

Conferencias:
Morir es de vital importancia

Elisabeth
KÜBLER-
ROSS



Luciérnaga

Conferencias:
morir es de vital importancia

Elisabeth
KÜBLER-
ROSS



Ediciones
Luciérnaga

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.

Título original: *Death is of vital importance*

© de la traducción: Kira Bermúdez

Título original del videocasete de la entrevista:

Aids, Life & Love. A conversation with Elisabeth Kübler-Ross

© de la traducción y transcripción: Danne Smith

© de la traducción y transcripción de la conferencia de Barcelona: Montserrat Ribas Cassellas

© del texto: Elisabeth Kübler-Ross, 1991, 1995

© Station Hill Press., Inc., 1996

Quinta edición: julio de 2005

Primera edición en esta presentación: septiembre de 2015

© Grup Editorial 62, S.L.U., 2015

Ediciones Luciérnaga

Pedro i Pons, 9-11, 11.ª pta.

08034 Barcelona

www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-15864-72-1

Depósito legal: B. 14.153-2015

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

Índice

<i>Nota a la edición castellana</i>	7
MORIR ES DE VITAL IMPORTANCIA (<i>Estocolmo, 1980</i>) ..	9
Maidanek	11
El lenguaje simbólico	15
Niños que pierden a un familiar	20
El hermano de Jamie	21
Lorrie	23
El niño de San Diego	30
La interpretación de los dibujos de los niños	31
Liz	36
Dougy	42
El sentido del sufrimiento	48
EL CAPULLO Y LA MARIPOSA (<i>Estocolmo, 1981</i>)	55
Los cuatro cuadrantes	56
Las cinco emociones naturales	65
Billy	69
Jeffy	73
La experiencia de la muerte próxima	86
Los denominadores comunes	90
SANAR AL FINALIZAR ESTE SIGLO (<i>Washington, 1982</i>) ..	99
La mujer paralizada	101
Mi gran maestra: la mujer negra de la limpieza ..	105
Bernie Siegel	117
Los talleres de trabajo	121

DECIR QUE SÍ (The Edgar Cayce Foundation, <i>Virginia Beach, 1985</i>)	127
Viernes Santo	127
El suicidio como resultado de una depresión endógena	132
La diferencia entre rescatar y ayudar	133
Mi madre	135
Mi padre	144
Diagnosticando a los conejitos negros	152
CONFERENCIA DE BARCELONA (<i>Barcelona, 1992</i>)	155
SIDA, AMOR Y VIDA (Entrevista, <i>Virginia, 1989</i>)	189
<i>Epílogo de la edición sueca</i>	215

Morir es de vital importancia

Nací en Suiza, en el seno de una familia típicamente suiza, muy frugal como la mayoría de los suizos, muy autoritaria como la mayoría de los suizos, muy... poco liberal, si se puede decir así. Tuvimos todas las cosas materiales del mundo, y nuestros padres nos amaban.

Pero yo fui una hija «no deseada» al nacer. No es que mis padres no desearan una niña. Estaban muy ilusionados de tener una hija, pero querían una niña bonita, hermosa, que pesara cuatro kilos al nacer. No esperaban trillizas y cuando llegué yo, sólo pesaba 900 gramos. Era muy fea, no tenía pelo, y fui una desilusión terrible para mis padres.

Al cabo de quince minutos, llegó la segunda, y veinte minutos después, salió un bebé de tres kilos, y *entonces* se pusieron muy contentos. Pero les habría gustado devolver a las otras dos.

Así que viví la tragedia de haber nacido trilliza. Es la peor de las tragedias, y no se la desearía ni a mi peor enemigo. Si has crecido siendo trilliza, es algo extraño, porque podrías caerte muerta, literalmente, y nadie se daría cuenta. Sentía que toda mi vida estaba obligada a demostrar que, incluso yo, una criatura de 900 gramos, tenía algún valor. Tuve que trabajar muy duro para ello, como creen algunas personas ciegas, que tienen que trabajar diez veces más que los otros para poder conservar sus empleos. Yo tenía que demostrar con todas mis fuerzas que merecía vivir.

Tuve que nacer y criarme de esta manera para poder hacer este trabajo. Tardé cincuenta años en comprenderlo. Tardé

cincuenta años en darme cuenta de que no hay coincidencias en la vida, ni siquiera en las circunstancias de nuestro nacimiento, y de que las cosas que nosotros vemos como tragedias no son realmente tragedias a menos que decidamos convertirlas en tragedias. Porque también podemos optar por considerarlas como oportunidades que se nos presentan, oportunidades para crecer, y entonces podemos ver que son desafíos y claves que tal vez necesitemos para cambiar nuestra vida.

