

Acompañamiento a la muerte. Introducción al Dossier

Nadia COLLETTE

Cada vez que despiertas, te han regalado un día más para experimentar la vida. ¿Cuándo fue la última vez que viviste plenamente un nuevo día?

Elizabeth Kübler-Ross & David Kessler, "Lecciones de vida"

Suele ser tarde cuando tomamos conciencia plena de lo que realmente nos importa. Los días transcurren como si fueran a hacerlo siempre y lo creeríamos como una verdad absoluta, si no fuera por los hilos plateados que nos van apareciendo algún día en el espejo. Algunos no tienen tiempo para creerlo, niños y adolescentes a los cuales les toca la hora de despedirse de los días antes de que las marcas del tiempo les recuerden la irremediable cita. No les queda más remedio que apresurar el paso para salir de la vida, este mismo paso que también tenemos que ir aprendiendo. Y entonces se nos hace evidente que si somos seres vivos, también somos seres mortales, como las dos caras indisociables de la misma moneda. Para compensarnos de la toma de conciencia de esta triste fatalidad, la vida nos obsequia con la oportunidad de aprender sus lecciones. Kübler-Ross y Kessler enumeran las más importantes: la autenticidad, el amor, las relaciones, la pérdida, el poder, la culpa, el tiempo, el temor, la ira, el juego, la paciencia, la entrega, el perdón y la felicidad. Son muchas pero esenciales para quién se propone ser feliz en lo más profundo de su ser. Por consiguiente no hay demasiado tiempo que perder paseando por este espejismo de existencia que reluce en las vallas publicitarias.

Cuando Marian López Fdz. Cao y Ana Serrano me encargaron coordinar para la Revista la realización de un dossier temático sobre el "acompañamiento a la muerte", sentí gratitud porque confiaran en mí para llevarlo a cabo. También acudían a mi mente ciertas resistencias - a las cuales obviamente no hice caso -, como el hecho de sentirme agobiada en ese preciso momento por las mil otras tareas que cumplir a la vez (el típico estrés que compartimos millones de personas, no precisamente aprendiendo las mejores lecciones de vida...). También me rondaba por la cabeza, aunque no lo quiera reconocer con su justo peso, que la muerte de mi padre seis meses antes justificaba con creces que deje de pisar el acelerador de tareas. En fin..., de mi duelo postergado, sé que me haré cargo en el momento adecuado. Pero del motivo por el cual surgió la idea del dossier quiero hablar ahora, tal como me lo contó Ana. Fue a raíz de la pérdida el pasado mes de febrero de nuestra compañera arteterapeuta y amiga Laura Rico. Una persona muy especial que dejó mucho amor y mucho conocimiento en mucha gente. Los tiempos de despedidas y de pérdidas significativas ponen a prueba. A menudo la sensación es de haber dejado poco espacio a la elaboración del dolor, al acompañamiento y al cuidado, evitando mirar "a la cara" a la enfermedad, el miedo o el deterioro. El tren que no se podía dejar pasar ahora era el de la compilación de unos cuantos textos en los cuales se trataba de enfocar la temática "desde una visión de dignificación de la persona en

