



Silencio, el aliento es un don del cielo

Una historia de transformación

Carol Martínez Weber

*Siéntete contento con lo que te es dado
y relaja tu fruncido entrecejo
porque la puerta de la elección
no está abierta ni para ti ni para mí.*

—Hāfez

I. Supervivencia física y transformación

Al reloj de arena de mi vida parecían quedarle solamente unos pocos granos. Sentía tanta opresión en mi pecho que cada aliento suponía un esfuerzo. Cada respiración era una eternidad. Sólo existía el momento presente pues me encontraba tan débil que no podía pensar en el esfuerzo que supondría la próxima respiración. Me encontraba hundida en una profunda tristeza sin conocimiento de separación o unidad. Siempre había imaginado que dejaría mi cuerpo físico con el nombre de Dios en mis labios, pero no tenía consciencia del recuerdo de Dios (*zeker*) al sentirme próxima a partir. Mi deseo de vivir se sobreponía a todo lo demás. En las primeras horas postoperatorias no fui consciente de manera concreta de mi ser físico y solamente sentía una angustia amorfa, indefinible. No estaba triste ni sentía miedo. Estaba simplemente dedicada a un esfuerzo primario de supervivencia.

Lentamente, comencé a ser consciente de una gran bola de mucosidad en la parte trasera de mi garganta,

que amenazaba con deslizarse hacia abajo y ahogarme. Me faltaban fuerzas para hablar y más aún para toser. Cuando era estudiante de medicina me habían enseñado a quitar un tubo de respiración a un paciente utilizando un catéter y succionando con fuerza al retirar el tubo a modo de escoba. De esta forma la mucosidad se retira junto con el tubo. Ahora yo era la paciente y, debido a que alguien no había recibido un entrenamiento tan meticuloso, ¡yo iba a morir!. ¡Qué curioso sería, después de haber sobrevivido catorce horas en el quirófano, si fuera a fallecer por una flema!

En estos primeros momentos de lucidez tras la operación, reflexionaba sobre cómo la extirpación de mis pechos y la reconstrucción de otros nuevos sacados de los músculos abdominales podían haber dejado paralizados mis brazos y mis piernas. Apenas abría los ojos o hablaba. Permanecía inmóvil, sorbiendo agua cuando me lo ordenaban y sintiéndome totalmente fuera del mundo. Una poderosa necesidad de sobrevivir permanecía sin articular en mi corazón y hacía que una respiración



sucediera a otra. No tenía la urgencia de un deseo, sino una presencia propia que dominaba cada partícula de mi ser. Jamás tuve conocimiento de lo que sucedió con la flema. Presumiblemente, me la tragaría, en algún momento de inconsciencia, y volvería a quedarme dormida.

Tres o cuatro días después, la neblina comenzó a disiparse y tuve la resolución y la claridad necesarias para ocuparme de mi inmovilidad y de mis molestias. Me di cuenta de que la larga operación había provocado una retención de líquidos tan importante que mis piernas hinchadas parecían troncos enormes e inmóviles. Me explicaron también que el dolor persistente a lo largo de mi espalda y el bulto en la parte trasera de mi cabeza se debían a los daños originados por la presión ejercida sobre mi cabeza para fijarla en una posición y por el rodillo que habían situado bajo mis hombros durante el largo tiempo de la operación.

Sin embargo, no estaba claro por qué no sentía nada y no podía mover mis manos ni mis brazos. Los expertos me pinchaban y me agujoneaban. Un bosque de agujas taladraba mis brazos y mis hombros para medir las corrientes eléctricas. Finalmente, fue confirmado el diagnóstico de parálisis bilateral del plexo braquial. Al haber permanecido durante tantas horas en cruz (con ambos brazos colgando a los lados para tener acceso quirúrgico a las axilas), quedaron dañados los nervios que conducen las señales desde la columna vertebral a los hombros, brazos y manos en ambos lados.

