

---

# Voluntaria de la asociación de Cuidados Paliativos

## Entrevista de Nelly Tereskiewicz, dojo de Castellet

Nelly es voluntaria de la asociación « ASP – Association des Soins Palliatifs » en el sur de Francia.

**M** : Hola Nelly, ¿qué has hecho hasta ahora en la asistencia a las personas moribundas?

**N** : Lo que he hecho hasta ahora, es acompañar a los moribundos de todas las edades, estoy en un servicio de oncología. Interesante... Lo que más me ha impresionado son las esposas que acompañan a sus maridos moribundos.

**M** : ¿Ah, sí ?

**N** : Están en la cabecera de la cama, en una esquinita y están ahí, mal ciertamente, y es interesante porque yo les digo : « llámale... » Ellas le llaman y, es sorprendente, el moribundo reacciona. Entonces ellas... no saben, no se atreven a tocarle, a hablarle... Yo les digo : « él oye, lo oye todo. Dile todo lo que tienes que decirle, lo bueno que habéis pasado, lo que le has querido, un montón de cosas... » Y la persona moribunda reacciona, se diría que oye algo. A veces, entro en una habitación y hay mujeres que no lo aceptan. Parece que te digan : « ya estoy yo aquí, yo soy la esposa, ¡estoy con mi marido ! » Hay una resistencia. Al principio, esto me dolía, me impresionaba. Yo me decía : « ¿Qué pensarán? He ido, a veces a preguntar a la enfermera, ¡si no estaba vestida demasiado sexy... !

Algunas de las personas moribundas se revelan. De todas formas cada caso es diferente. Está el que no acepta y que quiere lo mismo para toda la sociedad y tienes otro que ve que le queda poco tiempo... Pero es interesante... A mí, toda esta gente me aporta mucho. Más que lo que yo les apporto. ¡Yo no digo nada ! Les escucho... A veces les cojo de la mano (Nelly ríe). Es positivo...

**M** : Te aportan, ¿en qué sentido ?

**N** : Me aportan su... Saben que van a morir y te aportan todo lo que han vivido... Cuando vuelvo a mi casa, es secreto, pero sólo digo : « Hoy has ido a un campo de concentración » pues he encontrado a una polonesa que tiene cáncer de pulmón, he estado en Auschwitz... » tú te das cuenta..., murió dos días más tarde. Otro estuvo en la guerra de Argelia. Me contó todo eso...

**M** : ¿Qué haces en esos casos ?

**N** : Escucho. Deben ver en los ojos porque me dicen : ¿Esto te interesa ? Te traeré libros... » O a veces me dicen : « ¿Estás bien ? ¿Has pasado una buena semana ? » Es bonito... O sientes que estás en comunión con ellos y luego sueltas amarras. Creo que hay que soltar amarras, hay que distanciarse de sus problemas cuando entras, sino lo notan. Creo que el moribundo es muy sensible... Cuando llego, sólo digo : « Mira, te traigo un poco de lluvia », si ha llovido, o de sol. Es todo.

-----

He visto una señora joven de alrededor de 40 años. Una vez, No, dos veces. No me hablaba. Otra vez, entro y le digo : « ¡Otra vez yo ! » Ella me dice : ¿No quieres arreglar mi ordenador ? » Cojo el ordenador y lo arreglo. De casualidad pues ¡no tengo ni idea! Y ahí desaparece la historia... No había visto a su hijo desde hacía mucho tiempo. He sabido que había venido antes de que muriera. Es bonito, ¿ves ?, no es gran cosa pero, mira. Algunos tienen un gran pudor, sobre todo los jóvenes. Hay un gran pudor, pero luego, ¡se abandonan !

**M** : Finalmente, qué es lo que te ha motivado

**N** : ¿A acompañar a los moribundos ?

**M** : ¡Sí !

**N** : Como le he dicho al psicólogo del grupo de encuentro (hay un grupo de encuentro mensual para acompañar a los acompañantes), he pasado del saber hacer al saber estar. Antes, cuando acompañaba a un moribundo, lo acompañaba en el plano médico. Atendiéndole para que no sufriera físicamente, etc... Ahí le acompañaba de forma diferente, le acompañaba hasta la muerte, (.....) Y en el resto, estábamos juntos, lo cogía de la mano, « le ayudo a pasar » podríamos decir, es una gran palabra... Es diferente que antes...

**M** : Antes, ¿eras enfermera ?

**N** : ¡Comadrona ! Luego, fui cuidadora en un centro de cuidados geriátricos. Era diferente. Tenía bata blanca... Es extraño quitarse la bata. Antes, yo era capaz de decir : « Ahí está, dentro de 3-4 horas, ya no estará... » Ahora ya no veo las cosas así. Se que va a morir pero soy incapaz de decir en una hora, en dos, un día. Estoy con él y el tiempo importa poco. Cuando las familias me dicen : «¿Le queda mucho tiempo ? » Yo les digo : « Estad con él, no sé... » Además es verdad, ¡no lo sé ! La psy no comprende pero encuentra todo esto muy interesante (Nelly rie)... ¡Creo que hay que estar ahí ! Tocar si quieren, si no quieren no tocar. Hay muchos cambios.

