

El Cáncer: mi Maestro (III): Seis lecciones aprendidas en mi viaje a la india

Cancer: my Teacher (III): Six lessons learned on my trip to India

Câncer: meu Mestre (III): Seis lições aprendidas na minha viagem para a Índia

Juan Vera Martínez¹ Andrea Vera Perez²

¹Enfermero del Hospital Universitario de Torrecárdenas (Almería).

²Enfermera.

Cómo citar este artículo en edición digital: Vera Martínez, J., & Vera Pérez, A. (2017). El Cáncer: mi Maestro (III): Seis lecciones aprendidas en mi viaje a la India. *Cultura de los Cuidados (Edición digital)*, 21(48).

Recuperado de < <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2017.48.07> >

Correspondencia: C/Antonio Gaudí nº1. Puerta 5-5ºB. CP 04006, Almería.

Correo electrónico: vera6pies@hotmail.com

Recibido: 11/01//2017; Aceptado: 09/05/2017



ABSTRACT

In this narrative the author, nurse by profession, describes in a precise and intense way the experiences that caused a huge and significant impact on your life: the diagnosis of a lung cancer. Also recounts so emotional experiences that were developed in the course of his process fraught with uncertainties treatment and, above all, emotional support, friends and family who both helped him to overcome this new phase of life in which, as he points out, both are learning thanks to his teacher: cancer.

Keywords: phenomenology, nursing, lung cancer, biographical stories, autobiography.

RESUMEN

En este relato el autor, enfermero de profesión, describe de forma precisa e intensa las vivencias que le provocaron un enorme y significativo impacto en su vida: el diagnóstico de un cáncer de pulmón. Asimismo relata las experiencias tan emotivas que se desarrollaron en el transcurso de su proceso de tratamiento cargado de incertidumbres y, sobre todo, los apoyos emocionales, las amistades y la familia que tanto le ayudaron a superar esta nueva fase de la vida en la que, como él señala, tanto está aprendiendo gracias a su maestro: el cáncer.

Palabras clave: fenomenología, enfermería, cáncer de pulmón, relatos biográficos, autobiografía.

RESUMO

Nesta história, o autor, enfermeiro de profissão, descreve de forma precisa e intensas experiências que causaram um impacto enorme e significativo na sua vida: o diagnóstico de câncer de pulmão. Também relata experiências até emocionais que foram desenvolvidas no decurso do seu processo repleto de tratamento incertezas e, sobretudo, apoio emocional,

amigos e familiares que tanto ajudaram para superar esta nova fase da vida em que, como ele aponta, ambos estão aprendendo graças ao seu professor: câncer.

Palavras-chave: fenomenologia, enfermeiros, câncer de pulmão, histórias biográficas, autobiografía.

He Hecho un viaje a la India con Jose Ignacio y M^a Villegas, casi no me lo creo, todavía. Ellos iban a ir, y un día me dijeron que porque no me iba con ellos, sonreí y no les dije nada, pero empecé a darle vueltas y un día mientras estábamos comiendo se lo comente a Inma y a los niños, me dijeron que no me lo pensara, que probablemente no tendría otra ocasión para hacer un viaje así. Mis limitaciones para andar o para hacer cosas con las manos me frenaban, pero entonces pensé que a lo largo de mi vida siempre me he arrepentido de las cosas que no he hecho, nunca de lo que he hecho, y también pensé que si no iba por miedo o por cobardía, ya no me atrevería a hacer nada, mi autoestima se quedaría por los suelos y siempre me quedaría la duda de si podría haber ido y como habrían ido las cosas, así que me arme de valor y les dije que sí, que me iba con ellos, que deberían tener paciencia conmigo, que me iba, porque me iba con ellos y también porque no era un viaje en plan turístico convencional, sino que íbamos con un plan, para meditar, para estar con nosotros mismos y para escuchar a Prem Baba, el objetivo no era dar vueltas y visitar monumentos, sino quizá aprender, crecer, encontrarnos con nosotros mismos.

Conforme se iba acercando el momento, me entraba como un cosquilleo por el estomago y me iban asaltando las dudas, pero ya no había marcha atrás. Así que llego el día y ahí estábamos camino de la India, entonces no

me lo podía creer, pero es que ahora que ya he vuelto hace tres días sigo sin creérmelo.

