



Introducción

El arte de escribir es un ejercicio divino cuya función es ser como un vino estimulador y no como un opio adormecedor. La obra que escribo es para consolidar el amor de los hombres y mujeres y ofrecerla como si fuera un hijo.

*Gabriela Mistral, "Decálogo del Artista"
Premio Nóbel de Literatura.*

Escribí este libro simulando una conversación con un amigo curioso e inteligente, donde él sabe poco sobre la enfermedad emocional y mucho sobre la vida. Sentados en un lugar agradable hicimos un trato para beneficio de ambos; mis amigos aprenderían sobre las emociones y yo me instruiría para explicar mis ideas con un lenguaje sencillo.

Esta obra es vivencial, escrita con el corazón, pues sólo cuando se experimenta el dolor o la alegría, es posible crear. Compartir la enfermedad y el dolor con una joven de 34 años, mi sobrina María Daniela, Dany, fue la lección más importante que aprendí en dieciséis meses, tiempo que duró su cáncer. Dany me enseñó a dar cada día gracias a Dios por la vida y por el disfrute de los momentos de felicidad.

El Dr. Nelson Rollinson, especialista en urología, al diagnosticar su cáncer bilateral en los dos uréteres, nos dijo que en sus 30 años de experiencia como médico era el primero que veía de ese tipo. El tumor maligno estaba localizado en la capa íntima de los uréteres, el urotelio; el tratamiento sería de tipo quirúrgico y radical, extraer sus dos riñones, uréteres y vejiga, lo que significaría vivir con tratamiento de hemodiálisis, "el riñón artificial", por el resto de su vida. Este pensamiento duró poco ya que a los tres meses apareció la metástasis, reproducción a distancia del tumor primario, esta vez en el hígado.

Las ganas de vivir de Dany, pasaron por alto la gravedad de su diagnóstico, y su última batalla la dio con el apoyo de la familia; no se le hizo la cirugía radical sino un tratamiento de quimioterapia para darle calidad de vida en su enfermedad. Su decisión más importante fue partici-

par en su "curación emocional" con la ayuda de terapeutas especializados en *homeopatía, acupuntura, imposición de manos, reflexote-rapia, psiquiatría y arte*. Dany logró vivir un año más de lo esperado y así pudo alcanzar varias metas, la más importante saldar una cuenta pendiente desde hacía ocho años con ella misma, curar su enfermedad emocional.

A los 24 años Dany sufre una pérdida de su pareja. El estrés emocional fue haciendo la herida en silencio y la enfermedad psicósomática se hizo sentir seis meses después con la aparición de un Linfoma de Hodking, cáncer linfático frecuente en jóvenes. Según estudios de especialistas, como el Dr. O. Carl Simonton, el 60% de los pacientes desencadenan la enfermedad después de un estrés emocional fuerte, tal como es la pérdida de un ser querido en sentido físico o literal, muerte o separación del ser amado. Dany confirmaba este porcentaje, su estrés emocional fue la combinación de rabia mal manejada con miedo. La represión de estas emociones debilitó sus defensas y preparó el terreno para que el cáncer ganara la batalla, apareciendo el tumor maligno en los ganglios linfáticos del tórax.

Después de la curación física de su primer cáncer, estudia la carrera universitaria de Derecho y antes de graduarse aparece su segundo cáncer esta vez en el útero. En estas dos enfermedades, Dany no sintió la necesidad de sanar sus emociones y sentimientos, pensaba que la medicina alopática, la tradicional, era suficiente para destruir el tumor. Su título de abogada lo obtiene en el mes de mayo de 2004 y en el ejercicio de su profesión aparece su tercer cáncer. Es aquí donde hace un alto en el camino tomando conciencia de la importancia de curar sus emociones.

Estrés y enfermedad

El estrés continúa siendo la enfermedad de este siglo y se define como la respuesta del cuerpo frente a una amenaza, sea laboral, familiar o emocional. El estrés puede ser de corta o larga duración, positivo o negativo, este último se caracteriza por aparecer tensión con angustia. El estrés emocional es el más frecuente, originado por una rabia, reconcomio, miedo o tristeza. Primero nos enfermamos de emociones y luego aparece la enfermedad en el cuerpo.

