

EL PERMISO DE RECIBIR

"La persona que no está en paz consigo misma será una persona en guerra con el mundo entero."

Gandhi

El 12 de mayo de algún año perdido en el calendario del tiempo, un grito resonó en medio del desierto de mis días, cuando me enfrenté a lo que era, cuando vi por primera vez aquello que había estado ignorando todos estos años. Una a una, las murallas fueron haciéndose visibles, algunas cayendo frente a mis pies, otras muy firmes aún, y lloré tanto que los ojos encerrados en mi ego al fin pudieron observar lo verdadero, lo que siempre estuvo ahí. Se abrió una herida profunda que sabía que estaba tapada por otras superficiales. Solo cuando mi boca cesó de emitir gemidos de angustia y gritos de sufrimiento, la herida comenzó a sanar. Aún continuó haciéndolo mientras sigo estirando mis músculos entumecidos a la vez que me sumerjo en el corazón del perdón y el amor eterno.

El médico había sido sincero y, como todos los intensivistas, muy duro: tenía muchas probabilidades de morir, su corazón también había sufrido el colapso y solo le funcionaba la mitad. Únicamente existía una opción terapéutica viable, pero el médico se empeñaba en remarcarnos que no serviría para mejorar el pronóstico de vida, es decir, que si sus pulmones y su corazón no soportaban la bomba inicial que acababa de estallar en ella, el fármaco no ayudaría en nada. *Entonces, ¿para qué administrárselo?, ¿de qué dependía el que viviese? Únicamente de ELLA misma.* Después comprendería que así mismo fue. Solo ella se podía sanar. De hecho, justo a los pocos minutos de iniciar el tratamiento, comenzó a sangrar por la sonda nasogástrica y se tuvo que suspender. Otra complicación. No se podía hacer nada. No había otro fármaco. No existía un plan alternativo.

Con su corazón roto y pertrechado, el río escarlata de la vida perdiéndose por la boca y tres latidos diferentes en un mismo cuerpo, lo único que se podía hacer era rezar. La ciencia no nos daba solución ni tampoco explicación. Seguía sangrando sin parar por la boca y ninguno de los especialistas que pasaron por la UCI pudieron

encontrar el motivo. La suerte de ser médica es que me dejaban verla con más frecuencia que a otros familiares, aunque yo solía entrar lo menos posible y con cautela porque sé que, en situaciones agudas, la mera presencia incomoda a los profesionales que tienen que trabajar, sobre todo con pacientes de extrema gravedad. Además, cada vez que la observaba era un puñal más afilado y más hondo el que se hundía en mi pecho. No podía estar presenciando lo que quería negar, pero tampoco podía dejar de saber que su luz aún brillaba, tanto por la ansiedad que me invadía como por el sentido de la culpa. No era consciente de que ni la ansiedad podía cambiar el futuro ni la culpa modificar el pasado...

A veces las circunstancias son duras, aunque nunca vas a tener situaciones de las que no seas capaz de aprender y que no puedas gestionar. Hay veces que necesitas puntos oscuros en tu historia para descubrir quién eres, aunque te cargues con miedos. En ocasiones, el miedo se presenta como una fuerza oscura o como un dios maléfico que desea tu mal y entorpecerte. Esto no es real. No deja de ser una herramienta para darte cuenta de lo que estás haciendo.

Cuando desde la consciencia eres capaz de ver que todo **el universo, la vida, lo único que quiere es lo mejor para ti**, de la única forma que puedes responder es dándote el permiso de abrirte a recibir. Para ello hay que vencer la falta de merecimiento y culpa, ambos bien implantados en nuestra sociedad. Cuando se consigue romper con estos esquemas predeterminados, es una sensación indescriptible darse cuenta de que **cada día se abre para que seas quien eres** y ver cómo **la vida te da lo que necesitas**. Por ejemplo, si te quedas sin trabajo quizá sea para dedicarte al trabajo que siempre te ha gustado hacer o tal vez para evitar una enfermedad... si esta situación nueva que nos plantea la vida la evitamos, la negativizamos o te dejas asaltar por el miedo, te perderás este regalo.

