SEXTO TESTIMONIO.

Diagnóstico: Alzheimer
Sexo: mujer

Recibí la llamada de la propia enferma. Me pidió que le ayudara con su memoria. Estaba nerviosa, y evitaba responder a mis preguntas.

Tuvimos una cita.

Me encontré con una mujer que presentaba gran dejadez en su aspecto externo junto con una escasa higiene, a lo que se le añadía una incomprensión y culpabilidad por lo que le estaba ocurriendo;, soledad, pero sobre todo mucha falta de autoestima.

Los enfermos de Alzheimer son personas que generalmente han querido siempre controlar el exterior, pero en realidad ese comportamiento ha sido por temor a la realidad,para evitar situaciones de la vida que les pueden doler. Se niegan a sentir lo que sucede a su alrededor y se abandonan. Son personas que les cuesta mucho el desapego de patrones y creencias que su educación les proporcionó; viven anclados en el pasado y es por ello que la memoria a corto plazo, la del presente, se atrofia. Cortan la relación con el mundo exterior por haber tenido una pareja exigente (a veces), y cortan con esa vida tan hiperactiva en la que ella dirigía, controlaba, mandaba, decidía...todo.

Trabajé la memoria de mi paciente con canciones tal y como me pidió, recorríamos todas las estancias de la casa para ver donde guardábamos los objetos que yo previamente había desordenado; era como una *gimcana*, recordábamos los alimentos tomados durante el día pero además era muy necesario trabajar la autoestima y la dura lección de cómo, soltar el pasado, la aceptación y el amarse a sí misma. Poco a poco con el tiempo me fui centrando más y más en el desapego, en su desapego, y en transmitirle todo mi amor incondicional. Nos reíamos mucho y cuando estábamos juntas no nos importaban las tonterías y nuestro comportamiento infantil. Durante el proceso, el relativizar todo y a todos fue nuestra constante guía. Nada nos importaba y por primera vez en mucho tiempo durante las sesiones mi paciente, conseguía vivir su presente.

Gracias a esta y otras experiencias similares, he reforzado la acción de amar mi presente, y he dejado ir mi pasado, pero eso sí, honrándolo. Doy gracias por haberme cruzado con este y otros casos porque son grandes maestros. Nos enseñan a que el control, la rigidez, el mando, son patrones que conducen a una huida de la realidad. La desesperación, la irritabilidad, nos obligan a vivir dentro de una burbuja. Corremos el riesgo de padecer *el mal de vivir*. Pero sobre todo, nos muestran la necesidad de recuperar nuestro niño interior.

No hay relato por parte de mi paciente, pero uno de sus hijos habla por ella.

El dolor es inmenso. Admitir que un ser querido en mi caso mi madre, activa y con fuerte personalidad, ahora pierda la noción del tiempo, del lugar y de las personas, es francamente duro.

Nuestra relación ha sido siempre muy correcta y amigable. Ante un problema, ella siempre tenía solución para todo. Parecía tener una varita mágica en su bolsillo.

Ahora ve pasar el tiempo, eso sí, sin estrés. Quizás fue el estrés quien le esté pasando factura junto con otros caracteres.

Sea cual sea el motivo, hoy vive en su mundo y a su ritmo. Yo, personalmente estoy aprendiendo a aceptar la situación así como entenderla.

Hablar con Anna es fácil. A todo tiene respuesta, es recurrente y simple, transparente y directa. Tengo unos deberes que resolver: me dijo que a pesar de la experiencia desagradable que estaba viviendo con respecto a mi madre, que me detuviera y pensara en silencio (primer pilar que Anna siempre describe) cuál podría ser mi aprendizaje...

Anna siempre defiende la idea que detrás de una experiencia dulce o amarga, siempre hay un aprendizaje positivo para nuestra evolución. Debemos aprovecharlo.

Agradezco de corazón que existan personas como ella que te ayuden hacer la vida un poco más fácil.

Gracias!