La enfermedad psicósomática es una realidad en la medicina de hoy. La estadística presenta un 80% de pacientes con un componente psicósomático, lo cual significa que de cada cien pacientes que se sientan en la silla de un consultorio médico, ochenta sufren de la enfermedad psicósomática.

Esta palabra tiene dos significados: psico, mente y soma, cuerpo; es decir, la mente y el cuerpo están unidos por las emociones. Por ello se dice que el sitio donde se liberan las batallas emocionales es el cuerpo. Una de las universidades pioneras en los estudios de la conexión mente-cuerpo fue la de Harvard, en los Estados Unidos la investigación demuestra que la persona primero se enferma de emociones y luego aparece la enfermedad en el cuerpo. Las emociones y sentimientos son la brújula que guía cada paso, sin ellas perdemos nuestra referencia básica, y privados de sentimientos somos incapaces de elegir en función de lo que nos importa.

En la tristeza y la depresión se pierde contacto con la familia y amigos; la persona se exilia en una "tierra de nadie". La rabia reprimida convierte a la persona en víctima y ella experimenta la sensación de impotencia, asociada a dolencias tan diversas como enfermedades gástricas, cardíacas y cáncer. Los médicos chinos sostienen la hipótesis de que hay tres órganos básicos en donde se refleja la enfermedad emocional: el hígado para la rabia, el pulmón para la tristeza y el sistema renal para el miedo. ¿Es casualidad o coincidencia que mi sobrina tuviera el tumor primario en uréteres (miedo) y el secundario en hígado (rabia)?

La Dra. Candace Pert, pionera en el descubrimiento de las moléculas de las emociones, encontró la respuesta científica de por qué nos enfermamos de las emociones. Su trabajo permitió descubrir diferentes neuropéptidos que están circulando por todo el cuerpo, entre ellos las moléculas del dolor y del placer: las endorfinas. Hay una energía sutil encerrada dentro de estas moléculas. Todo aquello que nosotros sentimos va más allá de lo físico ya que las emociones conectan la realidad con lo intangible.

La denominación de neuropéptido tiene dos significados: neuro por sistema nervioso y péptido por provenir de las proteínas que ingerimos con los alimentos. Una molécula de neuropéptido puede estar formada de 20 a 60 aminoácidos, que son la unidad más pequeña que forma la proteína. Actualmente, los neuropéptidos son el centro de atención de la neurociencia y representan el 95% de las sustancias naturales que regulan funciones vitales.

La red de la vida está representada por cuatro sistemas: nervioso, inmunológico, endocrino y digestivo. La enfermedad no es otra cosa que la interrupción de la red de la vida controlada por los neuropéptidos, o cerebros flotantes, llamados así por tener inteligencia propia, capacidad para informar, decidir y controlar la vida. La mitad de estos neuropéptidos son moléculas de las emociones.

Curación emocional

La gran red de la vida está formada por hilos de neuropéptidos que unen varios sistemas, siendo los más importantes el digestivo, endocrino, nervioso e inmunológico. Los nudos en la red están formados por agrupaciones de neuropéptidos. ¿Cómo funciona la red? La respuesta la encontraron los científicos al descubrir los mecanismos de "retroalimentación de los sistemas". Este concepto fue tomado de la cibernética y sostiene que los sistemas están constantemente informándose, retroalimentándose a través de los neuropéptidos. Este fue el gran salto en la medicina. Si las emociones se curan a través del cuerpo, entonces, la clave está en movilizar esa energía oculta en las moléculas mediante el uso de terapias como acupuntura, homeopatía, artes marciales, hidroterapia y masajes energéticos.

En la medicina china existen tres maneras de influir en esa energía sutil, llamada *Chi*. Ellas son: meditación, alimentación y acupuntura. La meditación recarga la energía de la mente. La alimentación restituye la energía del cuerpo. La acupuntura mueve el *Chi* o energía. Esta ciencia milenaria se basa en estimular los meridianos, o líneas que pasan a lo largo del cuerpo transportando el *Chi* o energía vital. El objetivo de la acupuntura es equilibrar las energías *Yin* y *Yang*. El término *Yin*, significa fuerza pasiva o femenina del universo que se complementa con el *Yang*, fuerza activa o masculina. Las agujas de acupuntura se colocan en puntos claves o específicos para cada paciente y al estimular estos puntos con corrientes eléctricas de muy baja intensidad, se liberan las moléculas de emociones, como la endorfina, cuya potencia analgésica es diez veces mayor que la morfina, bloqueando y desapareciendo el dolor.