Si hubiésemos sabido por aquel entonces, en cada una de nuestras células, que estamos viviendo un plan divino, un plan tan importante y tan vital para la evolución de la humanidad; si hubiésemos sabido que todo lo que nos pasa que no concuerda con los planes preestablecidos por nuestro ego es para apoyarnos y sacarnos de la pequeñez de nuestros pensamientos más oscuros hacia el brillo de nuestro mayor

sueño... si lo hubiésemos sabido, todo habría sido más fácil. Esta lección me la enseñó Nazaret más adelante.

Ella sabía que yo estaba a su lado, porque cada vez que me acercaba abría los ojos. Con otras personas no lo hacía. Yo lloraba sin consuelo, arrastrada en el rincón más lejano de la habitación y de mi ser, donde habitaba la absoluta oscuridad, donde nada cabía aunque nada existiese. Ella y yo solamente. Fuera tenía que mantener la compostura. Era la sanitaria de la familia, pero mi cara, cual poema, reflejaba todo lo que nunca he sabido disimular.

En esos momentos siempre recurría al *por qué ella, por qué no yo, cómo podía ser la vida tan injusta y cómo podía existir tanto sufrimiento* en una persona tan buena. Supongo que te resultará conocido. Ahora y solo ahora entiendo que todo es un proceso y que si nos viene eso es porque podemos afrontar la situación. Nunca nos vendrán circunstancias hostiles con las que no seamos capaces de lidiar. Ahora y solo ahora soy consciente de que la muerte y la vida son la misma cosa. Un recién nacido lo primero que hace es morir para cambiar su vida intrauterina por la extrauterina. El cambio de un trabajo es otro tipo de muerte, puesto que probablemente no vuelvas al mismo, pero precisamente muere para que nazca el que necesitas en ese momento. Igual pasa con el cambio de vivienda y de pareja. Son eso, cambios. Hasta la muerte es únicamente un cambio del estado físico y tangible de esta dimensión al energético.

Nuestro cuerpo está conformado por átomos y estos son en un 99,99% vacío, no hay nada de materia dentro. **¿Qué somos, entonces?** Energía. De hecho, es lo único que no se crea ni se destruye, solo se transforma.

El intensivista nos reunió a los padres y a mí. Nos dijo que allí no podían hacer nada más por ella. Si queríamos que su vida tuviese un ápice de esperanza había que trasladarla, puesto que el tromboembolismo se podía repetir en cualquier momento y su cuerpo maltrecho no soportaría un segundo impacto. Había que colocar un filtro de vena cava para evitar que esto no aconteciese. Sin embargo, el traslado tenía el mismo riesgo o más que permanecer donde estábamos, que seguir impasibles sin

hacer nada, puesto que podía desprenderse algún trombo con los baches de la carretera y provocar una parada cardíaca.

Decidimos, apoyados por el consejo del intensivista, arriesgarnos con el traslado. Los tres grandes hospitales de referencia de la ciudad estaban colapsados y no podían admitir a Nazaret en la UCI. Hice unas llamadas a compañeras de profesión que conocían estos hospitales y me corroboraron la información. No se podía hacer nada. Había pacientes intubados esperando en los pasillos, haciendo cola para poder colocarse en un lugar un poco más digno. A las horas nos reunió de nuevo el médico. Había conseguido que se admitiese el traslado al hospital de referencia de la ciudad vecina, donde Nazaret y yo nos conocimos, donde estudiamos, donde vivimos los momentos más intensos, donde empezamos a descubrir quiénes éramos. A pesar de la gravedad, estaba convencida de que si las circunstancias la habían enviado allí no era por casualidad. El ciclo de la vida no se cerraría en aquel lugar, se volvería a abrir para que tuviese un volver a empezar, un renacer.

LA CULPA

"Podemos perdonar fácilmente a un niño que teme a la oscuridad, pero la real tragedia de la vida es cuando los adultos le temen a la luz."

