

Relato de Experiencia

La enfermedad, un accidente al cual puedo dotar de sentido como oportunidad evolutiva

ROSITA ERGAS BENMAYOR
SEPTIEMBRE 2023



PARQUES DE ESTUDIO Y REFLEXIÓN “LOS MANANTIALES”

El 8 de marzo del año 2023, mi vida fue interrumpida, aparentemente interrumpida, por una fuerte noticia, un tumor en el hígado me ponía en contacto con mi cercana posible finitud.

La forma del hallazgo de esta noticia, fue tanto o más sorprendente que la noticia en sí misma. Un sueño de mi pareja, tres noches antes, con Silo, nuestro maestro, que le recomendaba cuidarme y hacerme todos los procedimientos necesarios para sanarme, nos puso en alerta.

No me extrañó entonces, que encontrarán un tumor en el hígado de 10 cm, cuando casi por casualidad y guiada por ese sueño decido hacerme una ecografía porque “estaba un poquito hinchada”.

A partir de ese momento nos pusimos con mi pareja en estado de alerta. Tendríamos que buscar la mejor medicina a la que fuéramos capaces de acceder, sugerencia también de Silo en estos casos. Silo siempre recomendó buscar los mejores consejos médicos y seguirlos, incluso cuando ciertas personas prefirieron un tipo de medicina más natural, o menos atada a la industria farmacéutica, el siempre alentó a buscar lo que los doctores ofrecían.

Guiados por una fuerza indescriptible, especialmente Robby, mi pareja, comienza la búsqueda de posibles soluciones. En una semana visitamos cinco doctores distintos en Chile, cuyas opiniones eran muy diversas, y en dos semanas, estábamos viajando a Estados Unidos.

La primera decisión importante fue: esto no lo haremos solos, pedimos ayuda a buenos amigos, “Corazones Service” como le llamamos, y en cinco minutos después de la noticia ya estaban en el hospital junto a nosotros ayudándonos a pensar y a tomar las mejores decisiones. Especialmente en los temas médicos he constatado a lo largo de mi vida, lo importante que es el cotejo y el compartir información junto a otros para tomar buenas decisiones, pues hay muchas visiones diferentes, y a veces, de las decisiones diferentes, que son visiones diferentes, depende la vida.

El trabajo en equipo, colectivo y conjunto sería una forma, que desde la condición de origen de este proceso, nos acompañó y fue un método de sanación.

En la preparación del viaje a Estados Unidos, comenzamos a hacer ceremonias, la primera fue de imposición, extrañamente al finalizar la ceremonia nos llamaron desde Estados Unidos para decirnos que se había abierto el cupo para que me atendieran en siete días. Conseguir las horas al médico, tampoco fue un trabajo solitario, las redes Humanista apoyaron, y también las redes familiares. En momentos de urgencia se valora lo que son las redes de amistad de cariño, afecto y apoyo. En menos de dos semanas, contábamos con dos citas importantes en los mejores hospitales de Estados Unidos. Y también por “casualidad” contábamos con un seguro médico que mi hermano había insistido tomar a pesar mío. Sin ese seguro habría sido imposible esta aventura en Nueva York.

Toda la familia se involucró, para ayudar y producir una rápida respuesta, unos buscaban las placas de la biopsia, otros, traducían los informes, otros veían donde nos iríamos, otros ordenaban toda la información médica, etc. etc.

Por mi parte, yo estaba entre el asombro y la negación, y lo único claro que tenía es que había que contribuir llevando un gran SI por delante, tratando de ser la mejor paciente del mundo, tratando de colaborar con las personas que me ayudaban poniendo la mejor actitud de la que fuera capaz. Estábamos en conjunto luchando por mi vida, no sería yo la que pondría obstáculos.

Aun cuando En Chile me sentía bien, rápidamente el tumor fue haciéndose notar, y llegando New York, yo ya estaba débil, y sólo me dejaba guiar por Juanita y ROBBY quienes hacían toda la parte administrativa para poder empezar con la quimioterapia lo antes posible, "As soon as possible".