Cuando estás al final de tu vida y miras hacia atrás, no para valorar los días fáciles sino los más duros, las tormentas de tu vida, te das cuenta de que en realidad son los días más duros los que te han hecho lo que eres hoy. Como dijo alguien una vez: «Es como poner una roca en un molino. Tuya es la decisión de salir triturado o pulido».

Y criarse como trilliza es ese tipo de desafío: años y años y años sabiendo, siendo totalmente consciente, de que mi propia madre y mi propio padre no sabían si hablaban conmigo o con mi hermana, consciente de que mis maestras no sabían si merecía un sobresaliente o un suspenso y que por eso nos ponían siempre aprobados.

Un día mi hermana tuvo su primera cita con un chico. Estaba enamorada, como la típica adolescente que se enamora por primera vez. La segunda vez que el chico la invitó a salir, se puso muy enferma y no podía hacerlo. Estaba muy triste. Así que le dije: «No te preocupes. Si de verdad no puedes salir y eso te entristece y tienes miedo de perderlo, yo iré en tu lugar (*sonrisas del público*) y él nunca se dará cuenta de la diferencia».

Le pregunté hasta dónde habían llegado. La sustituí, y su novio no se percató de la diferencia en ningún momento. (*Sonrisas del público.*)

Quizá visto desde aquí os parezca una anécdota graciosa, pero para una adolescente como entonces era yo, fue muy trágico pensar que podía estar enamorada de alguien, salir con él, y ser total y completamente reemplazable. A veces incluso me pregunto si no seré mi hermana.

Era necesario que yo aprendiera esta lección temprano en mi vida, porque después de ese incidente, cuando me di cuenta de que el novio de mi hermana no sabía diferenciar entre ella y yo, tomé la decisión probablemente más difícil de toda mi vida: abandonar Suiza, abandonar a mi familia, abandonar la seguridad de mi hogar. Hice un viaje por la Europa de la posguerra. Estuve también en Suecia para organizar un taller para coordinadores de talleres.

Maidanek

Estuve en Maidanek, Polonia, en un campo de concentración. Ahí vi trenes cargados de zapatitos de niños asesinados, trenes cargados de pelo humano. Una cosa es leerlo en los libros y otra bien distinta estar ahí, ver los crematorios y olerlo por ti misma.

Yo tenía diecinueve años y provenía de un país donde no existían las tormentas. No tenemos problemas raciales, no hay pobreza, y no hemos tenido una guerra en 760 años. Yo no sabía qué era la vida. En aquel lugar, se desencadenaron súbitamente en mí todas las tormentas de la vida. Después de una experiencia así, uno nunca vuelve a ser la misma persona. Y bendigo ese día. Sin aquella tormenta, hoy no estaría en este trabajo.

Me pregunté: «¿Cómo pueden los adultos, hombres y mujeres como vosotros y como yo, matar a 960.000 niños inocentes al mismo tiempo que se preocupan de sus propios hijos que están en casa enfermos de sarampión?».

Fui a los barracones donde los niños habían pasado la última noche de su vida, sin saber por qué, pero supongo que buscaba algún mensaje o pista sobre cómo aquellos niños habían afrontado la muerte. Observé que habían dibujado símbolos, arañando las paredes de los barracones con las uñas o rayándolas con piedras o un pedazo de yeso, y el dibujo más frecuente eran mariposas.

Yo vi esas mariposas. Era muy joven y muy ignorante. No entendía ni tenía idea de por qué esos niños de cinco, seis, siete, ocho, nueve años, arrebatados de sus familias, de la seguridad de sus hogares y escuelas, y encerrados en vagones para ganado y transportados hasta Auschwitz y Buchenwald y Maidanek, veían mariposas. Tardé medio siglo en encontrar la respuesta.

Maidanek fue el principio de mi trabajo.

En Maidanek conocí a una muchacha judía que se había quedado ahí en lugar de marcharse. Yo no entendía la razón. Había perdido a sus abuelos, a sus padres y a todos sus hermanos y hermanas en las cámaras de gas del campo de concentración. Habían llenado de gente la cámara de gas y entonces ya no cabía nadie más, y por eso ella se salvó.

Horrorizada, le pregunté: «¿Qué demonios haces aquí? ¿Por qué te has quedado aquí, en este lugar tan inhumano?». Y ella me respondió: «Durante las últimas semanas del campo de concentración me juré a mí misma que sobreviviría sólo para contarle al mundo todos los horrores de los nazis y de los campos de concentración. Entonces llegó el ejército de liberación. Miré a esa gente y me dije: “No. Si hiciera eso, yo no sería mejor que el propio Hitler”. Porque, ¿qué otra cosa estaría haciendo sino plantar aún más semillas de odio y negatividad en el mundo? Sin embargo, si consigo creer profundamente que nadie sufre más de lo que es capaz de soportar, que nunca estamos solos, que puedo reconocer la tragedia y la pesadilla de Maidanek y dejarla en el pasado, si puedo tocar una sola vida humana y apartarla de la negatividad, del odio, la venganza y la amargura para que sea una persona capaz de servir y amar y preocuparse por los demás, entonces habrá merecido la pena, y yo merecía sobrevivir».