Platón

Hay una gran roca que llevamos arrastrando durante milenios y milenios. A pesar de su gran tamaño, no la vemos. Nos hace sentirnos lentos y pesados, andar encorvados, mirar hacia el suelo. **La culpa se instala desde el amor, aun cuando ni siquiera pronunciábamos frases completas**, para que poco a poco, en actos de amor, nos vayamos olvidando de nosotros mismos y apenas nos quede un recuerdo de lo que pesa la vida. Solo volviendo a ti podrás destruir la roca que tanto ha crecido a lo largo de los años. Solo arriesgándote a seguir a tu corazón podrás, erguido, comprobar que no hay nada más hermoso que tú, que lo que eres desde la desnudez de tu alma.

Lo primero que me dijeron mis compañeros intensivistas fue que no me subiera a la ambulancia de traslado. Este consejo supuso el primero que desobedecí. El médico de traslado me insistió para acompañarlo y no supe decir que no cuando tenía delante todos los ojos de mi familia clavados. El peor viaje de mi vida, sin duda alguna. Sentada al lado del conductor, el médico de urgencias me iba detallando en directo cada vez que Nazaret sufría una complicación y tenía que administrarle alguna medicación para estabilizarla. Este señor no era consciente de que en ese momento, a pesar de llevar mi disfraz de médica, era un simple familiar más, con la angustia y el dolor que pudiese tener cualquiera. Los kilómetros no pasaban y la noche caía con todo su peso sobre la ambulancia, pareciendo frenarla. Solo la luz anaranjada de la sirena quería transmitir algo de calidez en nuestros cuerpos helados, un poco de aliento mientras era conocedora de que la vida de Nazaret pendía de un hilo. Entonces descubrí que no fue casualidad que me tuviese que subir a la ambulancia. El conductor era la primera vez que iba a esa ciudad y se saltó la salida cuando estábamos llegando. Ya en la urbe, con toda la calzada levantada por obras, fui yo quien guié al conductor para poder llegar al hospital de destino, pues el navegador no estaba al tanto de los obstáculos que se habían presentado. Curioso

que comenzase nuestra peripecia siendo yo la guía, invirtiendo los papeles finales.

La dosis de medicación que podían usar para sedar a Nazaret era muy escasa, ya que su corazón estaba muy débil y el no ajustar bien la dosis le llevaba a latir aún con menos fuerza y frecuencia. Cuando la sacaron de la ambulancia, sus ojos estaban abiertos como dos soles, elevando un brazo en dirección al tubo endotraqueal, que bajaba rápidamente sin éxito. Ella no lo recuerda. Su llegada al hospital la viví como una pequeña victoria: no había muerto en el traslado. **Todo era posible porque ya estábamos en un lugar seguro.**

Al llegar a la UCI, el doctor que nos recibió, apodado “*Jesucristo*” por mi suegra por su aspecto físico y su buen hacer, nos dio las mismas expectativas que en el hospital de origen más pequeño: **“todo dependía de ella”**. El riesgo que habíamos asumido con el traslado para aumentar la supervivencia se había esfumado. La falsa seguridad se desvaneció. A pesar de encontrarnos en un hospital de tercer nivel (el más especializado) y con toda la tecnología disponible, no había nada que se pudiese hacer para salvar a una chica de treinta años cuya única aspiración era cumplir el sueño de ser madre. Estaba exhausta, derrotada, abatida, perdida... Aún no había llegado al modo zombi como conseguí meses después porque, a pesar de llevar veintidós horas despierta de forma ininterrumpida, los sentimientos negativos de dolor, ira, injusticia e incompreensión eran más fuertes que el victimismo puro.