Sus mejores momentos

En su curación emocional, Dany tuvo sus mejores momentos con el arte, el cual le permitió elevar su espíritu, siendo uno de ellos la música clásica. Compositores como Ludwig van Beethoven y Gustav Mahler ayudaron a mover sus emociones. Un viernes de mayo fuimos a un concierto en el Teatro Teresa Carreño a escuchar: la "Segunda Sinfonía o Resurrección" de Mahler. Antes de ir al concierto, Dany tuvo la oportunidad de asistir a dos clases de apreciación musical con el maestro Leopoldo Márquez, allí aprendió a entender el significado de la sinfonía y sus movimientos, gracias a él pudo apreciar la obra de este gran compositor. La Resurrección fue la medicina que le faltaba para su

curación emocional; así, en el último movimiento, Dany se conectó con Dios y entró al cielo con su imaginación.

Otro momento cumbre fue participar en la exposición de arte "Lienzo y Cáncer", auspiciado por los Laboratorios Lilly, donde los artistas eran los pacientes y sus familiares. Fue una oportunidad para exponer las estrategias de su curación emocional. Dany utilizó la técnica del "collage", exponiendo las estrategias y las fotos que se tomó con sus terapeutas. El pasado lo representó como un huevo roto y el presente con uno entero, señalando su nuevo renacimiento.

Otro momento importante fue cuando la aceptaron en un nuevo empleo, en el bufete del Dr. Ricardo Sayegh, profesional experimentado y con gran corazón. Este fue un regalo de Dios en ese momento de su vida, su jefe aceptó sus condiciones de enferma, permitiéndole tomar el tiempo necesario para hacerse la quimioterapia. Uno de sus grandes logros fue continuar con el juicio de un cliente al cual ella estaba defendiendo. El juicio ya estaba en última instancia, Corte Suprema de Justicia. El Dr. Sayegh sería el abogado defensor en el tiempo que faltaba del juicio. Ella me dijo: "Tiíta, estoy segura que lo ganaremos".

Trabajó con ahínco hasta mediados del mes de agosto, fecha en que su enfermedad llegaba a su final, el tumor comprometió al intestino delgado y ciego, esto le impedía comer e ir al baño. La depresión y la tristeza se hicieron presentes. Dany sabía que se avecinaba su final. El alivio llegó cuando se le colocó un catéter en el cuello para poder hidratarla y con esta mejoría pudo irse a su tierra chica, Barquisimeto, donde la esperaban sus padres, hermanos, sobrina y amigos.

En sus dos últimos meses, no la desamparó un dolor intenso en la zona abdominal, la terapia con morfina sólo aliviaba a ratos su dolor a pesar de utilizar grandes dosis. Hay un dicho sabio que dice: Para llegar al espíritu hay que pasar por el cuerpo. Estoy segura que mi sobrina purificó su espíritu en sus últimos meses de sufrimiento y dolor.

En el momento de morir estuvo acompañada por sus padres, hermanos, tíos y amigos. El ambiente de su cuarto era sagrado y la paz que la acompañó en su agonía fue motivo para decirle al oído palabras de agradecimiento y perdón. Hay que recordar que el último sentido que se pierde es la audición, y su madre, con mucha fortaleza, le decía frases como éstas: "Dany, estoy aquí contigo y te amo. Me gustaría que pudieras seguir aquí con nosotros pero no quiero que sufras más. Deja tu cuerpo enfermo en la cama y busca la luz del amor infinito". Dany murió en la paz del Señor el 10 de noviembre de 2006 a las 9:15 de la

noche, momento en el cual se apagó una luz en el universo. Su rostro volvió a ser bello, y su expresión era la de una santa.

Todas las personas procedemos de la misma fuente y regresamos a esa misma fuente. Hemos de aprender amar y a ser amados de forma incondicional. Todas las cosas que consideramos castigo de Dios son en realidad una oportunidad para crecer y evolucionar y ésta es la única finalidad de la vida. Todo es soportable si hay amor, pues la misión del ser humano en la tierra es amar y tener compasión con el prójimo.