto y admiración.

Estáis en primera línea lidiando no solo con este p... virus sino también, con el miedo, la incertidumbre y la soledad. Es una batalla dura pero estoy segura de que lo vas a conseguir, solo hay que seguir luchando como hoy como mañana y al final volverás a casa con tus amigos y familiares y la tormenta habrá pasado y te quedará solo lo bueno de esta desagradable experiencia. Porque sí, aunque sea difícil de verlo ahora toda vivencia tiene su lado positivo.

Para ti igual es entrenar la paciencia, o aprender a pedir ayuda (a mi me suele costar) o descubrir que eres más valiente de lo que pensaba. Si lo piensas seguro que descubres lo positivo que te vas a llevar de esta situación.

No soy muy buena escritora pero si me lo permites ayer me enviaron una cita de un escritor japonés muy reconocido que igual conoces y que si no lo conoces te invito a leer una vez que vuelvas a casa.

“Y una vez que la tormenta termine,
no recordarás como lo lograste, como sobreviviste.
Ni siquiera estarás seguro si la tormenta ha terminado realmente.
Pero una cosa si es segura. Cuando salgas de esta tormenta, no serás
la misma persona que entró en ella.
De eso se trata esta tormenta”

Haruki Murakami

Creo que quiere decir que esta tormenta va a pasar y que vas a salir de ella más fuerte. Solo tienes que luchar un poco más, solo un poco, el empujón final. En breve estaremos todos al sol tomando algo en alguna terraza con amigos y familia y recordando estos días como algo lejano y superado.

Para estos días de lucha que quedan te envío toda mi energía, mi cariño y un sinfín de abrazos (aunque sean virtuales) que espero te reconforten un poco y te animen estos largos días.

Espero de todo corazón tu pronta recuperación.

Besos y abrazos mil.

Hola!!

La verdad es que no sé por dónde empezar una carta sin saber quién va a ser su receptor. Lo único que sé es que tú, la persona que leerá mi carta, seguramente estés pasando unos días duros en el hospital, por lo que voy a hacer todo lo posible para amenizarte un poco la estancia y darte un poco de luz en estos días. Soy una de las miles de personas que nos encontramos reclusos en casa... Una tortura para algunos, pero si soy sincera, en mi caso no está siendo tal tragedia, aunque obviamente me encantaría que estuviésemos todos en otra situación y rezo para que pase pronto esta tormenta.

Para ponerte un poco en contexto, vivo con mi hermana y dos amigas en Madrid, pero el resto de mi familia vive fuera y, cuando se pusieron las cosas serias con el Covid-19, tuvimos la tentación de irnos con nuestra familia y pasar con ellos estos días reclusos, sin embargo, nuestros padres consideraron que no era lo correcto y, aunque nos dejaron libertad para hacer lo que creyésemos conveniente, decidimos quedarnos en Madrid viendo que todas nuestras amigas regresaban a casa con sus familias.

Aunque tomamos la decisión de quedarnos libremente, la verdad es que cuando nos comunicaron el estado de alarma me arrepentí enormemente de no haber vuelto a casa a tiempo, pero poco a poco nos han hecho ver la magnitud de esta situación y la importancia de acatar las medidas aconsejadas por el gobierno, por lo que agradezco esa conversación con mis padres que nos hizo tomar la decisión correcta. Doy gracias por la familia que tengo, entre todos han sabido guiarnos, siempre con libertad, al tipo de persona que quiero ser el día de mañana.

Y... Ya llevamos más de una semana reclusos! Supongo que te mantienen al día de todo, pero es increíble ver todo el bien que ha supuesto este virus y lo que nos ha unido a todos los españoles Y AL MUNDO ENTERO!

A veces parece imposible encontrar las cosas buenas en momentos duros y que descubrir el bien en el sufrimiento parece totalmente una frase hecha para los idealistas pero, sinceramente, creo que se trata justamente de la verdad. Entiendo que

ahora todos somos conscientes de lo peligroso que es este virus, de lo rápido que se contagia y de todo el sufrimiento que ha ocasionado, lo que me produce una profunda tristeza, pero esta no es la realidad o, al menos, no es toda la realidad.

Si queremos hablar de la Verdad, debemos referirnos a la realidad de manera completa, por lo que la realidad de ahora, además de todo el sufrimiento, es que nos estamos humanizando POR FIN! En pleno siglo XXI, en el que no nos falta nada de nada y tenemos todo al instante, nos faltaba lo más importante SER HUMANOS.

Estamos aprendiendo a sacrificarnos por los demás porque, aunque parezca mentira, quedarnos en casa en esta época de la humanidad, incluso teniendo todos los medios para entretenernos y todas las formas de consumo en nuestra puerta de casa, está suponiendo un gran sacrificio para todos, pero lo importante es que ya no se trata de un sacrificio que hacemos para alcanzar una meta propia que nos hemos propuesto, si no que se trata de un sacrificio por lo demás. Esto es lo que marca la diferencia. Soy de las personas que creen que sin sacrificio es imposible amar, que amar y sacrificio son dos caras de la misma moneda, de manera que una lleva a la otra: si amas debes asumir que sufrirás por la persona a la que amas y, si sufres por alguien necesariamente es porque le amas.

Para que no me malinterpretes, voy a aclarar que dejo fuera cualquier sufrimiento que te dañe como persona, por lo que no me refiero a un sufrimiento psicológico o denigrante por querer a alguien que no te conviene. Cuando hablo de amor únicamente engloba al querer bien, ya que no existe otro tipo de amor. Volviendo a nuestro caso concreto, el simple hecho de sacrificarnos por los demás, aunque en un principio fuese más una "obligación" que un acto voluntario, conlleva que nos preocupemos por el resto, "amándonos" de alguna forma entre todos. Y esto es lo propio de los seres humanos: estamos hechos para amar.

Otro punto importante creo que ha sido pararnos todos a pensar. En un mundo donde todo va tan rápido y nuestros intereses se centran, paradójicamente, en cosas ajenas a nuestro yo, nuestro interior, nuestra espiritualidad, hemos llegado a la calma, a la reflexión, a la conciencia... Leí un artículo que decía que lo que nos daba miedo de quedarnos en casa era quedarnos a solas con nuestra conciencia y tener que escucharla. Estoy totalmente de acuerdo, tenemos tantas cosas pendientes con nosotros mismos...

Creo que la reflexión es algo necesario para poder encontrar un equilibrio mental, redirigir nuestra vida a dónde queremos llegar y asumir nuestros defectos y meteduras de pata para poder corregirlo. El ser humano necesita orar, encontrar luz en sus pensamientos que lleven a ideas brillantes, fruto también del amor que estamos cultivando por el prójimo, ya que nuestra mente va en la dirección de nuestro corazón. Por todo ello, creo que es algo vital cultivar nuestra espiritualidad

y nuestro mundo interior, así como escuchar nuestra conciencia que, tras mucho tiempo de ruido, al fin se está haciendo hueco en nuestras vidas.

Podríamos profundizar en otras muchas consecuencias beneficiosas que está suponiendo esta situación y que, de alguna forma, nos está acercando a nuestro ser, nos está humanizando. Aunque, supongo que ya conocerás todos o muchos de estos ejemplos, permíteme recordar todas las buenas noticias que se han producido en estos días: desde jóvenes que se ofrecen a hacer la compra a ancianos, hasta familias que se están uniendo en el confinamiento, mujeres con coronavirus dando a luz a su bebé o la inmensa labor de nuestros sanitarios, cuerpos de seguridad y fuerzas armadas... Y así una infinita lista. Tenemos que dar gracias, somos unos afortunados, aunque a veces nos cueste verlo.

Y es que es así, siempre deseamos estar mejor de lo que estamos. Incluso parece que nos están robando días de vida si estamos hospitalizados o encerrados en casa, sin poder hacer nuestros planes... Creo que estamos equivocados, que cada día que pasa, en la situación que sea, es un regalo, de manera que ahora nos están dando días de vida. Nuestras ansias de vivir y nuestra libertad sigue con nosotros por lo que cada amanecer es una oportunidad nueva de vivir y, sobretodo, de mejorar un poquito nuestro alrededor.

¿Merece la pena vivir un sufrimiento aunque sea solo porque se haya producido una sola cosa maravillosa? Me gusta pensar que soy de las que opino que sí. Y estoy segura de que, sobretodo luchando juntos, esto va a merecer la pena.