El primer desafío sería reducir el tumor, porque de ese tamaño, y en la localización que estaba, era imposible de operar. Nosotros buscamos esa operación porque, por lo que entendíamos, sería nuestra mejor posibilidad de sanación completa, más adelante entenderíamos que del cáncer nunca se puede estar tan seguro e incorporamos un gran dicho del doctor, "hasta ahora vamos bien", "so far so good". Y luego comprendimos que de nada se puede estar muy seguro, y que la incertidumbre es un estado que nos acompaña a todos, aunque quizás yo me pueda dar más cuenta, o ser más consciente de ello.

Sabiendo la difícil tarea que teníamos por delante, decidimos pedir ayuda a todas nuestras redes, e iniciar un proceso de ceremonias de pedido, bienestar y contacto con la fuerza cada 15 días, acompañando cada quimio con lo mejor de nosotros. De esa quimio dependía la posibilidad de reducir el tumor y por lo tanto de operar. Así durante las cuatro quimios previas a la operación, hicimos pedidos colectivos muy sentidos, me sentí muy acompañada mucha gente enviando sus buenos deseos y cada pequeño gesto se iba convirtiendo en lo que le llamamos la "quimioterapia del amor".

En relación a todos estos gestos, aprendí algo, yo siempre he tenido pudor de hablar o comunicarme con gente que está en dificultades, especialmente si no estoy en situación de hacer algo importante por ellos. Pero con mi experiencia, me di cuenta, que aunque sea un pequeño hola, una estrellita, una buena vibra, se hace llegar la fuerza al otro y el registrar ese afecto sanador que tienen los vínculos humanos, hace muy muy bien. Ni siquiera es indispensable hacer una gran ceremonia, basta el pequeño gesto, el envío de un buen sentimiento, un buen pensamiento para contribuir a la sanación de los seres que nos importan.

Pasada la cuarta quimioterapia, venía la prueba de fuego, ¿habríamos sido capaces de reducir el tumor? Nuestra alegría fue enorme, al comprobar que el tumor había pasado de ser una masa de 10 x 10 a una mediana longaniza de 6 x 1. Y este sin duda era un trabajo conjunto.

Estaba ahora lista para enfrentar la operación, pero era una operación difícil, habría que utilizar todos los recursos. Cuándo me dijeron que un 5% de las

personas mueren en esta operación, una lágrima cayó por mi ojo. Fue el momento más claro en que me di cuenta que podía morir en esa situación. Revisé mi vida y sentí que estaba todo muy bien.

Yo siempre he preferido, pensar, y así lo he comprobado en algunas conversaciones con personas referente a lo que pensaba Silo de las enfermedades, que la mayoría de las enfermedades no son algo psicosomático, ni algo que se produzca uno por algún “especie de problema interior”. Existe la genética, existe la época, incluso existe la suerte. Pero en mi caso, hay una parte de este tumor que me dio la impresión que tenía que ver con temas no resueltos, especialmente temas de manejo de mi rabia. Estaba pagando por el hecho de intentar ser “Buenita” . Extrañamente, en mi caso, el proceso de este cáncer se desarrolló junto un problema muy complejo de afectos en mi familia. Nunca había sentido tanto dolor en mi vida, y junto ese dolor, llegó el tumor.

Así que para mí quedaba claro que yo tenía que hacer un triple trabajo, médico, psicológico y espiritual.

En todo este proceso hemos estado protegidos y extrañamente los seres con los cuales tenía problemas de rabia, no resueltos y resentimiento, llegaron a New York. En el momento preciso, estuvieron justo al inicio, al medio y al final de mi enfermedad. Qué sincronía. No hay duda que tenía que seguir profundizando mi proceso de reconciliación. Tenía certeza que de la reconciliación dependería mi sanación. Y así fue. Cuando logré juntarme con las personas que tenían problemas, y ver su debilidad, sus dificultades, ponerme en su lugar y comprender en profundidad porque habían actuado como actuaron, se despertó en mí una gran compasión y la rabia y el resentimiento se disolvieron. A la vez también me comprendía en mí misma, mi propio dolor, mi dificultad para poner límites, para expresar lo que sentía, y me validaba mí misma. Validaban su punto de vista, y a la vez validaba el mío. Nunca más negaría lo que yo sentía, nunca más ahogaré mi rabia, la rabia es necesaria, nos habla de los límites, nos habla de nuestras necesidades, aprender a orientarla y utilizarla en beneficio de la relación es importante. Guardársela es como guardar una bomba de tiempo en el interior de uno o lo que es lo mismo guardar un tumor.

