

Índice

Prólogo de Mar Amate	11
« Mi lamento » de Dani Martín	13
Agradecimientos	15
Presentación	17
Carta a unos padres	19

Primera parte. La historia de Vero

01. El comienzo	23
02. La lucha	27

Segunda parte. Resistir la enfermedad

03. Cuidar al enfermo. Dar la noticia	39
04. Sufrimiento y enfermedad	53
05. Acompañamiento	61
06. Nuestra casa	67
07. El final	73
08. Reconocimiento a su valentía	77

Tercera parte. Lo que Vero me dejó

09. El aprendizaje de la muerte	83
El sentido de su vida	86

El sentido de su muerte	87
El sentido de mi vida	88
10. Y después de la muerte, ¿qué?	91
El dolor de la pérdida	91
Nunca nada será igual	96
Sus cosas	97
Tengo miedo	102
Que alguien cuide de mí	106
Que el dolor sirva para otros	108
Es cuestión de tiempo	111
Es necesario sufrir para dejar de sufrir	114
Despedida del Rocío	121

Cuarta parte. Epílogo

Cartas	135
El amor lo puede todo	151
Verónica	155



Con este libro quiero compartir mi dolor, pero sobre todo mi esperanza con los miles de padres que han perdido un hijo y han tenido que despedirse de él sin querer. También quiero hacer útil mi sufrimiento, enseñar que hasta en los momentos más duros de tu vida se puede aprender e incluso disfrutar.

Esta es mi historia y con ella te quiero descubrir que se puede salir del sufrimiento, y no solo sobrevivir a él. En los peores momentos se puede aprender otra forma de vivir que no es otra que aprender a compartir dolor con felicidad. Te voy a enseñar el camino que seguí para que tú encuentres el tuyo.

Que la vida y la muerte de Vero sean útiles y pueda transmitir con esta su historia, todo el amor que ella tenía. Los hijos son lo que hace que no te arrepientas del pasado, ellos son los mejores recuerdos y pilares.

No hay creencia más fuerte y duradera que pensar que siempre estarás conmigo.

Prólogo

«Ama hasta que te duela. Si duele es buena señal». Estas palabras las pronunció la Madre Teresa de Calcuta. Ella acostumbraba a dar amor, a recibirlo. Este libro que tienes entre las manos habla de eso, de amor, de dolor. De cómo, a veces, se funden. De cómo el amor no muere y lo puede todo, aunque todo siga doliendo.

Cuando conocí a Blanca me impresionaron sus maneras, su forma de andar elegante, su mirada, que se detiene en los ojos de quien le habla, prestando toda la atención de que dispone, su tono al hablar suave, pero llena de fuerza. Y, por encima de todo lo demás, algo que emite, una entereza delicada que muestran ese tipo de personas que son fuertes como rocas pero que, tras el dolor, han aprendido a sostenerse con las manos de otros si lo necesitan.

El amor lo puede todo no es solo la historia de una pérdida, de la más dolorosa que alguien puede sufrir, es el camino que recorre alguien que da amor sin límite y que, al mismo tiempo, lo recibe. De esa reciprocidad maravillosa y necesaria. Es el dar la mano al ser querido hasta el final de este viaje. De un viaje en el que se siente el amor y el dolor a partes iguales sin dejar de caminar. Este libro enseña algo tan difícil como tolerar el dolor ajeno mientras aprendemos a vivir con el nuestro.

Cuando se sufre la pérdida de un ser querido nada puede reconfortarte, se hace extremadamente difícil encontrar a otros que puedan entender tu dolor. El vacío que se produce sientes que no puedes llenarlo con nada y que nadie puede ayudarte a hacerlo. Es un trabajo individual que, en el momento del duelo, se antoja imposible.

El amor lo puede todo es un bálsamo para mitigar la incomprensión, es un espejo donde mirarse y sacar fuerzas y sentir que no estás solo. Blanca habla abiertamente de su dolor, de su amor por Vero, de cómo se entrelaza lo bueno y lo malo durante el camino que recorren. De cómo Vero, durante sus tres años de enfermedad, les dio una lección de vida a todos los que la rodeaban. De cómo Vero sigue viva por lo mucho que enseñó.

Durante el tiempo que tuve el libro en mis manos me sentí parte de Blanca y de Vero. Ellas no lo saben pero me han enseñado mucho. Han metido tanta valentía en mi cuerpo. Cada una, a su manera, me han cambiado algo por dentro, me han hecho mirar con otros ojos la vida. La mía. La de los míos.

El amor lo puede todo es una historia para aprender a diferenciar entre vivir y sobrevivir. Para elegir lo segundo. Para aprender que, en ocasiones, el amor y el dolor van unidos y que este último saca lo mejor del primero.