La negatividad se nutre sólo de la negatividad y entonces, crece como un cáncer. Pero existe la posibilidad de aceptar lo que sucedió como una triste y espantosa realidad, que se ha acabado, que ha pasado, y que ella no puede cambiar. Ella había optado por esta alternativa.

Lo que *sí* podía cambiar, no obstante, era lo que iba a hacer, lo que iba a aprender de todo lo que había ocurrido. Y por eso decidió quedarse en ese espantoso lugar, de horribles visiones y hedores.

Ella y yo fuimos a los barracones. Juntas descubrimos las mariposas. Juntas empezamos a hablar como dos jóvenes. Y juntas empezamos a filosofar sobre la vida y la muerte. Y ella fue quien dijo: «¿No crees, Elisabeth, que en todos nosotros hay un Hitler?». Ella y yo nos dimos cuenta a muy temprana edad que, en realidad, sólo depende del coraje para mirar en uno mismo la propia negatividad y el propio potencial, para que seamos seres humanos capaces de servir y amar. Porque en todos nosotros, *también* existe el potencial de ser una madre Teresa.

Nos despedimos. Yo regresé a Suiza. Estudié medicina. Mi sueño era ir a algún lugar de África o de la India, ser médico como Albert Schweitzer. Pero dos semanas antes de la fecha prevista para mi viaje a la India, me notificaron que el proyecto había fracasado. Y en lugar de las junglas de la India, acabé en las junglas de Brooklyn, Nueva York. Me casé con un norteamericano, que me llevó al lugar del mundo que figuraba el último en mi lista de lugares donde quería vivir: la ciudad de Nueva York, la jungla más grande del mundo. Me sentía *muuy* infeliz.

Como médico extranjero, en Nueva York era imposible encontrar una buena residencia en el mes de junio, así que acabé en Manhattan State Hospital con pacientes esquizofrénicos crónicos, incurables. Me costaba entender su inglés. Cuando me hablaban en *esquizofrenés*, era como si lo hicieran en chino. Yo no sabía nada de psiquiatría. Era una buena médica rural, pero no era psiquiatra.

Al no saber psiquiatría, y sintiéndome tan sola y miserable e infeliz, y no queriendo que mi esposo fuera infeliz a causa mía, me abrí a los pacientes. Me identifiqué con su miseria y su soledad y su desesperación.

Y de repente, mis pacientes comenzaron a hablar. Perso-

nas que no habían hablado en veinte años comenzaron a verbalizar y a compartir sentimientos. De pronto, supe que no estaba sola en mi miseria, aunque *mi* miseria no era ni mucho menos tan dura como vivir en un frenopático. Durante dos años no hice otra cosa que vivir y trabajar con estos pacientes, compartiendo con ellos las fiestas de Hanukkah, Navidad, Semana Santa y la Pascua judía, sólo para compartir su soledad, sin saber mucha psiquiatría, sin conocer la teoría psiquiátrica. Apenas entendía el inglés que hablaban, pero nos amábamos. Nos queríamos de verdad.

Comencé a escucharlos. No me refiero a su lenguaje sino a sus comunicaciones no verbales y simbólicas. Me di cuenta de que lo que estimulaba a estas personas, lo que hacía que se comportaran y reaccionaran como seres humanos, eran dos cosas, ambas muy poco saludables pero igualmente muy humanas: los cigarrillos y la Coca-cola.

Sólo cuando recibían cigarrillos y una Coca-cola mostraban alguna reacción o respuesta humana. Muchos llevaban hasta veinte años en el frenopático, encerrados peor que animales.

Así que me decidí. Otra vez, tuve que optar. Les quité los cigarrillos y la Coca-cola. Me costó mucho hacerlo, porque soy una blandengue. Les dije que si querían aprender el respeto a sí mismos y recuperar algún grado de dignidad y autoestima para volver a ser humanos, tendrían que *ganarse* sus beneficios.

Y al cabo de una semana, estas personas que, en realidad no respondían a nada, estaban todas ataviadas. Se habían peinado, llevaban zapatos y hacían cola para ir al taller a montar piezas para ganarse sus propios beneficios, sus cigarrillos y su Coca-cola.

Hicimos cosas muy sencillas por el estilo. Yo amaba de verdad a esa gente, porque me crié sabiendo lo que era tenerlo todo y en cambio no tener nada. A pesar de criarme como trilliza en el seno de una familia acomodada que me amaba, donde tenía todas las cosas materiales, yo no había tenido ab-

solamente nada porque nadie sabía que yo existía como ser humano individual.

