



Tomando
un té con

Elisabeth KÜBLER- ROSS

Compiladores: Fern Stewart Welch,
Rose Winters y Ken Ross



Más de 3 millones
de ejemplares vendidos.

.....
«Morir es trasladarse a una casa más bella.»

ELISABETH KÜBLER-ROSS

Luciérnaga

Tomando
un té con
**Elisabeth
KÜBLER-
ROSS**

Homenaje a la doctora Elisabeth Kübler-Ross,
pionera en cuidados paliativos

Mohamed Alí • Sarah Ferguson, duquesa de York • Stephen Levine • Raymond Moody
• Bernie Siegel • J. Donald Schumacher • Marianne Williamson • Melina Kanakaredes
• Doreen Virtue • Gerald Jampolsky y Diane Cirincione • Barbara Brennan • Balfour
M. Mount • Gladys T. McGarey • Dame Cicely Saunders • Robert T. McCall • Florence
Wald • Barbara Marx Hubbard • Mwalimu Imara • Cathleen Fanslow-Brunjes • Stefan
Haupt • Caroline Myss • Hetty Rodenburg • Johanna M. Treichler • C. Norman Shealy
• John G. Rogers • Susanne Schaup • Rita Ward • Gregg M. Furth • D. Brookes Cowan
• Ken Ross • Barbara Rothweiler • Sylvia y Emma Rothweiler • Eva Kübler-Bacher •
Susan Elisabeth Bacher • Rick Hurst • Joan Halifax Roshi • Anneloes Eterman • Cheryl
Shohan • Joanne Cacciatore • Amy Kuebelbeck • Carol Kearns • Hervé Mignot •
Robert Singleton • Tom Hockemeyer • Ryoko Dozono • Elayne Reyna • Juan Francisco
Frank Aráuz • Bette Croce • Rose Winters • Hope Sacharoff • Fern Stewart Welch

Editora ejecutiva: Fern Stewart Welch

Editora asociada: Rose Winters

Editor de las fotografías: Ken Ross



Ediciones Luciérnaga

Título original: *Tea with Elisabeth: Tributes to Hospice Pioneer
Dr. Elisabeth Kübler-Ross*

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Primera edición: septiembre de 2014

© Fern Stewart Welch, Rose Winters, Ken Ross, 2009

Todos los derechos reservados. No se permite la reproducción parcial o total de esta obra, ni el registro en un sistema informático, ni la transmisión bajo cualquier forma o a través de cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación o por otros métodos, sin la autorización previa y por escrito de Barbara Hogenson Agencia, Inc.

© de la traducción, Remedios Diéguez Diéguez, 2014

© de esta edición, Grup Editorial 62, S.L.U., 2014

Ediciones Luciérnaga
Pedro i Pons 9-11, 11.ª Pta.
08034 - Barcelona
www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-15864-32-5

Fotocomposición: Víctor Igual

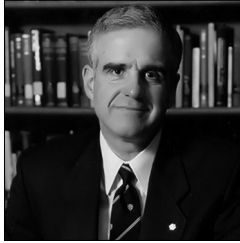
Depósito legal: B. 14966-2014

Impresión y encuadernación: Romanyà Valls

Impreso en España – *Printed in Spain*

Un encuentro casual con el destino

Balfour M. Mount



Balfour Mount, uno de los cuatro reconocidos artífices del movimiento internacional de los centros de cuidados paliativos, durante más de tres décadas mantuvo una estrecha amistad con Elisabeth. Mount arroja luz sobre el estatus de «estrella» de Elisabeth, en cómo estaba «siempre en el centro de una vorágine de controversia».

La noticia de la muerte de Elisabeth, el 24 de agosto de 2004, me produjo un sentimiento de pérdida y de gratitud, por no mencionar el alud de recuerdos. Pocas personas han desempeñado un papel tan significativo en mi vida. De repente mi memoria viajó hasta el momento de mi primer encuentro con Elisabeth Kübler-Ross. Fue a principios de la década de los setenta, durante su primera conferencia en la Universidad McGill, en Montreal (Canadá). Todavía no había leído su libro, *Sobre la muerte y los moribundos*, y asistí a aquella conferencia especializada a raíz de un comentario fortuito de un colega. Me parece estar viéndola, parpadeando y afirmando: «¡Naturalmente! ¡Nada ocurre por casualidad!».

Como mínimo, la escena era sorprendente. El au-

ditorio rebosaba de gente y los 350 asientos estaban ocupados. Había colegas veteranos sentados de dos en dos en cada una de las escaleras, y una multitud de estudiantes sentados en el suelo, con las piernas cruzadas, en torno a la mesa que servía como trono improvisado para nuestra profesora invitada.