Ya más reconciliada, me sentía más segura para enfrentar la operación, pero eso no me bastaba. Necesitaba saber más que pensaba Silo en estas situaciones de enfermedad para orientarme por mi maestro. Es así que me dirigí a Nicole Myers. Yo sabía que ella había enfrentado un cáncer que tuvo, estando cerca del maestro. Además, en una situación anterior de enfermedad de mi hija, ya habíamos conversado de ciertos emplazamientos útiles en estos casos sugeridos por Silo.

Durante la enfermedad de mi hija, que había sucedido tres años atrás, Nicole me dijo: como te la vas arreglar para salir de esto fortalecida, o dicho de otra manera como te la vas arreglar para salir de esta dificultad mejor de lo que entras en ella. Este emplazamiento comenzó orientar mi vida.

La enfermedad de mi hija fue muy dura para mí y busqué ayuda e intenté avanzar en mi proceso, no quería sufrir. Dentro de las ayudas que me llegaron. Fue una orientación de Laotse, “más que esperar a que pase la tormenta, hay que aprender a bailar bajo la lluvia” y fue lo que decidí hacer en mi cáncer también. Mientras avanzaba la quimioterapia, yo me hacía regalitos, íbamos de paseo, buscábamos disfrutar la vida, no hay nada que haga apreciar más la vida que la conciencia de la finitud.

Continué recopilando sabiduría de Nicole para enfrentar la operación y lo que continuaría. Un día compartió conmigo unos apuntes que había tomado de Silo, en relación a su enfermedad. Aprovecho de agradecer en este escrito ese gesto y de contar que ella está siempre en disposición de ayudar a los que lo necesiten y quieran, a buscar el mejor emplazamiento para su enfermedad, basada en su propia experiencia.

Lo primero que me llamó la atención de sus apuntes, fue la recomendación de Silo de no irse por la autocompasión, de no meterse allí. La autocompasión es una dirección mental, oscurecida y estuve atenta a intentar no meterme en esas arenas movedizas.

Lo siguiente interesante fue su recomendación en torno a los temores, con los temores, es importante verlos, ver lo que hay detrás de las puertas, cada vez que uno los ve es como ir ablandando el metal y ayuda a lograr la templanza. No podía dejar de recordar la alegoría que alguna vez nos enseñó: los temores o los defectos serían como los vampiros que cuando les pones luz desaparecen. Así que decidimos enfrentar el temor, conversar de nuestros miedos, del miedo a la muerte, pero también del miedo al dolor, el miedo a la vulnerabilidad, a la dependencia y buscar la actitud de siempre abrirnos futuro. Aprenderíamos a depender, aprenderíamos a ser vulnerables. Y todo eso sería parte de nuestro camino evolutivo. Esto ayudaría a ir logrando un nuevo nivel de conciencia aspirado. Esto sería parte de nuestra ascesis un gran aprendizaje.

Silo decía a Nicole: tienes que hacer que todo esto te beneficie, tienes que salir como en otra como distinta con algún cambio en ti, sin ganancias, esto sería absurdo. Este punto de vista me parece muy importante, a veces, en el sistema se habla de la enfermedad como camino, de que la enfermedad en sí misma tiene un sentido, que la enfermedad sería casi una consecuencia de algo mal hecho por uno. Es muy diferente el punto de vista que se propone. ¿Acá uno no se pregunta porque me dio esto?, hay múltiples causas que se conjugan para que uno se enferme, y no necesariamente tienen que ver con uno. Lo que sí, es que, si ya te enfermaste, seas capaz de dotarla de sentido. No tiene sentido en sí misma, la enfermedad es una gran cagada, un accidente, pero puesto en situación, podemos decir: bueno tengo cáncer, ¿para qué me puede servir esto?, ¿cómo me puedo emplazar frente a él para salir fortalecida?, ¿cómo puedo tomar esto como una oportunidad de evolución?