Después del eterno discurso que acabo de escribir (espero que por lo menos te haya entretenido), me encantaría saber quién eres, a qué dedicas tu tiempo, qué cosas te mueven en la vida... pero, sobre todo, qué tal estás. De lo que estoy segura es de que las enfermeras y médicos se estarán volcando contigo todo lo que buenamente puedan.

Por mi parte, te prometo que voy a rezar todos los días de esta cuarentena para que vuelvas a casa lo antes posible. Después de mucho tiempo sin rezar el rosario, hoy lo he rezado por video llamado con toda mi familia y lo he ofrecido por ti.

Soy una persona creyente, pero por mi floja voluntad cada vez hago menos para mantener mi fe. Rezar por ti me va a ayudar un montón a acercarme más a mi fe, así que, por ello, te doy las gracias!!

No sé si me estoy dirigiendo a una persona creyente o no pero, si lo eres, podemos hacer un trato y que reces tú también por mi familia. Creo que no somos conscientes del poder de la oración, lo que podríamos hacer ofreciendo todo lo que nos cuesta!

Estos días también he sido más consciente de la importancia del sacramento de la confesión. La vida pasa muy rápido y no sabemos cuando acaba, tenemos que estar preparados lo mejor posible! Si no eres creyente, creo que también es bueno sentirnos en paz con uno mismo y con el resto, especialmente en estas circunstancias, aunque la forma de encontrar esa paz sea distinta.

Para acabar, me gustaría transmitirte el discurso de Sam en la película de El Señor de los Anillos (durante estos días he tenido tiempo de ver todas las películas de la saga) sobre las grandes historias, creo que es de lo más esperanzador:

“Frodo: “Ya no quiero seguir, Sam”.

Sam: “Lo sé, es un horror. Por nosotros, ni siquiera estaríamos aquí; aunque así es. Es igual que en los grandes cuentos, mi señor Frodo, los cuentos que eran importantes, estaban llenos de oscuridad y peligro, a veces uno no querría saber el fin, porque, ¿cómo podría ser un final feliz?, ¿cómo podría ser el mundo como antes cuando han pasado tantas cosas malas? Pero al final, las sombras sólo son, transitorias, aún la oscuridad debe terminar. Vendrá un nuevo día, cuando el sol brille iluminará hasta la claridad. Esos eran los cuentos que permanecían, que tenían significado, aunque fuera demasiado pequeño para entender por qué. Pero, mi señor Frodo, creo que si lo entiendo, ahora lo sé, porque la gente en ellos tuvo ocasión de dar la vuelta y nunca lo hizo, siguió caminando porque tenía algo de lo cual aferrarse.”

Frodo: “Y nosotros, ¿a qué nos aferramos?”

Sam: “A que el bien aún existe, lo sé, mi señor Frodo, y tenemos que defenderlo”.

Para mí no se trata solo de un simple guión de una película, sino que es precisamente la Verdad. Estoy segura de que cuando salgamos de esta, después de luchar hasta la saciedad, llegaremos a los días más brillantes, pero sobre todo habiendo crecido todos como personas.

Espero de corazón que seas lo más feliz posible, no solo durante tu estancia en el hospital, sino durante toda tu vida. Seguiré rezando por ti.

Disculpa la extensión de la carta.

Un abrazo fuerte y mucho ánimo! Saldremos de esta



Hola, me llamo Bea y tengo 18 años. Nací en Madrid y he vivido ahí toda mi vida. Escribo para recordarte que eres fuerte, y que muy pronto podrás salir del hospital. Sé que no te conozco pero estoy convencida de que vas a superar este bache que la vida ha decidido colocarte. Lo que quiero con esta carta es que no te rindas, quiero darte ánimos para que sigas luchando, para que recuerdes los momentos felices de tu vida, y tengas en mente que en cuanto superes esta enfermedad, vas a construir un montón más de recuerdos felices. Recuerda que, aunque puede que haya veces que se te olvide, tienes a personas a las que les importas, y que te quieren. Mucha fuerza, y un abrazo enorme.

Bea.

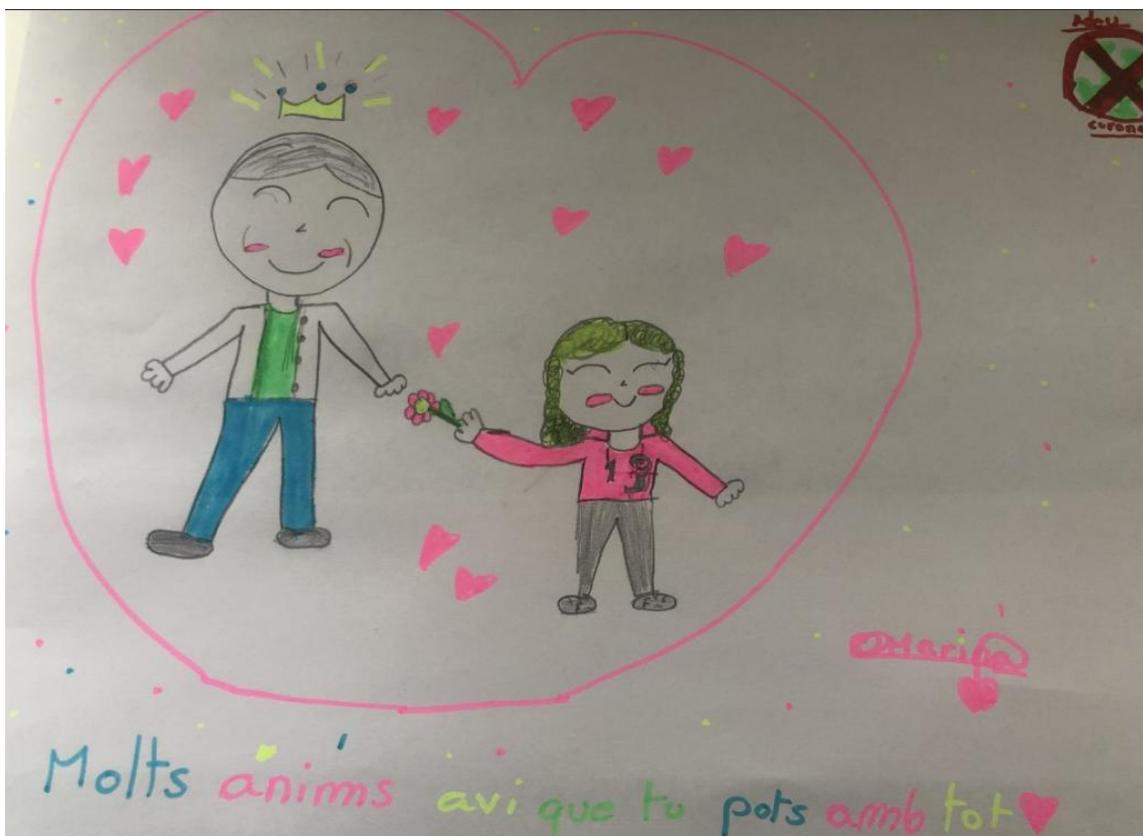
¡Hola!

Sé que una carta no hará que te sientas más cerca de tu familia, de tus amigos o de todo lo que forma parte de tu vida, pero quizás haga que te sientas menos solo por unos minutos.

Perdona, no me he presentado.. Mi nombre es Iolanda, tengo 28 años y soy de Barcelona. Al principio no estaba segura de escribirte, no sabía muy qué bien decirle a una persona que está pasando por todo esto, pero oye, se me ocurren tantos motivos por los que debes curarte, que no quería que se te olvidaran.

Para que te vuelva a dar la luz del Sol en la cara, para volver a cruzar miradas, para volver a abrazar, para volver a sonreír, para volver a sentirse libre, para volver a tomarnos un aperitivo, para volver a pasear sin restricciones, para valorar esos pequeños detalles que hasta que no paramos, no supimos valorar...

Deseo con todo mi corazón (y mi sonrisa) que en nada vuelvas a tu vida. ¡Ánimo! ¡La vida te está esperando!



Quiero agradecer a todos los que cuidáis de mi marido al padre de mi hija, se que está en buenas manos, que podemos confiar en vosotros. Si en algún momento le decís alguna palabra amable, Jaime os lo agradecerá aunque ahora no pueda expresarlo.

Que nunca os falte la fuerza y el ánimo para continuar con vuestra labor.

Somos muchos los que tenemos puesta la esperanza en vosotros, EN TODOS, desde el director, al último empleado. Ahora todos tenéis la labor mas importante y delicada, de velar por todos los enfermos.