Para mi asombro, no me pude tranquilizar mientras me colocaban las agujas para la electromiografía (EMG). Intenté meditar pero el dolor y la ansiedad se sobreponían a todos los esfuerzos para calmarme. Cuanto más me decía el doctor que me relajara para que pudiera terminar la evaluación, más incómoda y violenta me hallaba. Me reprochaba a mí misma: «¿Por qué no puedo entrar en esa clase de consciencia que experimentan los serenos yoguis sentados sobre una cama de clavos? Debo ser un

pésimo *darwish* (aspirante en la Senda sufí), sin devoción ni sinceridad».

Mis dudas habían comenzado poco después de que me diagnosticaran el cáncer de pecho. Era la época en que la mastectomía radical era la práctica habitual. Mi madre había insistido en que tan sólo le extrajeran un bulto maligno de su pecho. A pesar de su férrea negativa a seguir ningún tratamiento posterior, sigue hoy libre de cáncer. Yo tenía veintitantos años cuando me extirparon el primer bulto del pecho. Durante los quince años siguientes, muchas biopsias más habían resultado benignas, pero tuve que hacer frente a múltiples y complejas decisiones sobre mi salud que podrían influir poderosamente sobre el resto de mi vida. Por primera vez me sentí abrumada por la incertidumbre.

El radiólogo que había realizado mis mamografías anuales ya me había avisado de que mis pechos eran tan «densos» que no podría diagnosticar un cáncer hasta que no estuviese muy avanzado. Ahora que el diagnóstico estaba confirmado en un pecho, y considerando que el tipo de tumor tendía a producirse en ambos pechos simétricamente, me desaconsejó la práctica conservadora. Estuve de acuerdo e hice los preparativos para una mastectomía bilateral sin reconstrucción. Los amigos, los colegas e incluso mi cirujano estaban horrorizados con que una mujer de 40 años escogiese no recomponer sus pechos. ¿Estaría cometiendo un error?

Estaba segura de mi feminidad y quería una operación sencilla. Tenía niños pequeños en casa y deseaba reducir al mínimo el tiempo que pasaría lejos de ellos. Además, después de aguantar unos pechos hinchados y doloridos cada mes durante veinte años, estaba preparada para ser pecho-plano. Pero la reacción tan intensa provocada por mi decisión me hizo vacilar. Me reuní con dos mujeres que habían pasado por la reconstrucción con tejido abdominal y ambas estaban encantadas con los resultados. Había visitado a una de ellas en el hospital sólo unos pocos días después de su operación y se encontraba sentada en la cama, lavándose;

parecía estar bastante bien y esperaba que la mandasen a casa al día siguiente. Así que, con mucho miedo, di mi consentimiento para la operación total.

II. Ajustes

A pesar de haber tenido un postoperatorio extremadamente complicado y prolongado, nunca me arrepentí de haber elegido la opción de una cirugía agresiva para mi cáncer. Lamenté profundamente el efecto que esta enfermedad tuvo sobre mis hijos. Durante tres meses perdieron la presencia y las atenciones de su madre y les aterrorizaba que muriese. Mi hija canalizó y expresó su pena a través del arte. Estaba todavía hospitalizada cuando mi hijo comenzó el jardín de infancia y se comportó tan agresivamente y dio tantos problemas que se planteó su expulsión. Gracias a Dios, aunque estos acontecimientos dejaron marcas permanentes en todos nosotros, mis hijos han madurado y son unos buenos jóvenes adultos llenos de compasión por el sufrimiento de los demás.

Tres semanas después de la operación tuve el valor de mirar mi nuevo cuerpo. Estaba todavía hospitalizada y la imagen en el espejo estaba dominada por una gran banda marrón de cuero seco gangrenado. A pesar de la microcirugía que suministraba sangre al centro de mi pecho, la piel en el lado izquierdo había muerto y se había transformado lentamente en una especie de cuero que iba formando un gran haz triangular.

Más tarde, al ducharme por primera vez, miré sin darme cuenta hacia abajo y vi mis nuevas mamas. Inmediatamente caí en la cuenta de lo mal que me habría encontrado si hubiera visto solamente mis costillas y dos grandes cicatrices. Me gustó mi nuevo cuerpo. Incluso vi que la configuración de las heridas formaba de hecho una cara feliz que me sonreía. A veces es sabio, incluso para el más seguro de sí mismo, hacer caso al consejo de los demás. Les estoy muy agradecida a todos ellos.