Llegué tarde y tuve que abrirme paso entre la multitud que abarrotaba la parte posterior del auditorio. Todavía veo al eminente neurólogo Francis McNaughton (o «San Francis», como le llamaban), uno de los iconos de la competencia clínica y la elegancia de McGill, de puntillas en su esfuerzo por ver desde la tercera fila de espectadores de pie detrás de la fila superior de asientos. En el ambiente reinaba una gran expectación.

Desde hacía poco tiempo McGill contaba conmigo para desarrollar la subespecialidad quirúrgica que trata los cánceres genitourinarios, pero después del encuentro con Elisabeth me hallé en una encrucijada que cambiaría mi vida. Todo fue muy rápido. Estudiamos las deficiencias en los cuidados al final de la vida en nuestro hospital. La lectura de *Sobre la muerte y los moribundos* me puso en contacto con el trabajo pionero de Cicely Saunders, del St. Christopher's Hospice (Londres).

Después, además de las actividades de investigación y docencia, en el hospital diseñamos un «equivalente a un centro para enfermos terminales» que implicaba un programa de cuidados a domicilio, un servicio de consulta, una sección especializada (la Unidad de Cuidados Paliativos) y un programa dedicado al duelo posterior. Teníamos dos años para demostrar que una innovación como aquella merecía la pena.

Entre 1975 y 1976, durante el proyecto piloto del Servicio de Cuidados Paliativos del Royal Victoria

Hospital, Elisabeth fue una mentora constante, una visitante frecuente y una fuente de apoyo incansable. Nuestro estudio sobre cuidados al final de la vida tuvo un gran éxito. El resultado fue el primer Programa de Cuidados Paliativos, un nombre que en nuestra provincia francófona nos permitía evitar las connotaciones peyorativas asociadas a «*les hospices*» en Francia. En dieciocho meses demostramos que el modelo de centro de cuidados para enfermos terminales iniciado por Cicely Saunders podía repetirse en una clínica universitaria. ¡Elisabeth estaba encantada!

Fue una etapa muy emocionante, en la que nuestros pacientes se convirtieron en nuestros maestros. La expresión «equipo interdisciplinar» adoptó un nuevo significado igualitario. La diferencia entre enfermedades graves y pasajeras quedó totalmente clara, igual que la necesidad del cuidado integrado de la persona en su conjunto. En los meses siguientes a mi encuentro «casual» con Elisabeth, otras personas ocuparon mis puestos en cirugía, quimioterapia e investigación en el laboratorio. Concentré toda mi atención en las necesidades de los moribundos.

En octubre de 1976, Elisabeth participó en el Primer Congreso Internacional sobre Cuidados de Enfermos Terminales, celebrado en McGill. Sus sabias aportaciones a las complicadas discusiones que se produjeron durante aquel encuentro tan señalado fueron dignas de ser tenidas en cuenta. Elisabeth tenía una asombrosa capacidad para ir al grano, para desenmascarar los prejuicios de sus contrincantes y para ofrecer sus reveladoras y sanadoras observaciones.

Después de que Elisabeth se marchase a casa, aquella misma noche me llamó desde Chicago. El sonido de su voz familiar me reconfortó, pero su mensaje fue breve y directo: «Bal, sólo tengo dos cosas que

decirte. La primera, que ha sido una conferencia maravillosa; y la segunda, que te deshagas ya de tu inseguridad. ¡No te sirve para nada!». ¡Eso es una amiga!

Seguimos en contacto. Siempre podía contar con ella. Pasó el tiempo, y Elisabeth se convirtió en una celebridad de proporciones de estrella de *rock*, siempre en el centro de la controversia.

Adorada por unos, demonizada por otros, Elisabeth era sinónimo de polémica allá donde iba. Muy injustamente, su integridad fue puesta en entredicho. ¿Había plagiado el trabajo de otros? ¿Creía que el fin siempre justifica los medios, cualesquiera que sean? ¿Consentía de manera intencionada actividades sospechosas que fomentaban la creencia de que una vez liberadas de todas las limitaciones las personas crédulas y vulnerables serían libres? Las apariciones y los guías espirituales ¿eran productos de una imaginación hipe-ractiva, simplemente buenas historias, o de una extravagante apertura espiritual? ¿Fue Elisabeth denigrada, atormentada y aterrorizada cuando le quemaron su casa porque había emprendido el camino de los mártires, de la honestidad incómoda, o fomentó inconscientemente la hostilidad surgida de la envidia o el miedo? Sus afirmaciones públicas en apoyo, y posterior condena, de la vida espiritual ¿se debían a la necesidad de ser el centro de atención?