Mi pensamiento negativo estaba directamente ligado al miedo al futuro que había proyectado: mi vida sin comodidades, sin mis rutinas, sin nadie que me acompañara a comprar ropa, que se encargase de la carpintería y fontanería de la casa... **No hay nada que dé mas miedo que lo desconocido y la libertad**, porque ambas implican responsabilidad y yo, en cierto modo, había descargado en ella parte de la responsabilidad que me tocaba como humana y tampoco estaba dispuesta a aceptar cómo era vivir sabiendo que nunca la volvería a ver. Recuerdo que, cuando ella no trabajaba, a veces me mosqueaba si llegaba a casa del trabajo y no estaba la comida hecha o la casa medio ordenada. Se lo había impuesto como obligación de forma totalmente automática, a pesar de que esa acción era un beneficio mutuo, para eximirme de la responsabilidad que suponía. Esto no era más que otro tipo de

pensamiento negativo, el juicio a los semejantes: **la culpa**. *¡Qué fácil es culpar a los demás!* De lo que no somos conscientes es que, cuando un dedo apunta a otra persona, hay tres que te apuntan a ti.

Nos educan desde la culpabilidad y, para no sentirnos indignos, nos enseñan que siempre hay otro peor que nosotros: el culpable. Cada vez que hacemos un juicio tiene que haber una sentencia, un culpable y, por ende, un castigo. Qué gran falacia... Esto solo perpetúa lo que no supe comprender de forma adecuada en el pasado y crea un mal futuro que se basará en reiterar lo que hice mal en el pasado por no saber entenderlo, formando un círculo vicioso.

No hay nadie ni divino ni humano que nos pueda hacer tanto daño como nosotros mismos. Nuestro nivel de tolerancia al maltrato externo es directamente proporcional al maltrato interno. Así que, igual que puedo convertirme en mi peor enemiga, puedo ser mi mejor aliada. Se me había olvidado, como a muchos otros, que **nadie puede hacer nada más hermoso por mí que yo.**

Me fui a casa de mis amigos que, con todo su amor, me acompañaron en cuanto se enteraron de la noticia. Creo que pude desconectar unos diez minutos de las dos horas que estuve fuera de hospital. Al despertar creí durante un instante que todo había sido una pesadilla. Maravilloso instante... pero de nuevo me di de bruces con la realidad. Todo seguía igual que diez minutos antes. Lloraba como un niño, con tal desconsuelo que, descansando en la habitación más alta de la casa, mis amigos subieron asustados a consolarme.

Ella seguía sangrando por la boca sin tregua y tampoco allí daban con la causa. Yo sí la sabía. El tratamiento que comenzaron a administrarle y tuvieron que parar era muy perjudicial para los bebés y seguro que fue su manera particular de protegerlos. En ese momento hubiera sacado a los bebés de un jirón. Craso error otra vez. No los quería allí porque los veía culpables de la situación y pedía que se murieran y dejaran nuestra vida en paz, que volviese todo a ser como antes. Hubiese cambiado mi disfraz de sanar vidas por el de verdugo a toda costa debido al sufrimiento que, según mi parecer, ellos nos estaban causando. Maldecía la hora en que se nos ocurrió

jugar a ser madres. Hoy, en cambio, la bendigo.

Según los budistas, **el dolor existe, pero el sufrimiento es opcional**. La fuente del sufrimiento es la ignorancia del ser humano, toda aquella creencia a la que nos aferramos y que hace que nos vivamos como únicos y externos, como me ocurría antes de comprender por qué los bebés se tenían que quedar. Lo único importante en nuestra vida es nosotros en el instante presente. Ahí están todas las herramientas para convertirnos en el alma hermosa que somos, cuyo propósito es restaurar el amor en nosotros mismos.

El desconcierto sobre la causa de su sangrado precisó cinco transfusiones sanguíneas y le hizo entrar en quirófano para abrir la cavidad gástrica y evaluar lo que pasaba. La cirujana, muy amable, me invitó a vestirme de verde y entrar en quirófano. No obstante, yo, también de forma muy cortés, le di las gracias y negué tan especial invitación. Ya había sido lo bastante kamikaze en la ambulancia para repetir experiencia. Además, el interior que me gustaba de Nazaret no era precisamente ese.