En relación a este punto, estuve revisando las notas de Danny Zukerbrot en que decía que Silo muchas veces habló de que la enfermedad podía surgir de la somatización, y el rol de la contradicción en la enfermedad, sin embargo, también decía que no siempre era la raíz de la enfermedad, porque existen bacterias, virus, genética, problemas ambientales que generan enfermedad. Por ejemplo, si una guagua nace con una enfermedad, una deformación, un cáncer, no podremos decir que está sufriendo de contradicción. Esto se lo decía en el contexto de qué él trataba de entender las causas de su cáncer. Silo insistía que ciertos problemas vienen de la exposición a ciertos tóxicos y otros factores que no tienen que ver con uno, que uno no puede culpar de todo a factores psíquicos o emocionales. En las notas de Danny, él describe que hay un obvio deseo de ser capaz de encontrar la razón de una situación, uno necesita tener una historia una narrativa que explique qué está pasando, eso no es necesariamente malo o bueno, pero es importante saber que es un mecanismo. En su caso, el encontré más útil pensar que la enfermedad era un accidente al cual se le puede dar un significado más que tratar de descubrir en ella una causa. En mi caso también lo considero un accidente, sin embargo, un porcentaje de ella siento que tuvo que ver con problemas de resentimiento y rabia, no resuelta. Es decir, con contradicción. Y comprendí muy bien, por qué en las notas de Danny Silo decía que en el caso de la contradicción produciendo una enfermedad, ésta es tan profunda, que para uno se le hace evidente cuando es una somatización, resulta totalmente obvio. Por eso comento, que, aunque yo en general creo y veo a la enfermedad como un accidente, en mi caso fue distinto, pero fue totalmente obvio. Así que no es recomendable mortificarse con búsquedas tan profundas, cuando uno se enferma, de causas psicológicas o espirituales cuando no son claras y contundentes.

Creo que la mayor coincidencia entre las sugerencias que se le hizo a Nicole y a Danny, tuvo que ver con poner bien la cabeza. Esta también fue mi experiencia. Tal como sentía Danny, yo comparto la sensación de qué estábamos muy preparados con todo lo entregado por Silo para enfrentar esta experiencia. Pero otra cosa es con guitarra y ahora había que ponerlo en práctica. El tema importante era lograr la unidad en una situación tan compleja. Sin embargo, la misma complejidad, nos ayudó a priorizar con mucha fuerza el intento de sanación y eso nos puso una dirección muy clara, frente a la cual, como un imán, todo se alineó en pos del logro de la unidad. Incluso esta penosa situación podría servir para fortalecer mi propósito

Danny comentaba que esto va desarrollando una dirección mental y que un aforismo apropiado para la ocasión es aquel que dice por el camino interno puedes andar oscurecido o luminoso, atiende a los dos días que se abren ante ti. Cada instante y cada situación se convertía en una opción en la cual podías guiarte hacia lo oscurecido, por el dolor de tu cuerpo o la incomodidad o podías impulsar a tu ser en dirección luminosa. Creo importante destacar que cuando el dolor muerde el cuerpo es muy difícil hacer trabajo interno. El trabajo interno importante se tiene que hacer previo a cuando realmente la energía sea consumida por la enfermedad, por el dolor del cuerpo, en ese sentido aprendí que lo importante es hacer el trabajo interno cuando uno está sano y no cuando ya la enfermedad empieza ganar terreno. Cuando uno tiene poca energía puede

tomar contacto con lo profundo, pedir al guía, hacer pedidos, usar los recursos espirituales más fáciles de implementar, pero que no requieran mucha energía

Quisiera agregar que, durante todo este proceso, la presencia de la finitud nos ayudó a afinar nuestra mirada para ser capaces de ver la presencia de lo sagrado en nosotros, y en los demás, era francamente impresionante durante todo el proceso, ver los sueños tratando de ayudar, personas que aparecían justo en el momento preciso que se las necesitaba, amigos que nunca habían estado, hacerse presentes, puertas que se abrían siempre cuando uno decaía...