Cuando llegue mi momento quiero tener la entereza de Vero, su pasión por la vida, por aprender, por su sonrisa hasta cuando estaba agotada, por la aceptación del momento, por su despedida. Y tener cerca a alguien como Blanca que supo aprovechar cada minuto, cada instante de esos tres años —aun llenos de obstáculos—, que supo entregar a su hija los mejores regalos que tenía: su tiempo, su entrega y su amor.

Este libro es una historia de mujeres valientes, de lucha y aceptación, pero también una impagable lección de cómo aprender a vivir y de cómo el amor te ayuda, te mantiene en pie y te calma. De cómo el dolor enseña a querer mejor. De cómo el amor lo puede todo.

Mar Amate

Copresentadora del programa de Cadena 100

¡Buenos días, Javi y Mar!

«Mi lamento»

(Dani Martín)

Solo queda mi lamento
y decir: te quiero de verdad.
Solo queda que aún te siento
y que siempre te voy a recordar.

Muero si no estás, y ya no estás...
Te pierdo y te me vas, te fuiste ya.
Porque ya no te tengo eras mi vida y ya no estás,
y sé que ya no estás.
Que me castigue el cielo por si algo hice mal,
y sé que ya no estás...
Te llevo tan, tan dentro que ni el tiempo barrerá
y no se va a curar...
Y es que ya no te tengo y perdón si no te supe amar.

Hoy me quedan tus momentos,
eres la cara más bonita que habrá...
Tenerte cerca ha sido el premio,
el más grande que he llegado a alcanzar.

Me muero si no estás
y ya no estás...
Te pierdo y te me vas...
te fuiste ya.
Porque ya no te tengo eras mi vida y ya no estás...
y sé que ya no estás.

Que me castigue el cielo por si algo hice mal,
y sé que ya no estás...
Te llevo tan, tan dentro que ni el tiempo barrerá
y no se va a curar...

Es que ya no tengo y perdón si no te supe amar.

Siempre pienso, aunque estés lejos,
y te juro que te puedo ayudar.
Cerca quedarán tus gestos
y tu carita de princesa, mi hermana.

Muero si no estás, y ya no estás...
Te pierdo y te me vas, te fuiste ya.
Porque ya no te tengo eras mi vida y ya no estás,
y sé que ya no estás.
Que me castigue el cielo por si algo hice mal,
y sé que ya no estás...
Te llevo tan, tan dentro que ni el tiempo barrerá
y no se va a curar...
Y es que ya no te tengo y perdón si no te supe amar.

Agradecimientos

En este apartado de agradecimientos primero quiero tener una mención especial a todas las personas que han estado muy cerca de mí, en los momentos más duros de mi vida. Esas personas que me han sabido escuchar, mecer y mimar cuando el dolor era más grande que mi alma y me han ayudado a volver a la vida.

Un gracias a las dos personas que han hecho posible que este libro vea la luz, Noelia Jiménez que me animo a publicar las memorias que yo solo quería que corrigiera para guardarla en una carpeta y a Nuria Coronado que ha hecho suya esta batalla de conseguir que se publicara mi historia.

A Mar Amate, a la Asociación española de Adolescentes y Adultos jóvenes con cáncer y Make-A-Wish por apoyar este libro y considerar que mi historia puede ayudar a personas que están viviendo la pérdida de un ser querido, acompañan a un enfermo o a todas las personas que quieren aprender a vivir.

Y millones de gracias a todos los que conocieron y quisieron a Vero porque con su recuerdo y amor siempre la mantendrán viva.

Presentación

Nunca me ha gustado escribir porque, como digo a menudo, soy una persona de ciencias, pero la muerte de Vero ha roto todos mis esquemas, incluso este.

Empecé a escribir por miedo a olvidar, para perpetuar lo que no podía ni quería perder de mi memoria. Tenía que intentar sacar de mi cabeza las imágenes, los recuerdos, los sonidos, los olores, y así hacerlos perdurables porque no confiaba que pudieran conservarse para siempre tal y como los tenía.

Aunque vivamos en un mundo con grandes avances tecnológicos, la única forma que conozco para realizar mi sueño de perpetuar mis recuerdos, es intentar darles forma con mis palabras. Es muy difícil, en muchos momentos casi imposible, hacer una traducción correcta pero he intentado que sea lo más aproximada posible.

Otro de los motivos por los que también empecé a escribir fue para poder sobrevivir, para no morir de soledad, para ser capaz de atravesar mi dolor y seguir viviendo. Contar mi triste experiencia, describir mi sufrimiento, volcar mis sentimientos, mis vivencias, me ha permitido acariciar mi alma, calmar mi corazón y ha hecho posible, de forma terapéutica, no morir en el intento de seguir adelante.

