

Stella Maris Maruso, terapeuta



“Si sólo observamos, no nos involucramos; si juzgamos sí, y se crea un estado bioquímico en nuestro cuerpo al que somos adictos”

La Stella és un terapeuta especialitzada en persones que tenen malalties severes, com el càncer. Ha creat una fundació en el seu país, Argentina, sense ànim de lucre per ajudar totes les persones que estan greument malaltes investigant noves maneres de millorar la malaltia, sobretot demanant la cooperació del malalt. S'hi dedica des que el seu pare, greument malalt, es va curar amb la seva ajuda i va poder viure 18 anys més.

¿Antes de que tu padre se pusiera enfermo, a qué te dedicabas?

Ciencias políticas...

¿Y cómo te viste capaz de ayudar a tu padre? Mi padre se puso enfermo y yo me sentí completamente impotente...

Yo formaba parte de una comisión que estudiaba desmitificar las medicinas alternativas. Esto hizo que viajara mucho y conociera a muchos acupuntores, médicos homeopáticos... Conocí a muchos impostores, pero otros me convencieron. E incluso gente tratada con estos médicos sin escrúpulos se curaban con lo que entendí que el trabajo lo debía hacer el



“Las dos cosas peores en la vida son la rutina y el sufrimiento escondido”

enfermo. En aquella época le diagnosticaron el cáncer a mi padre, y esto me perturbó muchísimo porque mi padre era muy importante para mí y además era la primera vez que me enfrentaba con la muerte. Nunca la había visto de cerca. Yo me volví loca, no podía aceptar que en dos meses, cómo decían los médicos, mi padre desapareciera.

En mi trabajo yo había conocido a científicos de primera fila que decían que cuando alguien enferma hay que atender a la totalidad de esta persona, no sólo a su cuerpo físico. Inicialmente busqué ayuda dentro de la ortodoxia médica. A pesar de que tenía metástasis en el hígado, yo quería hacer algo. Todo el mundo me dijo que no había absolutamente nada que hacer. Yo, en aquel momento, ya conocía algunos casos de remisiones espontáneas, que les llaman. Pensé que si alguien lo había logrado, mi padre también podía. Y empecé a interesarme en lo que habían hecho estas personas. Le dije a mi padre: «esto es una aventura, pero vamos a probarlo», y al cabo de un año no tenía nada malo en su cuerpo, hizo una remisión total. Entonces con mi padre creamos la fundación y nos dedicamos exclusivamente a esto, pensábamos que si él lo logró, otros podrían lograrlo. Empecé a formarme, ya que yo venía de otro mundo, para poder ayudar más. Hay una anécdota de hace muchos años: 40 mujeres con cáncer de mama, que las prepararon para la quimioterapia, explicándoles que iban a perder el cabello, iban a tener vómitos, etc., a la mitad les dieron quimioterapia y a la otra mitad, les dieron agua con azúcar. El 60% de las que no

tuvieron quimioterapia perdieron todo su cabello y tuvieron vómitos igual que las tratadas con quimioterapia. El poder de la mente es importante, es uno de los factores que podemos usar para sanarnos. Pero hay que trabajar todos los aspectos del ser humano, lo que piensa, lo que siente, lo que imagina, su inconsciente, cómo se nutre, lo espiritual. Es un trabajo de artesanía. La persona tiene que hacer un cambio total en su vida, para que cambie la química interna y optimice la capacidad de respuesta del cuerpo, y para lograr esto hay que hacer un trabajo muy fuerte cuerpo a cuerpo con el paciente. En la fundación hay mucha gente que trabaja así con los enfermos. Mi hijo pequeño es médico y es el presidente de la fundación. Toda mi familia me apoya, mi esposo, mis hijos, mis hermanos, esto es muy importante para mí. También ayudamos a partir. No todas las personas se curan, muchas sí, pero no todas...

¿Y cómo lo hacéis? ¿Vivís con el enfermo?

Estamos muy cerca del enfermo, y estudiamos si la persona quiere vivir o simplemente no quiere morir por el miedo a la muerte, que es muy distinto. La propuesta es esta: para lograr un proceso de curación hay que cambiar, ¿estas dispuestas a cambiar? Lo más difícil para una persona es cambiar. Hay que ver si la familia está dispuesta a ayudar o forma parte de la enfermedad. Es muy raro encontrar un caso que la persona esté solamente enferma, las personas están enfermas y más cosas. Hay personas que están enfermas pero aún tie-

ne un estado físico bueno y otras que ya no. Estas últimas la internamos en la fundación.

¿Es como un hospital?