MUCHA FUERZA Y MUCHAS GRACIAS

MOLTA FORÇA !!



297,0 x 210,3 mm

B. Niciu



NO ET CONEC PERÒ
AMB AQUEST DIU I X
Y ULL QUE NO ET
SENTIS SOLA MOLTA FORÇA

Desitjo que
aquella gran
curia totis



#JOEM
QUEDU
ACASA



ERIC
10 ANYS



Hace muchos años, cuando vivía fuera de mi ciudad escribía cartas semanalmente a un amigo (incluso a veces más de una) y después de todos estos años sin escribir...no imaginaba que mi siguiente carta sería para una persona que no conozco.

Como por el momento no podemos hacernos una presentación formal, pues me presentaré solamente yo.

Me llamo Amparo, tengo 43 años y vivo en Gijón, en la costa de Asturias. ¿Lo conoces? Si no es el caso, pues es una ciudad costera, muy viva en verano, bueno realmente todo el año, en el que la verdad es un privilegio vivir.

Trabajo en una empresa que se dedica al diseño de cursos de formación online, creación de portales de formación, producción de vídeo, publicidad... Yo me dedico a supervisar la calidad y de vez en cuando pues también a la maquetación de los cursos.

Estoy soltera y no tengo hijos. Es decir, que estos días estoy pasándolos sola en mi pequeñito piso. Tan pequeñito que con 54 pasitos voy de una punta a otra (54 de mis pasitos, que soy pequeñita). Aunque soy consciente del privilegio que supone poder recorrer esos 54 pasos todos los días, cuando quiero, como quiero y con salud.

Estos días, pues trabajo en casa, lo que también considero un privilegio ya que mucha gente no tiene la suerte de poder seguir haciendo su trabajo.

¡Y menudo rollo sobre mi que te estoy soltando! La verdad que me he lanzado a escribir pensando que quizás podría animar a alguien pero no tengo la virtud de un escritor para escribirte algo súper bonito.

No te conozco, no sé que puede gustarte para recordártelo y hacer que este tiempo mucho más llevadero.

Pero hay cosas que todos deseamos y que pronto volverás a hacer: comenzarás por un abrazo, el más grande de tu vida a tus seres queridos, lleno de lágrimas y emoción.

Parece que a continuación, deberíamos irnos al bar jeje, que parece que nos han vuelto locos sin ellos, pero creo que irás a pasear. Si vives en Madrid (ni siquiera lo sé) no podrás pasear al lado del mar pero cualquier parque, jardín o calle será especial para volver a sentir la sensación de pasear por pasear, observar por observar, dejar pasar el tiempo embelesándote con todo lo que te rodea.

Y ahora que ya te has reencontrado con todos tus seres queridos, con tu calle, con tu parque, con tu espacio...ahora sí...habrá que irse al bar :)...con todos ellos a brindar por las cosas buenas que os esperan a partir de ahora.

Si alguien está leyéndote esto, me gustaría decirle también GRACIAS. Os las damos todas las tardes a las 8 (no sé si sabes que la gente sale a los balcones a esa hora a aplaudir el esfuerzo de todo el personal de la sanidad de este país que se está dejando el alma y más durante estos días), pero no serán nunca suficientes para agradecer lo que estáis haciendo. GRACIAS.

Si lo estás leyendo tú, díselo a todos los que te cuidan eh. Seguro que tú les das las gracias todos los días. Decía Bécquer que "quien puede hablar con la mirada, puede besar con los ojos". Así que lanza besos todos los días a los que te rodean ahora.

Y bueno me despido...no es la mejor carta que habrás recibido pero le he escrito con la mejor intención del mundo y con unas ganas tremendas de que te recuperes pronto.

Esto seguro que también pasará y saldrás más fuerte que nunca a vivir cada día tu vida.

Mucho ánimo de corazón, muchísima fuerza y te deseo que pronto quizás, puedas responder a estas palabras.

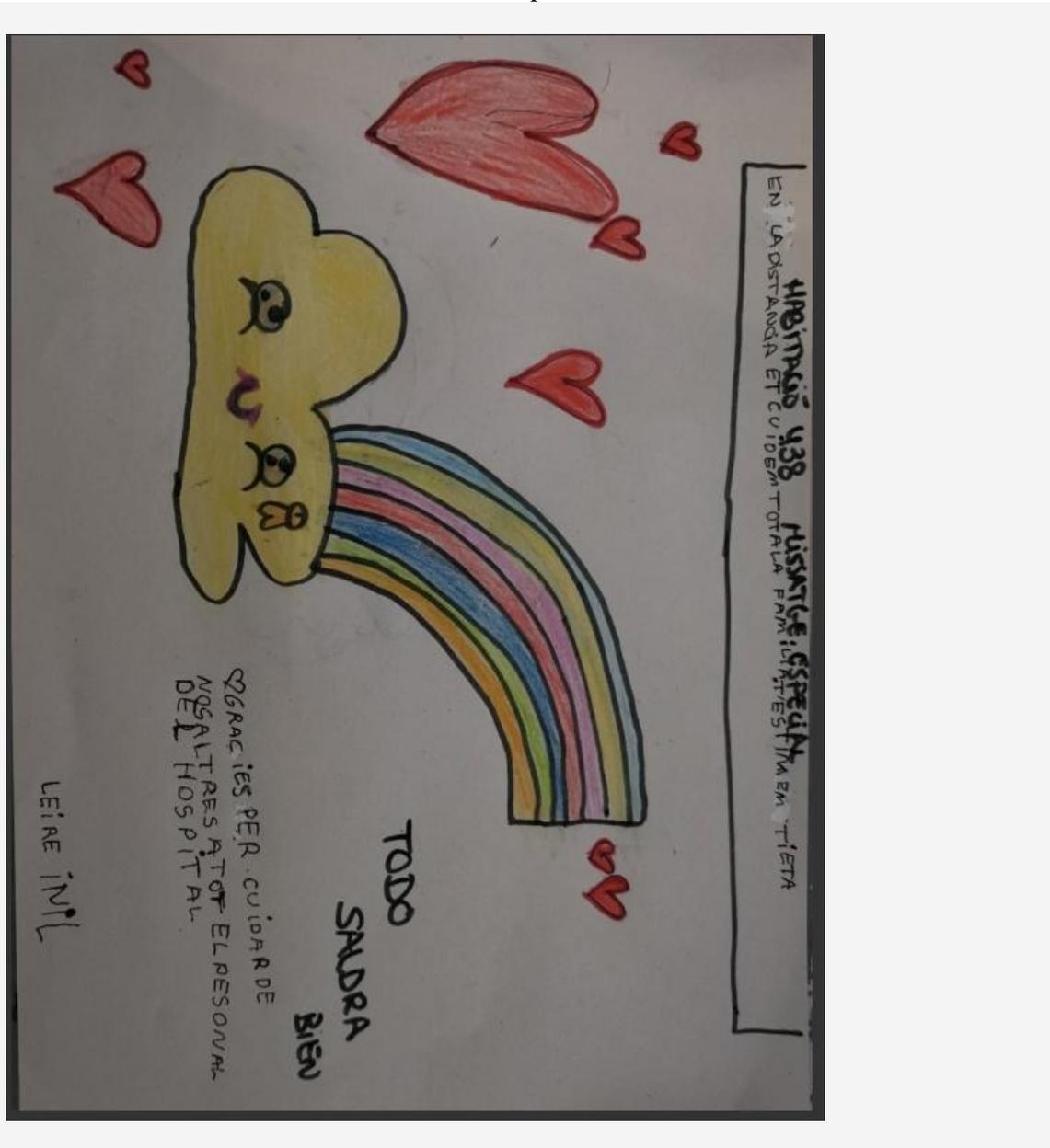
Un abrazo enorme y un beso.

Pronto estarás bien y te divertirás a lo grande,
te deseo una pronta recuperación



De Marta
de Sabadell

Hola, us envíe un dibuix per tots el metges, enfermeros, personal de neteja, de menjar, etc., es a dir tot el personal del hospital per agrair-vos la feina i a demés si podeu ferlo arribar a la habitació 438 on está una tieta nostre ingresada i no em pogut parlar amb ella desde fa dies.
Gracies per tot.