Mostrando mi propia intimidad, que me ha supuesto un esfuerzo casi sobrehumano —como bien saben las personas que me conocen—, he querido enseñar un espejo donde se pudieran mirar otros padres que han perdido a un hijo. Pretendo que mi experiencia

y mi testimonio los ayude a comprenderse y sentirse comprendidos, a poder poner palabras a esos sentimientos que no saben expresar; a no sentirse raros, locos, ni solos; a poder mostrarles la existencia de un camino de salvación.

Ser capaz de sacar fuera mi dolor, mi desesperación, mi tristeza, me ha permitido tener grandes sesiones de lloros, conectar con mi interior y poder limpiar las telarañas de mi alma para que anidase en ella el gran amor que existía en mi interior y que estaba ennegrecido por esos sentimientos, lo que me dejó después profundas sensaciones de bienestar y de paz interior.

Al escribir este libro puedo dar las gracias a todas las personas, que son muchas, que siempre se han mantenido conmigo, que han estado a mi lado y me han sostenido en todos los momentos de gran debilidad que he tenido, personas que reconocieron mi necesidad de amor y me lo han intentado dar.

Por último, pero no porque sea el menos importante sino por ser el verdadero gran motivo, escribo este libro porque hará que Vero viva para siempre, a pesar de su ausencia.

Carta a unos padres

Todo en esta vida no es bonito ni bello. Los cuentos nos gustan con final feliz, pero, aunque en la vida todo no termine bien, eso no quiere decir que lo que no concluye como queremos tenga menos valor.

Os hablo a quienes sabéis lo que es el dolor de la pérdida de un ser querido, pero también a quienes tenéis la suerte de no haber pasado por ese momento todavía: como llegará, ojalá os sirva y me recordéis en ese trance.

Estas líneas son un mensaje de esperanza, no de consuelo; un canto al amor, a la justicia y a la paz, eso que desaparece cuando nuestros seres queridos se van. Vaciad vuestros corazones de la pena y llenadlos de amor, vaciadlos de sufrimiento y llenadlos de sonrisas, enterrad el álbum de los malos recuerdos y haced el de los momentos preciosos, que son muchos.

Tenemos que ser justos con la vida: vivimos más momentos alegres y felices que tristes, que la pena y el sufrimiento no los difumine y los haga desaparecer porque eso haría esfumarse también a vuestros hijos, padres, maridos... Recordad sus caras en esos momentos alegres en los que os miraban y os decían con sus ojos «¡te quiero!». No perdáis la oportunidad de sonreír con ellos, no les pongáis tristes: ellos eran y están alegres. Extraed los mejores recuerdos como cuando te pones tus mejores galas para ir a una fiesta porque es especial: ellos son especiales y no se merecen

nuestras lágrimas sino nuestras sonrisas. Por mucho dolor que haya existido en vuestra vida siempre habrá habido más amor, no lo olvidemos.

Mi cuento no termina bien, no tiene un final feliz como lo entendemos, pero yo sí he encontrado mi final feliz, mi paz. He podido sacar de todo mi dolor el gran amor por mi hija, he podido hacer que nada ennegrezca mi recuerdo y mi amor por ella. Ni el más doloroso de mis recuerdos podrá con la felicidad que siempre he sentido a su lado, incluso en los años de enfermedad y sufrimiento.

Primera parte.
La historia de Vero

01

El comienzo

Un día cualquiera de noviembre de 2008 Vero me comenta que tiene un bulto en el cuello, que si se lo puedo mirar. No es que le duela, pero sí le molesta. Se lo toco: es un bulto como un ganglio a la altura de la clavícula. A mí me parece un ganglio más, como otros que tiene, y le digo que le pregunte a su padre, que es médico, porque yo de eso no entiendo.

Michel, su padre, la examina y piensa lo mismo que yo, que no tiene importancia, que será un ganglio inflamado por el crecimiento o por alguna infección, así que le dice que se tome un ibuprofeno y espere a ver cómo evoluciona.

Pero pasan unos días y el bulto no desaparece. Vero insiste y su padre encarga a su enfermera que le haga unos análisis para ver si tiene alguna infección. Los resultados de los análisis son normales, por lo que no hay que preocuparse.

Unos días después me voy de viaje a Frankfurt con mi hermana. Le he regalado una escapada de fin de semana para celebrar su 50 cumpleaños, así que aprovechamos para desconectar, disfrutar, charlar y cargar pilas. Desde Frankfurt llamo a casa y todo está tranquilo. Hablo con Vero para saber cómo se encuentra y aunque está un poco preocupada por el bulto le quita importancia y me convence de que se encuentra bien.

Al regreso de Frankfurt Michel nos va a recoger al aeropuerto y en cuanto le veo la cara intuyo que algo va mal. Son muchos años

juntos y esa mirada me preocupa. Está muy serio, pensativo, frío. Sabe que no puede disimular.