Tal vez, cuando descubrimos su costado humano y nos enfrentamos así a nuestras propias incertidumbres y preguntas más profundas nuestra necesidad insaciable de héroes nos deja resentidos.

En lo que a mí respecta, la recuerdo por su franqueza, su generosidad de espíritu y su incomparable capacidad para escuchar. Y ¡qué gran narradora era! Nadie puede olvidar aquel cautivador timbre nasal «sui-zo-alemán-inglés»; su capacidad para crear un am-

biente íntimo con un público de cientos o incluso miles de personas; su sensibilidad en las entrevistas con desconocidos angustiados... Elisabeth conseguía que los presentes entrasen más en contacto con su propio viaje personal.

Fue una de las grandes comunicadoras del siglo xx. Su impacto como maestra es de alcance global. Arrojó luz sobre cómo nos enfrentamos a la pérdida y la muerte inminente, y dio voz a los que no la tenían por su condición de estar «en los límites del ser».

Elisabeth fue una valiente peregrina cuyo camino provocó una reforma en el cuidado de la salud, un cuestionamiento existencial y el alivio del sufrimiento en todos los rincones del planeta. Su presencia nos enriqueció. Hizo que el mundo fuese un poco mejor, y también enriqueció mi vida de una manera inconmensurable.

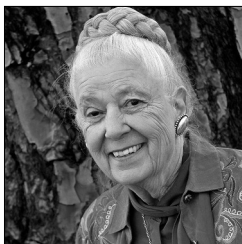
Recuerdo un día que la esperé después de una de sus charlas. La espera me pareció interminable. Más tarde me dijo: «¿Sabes, Bal? Las charlas de tú a tú con personas que lo necesitan es la parte más importante de cualquier conferencia». ¡Qué diferencia con la egocéntrica respuesta de algunos gurús muy aclamados!

La generosidad de Elisabeth no tenía límites. ¡Era una bendición de mujer! Y ¡qué carácter tan alegre! ¡Una querida y fiel amiga!

En 1975, el doctor Balfour Mount se convirtió en director fundador del Servicio de Cuidados Paliativos del Royal Victoria Hospital (Montreal, Canadá). Desde 1976 es el presidente del Congreso Internacional Bianual sobre Cuidados a Enfermos Terminales organizado por la Universidad McGill. Es autor de más de ciento cuarenta publicaciones y ha participado en la producción de veinticinco documentales y audios sobre oncología y cuidados paliativos.

La luz interior de Elisabeth

Gladys T. McGarey



La doctora McGarey, una de las médicas personales de Elisabeth en la última década de su vida, tuvo ocasión de examinar a conciencia todos sus síntomas y contempló con objetividad y ternura la verdadera esencia de Elisabeth Kübler-Ross.

No creo que exista una sola persona en el mundo que no haya sido tocada de algún modo por el trabajo de Elisabeth Kübler-Ross y bendecida con su mera existencia. Elisabeth cambió tanto el rostro de la medicina como del de la aceptación humana de la vida.

Ella entendía que la vida es un pasaje con un principio y un final, y que había llegado el momento de que la humanidad se enfrentase al final de la vida con la misma conciencia, dignidad y amor con que se recibe el nacimiento. Transmitir esa verdad al mundo se convirtió en su misión vital.

Tenerla como amiga durante más de treinta años ha sido un verdadero regalo. Cuando nos conocimos, en la década de los setenta, fue como si cerrásemos el círculo de la vida. Yo hablaba sobre el nacimiento, y ella sobre la muerte y los moribundos. Y las similitudes no se acababan ahí. Nos habíamos convertido en

doctoras en una época en que las mujeres no abundaban en la profesión. Éramos pioneras y conferenciantes en campos no muy bien aceptados por la corriente dominante en medicina. Yo seguía la medicina holística alternativa, y Elisabeth era una fuerza global enfrentada a viejos tabúes de siglos que impedían hablar abiertamente sobre la muerte y los moribundos.

Desde una edad muy temprana fue evidente el camino que Elisabeth seguiría en beneficio de la humanidad. Nació en Zúrich (Suiza), el 8 de julio de 1926. Fue la primera de trillizas, y la que pesó menos. Llegó con el espíritu luchador que fue su principal rasgo durante toda su vida. Ya de joven luchaba por los menos favorecidos.