Judit

3r.E.P

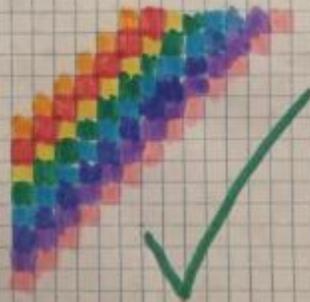
30-3-2020

Jo vos dono gràcies a tots als que
fan tot per a ajudar-nos a les per-
sones.

Gràcies als metges per curar-nos per
al coronavirus.

Gràcies als científics per investigar
productes per ajudar-nos

Gràcies als que ens protegeixen
als policies.



Salutacions Marta

En aquests moments tan delicats, els metges i sanitaris sou el puntal bàsic per a salvar la Humanitat. La vostra capacitat de treball, la vostra solidaritat, amb risc per a vosaltres és admirable. Cada dia a les 8 de la tarda som molts els que sortim al balcó per aplaudir-vos i donar-vos ànims i sobretot per a que conservéssiu la salut. No esteu sols ni soles. Us admirem i us estimem. Aviat en sortirem de tot això, gràcies a vosaltres. La vostra humanitat sempre buscant el bé dels pacients, el vostre somriure, encara que per dintre esteu tristos ajuden als pacients. La primavera florida, amb el seu aroma ens acompanyarà aviat a tothom i podrem passejar per parcs, per jardins, pels camps i pels boscos olorant el flaire de la natura i també podrem anar a comprar i passejar per pobles i ciutats, gràcies a vosaltres doctors, doctores i personal sanitari. L'Administració us ha de tractar millor, desitjo. He participat en campanyes demanant als Governos més pressupost, més protecció per a vosaltres. Sóc mestra jubilada i als meus alumnes els impartia educació per a la salut, ensenyant-los a cuidar-se i a valorar i respectar als metges i sanitaris, perquè els mestres som el puntal de l'educació i els sanitaris sou el puntal de la sanació de les persones i de que les persones poguéssim tenir més qualitat de vida. Endavant, protegiu-vos bé i cuideu-vos. Ens en sortirem amb la vostra ajuda. Una forta abraçada. També sóc pacient de l'Institut Oncològic Doctor Rosell- Em dic Maria Teresa Mas Adell

Buenas tardes,

Después del aplauso de las 8 de la tarde que hacemos desde casa a todos los sanitarios me he decidido a escribir mi primera carta.

Conozco esta iniciativa a través de una red social, Twitter, gracias a mi amigo Andrés Suárez:

un cantautor gallego que además de cantar bonito escribe tan bien, que emociona a cualquiera con las letras de sus canciones y las cartas que escribe a diario a los que, como tú, estáis malitos en el hospital...

Siempre me ha gustado escribir cartas, las de toda la vida, de mi puño y letra, seguro que tú habrás escrito muchas e incluso las tendrás guardadas en casa, como yo tengo muchas de mis amigas, desde que estábamos en el cole.

Por cierto, permíteme que te tutee, así espero que me sientas más cercana... Aún no me he presentado, discúlpame, allá voy..

Me llamo María, soy de Sevilla y del Sevilla F.C, no sé si te gustará el fútbol tanto como a mí, pero seguro que conoces el himno del Centenario de mi equipo, cantado por "El Arrebato" que dice:

"Dicen que nunca se rinde y el arte su fútbol no tiene rival... Más de cien años lleva mi equipo luchando, y abanderando el nombre de nuestra ciudad. Ejemplo de sevillanía, familia rojiblanca del Sánchez Pizjuán... Un corazón que late gritando SEVILLA, llevándolo en volandas por siempre a ganar"...

Mientras te escribo este cachito de canción la estoy tarareando en mi cabeza, estoy con la piel de gallina y emocionada, como siempre que la canto... ¡Porque a mí también me gusta cantar como a mi amigo gallego, Andrés! Aunque no lo hago tan bien como él, cachis... ;)

No sé si las cartas que recibís son largas o cortas, yo nunca he mandado una carta corta, ya te voy avisando, así que prepárate para la que te espera...

Mis cartas eran como una especie de diario y le contaba a mis amigas lo que hacía en el verano, que siempre pasábamos en una parcela de un campo que teníamos en un pueblo precioso de Sevilla llamado Mairena del Alcor...

El sobre podía llevar 4 o 5 folios dentro y algunas cartas las escribía en varios días; así que siempre tenía que poner más sellos para que no me las devolviera Correos por exceso de peso y franqueo insuficiente y tenerlas que mandarlas de nuevo, que alguna que otra me pasó...

Así que esta carta no iba a ser menos ;)

Te cuento cositas sobre mí y los míos:

Somos tres en la familia, mi marido David, mi hija Alba, de 11 años, y yo.

Tengo la suerte de estar pasando esta cuarentena con ellos en casa y vivir enfrente de mis padres, que están mayores y con sus achaques varios, y podemos cuidarlos, aunque no les abracemos ni besemos estos días para prevenir que pillen cualquier virus...

El 1 de marzo cumplí 45 años y aún no he podido celebrar mi cumple porque en el puente del día de Andalucía cogí la gripe (que pilló mi niña Alba) y después bronquitis...

Así que he empalmado una cuarentena con otra, pero ya estoy bien, con mis defensas más recuperadas, y fuerte para seguir cuidando de mi gente y ellos de mí.

Ahí en el hospital sé que estás en las mejores manos, vas a ponerte bien y volver a casa pronto, estoy segura.

¿Qué más te cuento de mí? Para irme despidiendo, que no te quiero cansar con mi rollazo, que me enrolla más que una persiana, lo reconozco...

Soy psicóloga clínica, aunque ahora estoy desempleada y me dedico a mi casa y a cuidar de mis padres, con la ayuda de mi marido, que es un cacho pan y el hombre más bruto y cabezota del mundo, pero con un corazón que no le cabe en el pecho...

La mayor parte de mi familia vive en Madrid, allí tengo a muchos tíos y primos (mi padre es madrileño, es médico traumatólogo jubilado, se vino a Sevilla a estudiar la carrera a casa de su abuela paterna y aquí conoció a mi madre, en una Feria de Abril)... Una bonita historia de amor, de la que nacimos 4 hijos, tres niñas y el pequeño, el niño. Yo soy la segunda. Mi hermana mayor es periodista, pero actualmente trabaja cuidando niños... Estos días está encargada de cuidar a dos hermanos, hijos de un matrimonio médico, aquí en Sevilla. Mi hermana, la tercera, es veterinaria y trabaja en una clínica, cuidando de los perros y gatos cuando se ponen malitos y para tener sus vacunas en regla. Y mi hermano pequeño es maestro de Educación Especial y logopeda, trabaja en un Centro de Educación Especial llamado San Pelayo, aunque ahora no hay colegio y está en casa con mis padres, ese no se independizó, con lo bien que se está en casa de mamá, vaya tela con el chico de la familia ;)

Desde que era una niña me encantaba ayudar a la gente, también me gustaba mucho la radio, la música...

Quise ser locutora de radio, pero como no saqué la nota en Selectividad para Imagen y Sonido me metí a estudiar Psicología, mi segunda opción.

He trabajado de todo: comercial vendiendo enciclopedias y colecciones de arte, cine..., camarera dependienta en una Abacería del centro de Sevilla, teleoperadora haciendo encuestas por teléfono, vendiendo productos de telefonía e Internet, vendiendo seguros, y el último trabajo ha sido en atención al cliente de Renfe, para información y venta de billetes...

De psicóloga es de lo que menos he trabajado, unos meses haciendo entrevistas para selección de personal y un mes de sustitución por vacaciones de verano de la psicóloga de una Residencia de Ancianos de Madrid...

Fui feliz esos días que se me hicieron demasiado cortos, haciendo terapia con mis abuelitos y abuelitas de la Residencia, jugando al bingo, me enseñaron a jugar a muchos juegos de cartas...

Y nunca olvidaré los paseos que nos dábamos algunos días por el parque del Retiro, siempre que subo de Sevilla a Madrid me acuerdo de ellos... Bueno, yo creo que ya va siendo hora de despedirme, ha sido un placer escribir esta pedazo de carta para que la leas o te la lean en el hospital... Espero que este ratito contándote mis cositas haya

conseguido sacarte alguna que otra sonrisa, yo he estado muy a gusto escribiéndote, que lo sepas.

Un abrazo enorme desde Sevilla, hoy llueve y hace más fresquito que estos días atrás, pero siempre sale el sol y el buen tiempo está a la vuelta de la esquina...