Sí, pero nos cuesta muchísimo conseguir fondos para seguir adelante, porque los enfermos prácticamente no pagan nada. También trabajamos como centro de día. Hacemos actividades para los enfermos durante todo el día y después se van a dormir a su casa.

¿Tenéis subvenciones?

En mi país no hay subvenciones, ni siquiera estamos exentos de impuestos como fundación.

¿Y entonces?

Yo hago conferencias, doy cursos... Todo lo que logro juntar es para la fundación. Luego está el PARA (Programa Avanzado de Recuperación y Apoyo). Nos encerramos 5 días los profesionales y los enfermos y todos los familiares que quieren sumarse a estos procesos de curación. Y así podemos hacer un análisis de lo que pasa con esta persona y qué es lo que tiene que cambiar para poner en funcionamiento todo este potencial que tenemos las personas para auto sanarnos. Estudiamos sus creencias, sus relaciones, sus emociones, su espiritualidad... todo lo que le ha hecho enfermar. Y así poder lograr que manden sobre su mente, no que su mente mande sobre ellos.

¿Si no dejamos que nuestra mente nos guíe en la vida, quien nos va a guiar?



“La propuesta es ésta: para lograr un proceso de curación hay que cambiar, ¿estas dispuesto a cambiar?”

La mente no es de fiar, salta de un pensamiento a otro como una loca; o al revés, se queda dando vueltas a un pensamiento negativo y de allí no sale. Tienes que guiar a tu mente, no ella a ti. Para esto tienes que estar relajado, un modo de conseguirlo es haciendo meditación.

Tú dices que cuando juzgamos a la gente nuestro cuerpo genera sustancias muy malas para nuestra salud.

Si sólo observamos, no nos involucramos; si juzgamos sí, y se crea un estado bioquímico en nuestro cuerpo al que somos adictos. Si una persona es miedosa, es lo mismo, se crea un estado bioquímico al que la persona se hace adicta. Esto está muy estudiado en neurociencia. Se les llama redes evianas. Este estado bioquímico nos estropea nuestro sistema inmunológico.

O sea que si quiero estar sana no tengo que juzgar ni criticar.

Exacto, ni tener miedo, ni rabia, ni resentimiento, ni rencor... Todo esto es veneno mortal para el cuerpo. Hay que divertirse, jugar, hacer cosas nuevas, hay que proponerse como mínimo una vez a la semana hacer algo nuevo, lo más importante en la vida es jugar, ¿sabes lo que es jugar? Hacer cosas diversas donde no te aferres a los resultados. Hay dos cosas muy malas en la vida, la rutina...

Yo creía que un cierto grado de rutina era bueno.

Si pones el piloto automático no te actualizas, lo nuevo te hace estar atento, aprender, evolucionar...

¿Y la otra?

El sufrimiento escondido. Pero la mayoría de las personas pensamos encima de lo que sentimos y entonces no nos podemos quitar los sufrimientos porque no sabemos que están. Si logramos notar lo que sentimos lo podremos cambiar. Si alguien nos ofende ¿qué sentimos? No lo sabemos, pero empezamos a criticar al que nos ha ofendido, a su clase social, al colegio al que ha ido. Si nos paramos a sentir lo que sentimos, y luego a expresarlo sanamente, será un buen principio.

¿Qué haces cuando estás indignada?

Insultar al otro y ponerme a llorar. Esta no es una manera sana de expresarlo, tienes que decirle que no has sabido manejar la situación de otro modo y hacerte responsable de tus sentimientos, porqué podrías haber respondido de otra manera con la misma acción del otro. Si yo te ofendo puedes hacer dos cosas, tomar la ofensa y quedártela para ti o no tomarla y entonces queda para mí. Cuando uno se hace responsable, cambia la vida. En la fundación todo el mundo da gracias a la enfermedad que les ha permitido aprender a vivir y ser felices, curioso, ¿no?

¿Cómo lo haces para tener este buen aspecto?

Río y lloro mucho con mis pacientes... y tengo un propósito en mi vida. Yo tenía un paciente que era un hombre de negocios, un triunfador, lo había hecho todo en su vida, ganar dinero, crear una fundación para obra benéfica, tenía una familia que lo amaba... y enfermó. Cuan-



do tenía todo el cuerpo en metástasis y los médicos le decían que no había nada que hacer, el y yo nos dedicamos a buscar un propósito para su vida, y no lo encontrábamos porque parecía que lo había hecho todo, cuando al final me dijo que su ilusión era plantar geranios. Plantó geranios y al cabo de 5 años estaba curado sin ningún medicamento. A veces la gente piensa que los propósitos en la vida tienen que ser importantes, y no es así...

¿Eres feliz?

Sí

Mireia García