

L'entrevista
Stella Maris Terapeuta argentina experta en psiconeuroendocrinoimmunologia



David Caminada

“En la sanació, la persona mor abans de morir i després reneix”

Vostè és tanatòloga. Quina és la seva feina?

Ajudar les persones que pateixen crisis severes en les seves vides i fer que mobilitzin tot el seu potencial intern. Intento que la persona tingui resiliència, és a dir, que afronti l'adversitat i en surti enfortida. Quan li dic crisis greus em refereixo també a malalties incurables.

En aquests casos no ha de ser gens fàcil...

Ajudo les persones a canviar la seva química interior, a fer canvis significatius en les seves vides per modificar el curs d'una malaltia.

La motivació sembla un aspecte clau. És així?

Sí, la motivació i tot el que ve després. Una persona pot estar motivada però hi poden haver altres obstacles, físics, psíquics o emocionals. Hi ha moltes persones que davant d'un diagnòstic condemnatori diuen que tenen moltes ganes de viure però no fan res més. En aquests casos, jo sempre dic que els malalts no és que diguin “vull viure”, sinó que el que volen és “no morir”. Entre “no voler morir” i “voler viure” hi ha una distància abismal.

Interessant aquesta precisió que fa...

La ciència ha demostrat que quan una persona posa en funcionament la neurogènesi del cervell té experiències enriquidores i innovadores que poden produir miracles. Poden induir al que els metges fins ara creien que era una bogeria: la remissió espontània. Una persona té moltes més possibilitats de les que s'imagina.

I la medicina, com actua?

La medicina fa coses meravelloses per nosaltres. Però el gran pecat de la medicina és desaprofitar el potencial dels pacients. Precisament, la psiconeuroendocrinoimmunologia està tornant l'ànima a la medicina, i demostrant que els estats emocionals, cognitius, la capacitat d'imaginar, l'inconscient, són factors que estimulen el sistema immunològic quan es treballen dins d'una sinergia.

Sí que té les coses clares...

Tots nosaltres tenim molt poder. Hi ha gent que aquest poder el situa fora, però el tenim dins nostre. Són molts els professionals que haurien de treballar per ensenyar a les persones a mobilitzar tot aquest potencial.

Però, creu que és fàcil canviar una actitud vital?

Nosaltres el que podem fer és inspirar les persones perquè canviïn.

Quines eines utilitza?

Infinites. Per a cada persona hi ha eines dife-



RUTH MARI GOTT

PERFIL Stella Maris és tanatòloga, porta tres dècades acompanyant persones amb malalties severes o pèrdues profundes en les seves vides, i al llarg d'aquest temps ha tractat 20.000 malalts de càncer. Com a bona argentina, és molt comunicativa i simpàtica i quan parla ho fa amb intensitat i emoció. Experta en psiconeuroendocrinoimmunologia, la terapeuta ofereix dissabte i diumenge vinent un seminari avançat d'autorealització al Col·legi Major Sant Jordi de Barcelona.

rents. Aquest no és un treball d'autoajuda. No hi ha una eina que serveixi per a tothom. Tots tenim necessitats bioquímiques, energètiques diferents. Per això, cal conèixer molt bé la persona, la seva genètica, la seva història de vida. A partir d'aquí, s'ha d'elaborar un pla global que tingui en compte aquestes necessitats i que pugui aconseguir aquests canvis que tenen a veure amb la sanació.

Quina diferència hi ha entre sanació i curació?

La curació és una cosa que ve de fora, i la sanació sorgeix de dins. Sabem que les emocions influeixen el cos físic a través del sistema hormonal, immunològic, nerviós. Òbviament, hem d'aconseguir que una persona pugui mobilitzar les seves emocions d'una manera saludable, que pugui expressar el que sent. Ara quan algú va al metge perquè està trist i té moltes ganes de plorar li recepten antidepressius...

En la malaltia, quin paper juga la família?