Así que en lugar de hablar del esquizofrénico de la habitación 17 y de la maníaca depresiva de la habitación 53, yo conocía a esas personas por sus nombres, conocía sus idiosincrasias, sus gustos y disgustos. Y ellos comenzaron a responder.

Dos años más tarde, pudimos darle el alta a un noventa y cuatro por ciento de estos llamados esquizofrénicos crónicos incurables, y no para que pasaran a depender de los servicios sociales, sino como personas autónomas en la ciudad de Nueva York. Yo estaba muy orgullosa de ello.

Pienso que el regalo más grande que me brindaron aquellos pacientes fue enseñarme que hay algo más allá de los fármacos, más allá de la terapia de electroshock, y más allá de la ciencia de la medicina. Con verdadero amor y atención, se puede ayudar seriamente a las personas y conseguir que muchas de ellas sanen.

Lo que intento decir es que los conocimientos ayudan, pero el conocimiento *por sí solo* no va a ayudar a nadie. Si no usáis la cabeza y el corazón y el alma, no ayudaréis a un solo ser humano. En todo mi trabajo con pacientes he aprendido que, ya sean esquizofrénicos crónicos, niños con retraso mental grave o pacientes moribundos, cada uno de ellos tiene un propósito en la vida. Todos ellos no sólo pueden aprender y recibir vuestra ayuda, sino que pueden convertirse en vuestros maestros. Esto es verdad tanto para un niño de seis meses que no sabe hablar, como para aquellos pacientes esquizofrénicos crónicos que se comportan como animales la primera vez que los visitas.

El lenguaje simbólico

El segundo regalo que me hicieron mis pacientes esquizofrénicos es que aprendí un lenguaje sin el cual me habría sido imposible trabajar con niños moribundos. Ese lenguaje es el

lenguaje simbólico y universal que utilizan las personas en todo el mundo cuando se encuentran en crisis. Si os criasteis de forma natural —y no digo normal, porque normal significa terriblemente no natural— no tendríais que leer libros sobre la muerte y el morir para trabajar con pacientes moribundos, porque podríais aprender lo que hay que hacer como lo aprendí yo en Manhattan State Hospital. Siempre digo —medio en broma, aunque lo digo muy en serio— que las únicas personas sinceras que quedan en esta Tierra son los psicóticos, los niños y los pacientes moribundos. Y si usáis estas tres clases de personas —y quiero decir «usar» en un sentido positivo—, si podéis aprender a escuchar, a escucharlos de verdad, ellos os enseñarán lo que llamamos el lenguaje simbólico.

Las personas que sufren dolor, las personas que están en estado de *shock*, las personas postradas, las personas abrumadas por una tragedia que escapa a su comprensión y a su capacidad para enfrentarla, usan este lenguaje. Los niños moribundos, enfrentados a su muerte inminente lo saben, aunque jamás se lo hayan enseñado. El lenguaje simbólico es un lenguaje universal, y se utiliza en todo el mundo.

No hay nadie que se esté muriendo, ya tenga cinco años o noventa y cinco, que no sepa que se está muriendo. Y la pregunta no es: ¿Le digo que se está muriendo? La pregunta es: ¿Puedo escucharlo?

Tal vez una paciente os diga: «No estaré para tu cumpleaños en julio». Es bueno que podáis escuchar esta frase sin que vuestra propia necesidad os impulse a decir: «Ay, no hables así. Te vas a poner bien», porque eso interrumpiría la comunicación entre la paciente y vosotros, porque la paciente entendería que no estáis preparados para escuchar, y así le hacéis callar, literalmente, y se sentirá muy sola.

Pero si no tenéis problemas con la muerte y el morir, si podéis reconocer que esta mujer sabe interiormente que está cerca de la muerte, entonces sentaos con ella, tocadla, y decidle: «¿Hay algo que pueda hacer por ti, abuela?», o lo que se te ocurra.

Me hablaron de una joven que fue a visitar a su abuela. La anciana se quitó el anillo del dedo y se lo dio a su nieta sin decir una palabra. Eso es lenguaje simbólico no verbal. Se lo puso sin más a su nieta en el dedo. Y su nieta no le dijo: «Ay, abuela, no hagas eso. A ti te encanta este anillo. Quiero que lo tengas tú». Le dijo: «¿De verdad quieres que lo tenga yo?». Y la abuela hizo así (*Elisabeth imita a la abuela asintiendo con la cabeza*). Y entonces la nieta dijo: «¿Por qué no...?», pero interrumpió lo que tenía intención de decir, que era: «¿Por qué no esperas y me lo das por Navidad?», porque en seguida supo que su abuela debía de saber que ya no estaría ahí por Navidad. Y la abuela se puso muy contenta de haber tenido el privilegio de darle el anillo. Murió dos días antes de Navidad. Eso es lenguaje simbólico no verbal.