Tras la operación estuve en el hospital durante un mes recibiendo

los cuidados oportunos y comenzando el proceso de rehabilitación. Cuando finalmente me enviaron a casa con una cama de hospital y un programa muy intenso de fisioterapia, era aún incapaz de valerme por mí misma y tenía un sueño muy irregular a pesar de tomar estupefacientes para el dolor. Los amigos y los vecinos me traían comida y hacían las tareas de la casa. No estaba en condiciones de cuidar a mis hijos, de modo que vivían unos cuantos bloques más allá con su padre y venían regularmente a visitarme. El ver a su madre tan enferma los perturbaba, pero era mejor que lo que podrían haber imaginado de no haber podido verme en absoluto.

Estas cuatro primeras semanas en casa fueron el momento más difícil para mí. Estaba lo suficientemente bien como para lamentar la pérdida de mi fuerza, de mis pechos y de mi bienestar, pero me sentía incapaz de reunir la energía necesaria para estar con alguien más allá de una visita breve y ocasional. Me sentía inmensamente culpable por la aflicción que estaba causando a mi familia. Cuando mi guía espiritual, mi maestro sufi, médico también, me recomendó continuar mi recuperación bajo su guía en un centro de la Orden al otro lado del océano, me sentí aliviada, temporalmente, de la carga de sentirme responsable de los demás y de mí misma.

El lugar era bien conocido por mis hijos como un sitio feliz de vacaciones que visitábamos varias veces al año. Sentí que sería mejor para ellos imaginarme allí que tener que hacer frente continuamente a mi discapacidad y a mi tristeza. Sabía que me ayudaría mientras luchaba con los



problemas espirituales que surgían de mi grave enfermedad y de mi divorcio en curso en ese momento.

III. *La aspiración para la transformación espiritual*

Iba recobrando gradualmente sensibilidad y movilidad en mis extremidades superiores y estiraba mi abdomen hasta mantenerme erguida —me habían subido piel del abdomen con el músculo abdominal para hacerme mis nuevos pechos y mi ombligo tuvo que ser recortado y recolocado para que apareciera en la

posición adecuada. Dos meses después de la operación todavía andaba como un pato, ligeramente encorvada, y terminaba agotada con un trabajo tan sencillo como llevar comida del plato a mi boca. A pesar de todo, me subí a un avión rumbo a Europa mientras reflexionaba sobre las extrañas e impredecibles vueltas que da la vida.

Mi sueño de ser una amante esposa y madre y un médico de barrio parecía desmoronarse con mi cuerpo. ¿Cómo podría aprovechar esta adversidad y convertirme en una persona mejor? En Inglaterra inicié un camino de transformación física y espiritual.

Diariamente pasaba horas dedicada a una rutina compleja de ejercicios de fortalecimiento y destreza. En lugar de llorar mientras realizaba el programa, como hacía en casa y en el hospital, era consciente de la bendición que suponía estar viva y sentirme apoyada y querida.

Mi maestro me invitaba a acompañarlo en sus paseos diarios por la finca. A pesar de mi lamentable estado físico, se refería a mí como su guardaespaldas. La finca contaba con numerosos árboles frutales y magníficos y cuidados jardines. El paseo en sí era un esfuerzo físico mayor del que me hubiera creído capaz, pero la inspiración de su presencia me mantenía tambaleándome todo el camino, disfrutando con su guía y su delicado apoyo. Una mañana al pasar junto a un envoltorio de caramelo tirado en la hierba, exclamó: «¿Qué clase de *darwish* camina sobre la basura y no la recoge para embellecer la tierra?». Sabía muy bien que, para mí, doblarme hasta el suelo requería un esfuerzo doloroso y monumental. No esperaba menos de sus discípulos.

Mis limitaciones físicas eran representaciones simbólicas de retos espirituales y comprendí que el maestro se refería a mucho más que recoger basura del suelo. Tan rápido como pude, me estiré hasta mi límite, agarré el papel y lo metí en el bolsillo de mi abrigo. Aún hoy, unos quince años después, no puedo ver tirado ni el más pequeño rastro de basura sin recordar aquel momento y sentir la profundidad de su enseñanza.