Tanto mi hija como yo no salimos de casa para nada porque cumplimos a rajatabla el #YoMeQuedoEnCasa y el papi es el que sale a la farmacia para las medicinas de mis padres, bajar la basura y las compras de las dos familias...

Espero que te mejores pronto y que en nada estés de vuelta a casa. Mientras, sigue haciendo caso en todo a las auxiliares, enfermeras y médicos que te atienden y cuidan estos días, son los mejores que podías tener, te lo digo yo que lo sé ;)

Diles de mi parte que son mis héroes sin capa favoritos y que se cuiden mucho ellos también, ¿vale?

Besitos virtuales curativos de mi parte, de mi nene grande David y mi niña chica, Alba.

Lo estáis haciendo muy bien todos y estamos muy orgullosos de ustedes... Juntos saldremos de ésta, vamos pá'lante ;)

Esto es una carta para ti, que te estás recuperando en algún lugar.

Me llamo Claudia, tengo 25 años y soy una Odontóloga de Cádiz que vive en Valencia, lejos de su familia.

En Cádiz vivo en un lugar precioso donde se escuchan las gaviotas, pájaros y sobretodo el mar. Siempre he disfrutado de placeres pequeñitos como tomarme una infusión caliente en invierno en algún chiringuito a pie de playa mientras te va calentando el sol de febrero por encima de un par de capas de ropa. Es muy bello ver atardecer por aquí ya que dicen que se ve unos de los soles más naranjas que existen. Te invito a que vengas a la playa conmigo cuando te recuperes, que va a ser muy pronto, y veas lo hipnotizante que es ver cómo va cambiando de color el sol y el cielo; al principio tienes un sol amarillo que luego se transforma en naranja y finalmente en rojo. Lo acompaña el cielo que se torna en colores rosas y rojos.

Piensa qué es lo que te transporta a tu tierra y mantenlo en la mente, medítalo, seguro que es algo pequeñito que te dice que ya estás en casa. Lo que a mí más me gusta es el olor a sal (olor a hogar) y que se escuchan las olas como vienen, rompen en la orilla y se van. Eso es lo que va a pasar con este virus, va a irse muy pronto. Vas a ver como en cuestión de un abrir y cerrar de ojos todo ha pasado y estamos todos remojando los pies en la orilla junto con nuestra familia.

He hecho lo que hacia mi abuelo conmigo cuando estaba malita y creo que te ha ayudado. Me contaba algo muy al detalle, por ejemplo, dónde vivía cuando era pequeño en el País Vasco y

cuando pasaban 20 minutos contándome esa historia, ya se me había olvidado hasta qué era lo que me dolía. Lo echo de menos.

Ahora echamos de menos a nuestros familiares y amigos. Pero pronto saldremos más fuertes y unidos, más empáticos y humanos, querremos con más fuerza y los besos y abrazos serán más desde el corazón que nunca.

Desde mi casa te mando mucho ánimo y un abrazo gigante. Claudia.

Hola soy Lola.

Vuelvo a escribiros para daros mucho ánimo. Sigo con estas vacaciones en casa.

Os cuento cual es el día a día. Desayuno, recoger la cocina, si hace sol, asomé el cabeza por la ventana e intento tomar de esa vitamina que tanta falta hace, después veo un poco la tv, coso, más tv, preparar la comida, dormir un poco, más tv, hacer algo de ejercicio por YouTube, cena y dormir, así más o menos todos los días.

Espero que os recuperes muy pronto y podáis reunidos con vuestras familias. Un abrazo muy fuerte en la distancia.



Hola,

Esta carta es un listado de cosas para hacer una vez salga el enfermo del hospital.

Un abrazo grande y gracias por vuestro trabajo!

¿Has pensado lo que vamos a hacer cuando todo esto se termine?

Vamos a:

- ☑ Abrazar fuerte a tu familia.
 - ☑ Decir en persona lo que les quieres a todos los que has pensado en esta cuarentena.
 - ☑ Reconciliarte con esa persona que llevas tiempo pensando en hablar.
 - ☑ Organizar una fiesta grande con todos tus amigos.
 - ☑ Volver a desayunar en una terraza con un café y un pincho de tortilla.
 - ☑ Tomar el vermut al solecito en cualquier terraza de Madrid.
 - ☑ Quedar para tomar esas patatas a la brava en el aperitivo con una cervecita fría.
 - ☑ Comer un buen cocido madrileño.
 - ☑ Saludar a todos los profesionales que nos encontramos de camino de casa al trabajo.
 - ☑ Sentir el césped en los pies.
 - ☑ Organizar un viaje dentro de España para ayudar al turismo español.
 - ☑ Preparar la comida que en estos días has echado de menos a tu familia.
 - ☑ Merendar una buena torrija.
 - ☑ Ir a la verbena de la paloma.
 - ☑ Pasear descalzo por la playa mientras escuchas el sonido del mar.
 - ☑ Ir a la pradera de San Isidro a celebrar la fiesta de nuestro patrón.
 - ☑ Pasear por el centro de Madrid y acabar en la Almudena viendo los mosaicos de Rubnik.
 - ☑ Comer un bocata de calamares en la Plaza Mayor.
 - ☑ Salir por la noche para tomar un gintonic mientras bailamos quemando la pista de baile.
 - ☑ Tomarnos las uvas viendo el reloj de la Plaza Mayor.
-

-
- ☑ Tomar una tortilla de patata y una ensalada en el combo de la Plaza de Olavide.
 - ☑ Seguir probando pollos asados a domicilio.
 - ☑ Ir a un concierto en el Wizin Center.
 - ☑ Ir a la Plaza de Toros de las Ventas (o a ver una corrida o a un concierto, tu eliges).
 - ☑ Pasear por El Escorial.
 - ☑ Comer una hamburguesa en Alfredo's Barbacoas
-

¡Qué bien que me tengas entre tus manos!

No nos conocemos, o quizá sí... Creo que nos encontramos pasando unas circunstancias tan especiales que estamos todos en un mismo barco y más unidos que nunca. Es un viaje extraño, que no habíamos contratado ni queríamos hacer, pero que nos lleva a lugares que no conocíamos. Tú ahora estás en un destino no deseado, una cama de hospital, pero tienes alrededor a unos marineros expertos y muy sabios que te llevarán de la mano al mejor lugar posible.

No sé si te gusta más la montaña o la costa, pero cuando salgas de aquí estarás respirando aire puro en tu lugar favorito: un monte que escalaste el pasado verano, la playa donde te dieron el primer beso o una excursión al campo para comer con tu familia un buen bocata de tortilla de patatas (con o sin cebolla, en esta discusión mejor no entrar). Me encantaría que ahora pensaras en todas esas pequeñas cosas que te gustan y te emocionan. Somos lo que recordamos, así que desempolva tus recuerdos y empieza a sacar de esa caja de

Pandora cosas bonitas que te hagan sentir bien.

A mí, por ejemplo, me encanta recordar la algarabía del chupinazo de las fiestas de mi pueblo (en plena sierra burgalesa), el olor de mis hijos cuando nacieron (sí, aún lo recuerdo y han pasado más de 11 años), las comidas familiares o alguno de mis viajes. Seguro que tú tienes un recuerdo viajero que te cambió la vida, lo sé, acabas de recuperarlo... Pues disfruta de él. Pasea de nuevo por esa localidad. Cierra los ojos y teletransportarte a ese día y en ese lugar. Siente las sensaciones que tuviste, las voces de la gente que te rodea, las risas de tu familia por tus ocurrencias...

Cada vez que te encuentres solo o veas que la desazón intenta hacerse un hueco en tu mente tienes que hacerme un favor. Utiliza este SUPERPODER. Vuelve a tus recuerdos, es tu mejor escudo. Las experiencias vividas te han hecho ser lo que eres, y tus recuerdos te devuelven a ese paraíso que has ido creando. Vuelve a él cuando lo

necesites, al principio cuesta, pero en cuanto tengas un poco de práctica verás que con solo cerrar los ojos sientes una y otra vez la libertad de decidir dónde y cómo estar.