Pero muy a menudo los pacientes no nos hablan con un inglés comprensible, o con un sueco comprensible. Muchas personas intuyen vuestra ansiedad cuando los visitáis. Eso les impulsa a hablar del tiempo. No porque les interese el tiempo, claro está, sino porque intuyen vuestra ansiedad, y por eso se guardan sus problemas para sí. La razón es que no quieren contribuir a *vuestra* ansiedad, porque temen que si lo hacen, quizá abandonéis la habitación y no volváis a visitarlos.

Cuando las personas intentan transmitirnos que tienen conciencia de su enfermedad terminal, o de cualquier otra tragedia, emplearán básicamente tres lenguajes: uno, en Suecia, sería la lengua sueca, lisa y llanamente. Si los pacientes os dicen, cuando los visitáis: «Sé que tengo cáncer. Ya no volveré a salir de este hospital», éstas son las personas a las que escucháis, son las personas a las que ayudáis, son las personas a las que respondéis porque ellas son las que os lo ponen fácil. Ellas inician vuestra comunicación, ellas llaman las cosas por su nombre. Éstas son las personas que *no* necesitan vuestra ayuda. Porque los pacientes con una enfermedad terminal que son capaces de hablar simple y llanamente, en sueco o en inglés, sobre su propio cáncer y sobre el hecho de que se es-

tán muriendo, son las personas que ya han superado su temor más grande, el miedo a la muerte. En realidad, ellas acaban ayudándoos a *vosotros*, y no al revés. Tal vez no lo reconocáis nunca, pero ellas son en realidad *vuestros* terapeutas, ellas son un regalo para *vosotros*. Esta noche no quiero hablaros de estas personas.

Las personas que necesitan vuestra ayuda, que la necesitan desesperadamente, son las que se encuentran en estado de *shock* o de entumecimiento, personas que no están preparadas para las tormentas de la vida, personas que han sido mimadas por la vida y para las que todo ha sido fácil y apacible, personas que provienen de familias que las protegían de todas las desgracias. Estas personas se han criado en un invernadero. Tarde o temprano, les llegan las tormentas y no están preparadas para ello, como los padres que perdieron a todos sus hijos a manos de distintos tipos de cáncer en cuestión de seis meses. Se quedaron sin hijos, y fue tal su dolor, tal su incredulidad ante el hecho de que esto pudiera sucederles a ellos, que eran incapaces de hablar de ello en un inglés simple y llano. Por eso recurrieron al lenguaje simbólico. Os ruego que aprendáis este lenguaje para que también vosotros podáis escucharlo.

Existen dos tipos de lenguaje simbólico: el lenguaje simbólico no verbal y el símbolo verbal. Ambos son lenguajes universales que pueden usarse en todo el mundo. Y cuando hayáis comprendido este lenguaje, que es el que emplean los niños casi exclusivamente, entonces nunca tendréis que adivinar, nunca tendréis que arriesgar, y empezareis a comprender que todos y cada uno de los niños moribundos, todos y cada uno de los adultos moribundos, saben —no siempre de forma consciente pero sí subconscientemente— que se están muriendo. Compartirán con vosotros lo único que necesitan compartir: sus asuntos pendientes.

Tal vez algunos sepáis lo que es una «parábola». Jesús era muy listo. Sabía que quería enseñar a muchas personas aquello que había venido a enseñar. Pero aquella gente no estaba

preparada; al menos, muchos no lo estaban. Y por eso, usó las parábolas, sabiendo que los que estuvieran preparados para escuchar, escucharían. Y los demás, todavía se están rascando la cabeza, dos mil años después. (*Sonrisas del público.*) Y ése es el lenguaje que emplean los niños moribundos cuando os eligen, y es cierto que eligen con quién usar ese lenguaje. Tal vez sea con una auxiliar de enfermera o con alguien que ellos crean capaz de comprender. Los niños de tres a cuatro años os miran y os atraviesan con la mirada, y saben si seréis capaces de encajarlo, o si vais a decir en seguida: «Bah, los niños no saben de estas cosas. Habla por hablar».

Usan un lenguaje muy parecido a las parábolas, un lenguaje simbólico, y si asentís con un gesto de la cabeza cuando no sabéis de qué hablan, rápidamente os descartarán por falsos. En cambio, si comprendéis que intentan deciros algo pero vuestra experiencia ha sido limitada, podríais decirles: «Intentas decirme algo, pero no estoy segura de qué es. ¡Dímelo otra vez!». Entonces ellos lo expresarán en dos, tres, cuatro o diez variaciones distintas hasta que comprendáis.

La mayoría de las veces no hace falta más que una visita a domicilio para ayudar a las familias y a los pacientes a evaluar —en cierta forma, a diagnosticar— sus asuntos pendientes y ayudarlos a deshacerse de ellos, para que así puedan seguir adelante y afrontar su muerte inminente, con paz y serenidad y una ausencia de temor y dolor.