En Suiza, a los trece años escuchó en la radio que Alemania había invadido Polonia. La tragedia le conmovió de tal manera que anunció a sus padres: «Juro que a menos que me muera, y no importa qué ocurra, ayudaré a los polacos en cuanto pueda». Con tan sólo diecinueve años cumplió su juramento. Como miembro del Servicio Internacional de Voluntarios por la Paz, en 1946 recibió la llamada para ir a Polonia. Fue destinada a un hospital en el que no sólo cocinó para 45 voluntarios, sino que además ayudó a las dos médicas que componían el personal del hospital.

Justo antes de que Elisabeth dejase el puesto, llegó al hospital una mujer con un bebé moribundo a causa de la fiebre tifoidea. La madre había caminado durante dos días. Elisabeth sabía que allí no tenían nada para ayudar al bebé, pero a 32 kilómetros de distancia había un hospital más grande, de manera que caminó con la mujer durante toda la noche. El médico del hospital les dijo que no había nada que hacer, pero Elisabeth le convenció para que de todos modos ingresase al bebé. Al cabo de doce días, la madre regresó

para llevarse a su bebé sano y salvo. A Elisabeth le regaló un pañuelo lleno de su querida tierra polaca, que ella siempre llevó consigo.

Más tarde, nuestra protagonista se convertiría en psiquiatra, escritora y conferenciante. Como si se tratase de una fuerza de la naturaleza, con su mensaje universal cambió el modo de pensar del mundo sobre la muerte y los moribundos.

Las historias sobre la increíble capacidad de Elisabeth para el cuidado y la compasión por los demás son legendarias. Se explican cada vez que alguien que ha sido tocado por su vida y su obra escribe sobre ella o se reúne para hablar de ella.

En 1995, Elisabeth regresó a mi vida, esta vez de una manera más personal. Sufrió varios infartos, por lo que su hijo, Ken, la llevó a Scottsdale (Arizona), para recuperarse. Convertirme en una de sus médicas personales fue todo un privilegio.

Y allí estábamos, en el ocaso de nuestras vidas, dos veteranas de muchas batallas, dispuestas a compartir y a apreciar los cambios provocados porque fuimos llamadas a un gran destino.

Poco después de mudarse a Arizona, Elisabeth se fracturó la cadera y perdió mucha movilidad. Para una mujer tan inquieta como ella supuso todo un desafío. Estaba acostumbrada a ayudar a los demás, no a que la ayudasen. Fue un momento muy difícil.

En el impoluto desierto de Arizona, Elisabeth creó su propio espacio, con tipi incluido en su patio delantero, un tótem que había traído de sus oficinas de Virginia y la bandera de Suiza ondeando con orgullo en el tejado de la casa. Quizás el cuerpo no le respondiese como antes, pero su mente sí. Continuó escribiendo libros y ofreciendo té, empatía, compasión y atención a los miles de visitantes procedentes de todo el mundo.

Una de las cosas que más me gustaban de ella era su inquebrantable insistencia en la autenticidad y la verdad. Una de sus frases típicas era: «Ese no es un falso». Era el mayor cumplido que podía salir de ella. Era su esencia.

Dado que se trataba de una de las mujeres más famosas del mundo, los medios de comunicación informaron sobre las dificultades en el proceso de su muerte con tanto detalle que muchas personas podrían haberse preguntado si aquella era la increíble figura que había ayudado a tantas otras a enfrentarse a la muerte. Sí, aquella era Elisabeth, el peleón ser humano que hablaba sin pensar, enfrentándose a su propia mortalidad y explicándolo tal y como era en aquel momento (y para ella algunos de esos momentos fueron incómodos y totalmente inaceptables). Creo que a su manera, a su inimitable manera, al final logró estar en paz con la vida y la muerte.

Para mí, una de sus citas más queridas es: «Las personas son como las ventanas con vidrieras. Brillan y relucen a la luz del sol, pero cuando llega la oscuridad se revela su auténtica belleza únicamente si hay luz por dentro».

Sin duda, Elisabeth tenía esa luz interior, y no sólo atrajo a las personas hacia ella, sino que además fomentó un flujo de amor a escala individual y global que no es nada frecuente. Fue una de las grandes almas del mundo, y yo soy mejor persona por el hecho de haberla conocido.

La doctora Gladys McGarey ha sido médica de cabecera durante más de cincuenta años. Goza de reconocimiento internacional por su trabajo pionero en medicina holística, parto natural y colaboración médico-paciente. Ha escrito tres libros (*The Physician within You*, *Born to Live* y *Living Medicine*), y recientemente llevó a cabo una misión humanitaria en Afganistán con una fundación sin ánimo de lucro, Future Generations, en la que trabajó con una médica para llevar atención sanitaria a mujeres y niños de zonas rurales.