este proceso como parte de la vida. Con un énfasis en el arteterapia, pero también ampliado a las experiencias con otras terapias creativas”. Tal era el encargo y pienso que los artículos aquí presentados cumplen con los requisitos. Su presencia en la Revista muestra que nuestras disciplinas no quieren cerrar los ojos ante la muerte o ciertas formas de consideración social que le son casi equivalentes. Pero sobre todo se hace patente que no es posible el acompañar a la muerte, sino a la vida que la precede y que se merece los mismos honores y calidad de cuidados que la vida del que acaba de nacer. Estos textos están aquí en memoria de Laura, de mi padre, de todas las personas queridas que el lector en este momento recuerda haber perdido, y también de todas las personas que ya no parecen significativas para nadie y que la sociedad abandona a una muerte en vida. De estas últimas nos habla con mucha sensibilidad Christophe de Vareilles en su reflexión titulada “El ataúd de cristal. Ser o no ser Blanca-Nieves”. Vidas excluidas del “circuito activo”, de la utilidad económica, de la vida pública, de la vida social y que son relegadas a una zona límite de la humanidad. Como Blanca-Nieves en su ataúd de cristal, nos dice el autor, ni viva ni muerta, aislada por los enanos en el país de la inexistencia. Sin embargo, en el seno de un taller de arteterapia, puede encontrar una oportunidad para volver a despertar. La contribución de Brigitte Gueyraud, en continuidad con el texto de Christophe, nos acerca desde el arteterapia a las personas que parecen “terminar” una vida racional, saliendo de nuestro mundo tal como lo tenemos codificado, para adentrarse en otro que escapa a nuestra lógica, el de las demencias. Cada vez más poblado como consecuencia del aumento de la esperanza de vida, este mundo refleja el inmenso desamparo y la necesidad de amor muchas veces no cubierta de las personas extraviadas en una vida quizás más larga, pero “des-esperanzada”. Se presentan aquí los relatos en francés, precedidos de una introducción realizada por la autora y traducida al castellano. En su texto “Musicoterapia, en sintonía al final de la vida”, Mireia Serra nos recuerda que la música, el sonido y también su ausencia, el silencio, son fundamentales porque nos llegan, penetran y afectan a todo nuestro ser. En un entorno de cuidados paliativos, cuando la vida se acaba, todavía pueden ayudarnos, a través de canciones y piezas musicales improvisadas, a dar voz a lo que resulta difícil de nombrar en palabras, abriendo espacios temporales para vivir el gozo, la conexión o la quietud. Desde la Danza Movimiento Terapia, Heidrun Panhoffer y Jeanette Mac Donalds, en su aportación titulada “Moviéndonos hasta el final de nuestros días”, nos explican cómo, a pesar del avance de una enfermedad grave, la conexión con el cuerpo permite acceder a la memoria somática que éste atesora de las experiencias de toda una existencia. Más allá de las palabras, ese despertar de la conciencia corporal las rescata del olvido en el cual a menudo les sume el dolor y el sufrimiento, para que la persona las pueda re-visitarse y honrar. Por mi parte, pongo el énfasis sobre el marco teórico y metodológico de mi intervención porque con el paso de los años en el medio hospitalario, me doy cuenta de que es muy necesario explicar lo más claramente posible a los demás, pacientes, familiares y compañeros de trabajo, aunque varíen las palabras, en qué consiste el acompañamiento desde nuestra disciplina y qué tipo de beneficios se puede esperar de él. Paralelamente presento las principales características del marco

sanitario que mejor se adecua a la atención de las personas en la etapa final de su vida, los cuidados paliativos. Es frecuente entre los arteterapeutas la creencia de que el intento de explicar “lo nuestro” conlleva un grave riesgo, el de “matar la magia” del arteterapia. Pero la consecuencia más palpable es que andamos escasas de certidumbres, en entornos laborales que nos las exigen continuamente. Celebrando lo saludable de la duda, busquemos un justo equilibrio y procuremos definir mejor lo más genuino y poderoso de nuestro campo, sin olvidarnos de las metateorías en las cuales se inscribe, con sus máximos referentes conceptuales. En qué se basa, de qué se alimenta, cómo funciona el arteterapia, qué hacemos, cómo lo hacemos y para qué resultados esperables,...Intentemos decirlo no solo desde nuestras impresiones y creencias, sino también desde nuestras observaciones rigurosas y comprobaciones. Los textos de este dossier, desde la diversidad, pretenden contribuir a esta tarea todavía pendiente en nuestro país, presentando datos que consolidan la aplicación del arteterapia en el ámbito específico del final de la vida. Espero sinceramente que el lector encuentre aquí reflexiones y exposiciones que sean de su interés y, a su vez, le lleguen al corazón.

Nadia Collette (Mayo de 2015)

*No esperes para echar una última mirada al océano,
al cielo, las estrellas o a un ser querido.
Ve a verlo ahora.*

Elizabeth Kübler-Ross & David Kessler, “Lecciones de vida”