Cuando un paciente usa el lenguaje simbólico, significa que os está poniendo a prueba, para ver si estáis preparados para lo que sea que necesita de vosotros. Los niños usan casi exclusivamente el lenguaje simbólico no verbal. Y el lenguaje más sencillo, más hermoso y más útil que usan los niños son los dibujos.

Susan Bach, una analista jungiana de Londres, desarrolló un método para mirar los dibujos espontáneos de los niños, niños del hospital donde yo trabajé durante quince años en Zurich. Ella pidió a los niños, todos ellos con tumores cere-

brales, que hicieran un dibujo espontáneo, y entonces descubrió que todos revelaban en sus dibujos una conciencia de su patología e incluso de la localización del tumor cerebral.

Y cuando aprendió a analizar los dibujos, comenzó a darse cuenta de que los niños no sólo eran conscientes de lo que sucedía en el interior de su cuerpo sino que muy a menudo revelaban cómo y cuándo iban a morir.

Cuando tratamos con niños afectados de leucemia, cáncer u otras enfermedades, les pedimos que hagan un dibujo, y así nos revelan su propio conocimiento subconsciente íntimo de su enfermedad. Con el lenguaje simbólico no verbal, les ayudamos a terminar sus asuntos pendientes, y entonces ellos mismos pueden ayudar a sus mamás y papás a afrontar su inminente muerte.

Algunos habéis leído mi libro *Vivir hasta despedirnos*,* y habéis visto el dibujo que hizo aquella niña de cinco años, Jamie, de un globo lila que sube flotando hacia el cielo. El lila es el color de la espiritualidad. Su concepto de la muerte era que en un futuro muy inmediato ella sería un espíritu que sube flotando hacia el cielo.

Niños que pierden a un familiar

(Pregunta del público: «Yo quisiera que nos hablaras de los niños y sus reacciones tras haber perdido al padre o a la madre».)

Los niños reaccionarán ante la muerte de uno de sus padres de acuerdo a cómo hayan sido criados antes de ocurrida la muerte. Si los padres no le tienen miedo a la muerte, si no han protegido a sus hijos sino que han compartido con ellos, por ejemplo, la muerte de un animal doméstico o la muerte de una abuela, o si les han permitido participar en el cuidado del padre o la madre moribunda en casa y también asistir al funeral, entonces no tendréis problemas con los niños.

* Ediciones Luciérnaga, 1991.

Ésta es una de las principales razones por las que llevamos a madres y padres jóvenes a casa a morir. El hijo más pequeño puede ocuparse de elegir la música preferida de mamá. Otro hijo puede ocuparse de traer el té. El tercero puede responsabilizarse de otra cosa. De esta manera, los niños *participan* en el cuidado de la madre o padre moribundos. Cuando llega el momento en que la madre ya no puede hablar y cuando entra en coma durante los últimos días de su vida, los niños aún pueden tocarla, amarla y abrazarla.

Entonces se les puede contar a los niños que la mamá está en coma como en un capullo, que está muy viva y que es capaz de escuchar todo lo que ellos le dicen. Puede incluso escuchar música. Pero ya no puede hablar ni responder. Si se permite a los niños participar en este proceso, tendrán una experiencia de aprendizaje increíblemente hermosa.

Pero si la madre está en un hospital o en una unidad de cuidados intensivos, sobre todo en Estados Unidos, donde los niños tienen prohibido la entrada al hospital, sufrirán espantosas pesadillas sobre lo que creen que le están haciendo a su mamá. Y si encima no se les permite ir al funeral, entonces albergarán muchos temores y quedarán muchos asuntos pendientes, que quizá se prolonguen aún muchos años.

Nuestro lema preferido es: *Si cubrierais las montañas del Cañón del Colorado para protegerlas de las tormentas, nunca veríais la belleza de sus relieves.* Eso significa que no deberíais cubrir a vuestros hijos, que no deberíais «protegerlos», porque no podéis, al fin y al cabo, hacerlo. Lo único que conseguiréis es protegeros a vosotros mismos, mientras impedís que vuestros hijos tengan una oportunidad para crecer y prepararse para la vida.

El hermano de Jamie

Los hermanos son quienes peor lo pasan cuando se trabaja con niños moribundos. Fijaos en el hermoso ejemplo del li-

bro *Vivir hasta despedirnos*, donde Jamie, la niña de cinco años que mencioné antes, murió de un tumor cerebral, en la médula oblonga. Pudimos llevarla a casa. Su hermano de ocho años pudo participar en el cuidado de su hermana. Él solía volver a casa de la escuela tras decirles con mucha naturalidad a sus compañeros que ahora tenía trabajo. Entonces ponía el oxígeno y con mucha ternura le daba un poco a su hermana. Saltaba de la cama cuando veía que ella necesitaba succionar, y con un amor y una ternura increíbles, le colocaba el oxígeno.