**M** : Así tú, no lo ves como una continuación, sino como algo diferente de lo que hacías antes.

**N** : Creo que sí. ¡No soy capaz de estar sin hacer nada !

**M** : Podrías pintar o hacer macramé...

**N** : Me he ocupado de nacimientos. ¡Es otro nacimiento ! Es un co-nacimiento. Voy con alguien que va a nacer. No me hago preguntas. Es una continuidad. He sido consejera, luego he estado en servicio de oncología, luego en geriatría y ahora... ¡en paliativos ! (ríe). Creo que es un camino. Creo que no hay que tener miedo de la muerte cuando se decide acompañar. Pienso eso. Pero cuando hemos iniciado la formación, éramos veinte, al final, ¡no éramos más que doce ! En las reuniones vimos que había gente que tenía miedo. Creo que ahí, la practica es escuchar y aceptar al otro como es, en su cólera, en su revuelta. A veces te echan de la habitación.

**M** : ¿Quieres decir que la práctica te permite aceptar esas situaciones de rechazo ?

**N** : Sí, aceptar al otro como es, aceptar sus insultos, pues a veces te insultan... lo he pasado, lo he visto y... sonrío, me voy. Es normal que a veces estén así. Sin dualidad, no cortar la palabra,

dejar que el otro hable, dejarle creer lo que debe creer... A veces, hay preguntas sobre el « después ». Yo respondo : « jamás he ido... » « Y, ¿si no hay nada ? » « Si no hay nada no tendrás ninguna decepción ya que no crees en nada, si hay algo, ¡será una sorpresa ! »

**M :** Le dices a la gente que acompañas que practicas zen ?

**N :** No. Una vez me dijo una mujer : « ¡Qué zen eres ! » Hay gente que me dice cómo puedo estar tan tranquila. Entonces se lo digo.

**M :** ¿Qué dicen ?

**N :** Eso, ¡no me extraña ! Una de las mujeres con las que he hablado, conocía nuestro dojo y nuestro responsable, François. Ella le dijo : « Creo que me voy en paz... » Es bello, ¿no ? Así es que no hago nada. Yo creo que cuando practicamos somos más auténticos.

**M :** ¿Crees que hubieras sido acompañante si no hubieras practicado ?

**N :** No lo pienso. A veces, hay gente que es muy agresiva, también familias... ¡Yo tenía un ego ! ¡Todavía tengo uno ! Pero antes creo que no lo hubiera aceptado, me hubiera revuelto. Soportamos muchas reflexiones. A veces me digo : « ¿Qué estás haciendo ? » Hay gente que me ha dicho : « ¡No tengo dinero para pagarte ! » o « ¿ Eres testimonio de Jeovah ? » A menudo somos mal recibidos, yo me divierto, bromeo y parto.

**M :** Ves, estoy sorprendido pues jamás había relacionado la agresividad y la revuelta ante la muerte. Y tenemos necesidad de dirigir esta agresividad, y la primera persona a la que podemos dirigirla...

**N :** ¡Sí ! Con las enfermeras, ¡a veces no se atreven ! Entonces... Pero, en el fondo, aunque nos vayamos inmediatamente, creo que nuestra visita les hace mucho bien. Un extraño que viene para nada, creo que en el fondo, les demuestra que todavía están ahí, todavía están presentes, que todavía son interesante para su gente cercana.

**M :** ¿Quieres decir que aceptas la agresividad sin devolverla ?

**N :** Sí, sin devolverla. Y eso viene de la práctica. Vuelvo cada vez con la misma calma, con la misma sonrisa y a menudo, al final aceptan. Nace una confianza. Una vez, una persona me dijo : « ¿Estás esperando que te diga algo ? ¿que tengo miedo a morir ? pues, ¡no tengo miedo a morir ! » Sólo respondí suavemente : « Te escucho, dime a mí y a todos lo que tengas que decir, bueno o malo, dílo. » se quedó sorprendida y luego contenta. Incluso en la vida corriente, no hay que esperar para decir las cosas. Es un renacimiento, ¡es estupendo ! Yo lo he experimentado en mi vida personal. Yo creo que, con la práctica, somos capaces de escuchar en lo más profundo de la persona, somos capaces de no quedarnos unicamente en lo que ella dice. Sin decir nada... Sólo escucharla, tocarla, es suficiente para entrar en empatía.

**M :** ¿Tú das consejos ?

**N :** Alguna vez. Tan sólo le digo a la gente que respire, se relaje, se concentre en su respiración... Eso es todo... A veces les enseño el hara, les digo : « ¡Está ahí ! » Una señora me dijo : « Desde que hago esto siento menos dolor. » A veces les propongo visualizar algo positivo que han amado, el sol, un pájaro. Tratamos de encontrar lo mejor para la persona.

---

**M** : ¿Sueles pensar en ellos durante zazen ?

**N** : Si, a veces me sucede. Un flash, a veces... Sin embargo, voy a verles el lunes inmediatamente después de zazen. Está bien pues, ¡ he dejado ya mis asuntos personales !

**M** : ¿Tienes proyectos particulares ?

**N** : Tengo la intención de acompañar a madres que han perdido su bebé y estoy ya en contacto con una asociación para tratar de desarrollar este aspecto en mi región. Los diagnósticos de malformación fetal son situaciones muy dolorosas. Es horrible para las madres cuando se les anuncia que su hijo tiene una malformación y , de forma más o menos directa, se les somete a una elección. Yo he vivido en mi trabajo las malformaciones fetales en los años 70 ligadas al talco... Estoy segura de que en esas situaciones, la práctica ayuda a aceptar lo que llega y a estar en la vía justa... (Después de esta entrevista, Nelly ha acompañado a una madre joven a enfrentar una interrupción médica de embarazo).

**M** : Gracias Nelly y buena continuación.