Es increíble lo que descubrieron. Tenía una angiodisplasia gástrica, una vena en el estómago donde no debería localizarse, pero que seguramente llevaba aposentada de forma errónea desde su nacimiento. Esa vena, por motivos desconocidos, se había erosionado hasta romperse, dando lugar al cuadro que presenciábamos. Algo minúsculo que siempre había estado ahí, que nunca había dado problemas ni durante el bombazo inicial de su cuerpo ni tras colocarle la sonda nasogástrica, ahora se manifestaba para que tuviesen que detener el tratamiento. Me hace pensar cuánto de premeditado no estaba esto ya en la firma que rubricó su alma antes de bajar como Nazaret.

LA PALABRA

"Después de la palabra, el silencio es el segundo poder del mundo."

Henri Lacordaire

Después de tanto andar, caer al barro, osar levantarme, seguir confiando en que todo lo que me sucede es producto de una elección, consciente o no; después de mirarme en el espejo de los otros, aceptando el desafío de reconocermé, de arder en las llamas de la propia hoguera que creé y aun así quitarme las cenizas de mi propio fuego para al final salir fortalecida; entonces, solo entonces, comprenderé que mi paso por esta existencia fue tan fugaz que, de volver a nacer, necesitaría seguir aprendiendo. Únicamente hacía falta crear silencio para escuchar, dejar de reclamar para ser libre y soltar para recibir.

Pasaban los días en la UCI y fui descubriendo los recovecos en los que poder colarme para entrar a ver a Nazaret. La mayoría del personal sanitario no me ponía problemas. Tampoco los daba yo, puesto que cuando tenían que trabajar con ella me salía y aprovechaba para fumar, hábito que retomé ese día después de más de un año, cuando cambié deporte por cigarrillo. Ella se mantenía estable, entre hojas de papel y musarañas no empeoraba. Al menos no íbamos para atrás, al menos no sangraba.

La palabra. Una intensivista que sabía más por vieja que por diabla, como ella se definía, capaz de dar un abrazo consolador a nosotros los familiares (comportamiento nada habitual en el gremio) dijo la frase clave: *"He visto casos parecidos al suyo y creo que todo va a ir bien, se va a recuperar"*. No eran vocablos lo que emanaba de sus cuerdas vocales: era luz, esperanza, fe, vida...

Ahora lo pienso... *¡Qué revelador!* Yo tan sumida en mí misma y en el exterior. Nazaret estaba igual un minuto antes de que la especialista pronunciara estas palabras, de que me cambiara el alma. Nada se había modificado clínicamente en ella de forma objetiva. Sin embargo, la palabra obró en mí el cambio para así poder ver la luz en Nazaret. Así fui consciente de que **el verbo es la herramienta mágica más**

poderosa que tenemos.

De hecho, está demostrado que, si piensas de forma negativa, tus células resonarán en negativo y se producirá una afección celular que, además, ocasionará una adicción, como cualquier hábito tóxico. Esa célula necesitará entonces su dosis de basura. *¡Fíjate cuánto poder tenemos!* Yo había volcado toda la responsabilidad de su curación en esta médica. Cuando me dijo que se iba a curar, yo le creí. En ese momento todo en mí cambió, también mi visión del estado de Nazaret. Ya no estaba tan, tan mal como cinco minutos antes. Lo primero que hice ante esta noticia jubilosa fue compartirla con su madre, abrazadas ambas en un llanto de emoción, el primero de alegría por fin y el inicio de una unión más profunda entre las dos.

La función del médico, las creencias limitantes que tenemos y el poder que le asignamos a otros... *¿Sabes lo que hizo el médico para que Nazaret se curara?* ESPERAR. Probablemente si hubiese confiado en ella quizá me hubiese ahorrado todo lo que sufrí y lo que me quedaba por sufrir. Sin embargo, en ese momento yo necesitaba delegar la responsabilidad por dos motivos principalmente: uno era un profundo sentimiento de inferioridad por todo lo que había ocurrido y no había sabido afrontar ni diagnosticar a tiempo; el otro era poder echar la culpa a un tercero si aquello salía mal.