El sentimiento de estar protegidos estuvo presente de inicio a fin, partiendo por el sueño de Robby, siguiendo por múltiples coincidencias significativas hasta llegar a Chile llenos de maletas y pasar la aduana sin necesidad siquiera de llenar un papel en el SAG. Yo invocaba a mi guía a cada instante ante cada pequeña o gran dificultad, oh guía que no me duela, oh guía, que salga fácil, oh guía dame alegría a pesar de todo, oh guía acompáñame en ese scanner, dame paciencia etc. etc. y luego el sentimiento de agradecimiento brotaba solo hasta a veces sentir días completos de estado de gracias.

Para finalizar quería compartir una reflexión, estando con mis amigas, Paulina Hunt y Ely Córdova tratando de comprender el proceso que había vivido durante la enfermedad, les digo que a pesar de todo lo complejo que había sido, yo sentía que había vivido una muy buena experiencia, que incluso podía decir que lo había pasado muy bien, que me había fortalecido, que incluso lo había disfrutado. Entonces le pregunto a mi amiga ¿por qué? ¿cómo es posible? Como respuesta a esa pregunta paulina me escribe lo siguiente:

¿Por qué caen las naranjas?

¿Porqué, porqué cae esa jugosa naranja en mi mano? Se preguntaba mientras saboreaba cada gajo, recostada bajo el árbol que la deslumbraba con cientos de ellas. Sorprendida seguía preguntándose ¿Por qué caen para mí?

Su memoria llena de trampas y no poderes, atiborrada de ruidos y menesteres, siempre ocupada en ocultar y podar historias...le borraba el camino recorrido.

Así, entre preguntas, suaves brisas, deliciosos bocados naranjos, se quedó dormida...Porqué, porqué caen para mí...

“Años atrás querida mía, soñaste con tener un nutrido naranjo, y que los grandes frutos cayeran generosos en tus manos.

Preparaste tu rincón en esta tierra en largas temporadas de sol y lluvia, acarreando de cada viaje los mejores abonos para tu propósito. Luego y con paciencia infinita seleccionaste las más variadas y deliciosas semillas, hasta averiguar cual de ellas se

arraigaría en este particular clima. Plantaste docena de ellas y sólo tres vieron la luz del sol. Alimentaste en cada estación del año con dulzura y tesón sus brotes. Dos de ellas vieron truncado su crecimiento y la frustración que sentías no te derrumbó. Pusiste fe y esperanza en la única que tenía opción de madurar y dar frutos. Esperaste. La cuidaste. No desististe jamás. Incluso cuando las tormentas azotaron la zona o en esos largos periodos de sequía, acudías alegre o seria, con valentía y coraje a darle agua, cobijo o simplemente a acompañar su crecimiento. Hoy gozas de sus frutos y los compartes por doquier... porque caen las naranjas. Caen por tí”

Caen por ti amada mía, por ti.

(Paulina Hunt a Rosita)

Obviamente que todo el proceso previo dedicado a mi trabajo interno y espiritual, mi trabajo sostenido y sistemático de ascesis, mi trabajo evolutivo, había dado sus frutos en los momentos que se necesitó ¡!!!! Gracias Silo, gracias a los portadores de su espíritu, gracias a la ciencia, gracias a la familia y amigos que se conectaron en el amor que es lo mismo.

Finalizo este relato compartiendo lo que le llamé dibujos transferenciales. En ellos puse en el centro mi hígado, dibujé el tumor y como yo imaginaba poder achicarlo. Alrededor, todas las comprensiones que iba teniendo mientras sucedía el proceso. En el último dibujo se recopilan todos los nombres de las personas que aportaron al proceso. Espero que, si el tuyo no está, me avises para incluirlo, parte muy importante de todo esto es reconocer que todo lo hemos hecho juntos y agradecerlo.