No es fácil estar postrado en una cama. No lo has elegido, pero todo va a pasar y saldrá bien. Todos estamos haciendo un esfuerzo para que esto termine pronto y tú muchísimo más. Estás luchando como un titán para hacerlo posible. Eres muy fuerte, lo has demostrado muchas veces en la vida, seguramente más de las que hubieras querido, y esta es una batalla más. Es una lucha dura e ingrata, pero estamos todos contigo, de verdad, cada día te empujamos. Escucha los aplausos, siempre a las 20:00 h, que os damos desde nuestras ventanas a todos los héroes. Son para vosotros, los que estáis librando esta batalla. Recuerda, mira hacia atrás, estamos millones de personas contigo, yo soy solo una voz, pero te aseguro que hablo por todos ellos. Y si no te llega el batir de nuestras palmas, abre tu corazón y seguro que lo escucharás. Mi familia y yo estamos y estaremos todos los días aplaudiéndote. Créeme.

¡¡Un abrazo enorme!! Tus nuevos amigos te esperamos aquí fuera ;-D

¡¡VAMOOOOOOOOOOOOOOOOOOOOSSSS YA QUEDA MENOS!

Hola amig@,

Me atrevo a llamarte así, porque estamos más cerca de lo que crees. En este mundo globalizado que nos ha tocado vivir, tú estás en una cama luchando como un león contra este maldito bicho y yo te escribo a cientos de kilómetros para darte aliento. Pero, mira, al final estamos juntos en estos. Tú en primera línea de batalla y yo dándote aliento como toda la gente que te quiere y está mandándote toda la fuerza del mundo para que muy pronto vuelvas a abrazarles.

Ahora estás aislado, todos lo estamos, pero también todos necesitamos volver a besarnos, a sentir la brisa del mar en nuestro rostro y a compartir una tarde con amigos sentados en una terracita. Y, ¿sabes qué? En realidad, ya queda menos para que esto suceda. Es cierto, lo estás pasando mal y no ves el momento de abandonar el hospital y cada día se hace eterno. Pero no te olvides de que bien prontito estarás respirando el aire de la preciosa sierra del Sit o visitando tu playa favorita del Mediterráneo. Justo esa en la que has hecho castillos de arena cuando eras un crío o donde te gusta pasear para ver esos atardeceres del Mediterráneo que tanto envidiamos en la meseta.

Nadie estamos preparados para estos avatares con los que nos sorprende la vida. Sin embargo, estoy totalmente convencida de que todos saldremos de esta más bellos por

dentro y más fuertes, mucho más poderosos, sobre todo tú que estás librando una dura batalla que, en breve, vas a ganar.

Cuando salgas, tendrás que festejarlo a lo grande con tu familia y amigos. Ya sabes, al principio será con una videoconferencia de grupo, pero dará igual, porque ya nos hemos acostumbrado a besarnos y brindar a través de una pantalla. Y, dentro de algunas semanas, recuperarás tu vida anterior y volverás a convocar a todos los que quieres en torno a esa paellita que tan rica te sale para celebrar la vida. Todos tendremos una nueva vida, porque nada será ya como antes, y porque lo mejor siempre está por venir.

Mi familia y yo queremos enviarte un abrazo enorme y recordarte que cada día, a las 20:00 horas salimos a aplaudirte a ti y a todos los valientes que estáis enfrentándoos a esta dura batalla con todo el coraje del mundo. Te admiramos y te alentamos. Estamos contigo, no lo olvides, y cada tarde cierra los ojos y escucha los aplausos de toda España que está con los verdaderos héroes, los que estáis en primera línea. Antes de lo que crees, estarás con tu familia. Como decía la canción de Loquillo, vamos ¡a por ellos que son pocos y cobardes!

¡¡¡¡VAMOOOOOOSSSSSS!!!!





HOLA AMIGO O AMIGA:

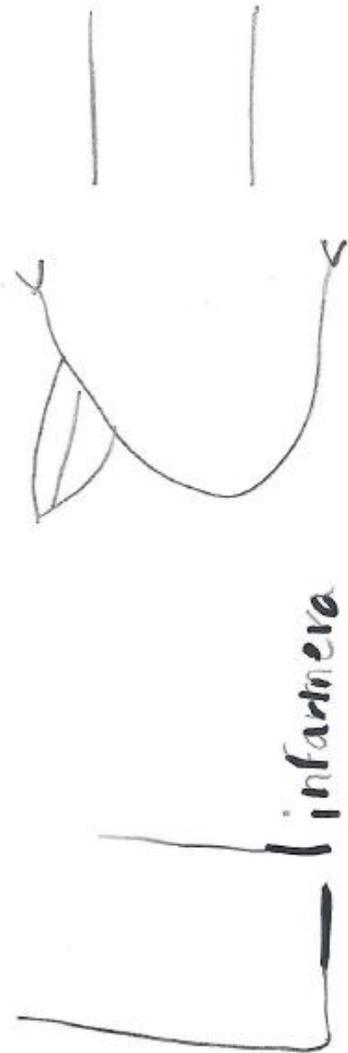
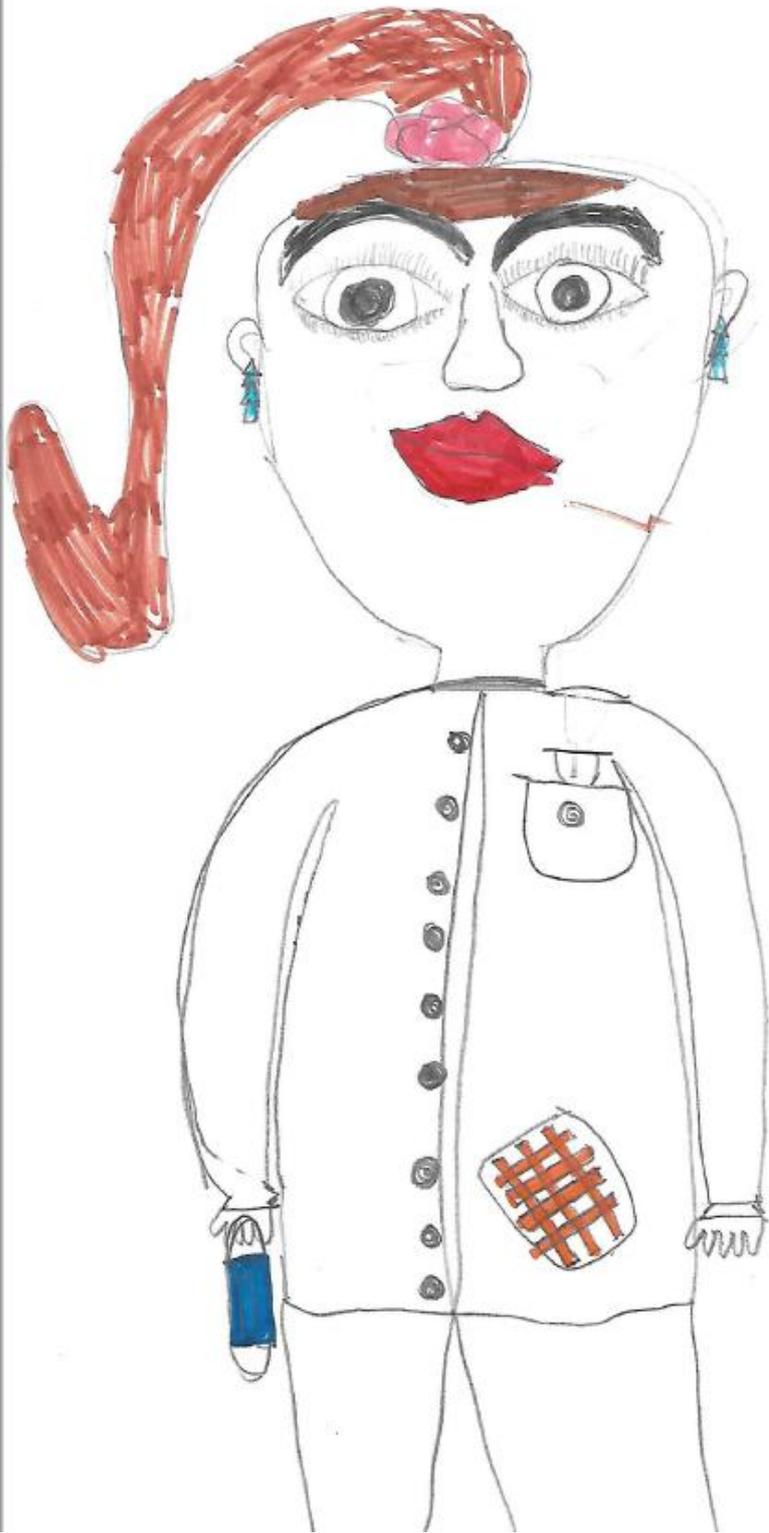
Es increíble lo que pueden llegar a unir las crisis. Jamás pensé que me pondría a escribirle cartas a desconocidos. Nunca he sido muy de hablar con extraños, pero creo que esto es diferente. Te resultará gracioso pero no creo que seas un desconocido/a. Ya has visto que he empezado mi carta incluso llamándote amigo/a. Lo creo así porque en realidad todos estamos en el mismo barco; lo veo cuando no discuten los políticos, lo veo cada vez que me asomo al balcón a las ocho y están todos mis vecinos aplaudiendo, y lo veo cada vez que enciendo la televisión y este “cabrón” lo engancha hasta el más rico. Todos somos iguales y todos luchamos contra lo mismo.