Cuando ella murió, a él no le quedó ningún trabajo de duelo por llevar a cabo. Le quedó sólo el duelo.

Cuando el libro fue publicado, con fotos de él y de su hermana moribunda, se lo llevé para enseñárselo de manera muy natural, pensando cómo reaccionaría. Primero, sólo se fijó en sus propias fotos, que es lo que hacemos todos, aunque finjamos mirar las demás fotos (*risas*). Cuando estuvo satisfecho de sus propias fotos, entonces miró el capítulo entero sobre su hermana. Su hermosísima respuesta fue: «Me alegro mucho de que esto saliera en forma de libro. Porque si mis amigos pierden a un hermano o una hermana podrán mirar *mi* libro y saber lo que tienen que hacer». El muchacho tenía un gran sentimiento de orgullo y de triunfo, y no se sentía desamparado ni rechazado, como sucede con muchos hermanos y hermanas de niños moribundos.

Cuando se atienden niños cuya mamá o papá están moribundos y la familia pregunta: «¿Cómo demonios preparamos a los niños?», pedíles simplemente a los niños que os hagan un dibujo y entonces ellos mismos pasarán a contaros todo lo que saben sobre la muerte inmediata o inminente de su mamá o papá. Os daré un ejemplo práctico:

Lorrie

Un día nos llamó una maestra que describió a una niña de primer año de escuela que había empezado el curso muy bien, pero que al cabo de unos meses se había ido deteriorando rápidamente. La maestra no entendía la razón. Había llamado a casa de la niña y una tía muy enojada le había contado que la madre de la niña se estaba muriendo de cáncer, que llevaba dos semanas en coma en el hospital, y que se esperaba que muriera de un día a otro.

Naturalmente, la maestra preguntó a la tía si las niñas —la niña tenía una hermana un año menor— estaban preparadas para la muerte de su madre. Ella le respondió que no. Nadie les había contado nada a las niñas y, además, no habían visto a su padre desde hacía dos semanas porque, desde que la madre había entrado en coma, el joven esposo se levantaba más temprano cada día para ir directamente al hospital después del trabajo y estar con su mujer moribunda. Cuando llegaba a casa por la noche, las niñas ya estaban durmiendo.

Entonces la maestra, muy correctamente, le dijo: «Alguien tiene que hablar con estas niñas antes de que ocurra». Y la tía, con voz muy irritada, dijo: «¡Entonces hable *usted* con ellas! Pero si lo hace, hágalo ahora, porque mañana puede ser demasiado tarde». A continuación, le colgó el teléfono a la pobre maestra. Los maestros tampoco están preparados para este tipo de trabajo.

La maestra me llamó y me pidió que le ayudara. Yo le dije que podía traer a las niñas a mi casa después de clase con una condición, y es que ella permaneciera con nosotras y viera lo que yo iba a hacer con las niñas, de modo que en una siguiente ocasión ella pudiera hacerlo por sí misma. Y vino.

Yo veo a todos mis pacientes moribundos en visitas a domicilio, y cuando los familiares han venido a mi casa ha sido puramente por motivos económicos. A todos los niños que pueden caminar, los recibo en mi cocina. No tengo un despacho de consulta porque es algo que atemoriza mucho a los

niños. Tampoco los visito en mi sala de estar. Los veo en la cocina porque mi cocina tiene un hogar y, en Chicago, donde a veces la temperatura llega a 5 grados bajo cero, es muy agradable sentarse junto a un hogar encendido.

Hago algo con ellos que es muy «horrible» y antiholístico. Siempre les sirvo Coca-cola y donuts (*risas del público*). Es la comida menos sana que se le puede dar a un niño y como médica, soy consciente de ello. Y os diré por qué lo hago.

Se trata de niñas a las que ya no se les ha dicho la verdad sobre la enfermedad de su madre. Ya no confían en los adultos. Les va mal en la escuela. Esto significa que están muy preocupadas y que no tienen a nadie con quien comunicarse con sinceridad. Es fácil entender lo que le pasaría a un párvulo o a un niño de primer año si la maestra los lleva después de la escuela a la casa particular de una psiquiatra y ésta los alimenta con un germen de trigo o brotes de soja que les resultan extraños. (*Sonrisas del Público.*)

En lugar de eso, les damos aquello con lo que se sienten más cómodos. Que sea sano o no es algo total y absolutamente irrelevante en ese momento. Es muy importante que escuchéis esto que digo. Porque sería aprovecharse erróneamente de nuestra autoridad y de nuestra posición que intentaríamos convertirlos a costumbres alimentarias más sanas en ese momento. Los adultos tenemos tendencia a hacerlo y los niños desconectarán de nosotros y con razón.

Al cabo de un año, tal vez, cuando estos niños sean mis amigos porque nos hemos ayudado mutuamente a superar un trance muy difícil, tal vez estén dispuestos a escucharme. Entonces los volveré a invitar a mi cocina y juntos podremos cocinar platos sanos.