Realmente no era más que soberbia en ambos casos. La forma más soberbia de sentirse diferente es sentirse inferior, quedando inmóvil, estancada y con una falsa seguridad. A posteriori tuve que aprender a confiar en Nazaret y en su palabra cuando me decía que estaba sanada totalmente, a contracorriente de la opinión de los facultativos que ya le habían puesto fecha de caducidad. Claro, que era un concepto de curación diferente del que tienen los médicos occidentales. *¿Por qué en ella, máxima responsable de su ser, no fui capaz de confiar y en una persona ajena, que acaso conocía a Nazaret de treinta minutos máximo le concedí toda la confianza y le cedí pleno poder? ¿Es más sabia o inteligente esta última? ¿Es capaz de conocer la respuesta celular de Nazaret tan rápida y exhaustivamente para saber que ni la palabra será su aliada? ¿Qué título colgado en la pared da más seguridad que la paz interior y la reconexión con uno mismo?*

Nosotros los profesionales de la salud tenemos una función muy importante con el uso de **la palabra**. Según se utilice, se puede convertir en un aliento de vida capaz de resucitar al más pesimista o en una condena de muerte, con el poder de hundirlo en el más profundo infierno. Explica el científico *Gregg Braden* el caso de una señora diagnosticada de cáncer de vejiga, desahuciada por la medicina occidental, que acudió a un hospital de China. Allí los médicos, únicamente con la palabra y la emoción, consiguieron eliminar por completo el tumor en tres minutos. La cuestión sería si aquello fue fruto de la magia. Pues no, es pura ciencia.

Ya se ha demostrado que cuando tenemos una emoción creamos ondas eléctricas y magnéticas dentro de nuestro corazón que se expanden a miles de kilómetros de nosotros, conformando la “*matriz divina*”, que fue descubierta años antes por el científico *M. Planck* y corroborada por los físicos cuánticos actuales. La fusión armoniosa entre la palabra adecuada y la emoción correcta son la llave para crear nuestro presente y futuro en todos los ámbitos de nuestra vida. Supongo que la aplicación de esta “tecnología” solo está en manos de unos pocos: los que crean que es posible, pues **creer es crear**.

En el otro extremo están los casos de pacientes “programados” para morir con una fecha exacta. Hay un caso muy curioso en el que pronosticaron a un hombre dos meses de vida por un cáncer terminal, tras examinar un escáner que se había realizado. Como el doctor predijo, el paciente murió a los dos meses. Cuando la familia informó del hecho a su médico, este sacó toda su historia clínica para cerrar la historia y cuál fue su sorpresa al ver que el escáner no correspondía con el paciente en cuestión. Ante esta incidencia, se realizó la autopsia del paciente, lo que reveló que la muerte fue por una parada cardiorrespiratoria, sin que existieran indicios de cáncer en su cuerpo.

Cada mañana, al llegar a la UCI, le colocaba la canción de la película “*La vida es bella*”, como escuchábamos muchas mañanas cuando teníamos el privilegio de despertarnos juntas. Ella abría los ojos y me miraba. Entonces me asustaba porque no sabía si le podía perjudicar y paraba la música. Sin embargo, como sabía que todo

era posible, que hay gente que oye las conversaciones de los profesionales, yo le contaba historias y la llevaba a prados verdes, con cataratas cristalinas y frondosos árboles... nos íbamos a Brasil, el viaje más reciente, donde estuvimos en conexión con la Madre Tierra. Ella me escuchaba y descansaba, en ocasiones sonreía. Otras veces, en el horario de visita, cuando venían a verla familiares y estaba más conectada, siempre me buscaba con la mirada, a veces hasta intentaba apartar con la mano a quien estuviese en el camino entre sus ojos y los míos. Ella recordaba todo esto y, cuando me lo relataba, yo lloraba otra vez como una niña.