No, yo no estoy ingresada puedes estar pensando. No, estoy encerrada en mi casa y afortunadamente (por el momento) sana pero estoy contigo. Te he confesado que no siento que seas un desconocido/a y por eso me voy a sincerar; estoy francamente orgullosa del ejemplo que me estás dando con tu lucha. Estás luchando contra algo que no conocemos, ni sabemos cómo frenarlo. Y ahí estás tú, al pie del cañón y viviéndolo en tu propio cuerpo. Necesito, necesitamos que le venzas. A mi me tranquiliza mucho ver que hay casi **17 mil recuperados** en España y no sabes cuánto deseo que te unas pronto a ellos, amigo/a. Ojalá puedas estar en seguida con tus seres queridos y lejos del Hospital. Te mando toda mi fuerza y mejores ánimos para que recibas el alta cuanto antes.

Me consta que las personas que te están cuidando se están esforzando todo lo que pueden. Tengo que pedirte un favor: hay una persona a la que quiero mucho que está haciendo lo imposible para que estéis bien. Necesito que le des las gracias de parte de “María La Clavilla” a todas las personas que estén contigo. Me conoce y seguro que se pone en contacto conmigo para decirme que has recibido mi carta. Espero que des con esa persona tan especial para mi y sobre todo **QUE TE MEJORES CUANTO ANTES.**

GRACIAS POR DEMOSTRARNOS TANTO.

Malg.P.B.



Linfameva

1ab. P. B. 11



Hola compañera, amiga o vecina.

Quién diría que algún día nos encontraríamos en esta situación.

Se vienen días buenos y malos, de incertidumbres y de esperanzas. Pero siempre hay algo de que agarrarse.

A esa compi de unidad, a la que avalanchas a preguntas o le explicas esa mierda de día que has tenido, o con la que hechas unas risas en el office mientras comes esas gominolas deseadas. Aunque sea duro con mascarilla, gafas y batas especiales. Siempre hay esa complicidad entre nosotras, esa sonrisa escondida detrás de esos ojos cansados y ese miedo del que pasará ahora.

¿Pero sabes qué? Esto acabará, sea de un modo u otro terminará, y todo será un mero recuerdo. Un recuerdo de cómo te superaste y saliste hacia delante. Un recuerdo de cómo te enfrentaste a la realidad y protegiste a tu familia para que ellos estuvieran bien. Un recuerdo de cómo cogiste fuerza en los peores momentos y saliste adelante. Por eso y mucho más, millones de personas salen cada día aplaudirte en la ventana.

De todo corazón, de una compañera, amiga o vecina muchas gracias. Gracias por cuidar de cada uno de los pacientes con esa sonrisa i tranquilidad.

Mucha fuerza y a seguir luchando,

De una enfermera que está luchando como tú.

Hola!!

No es fácil estar en esa situación, entre cuatro paredes solo sin saber que hacer. Viendo solo unos ojos que te saludan en cada turno y te preguntan como estas o te dan medicación que necesitas. Esta carta era para animarte pero sabes que...

Pensar en la situación que estas viviendo ahora mismo no me parece nada fácil, porque es un momento que solo lo estás viviendo tu y además, cada uno lo vive a su manera pero aun así siempre hay algo positivo y bonito. Ahora mismo esta pasando, una persona anónima, desconocida a decidido escribirte una carta. ¿Quién podría ser? Al igual es tu amigo, vecino o incluso la enfermera que ves entrar cada día por esa puerta.

Igualmente si estuviera en tu situación, me imaginaria cada día como una fiesta. Sí! Una fiesta donde la temática es siempre la misma pero al igual en diferentes contextos: que si un día parece que sea la casa de papel, otro día las cazafantasmas e incluso me la jugaría diciendo los minions. Y de fondo se escucharía una canción infantil pero muy de fiesta, que a mí me persigue mucho e incluso saca alguna sonrisa alguna vez. Que dice:

*Si estas trist i et manca l'alegria
fes corre la melàncolia
vine amb mi t'ensenyaré
la canço de la felicitat.
Mou les ales, mou les antenes,
donem les dues potetes.
Vola per que i vola per allà,
la canço de la felicitat.*

¿Puedes imaginártelo? Fácil no es, pero a partir de ahora inténtalo, cada día plantéate una película o serie. Y ríe, ríe y sonríe. De esta todo se sale y se tira para delante. En poco tiempo veras a todo el mundo, podrás disfrutar del sol y quedarte mil horas en la calle. Pero ahora te toca un gran trabajo: ser fuerte, paciente y saber esperar. Déjate cuidar y mimar por todos los que están en el hospital y piensa que todo pasará y será un mal recuerdo, pero al fin y al cabo un recuerdo.

Mucha fuerza, ánimos y a por todas,

Una persona anónima.



PER L'EQUIP DE L'UCI DE DEXEUS

Abans de passar tota aquesta bogeria, vaig estar un dia amb vosaltres després d'una intervenció.

A banda de fer una feina encomiable a nivell professional, doneu recolzament al pacient quan està en una situació especial o crítica i té molt limitades les visites. Sempre ho feu un somriure i optimisme que es d'agrair quan estàs en aquestes instal·lacions.

Jo no havia estat mai a l'UCI i, aquest dies, reflexionant he recordat que al sortir; marxem de la vostra unitat estirats a la llitera sense veure a la gent que t'ha atès. Si es cert que donem les gràcies, a infermeres, auxiliars, metges, a qui et neteja l'habitació o al portalliteres de la mateixa manera que ho fem a plant.

La diferència es que quan marxés de l'hospital surts encantat de tornar a casa i al sortir dones les gràcies al personal de planta que et vas trobant. Al sortir de l'UCI ho fas pensant en que, uff surto, però encara et falta passar per planta per sortir del maleit hospital.

Aquest dies veien les notícies em vaig adonar que, al marxar, em va faltar fer-vos arribar les

gràcies

gràcies per cuidar-me, gràcies per cuidar a tothom en els moments més fotuts, gràcies per assumir el risc d'un possible contagi i prioritzar l'assistència dels pacients. Gràcies per tenir aquest caràcter tant vocacional en un mon tant egoista, gràcies tenir sempre un somriure a la cara

Gràcies moltes gràcies

Un dia més, un dia menys.

Montse

Mi querida amiga o amigo anónimo,

quiero que sepas, que desde mi más profundo sentimiento estoy a tu lado. Es por ello, que también me ofrezco voluntaria como experta en detección de RT-PCR para coronavirus. Quiero que sepas que todas las noches a las 8, aplaudo por tí y por los que te cuidan, limpian, en el balcón de mi casa, y se oyen infinidad de aplausos y sireneras tenemos un trompetista y todo,

Déjame que te cuente una historia,

Mi nombre es Noela, viene del hebreo porque la esposa del nieto de Noé que tanto amaba, se llamaba Noela. Mis padres me lo pusieron, porque alguien de manera casual, les aventuró que sería una niña, y que el nombre que ellos había elegido para mí no era el más adecuado, Y efectivamente fui una niña, el nombre que habían elegido era Olaia, y me lo cambiaron tras estudiar los significados de los nombres. Mi padre, se puso a estudiar los nombres y encontró el mío. Noela, la fundadora del Puerto de Noia, (A Coruña), la esposa del nieto de Noé. Y mi nombre, en las dificultades y avatares de la vida ha sido de gran valor.

Hace dos años, estaba como tú estás ahora, pero de acompañante.

Le diagnosticaron a mi marido un cáncer ya en fase terminal, y para protegerlo durante el invierno de las gripes que asolaron a España, muy fuertes, nos protegimos en casa sin salir y en el hospital sin movernos de la habitación durante largos meses. Yo salía a ducharme y a traerle pijamas de casa, en tiempo contrarreloj, porque para mí cada segundo y minuto del día era único. Cuando lo diagnosticaron, le daban a penas un mes de supervivencia. Pero, yo siempre he creído que el poder de la mente, de la ilusión es mucho más fuerte que el de cualquier tratamiento o cualquier enfermedad.