Tengo que decir que en el pasado, cuando no explicaba la razón que tenía para darles Coca-cola y donuts, recibía cartas increíblemente hostiles de distintas personas, y ya no necesito que me envíen más. (*Risas del público.*)

Los niños y yo solemos sentarnos a la mesa de la cocina, y

mientras mordisquean sus donuts y sorben sus Coca-colas, les pido que hagan un dibujo. Les doy una caja de lápices de cera y, al cabo de dos minutos, ya sé que estos niños lo saben. Entonces podemos hablar abiertamente de ello, y media hora después abandonan mi casa y se sienten bien, y es *así* de sencillo.

Esta niña de primer año dijo algo muy hermoso. Dibujó una figura de palo con piernas enormes —de un color rojo vivo, que es siempre un color de peligro— y, al lado, una especie de trazo indio. Antes de terminarlo, lo tachó muy enfadada, de nuevo con rojo, que es enfado y dolor.

Miré la figura de palo que tenía piernas totalmente distorsionadas y le dije: «Me pregunto si ésa es tu mamá». Brevemente, ella respondió: «Sí».

Dije: «Dios mío, una mamá con piernas así debe de tener muchos problemas para caminar». Ella me miró como si me estuviera poniendo a prueba, y dijo: «Las piernas de mamá están tan mal que nunca más volverá a pasear con nosotras en el parque».

Entonces interrumpió la maestra —siempre interrumpen (*sonrisas del público*)— y dijo: «No, doctora Ross, eso no es verdad. Su madre tiene el cáncer muy extendido. La única parte de su cuerpo que no está afectada son sus piernas». Y yo dije: «Gracias. Pero yo no quiero *tu* realidad. Necesito la realidad de la niña». La maestra entendió el significado de mi comentario. Entonces cometí un error. Volví a dirigirme a la niña y dije: «Lorrie, las piernas de tu mamá deben de estar muy mal». Y ella, *muy* enojada, me dijo: «Te he *dicho* que las piernas de mi mamá están tan mal que nunca más volverá a pasear con nosotras en el parque». Como si me dijera: «¿No me escuchas?». *Entonces sí* la escuché.

Luego le pregunté sobre esa curiosa figura india. No quiso contarme nada.

Hay ciertos trucos en este trabajo que se aprenden por ensayo y error. Si quieres que un niño te cuente la verdad, lo único que tienes que hacer es equivocarte al adivinar. Tarde o

temprano, se cansan de tus estúpidas preguntas y te cuentan la verdad. (*Risas del público.*)

Pero no puedes fingirlo. Si yo hubiera sabido lo que era y hubiera fingido ignorancia, la niña lo habría intuido al instante. Pero la verdad es que yo no sabía lo que simbolizaba esa figura, así que intenté adivinarlo de mil maneras, pero me equivoqué en todas. Y entonces, muy enojada, ella dijo: «No, es una mesa caída». Dije yo: «¿Una mesa caída?». Y ella respondió: «Sí, mi mamá nunca más volverá a cenar con nosotros en la mesa de la cocina».

Si una niña te dice «nunca más» tres veces en tres minutos, *tú* sabes que *ella* lo sabe. Así que pasé del lenguaje simbólico a un inglés simple y llano. Le dije: «Tú mamá nunca más volverá a cenar con vosotras en la mesa de la cocina y nunca más volverá a pasear con vosotras en el parque. Para mí, eso significa que tu mamá no se va a poner bien. Para mí, eso significa que se va a morir». Y ella me miró y me dijo: «¡Sí!», con un tono que sugería una pregunta: «¿Por qué te ha costado tanto?». (*Sonrisas del público.*)

Y es con ese lenguaje... y esto es lo que quiero decir cuando digo: «Tú no se lo dices a *ellos*. Ellos siempre, y digo siempre, te lo dicen a *ti*, si comprendes su lenguaje».

Le pregunté qué significada para ella que muriera su mamá, y ella dijo muy rápidamente: «Mi mamá va al cielo». Entonces pregunté: «Y eso, ¿qué quiere decir para ti?». Y ella cerró la boca con fuerza, retrocedió un paso y dijo con tono seco: «No lo sé».

¿Cuántos de los que estáis en esta sala —si hicierais un esfuerzo por comportaros como norteamericanos un par de minutos, y eso quiere decir no ser tímidos (*sonrisas del público*)— le diríais a estas dos niñas con una madre moribunda: «¿Tu mamá va al cielo?». (*Silencio del público.*)

¡Seamos un poco sinceros y levantad la mano! (*Toses e incomodidad del público.*)

Veo dos manos. ¿Podéis creer que sólo dos diríais eso? (*Risas y toses.*) ¿Podéis creerlo?