És molt important. La família, suma o resta. Habitualment, la família és part del remei o part de la malaltia. Això és dur de dir. Aquí no està en joc l'amor. Hi ha persones que s'estimen molt però que s'accepten molt malament. Miri, jo tinc fills i a mi no m'importa què fan o amb qui estan, sinó com se senten. Això és el que és veritablement important.

Hi ha persones que s'estimen molt però que s'accepten molt malament. Miri, jo tinc fills i a mi no m'importa què fan o amb qui estan, sinó com se senten. Això és el que és veritablement important.

Per a la família, la malaltia és dura...

Quan afrontem la malaltia d'un pacient hem d'ajudar la família a fer un canvi i transformar la malaltia en una cosa positiva en les seves vides. Jo he vist molts casos de malalties que han sanat famílies senceres: gent que no es podia comunicar, que tenien vells ressentiments, que vivien sota percepcions falses, pors que eren infundades, i al final tot això ha quedat enrere.

L'angoixa més gran en el cos és la preocupació per les coses que encara no han passat; ens poden provocar un suïcidi interior

Suposo que una malaltia greu també canvia molt la persona que la pateix.

Sí. En la sanació les persones experimenten un canvi total. És com si morissin abans de morir, i després renaixessin. Aquest és el secret. Canvia l'escala de valors, les prioritats... I es diferencia molt bé el que és urgent del que és important. Ara

ja no estan disposades a perdre el temps per tonteries. La sanació no té necessàriament com a final la curació del malalt. Però és un procés preciós. És trist que hi hagi gent que se'n vagi d'aquest món sense saber de què es tractava.

Pensa que cal potenciar l'educació emocional?

Esclar. Hem d'aprendre a viure intensament, a transformar l'ordinari en extraordinari. També hem de recuperar la nostra capacitat de sentir, de dominar la nostra ment i no deixar que ens domini. L'angoixa més gran en el cos és la preocupació per les coses que encara no han passat. Imagini's les persones malaltes: com es defensen de les imatges del que encara no ha passat, de les catàstrofes imaginàries? Podem provocar-nos el suïcidi interior a través de la preocupació, la irritabilitat, la desesperança, la por. Estic segura que calen terapeutes de l'esperança!

EN SÍNTESI

Escola i tripartit

Marçal Sintès



Periodista i professor de la URL

El conseller Maragall ha sorprès en proposar modificar el calendari escolar, amb una setmana no lectiva al febrer i l'avançament del començament de curs també d'una setmana. La mesura no sembla un disbarat, sempre que a les famílies no se'ls provoqui un nou problema. El conseller no s'atreveix, intueixo, a retallar directament les vacances d'estiu, que és el que els pares volen i seria lògic. Que jo sàpiga, a més, ningú ha demostrat que les vacances de tres mesos tinguin cap virtut pedagògica, encara que, això sí, els sindicats les defensen amb una intensitat digna d'altres propòsits. Des del meu punt de vista, Ernest Maragall no l'encerta posant sobre la taula el debat entorn del calendari al mateix temps que es discuteix la nova llei d'educació. Sobre el calendari no hi ha acord al Parlament i tampoc sobre la llei, molt més important en aquests moments que el calendari. No sols això: no hi ha acord ni entre els mateixos socis del tripartit. Si, com tothom diu, i d'altra banda és de calaix, l'ensenyament és un assumpte estratègic, determinant per al futur de Catalunya, sembla ineludible que el govern, i si això no és possible el PSC, consensui la llei amb CiU, el grup més nombrós del Parlament. Es tractaria que tant els que manen com els que poden manar se sentissin compromesos amb la llei. I si el cost fos deixar fora qui manté posicions menys raonables –singularment Iniciativa–, doncs aquest cost s'hauria d'assumir. Si, contràriament, el PSC opta per fer més concessions als seus socis i és CiU qui, per aquest motiu, queda exclou, José Montilla i els seus coreligionaris no estaran fent altra cosa que protegir els seus interessos partidistes tot sacrificant els del país.

m.sintes@hotmail.com