La India.- Todos los que nos encontramos por allí dicen que la India es diferente a todo, que te pone a prueba desde el primer minuto hasta el último. No es nada fácil, ese cambio tan brusco, vas en el avión dormitando, relajado, cansado de tantas horas de viaje y de pronto llegas y es como una bofetada, sobre todo mucho ruido y mucha gente. Es abrumador, te cogen la maleta, tiran de ti, menos mal que no entiendo nada de lo que me dicen y que Jose y María tienen experiencia, pero ya

en el primer momento querían cobrarnos por llevarnos del aeropuerto hasta el hotel siete veces más de lo que en realidad vale.

Primera lección.- atención plena, mantener la calma pero estar muy atento, para que no te engañen, para que no te pisen, etc., esto será válido para todo el viaje, pues en más de una ocasión estuvo a punto de atropellarme una moto, incluso una vaca.

Segunda lección.- paciencia, no reaccionar compulsiva o mecánicamente, si te dejas llevar, estas todo el rato tenso, a la defensiva, ese continuo bombardeo es como cuando los pensamientos nos asaltan constantemente, y no encontramos sosiego.

Tercera lección.- el valor del silencio, todo lo realmente importante, el amor, la alegría, la paz, nace y se desarrolla en el silencio, desde el silencio, “amor desde el silencio” fue una de las pocas cosas que entendí de lo que hablaba Prem Baba.

Cuarta lección.- La belleza, el amor, la alegría, estar bien, estar en paz con uno mismo, todo eso no podemos buscarlo fuera, pues no lo encontraremos, o lo encontraremos de forma efímera, debemos buscar en nuestro

interior. Nos encontramos con un conocido de Jose Ignacio, que nos conto su experiencia, había estado nueve meses viajando por todo el mundo, primero con su pareja seis meses, después tres meses solo, había estado en sitios maravillosos, pero estaba triste, sin rumbo, le costó nueve meses entender o aprender que puedes estar en sitios maravillosos, pero que la alegría, la felicidad debemos buscarla dentro de nosotros da igual el sitio dónde estemos.

Quinta lección.- La India es un sitio que me ha enseñado mucho, tiene un potencial humano increíble, pues tiene muchos habitantes, y además es una población joven, con mucha fuerza, mucho empuje, tiene también sus problemas en el sentido de que el crecimiento va demasiado rápido y no les da tiempo a asimilar algunas cosas, por ejemplo el plástico los invade y no saben cómo resolver eso, cuando íbamos en el tren, por la ventanilla veíamos arboles y vegetación y veíamos botellas de plástico colgadas de los arboles como si fueran sus frutos. Una imagen me impacto mucho y fue una vaca comiéndose una botella de plástico.

Bueno me he enrollado y la lección no aparece, y es que he aprendido a valorar lo que tengo, en todos los sentidos, mi país, mi ciudad, también a otro nivel: Inma, los niños, amigos, familia, soy increíblemente afortunado, debo decir que casi todas estas cosas ya las sabía, pero como decía Prem Baba las cosas hay que entenderlas, comprenderlas ó darse cuenta de ellas muchas veces para realmente integrarlas en tu vida

Sexta lección.- “yo soy mi mejor maestro”, “cada uno de nosotros somos nuestro mejor maestro”, pero un grupo al que pertenecer, un maestro espiritual que ha alcanzado un grado de iluminación, o un nivel de comprensión, o un corazón puro, puede ser una ayuda inestimable, para perseverar, para facilitarnos

la tarea. Es posible que cada uno por nuestra cuenta y por diferentes caminos, lleguemos al mismo punto, es decir a darnos cuenta de lo que es realmente importante, me viene una frase a la cabeza que no se quien la dijo, ni cuándo: “Lo importante es haber amado” yo diría lo importante es amar.

Ya hace más de dos semanas que he vuelto de la India, ya casi me parece un sueño, ahora toca seguir con mi vida, el chi kung de la playa, la asociación, mi familia, y disfrutar del regalo que la cotidianidad, disfrutar de esta abundancia que el universo nos regala cada día.