Salvanme
a mi
mismo

TRASMUTACIÓN - SUAVIDAD
TRANSFORMACION

Quiero quedarme
suplicando
amor o dar me
cuenta que soy
Eso es Amor

dejar de sufrir
INO + SALVAR AL RESTO
PROYECTE MI NECESIDAD
DE SALVADON Y TO
LO UTILICE COMO
FORMA DE RECIBIR
EL AMOR DEL OTRO



PEDIR
UNIR AQUELLO
QUE NECESITAMOS
CON LA IMAGEN
DE HABERLO
LOGADO Y DEL
MODO EN QUE
QUERIMOS SERVIR
A FUTURO

DARLE VIDA
APRECIAR
OTORGARLE
LA VIDA EL PRECIO QUE TIENE
para **APRECIAR**

PONERSE
EN
UN
ESPACIO
MENTAL

TOMO CONCIENCIA DEL SER QUE ME HABITA

Acceptación Radical

SO FAR
SO GOOD

Soltar Expectativas



Se cierran
puertas y se
abren otras

Ha sido
crecedor para
el sistema
familiar

VIVIR EN LA INCERTIDUMBRA
ALGO ME GUIA...

Me pierdo
Me encuentro
Me lleno de amor
Hay cosas que
apuntan

No descanse en la
FUSIÓN

OJALA SEAN LAS MENOS POSIBLES PERO

Accepto lo

que haya que
SER

DESCANSAR EN LA CONTINUA de algo que
me sostiene

Es inevitable
que enferme
muera, pero

CADA MOMENTO
RECORDA +
SIGNIFICADO



PLACENTIA DE LA MUESTRA
CONECTA CON EL
AMOR



CADA INSTANTE TIENE SU GRACIA
CONECTAR CON EL AMOR Y LA GRATITUD

caliber®

INVITACIÓN A CONOCER EL AMOR

EL AMOR SE REPRODUCE MIENTRAS, MAS LO DAMOS



MI MISERIA AL RECIBIR ADQUIERE PROFUNDIDAD

HAY OTRAS MANERAS DE AMAR + AUCHAS PROFUNDAS

DISTINGUIRSE DE LA PROPIA HERENCIA

En la dificultad me encuentro con los recursos para resolverla



Yo soy amable sobre sentido pero me contribuye a mi bienestar

UNIDAD Y CONVIVENCIA

ESTADO DE GRACIA

UNIRSE al SER según querendolo y en otros

TRANSFORMACION

IN SUPLO LA INTENCION QUE VIENE A CUMPLIRSE

CONECTARSE A TRAVES DE LA

GRATITUD

¡ ATENTA A LA AUTO EXIGENCIA

Todo + Lento

Que te da sentido a mi vida?

Ser amable y expresar lo que siento y pienso

LA REALIZACIÓN PASA POR IMPORTANTE EN TERMINOS

SER QUIEN QUIERO SER Y ES EVOLUTIVOS

SUMAMOS A LA MASA CRITICA UNIVERSAL UN NUEVO NIVEL DE CONCIENCIA ASPIRADOR

caliber.º

DESCANSA EN LA CONFIANZA

(Se cierran puertas y se abren otras)

Forzarse la ansiedad fue fuere que onrada es ilusoria

Aquietar para escuchar
Salir del hacer de hacer
Detener el impulso de hacer

Que me gustaría hacer
y querer? Voy a cambiar

PARA QUE
ALAZAR

REPIBLE NO
CUERPO NO
EXIGIBLE

EL AMOR PROPIO
Y TENER
RECIBIR Y
RETENER

EVOCAN
situaciones
mas sienta
profundo
contenta

PERMITIR
QUE LAS
SITUACIONES
ME SE
EL OTRO
YO ME
SOLICITADO

AUTO RESPETO
PONER LIMITES
de lo que necesito

RESPECTO AL OTRO
NO DISPONE DE SU
ENERGIA... QUE
ELIJA

TENER UNA
CHEER LEADER
ES ESTIMULAM
TERO NO PUEDE
SER FERNANDEZ
NO tiene criterio de realidad

Retirarme
dentro
de mi
espacio
para darle espacio
AL OTRO

NO SON
DABLES
PA PERMITE
OS DAD DE
EL CAIV
POSIB + COHERENCIA

CERRAR
LA ENFERMEDAD

HERIDAS TRANSGENERACION
ME CONECTA CON LA

VULNERABILIDAD

