

la contra

LA VANGUARDIA

JAUME MERCADER

“Cada paso que daba era el último”

Tengo 63 años y cada día me siento mejor. Hace 29 años tuve un cáncer de médula y me dieron un mes de vida... Nací en un barrio de Nueva York y vivo en Copenhague. Estoy casado por segunda vez y tengo dos hijos treintañeros y uno pequeño. Soy apolítico. Dios está dentro de cada uno de nosotros: somos dios con diferentes trajes



MARTIN BROFMAN

CREADOR DEL SISTEMA CUERPO-ESPEJO

Qué es eso del cuerpo-espejo?
 -El cuerpo es un mapa del alma, es un espejo de la conciencia del individuo.
 -Afirmación tan poética como gratuita...

-No. La ciencia comienza a avanzar por ahí, y ya está atreviéndose a preguntarse: “¿Hasta qué punto las dolencias físicas no expresan nudos psíquicos? ¿Podría la mente, la psique, llegar a sanar el cuerpo?”.

-¿Podría?

-Yo respondo que sí.

-¿En qué se basa?

-En mi experiencia propia.

-¿Qué le pasó?

-¿Ve esta cicatriz en mi nuca?

-Buf...

-En 1975 me diagnosticaron un tumor en la médula espinal, en la zona cervical. Tras operarme, me desahucieron: un mes de vida.

-Es obvio que su médico se equivocó, ¿no?

-Al verme vivo y sin tumor, él pensó que había errado el diagnóstico. Pero no: el tumor había estado allí... ¡y ya no estaba!

-Cuesta creerle, señor Brofman.

-Lo sé. Mi médico dejó de escucharme cuando intenté explicarle lo sucedido...

-Yo sí querría escucharle.

-Utilicé una tecnología diferente a la de mi médico: tecnología de la conciencia.

-¿Cómo dice?

-Sí: son prácticas accesibles, planteadas ya por tradiciones orientales y por parte de la psicología occidental.

-¿Es usted orientalista o psicólogo?

-De niño yo vivía en un barrio pobre del este de Manhattan, pero logré empezar estudios de psicología en la universidad. Me apasionaban..., pero no pude seguir: tuve que abandonarlos para ponerme a trabajar. Lo hice en Wall Street, en sistemas informáticos de entidades financieras.

-Un trabajo interesante...

-Yo lo odiaba. Y a los 34 años, enfermé. Es una edad de inflexión: uno ahí hace balance sobre si está viviendo de verdad o no.

-¿Vio la enfermedad como un aviso?

-De eso me he dado cuenta después, sí.

-¿Qué síntomas tuvo?

-El brazo derecho se me paralizaba, tenía las piernas espásticas y me caía, no podía alzar la cabeza por dolor en la nuca: era un tumor que, al crecer, comprimía mi médula espinal a la altura de las cervicales.

-Y lo enviaron al quirófano.

-No había alternativa, me dijeron. Acepté, aunque me advirtieron de que, si sobrevivía, era probable que quedara tetrapléjico.

-¿Cómo se asume algo así?

-Primero te niegas a admitir que te suceda eso a ti... Luego lo asumí emocionalmente..., y entonces alguna energía se movió en mí.

-¿Qué sintió?

-La mente tranquila y los sentidos más vivos y agudos que nunca: oía más claro los sonidos, veía los colores más brillantes...

-¿Cómo se explica eso?

-Creo que al abandonar el miedo a morir fue como si desapareciesen unos filtros que me habían envuelto hasta aquel momento.

-¿Le daba igual morir?

-Mire, iba hacia una operación a vida o muerte, y sentí que si esos días previos a la operación decidía sentirme mal, ¡malgastaba el resto de mi vida!

-Literalmente, claro.

-Sí. Y empecé a apreciar cada detalle, la belleza de cada cosa, de cada forma, el color de esta alfombra, de aquella baldosa...

-¿Cómo fue la operación quirúrgica?

-No pudieron llegar al tumor, demasiado incrustado en la médula. No se podía aplicar quimioterapia ni radioterapia. Y quedé paralizado de cintura para abajo y con un horrible dolor en cada milímetro de mi cuerpo.

-¿Qué le dijo el médico?

-Que viviría de uno a dos meses, que po-

'MILAGRO'

Una cicatriz escalofriante recorre su nuca: por ahí le abrieron músculos y vértebras. A lo suyo lo llamamos milagro y lo dejamos correr, pero yo lo traigo aquí como testimonio de un caso. Hay tantas historias como vidas, y yo prefiero escucharlas hasta el final a escandalizarme en la primera frase y sentenciar: “No puede ser”. Prefiero desterrar de mi mente el sintagma “no puede ser” si el cuento es bonito, vivifica y estimula, y en éste presencio la serena alegría y la felicidad de alguien que tuvo la muerte encima. Lo explica en Todo se puede curar (Sirmio), libro de provocador título que él justifica con pasión. Brofman me regala un consejo: “Durante un ratito cada día, focalice su atención en su respiración: obsérvela, relájese”. Me despide con un abrazo muy cálido

día morir en cualquier momento, al día siguiente, al minuto siguiente...

-...

-Sentí que cada paso que daba podía ser el último. Levantaba mi pie para dar cada paso... con plena conciencia de que podía morir antes de posarlo de nuevo en el suelo...

-¿Qué sensación tremenda...

-Pues me sentí más en el presente que nunca antes en mi vida. Vivía cada segundo. Toda mi atención era para el instante presente.

-Pero el dolor...

-Era brutal y constante. “¡Ojalá un día pueda pasar diez minutos sin pensar en este dolor!”, me decía. Y a esta idea le siguió otra: “¿Es el cuerpo el que tiene dolor, no yo!”.

-¿Le sirvió ese desdoblamiento?

-Fue un descubrimiento: sentí por primera vez que yo soy mi conciencia, no mi cuerpo. Y me concentré en una serie de prácticas perceptivas, mentales, de meditación... para profundizar en mi conciencia. Y así fui disolviendo tensiones que ahí tenía anudadas...

-¿Cuánto tiempo duró este proceso?

-Ocho meses después... ¡yo seguía vivo!, y un año después desaparecía el dolor.

-Un milagro.

-Milagro es un término rancio... Diría que toda sanación exige una transformación en la conciencia: el cuerpo refleja la psique.

-Según eso, todo podría curarse...

-La medicina está descubriendo que no basta actuar en el plano de lo físico, que es crucial lo que sucede en la conciencia: ¡allí están las tensiones que afloran en el cuerpo!

-Entiende que sea difícil aceptar esto, ¿no?

-Ya, y por lo mismo solemos pensar: “Si hago lo que realmente deseo, algo malo pasará”. Pues muy mal. Haz lo que de veras quieras hacer..., ¡y algo maravilloso sucederá!

-¿Y si ni sé lo que de veras quiero, qué?

-Ah, pues explore su conciencia mientras pueda. ¡Ahora! O morirá sin saber por qué.

VÍCTOR-M. AMELA

EXPOFINQUES
 www.expofinques.com

Para que no tenga que preocuparse por nada

Compramos su piso al contado con la mejor valoración

902 215 215

Infórmese sin compromiso



Transparencia garantizada con el aval de los principales sellos de calidad



La ISO 9001 es miembro del Consorcio Español de Garantía de Calidad. Para más información, visite www.iso.org



ISO 9001. Certificados Servicios Centrales Barcelona

250 OFICINAS A SU SERVICIO POR TODO EL TERRITORIO NACIONAL

44302
 100 años 2007
 100 años 2007