A pesar de la paz y del afecto que rodearon mi recuperación en el mes que pasé fuera, mi recuerdo más preciado de todo este tiempo fue el de la noche en que volví. Al salir de la zona restringida del aeropuerto, vi a lo lejos a mis hijos con su padre. Contentísimos gritaron: «Mamá». Mi hija era lo suficientemente mayor como para comprender que todavía no estaba bien y se quedó atrás hasta ver que haría yo. Mi hijo pequeño vino corriendo con sus brazos abiertos. Para mí fue la versión de una antigua película en la que unos enamorados, tras una larga separación, se reúnen de nuevo a cámara lenta. Por fin pude

de nuevo alzar mis brazos y abrazar a toda mi familia. Era nuestro primer abrazo en tres meses y ese momento quedó grabado para siempre en mi corazón.

IV. Resultados

De regreso en casa, antes de volver al trabajo, mis amigos comenzaron a recomendarme que demandase al anestésista y al hospital, considerando que un error al situar mis brazos durante la operación había causado un estiramiento indebido de los nervios y éste había originado mi parálisis. Mis cirujanos, en quienes yo confiaba ciegamente, me aseguraron que se me colocó en la manera recomendada y publicaron un artículo científico en el cual aconsejaban modificar la posición habitual para prevenir esta complicación inusual.

No obstante, posiblemente me habrían entregado una importante cantidad de dinero si hubiera pleiteado por mala praxis. Se habría tratado de un dinero fácil ganado con mi dolor, mi sufrimiento y mi persistente incapacidad—nunca he recobrado completamente un buen control sobre el movimiento de las manos. Pero no me podía prestar a hacer una cosa así. Nadie me había dañado intencionalmente ni había sido negligente. Las cosas a veces salen mal. No quería yo ser la causa de un problema en la vida de otro.

Unos diez años después, estaba en la Unidad de cirugía ambulatoria para una intervención menor que requería sedación, cuando el mismo anestésista vino para recoger mi historial médico antes de dormirme. Los dos reconocimos instantáneamente nuestros nombres y, algo incómodos, comentamos nuestro encuentro tiempo atrás.

Me planteé pedir que fuese sustituido, pero recordé que el cirujano que había realizado la reconstrucción de mi pecho había pedido precisamente este anestésista por su plena confianza en su capacidad. La vida nos había juntado de nuevo por algún motivo. Quizás era para confirmar que había hecho lo correcto al no interponer un juicio. Mostré mi

confianza al ponerme de nuevo en sus manos.

V. Rejuvenecimiento y transformación

Me habían llevado en silla de ruedas al quirófano para quitarme el pecho y para su reconstrucción, sin que hubiera sido consciente del alcance de los cambios que iban a tener lugar. En las primeras semanas surrealistas después de la operación, una serie de pensamientos y de sentimientos se presentaron en mi mente casi sin intervención por mi parte. Aunque no me podía centrar en nada, a través de mi desgracia, sentí una conexión pacífica, intuitiva, con algo más grande que yo: la Verdad, el Universo, Dios, el recuerdo del corazón...

Durante la larga fase de recuperación experimenté un rejuvenecimiento físico y espiritual, siguiendo conscientemente las directrices de la Senda sufí: aceptar agradecido la parte que nos asigna Dios, sea ésta cual sea. En un primer momento, acepté la incapacidad, el daño físico y la angustia emocional porque no tenía energía para combatirlos. Vivía completamente el momento, por obligación y no por iluminación espiritual.

La sensación de proximidad de la muerte y de la incapacidad nos recuerda lo que es valioso. El aliento es, por supuesto, una bendición. A través de la confianza en Dios, cualquier desgracia puede llegar a ser una oportunidad para crecer y comprender más profundamente el regalo de la vida. Ahora, años más tarde, todavía lucho para cultivar aquellos momentos de absoluta aceptación con la serenidad de una verdadera sumisión espiritual.