Enseguida se echa a llorar y confiesa que está muy preocupado por Vero: ha estado revisando los datos en sus libros y no le ha gustado lo que ha leído sobre bultos como el que tiene nuestra hija en el cuello. Fue atando cabos y repasando los diagnósticos posibles con los síntomas que presentaba Vero. Y entre esos diagnósticos estaba el más benigno, una infección, pero también estaba un diagnóstico maligno que, de confirmarse, supondría una grave enfermedad para nuestra hija. Por eso, para poder descartar y realizar un diagnóstico claro, ha llamado a un amigo cirujano para que vea a Vero cuanto antes. El lunes tenemos cita con él.

Yo no entiendo nada: no he estado un mes fuera de casa, ¡solo he estado dos días! ¿Cómo se ha podido caer el mundo en tan poco tiempo? ¿Qué parte de esta película me he perdido? Hace dos días preparaba mi maleta y fuera de ella dejaba una vida normal, como todas, con sus más y sus menos... y dos días después regreso y me doy cuenta de que esa vida no va a volver a ser la misma nunca más.

Probablemente entonces no lo supiera, o no me diera cuenta del todo, pero aquel domingo se convertiría en uno de esos momentos decisivos en la vida. Uno de esos días que marcan nuestra existencia, en los que ponemos una frontera que establece el antes y el después.

Ese después comenzó pronto, en la consulta de los médicos amigos de Michel. Primero examinaron a Vero y después le hicieron unas radiografías y unos análisis. Mientras ella estaba en otra consulta nos adelantaron su diagnóstico. Ese fue nuestro primer mazazo.

En su opinión, Vero podía tener un linfoma, pero había que descartar otros diagnósticos más benignos que también barajaban. ¿Pero qué era un linfoma? Esa segunda parte de la conversación ya no fui capaz de oírla: oír la palabra «linfoma» me dejó bloqueada.

Mi niña posiblemente sufría una enfermedad importante y grave, ¿no podía ser!

En ese momento Vero entró en la consulta y ellos le explicaron, de una forma más suave, que el diagnóstico era muy confuso por la gran variedad de posibilidades existentes y que tenían que realizar más pruebas para descartar y saber que es lo verdaderamente tenía. En ese momento le hicieron la prueba de la tuberculosis, el análisis para descartar la enfermedad del beso y el contagio con gatos y nos citaron para realizarle una biopsia del ganglio y determinar patológicamente si era benigno o no.

Los cinco días que pasaron entre la primera consulta y la biopsia fueron un ir y venir de conjeturas. Vero estaba intranquila, no paraba de preguntarse qué tipo de enfermedad tenía. Y yo no quería ver lo que intentaban decirme; me negaba a asumir que el diagnóstico era malo, complicado y difícil, porque todas las señales que presentaba mi hija eran características de un linfoma.

Llegó el sábado y fuimos a la clínica, como habíamos quedado, para hacerle la biopsia. Todo fue rápido. Vero estuvo unas horas adormilada por la anestesia pero por la tarde nos pudimos marchar a casa. El primer resultado, no seguro pero sí bastante cercano a la posible realidad, nos lo darían tres días después, como un favor por ser mi marido compañero.

Ese martes, cuando bajábamos a Madrid para recoger los análisis, el coche era una cueva de silencio. Parecía que estorbasen las palabras. En el fondo supongo que no queríamos compartir nuestros pensamientos por miedo a que pudieran hacerse realidad. Yo conocía muy bien a Vero y sabía que lo estaba pasando muy mal, tenía mucho miedo y le estaba costando controlarse, pero todos intentábamos disimular.

Según entramos en la consulta y vimos las caras de los médicos supimos que el diagnóstico no iba a ser nada bueno. No nos equivocamos: Vero padecía, casi con total seguridad, un linfoma de

Hodgkin. Dios, y otra vez ¿qué significaba aquello? ¿Qué podíamos hacer? Eran tantas las preguntas que nos asaltaban que no sabíamos por dónde empezar. Yo no entendía nada pero sabía que las cosas no iban bien. Para que el diagnóstico fuera del todo seguro teníamos que esperar una semana, pero teníamos un porcentaje tan alto de posibilidades que casi hacía falta un milagro para conjurarlo.

La reacción de Vero en esos momentos fue la normal: se puso a llorar, no podía comprender lo que le estaban diciendo. Estaba enferma, sufría algo que ni siquiera sabía qué significaba, ni las repercusiones que tendría en su vida. Solo sentía que había perdido algo y que ya no era la misma que antes de aquel maldito bulto.

A la semana nos confirmaron lo que ya esperábamos: Vero estaba enferma, muy enferma, nos enfrentábamos a una grave dolencia y no sabíamos qué posibilidades de recuperación tenía. A partir de entonces todo empezó a ser porcentajes y posibilidades en las que Vero podía o no estar, pero ninguna de ellas era real. Nuestra vida comenzaba a ser solo una interrogación.