Como bióloga molecular, te diré que nuestras células fabrican todo lo necesario. Fabrican millones de proteínas, así que confié en que ellas fabricarían y resistirían todo lo que pudieran, hasta el último soplo de energía que tuvieran...

Y también sé, que el amor, el miedo, la tranquilidad, son estímulos que se traducen a proteínas, y que las fabrican las células. Así que empecé a animar a las células de mi marido a que fabricasen estímulos de paz, de tranquilidad, de amor, de esperanza, **de fortaleza**...

¿Y cómo lo hice? Pues con **palabras**, las palabras son la vida o la muerte, son la desesperanza o la esperanza. Todas mis palabras, en las cuales yo creía eran de **PAZ, ESPERANZA, TRANQUILIDAD, DE CONFIANZA, DE ACEPTACIÓN, DEL PODER DEL AMOR.**

Él era muy creyente, al igual que yo. Así que ¿cómo no creer en las palabras? Si decimos: "*el verbo se hizo carne y habitó entre nosotros*"... efectivamente, lo que pensamos y creemos y decimos, puede hacerse real.

Cree en ti, habla contigo mismo: "**me curaré, me sanaré, esto lo supero sin problemas**", habla contigo mismo desde la paz y transforma tus pensamientos de desesperación o desolación por la incomunicación, en un momento de intimidad personal, que te es regalado simplemente para que quizás, aprendas de ti mismo un poco más.

Contempla con tus pensamientos, los escenarios más bonitos, tranquilos.... La imaginación es el poder más grande que tenemos, y vive en nosotros mismos. Verás, cuando te encuentras de frente con la situación que yo viví que es semejante a la tuya, te das cuenta de que la belleza no está en viajar, en gastar dinero, en hacer cosas o haberlas hecho. La belleza está en los días nublados, o soleados, en las cosas sencillas de la vida.

Dormí durante meses en una silla de hospital, rota. Con las rodillas plegadas. Comí a horas extrañas, cuando él se dormía, un bocadillo durante meses. No salí de casa ni del hospital, durante meses. No interaccioné con nadie, durante meses. Y los pocos médicos que nos visitaron y nos conocían, decían...

- ¿pero ¿cómo es posible que tengas tan buena cara después de todo esto?, no se te nota que duermes aquí, ¿aquí duermes, en esta silla?. No tienes cara de cansada, ¿cómo lo haces?

¿Y sabes cuál era mi secreto?

Que **mi fuerza de voluntad**, para estar a su lado, era **MÁS GRANDE**, que **cualquier dificultad que el destino** me pusiera por el camino. Es más, me tomaba **cada dificultad como un entrenamiento, para fortalecer mi alma**. No hubo un día que no me riese, no me alegrara por algo, lo buscaba con mi pensamiento...

Mi querida amiga, o mi querido amigo,

*Hoy no tengas duda que mi **FUERZA DE VOLUNTAD PARA QUE TE CURES**, está de tu lado. Que sepas que **estoy contigo, en la adversidad y en la felicidad**. Viaja con tu pensamiento lejos del Hospital y vive dentro de ti, aquello que te haga sentir mejor, escucha la música con tu imaginación, baila con tu imaginación y fortalécete en la dificultad.*

Te diré, que mi marido rompió cualquier pronóstico, nadie se lo podía creer. Pero se tuvo que marchar, porque era el momento de convertirse en un ángel de la guarda, simplemente porque necesito más ayuda desde el cielo.... Y me quieren tanto ahí arriba, que se van para dar más fuerza a los de aquí abajo. Así que se fue muy feliz para ayudarme más. En cambio tú querida amiga o amigo, estás ahí para enseñarle a todos a los que te rodean que de toda dificultad se puede salir, con fortaleza a pesar de todas las dificultades. Serás el ejemplo vivo de fuerza y de lucha por la vida, y eso será lo que impacte realmente a los que están cerca de ti.

Yo creo mi querido amigo o amiga,

*que esta situación que vives es para enseñarte a perder el miedo, a todo lo que existe en este planeta. Saldrás fortalecido de esta situación, con más amor, más comprensión, más cariño, y más energía que nunca. Serás un **SUPERHÉROE** o **SUPERHEROÍNA** como la de los comics... yo me convertí en Superwoman... y me encanta!*

*Recuerda tu **nombre**, y recuerda que toda la fuerza que necesitas está dentro de ti, porque las células respiran y obtienen toda su energía mediante unos pequeños orgánulos, con un nombre raro se llaman mitocondrias, Se les han cedido TU MADRE, TU ABUELA, TU BISABULEA, TU TATARABUELA, Así hasta la primera mujer... **Acuérdate de ellas, de los fuertes que fueron, de todo lo que superaron para estar a tu lado.***

Y confía en ti,

en los tratamientos, en el reposo y en tu propia fortaleza interior para salir de esta situación,

*Con mucho cariño,
Y desde el más profundo respeto,*

Se despide tu amiga,
Noela.



Un abrazo muy fuerte,
Miryam Suero

Hola querida o querido,

Aunque yo no sea la parte importante de esta comunicación, me gustaría presentarme.

Me llamo Paula y estoy en el último año de Doble Grado de Derecho y Administración y Dirección de Empresas en la Universidad pública del País Vasco. Tengo 24 años, recién cumplidos. Trabajo a jornada completa en un despacho de abogados que reclama contra los bancos a la vez que termino la carrera. Y me he dado cuenta que todo esto no sirve de nada si no tenemos salud.

No quiero aburrirte, pero te sigo contando. Vivo en un pueblito llamado Santullán, cerca de una ciudad de Cantabria preciosa llamada Castro Urdiales, casi frontera con el País Vasco. Es una ciudad pequeña de uno 50.000 habitantes. Con mar. Esa maravilla que es el mar. Cuando salgas de ahí sería genial que vinieras a visitarla, porque vas a salir. Las playas y el puerto son estupendos. Se come genial. Te lo recomiendo sobre todo en verano, pero ven cuando quieras.

Me gustaría saber qué decirte pero no lo sé. Nunca pensé que me encontraría en esta situación.

Sólo quiero que sepas que fuera de ahí todos estamos remando hacia la misma dirección para que esta pesadilla se termine. Que cuando aplaudimos en la ventana también nos acordamos de vosotros, además del personal que os atiende, TODO el personal. Que no dejaremos que vuelvan a recortar en salud, investigación y derechos sociales. Que la situación pronto mejorará y tu serás una o un superviviente. Que tu familia se acuerda de ti a cada minuto que pasa aunque no pueda ir a verte. Que todos piensan (pensamos) en ti. Que nos quedaremos en nuestras casas el tiempo que sea necesario para que nada empeore. Que mis pensamientos están contigo. Que tienes todo mi apoyo y mi cariño, de corazón.

Por último decirte, que creo que con esto aprenderemos a ordenar nuestras prioridades de nuevo y no perder el tiempo en cosas sin importancia pudiendo estar ayudando a alguien que lo necesita o disfrutando de nuestro tiempo con las personas que amamos.

No te conozco, pero aquí estoy.

El abrazo y el beso más fuerte del mundo, te deseo toda la fuerza del mundo. Volveremos a abrazarnos dentro de muy poco. Espero que esto te saque una sonrisa

Paula

No sé para quién estoy escribiendo, ni quién va a leerlo. Ni siquiera sé si tú, querida lectora o querido lector, estarás en una situación emocional parecida a la mía o si se aleja bastante a mi realidad. Pero hay algo de lo que sí tengo certeza y es que, aunque sea desde escenarios distintos, compartimos sensaciones y sentimientos parecidos. Tristeza, impotencia, incerteza y malestar con uno mismo son probablemente lo que estaréis sintiendo en estos instantes. No estáis solos.

Nadie sabe con certeza hasta cuando va a durar todo esto. Pero lo que sí que quiero darte con esta carta es ánimo. Todo va a salir bien, aunque sea en la distancia. Familiares, amigos y conocidos, todos están a la espera de poder veros, abrazaros y pasar tiempo con vosotros. Que aunque estén en sus casas a salvo del Corona, están ansiosos de poder hacerte una visita, preguntarte cómo estás y observar cómo saldrás de ello con valentía, orgullo y salud.

Un abrazo enorme y muchísimo ánimo,

Andrea
